



ENCUESTA SOBRE CORONAVIRUS, BIENESTAR Y RELIGIOSIDAD (COBIRE 2020)

EL COLEGIO DE LA FRONTERA NORTE

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN Y OBJETIVOS	3
METODOLOGÍA	3
CARACTERÍSTICAS DE LA ENCUESTA COBIRE 2020	4
SECCIÓN 1. DESCRIPCIÓN GENERAL DE LA POBLACIÓN ENCUESTADA	
1. Población por región de residencia	7
2. Población por sexo	8
3. Edad	8
4. Grado de escolaridad	9
5. Estado civil	10
6. Ocupación	10
7. Identificación Religiosa	11
SECCIÓN 2. MEDIOS, FUENTES Y EMOCIONES SOBRE CORONAVIRUS	
8. Medios empleados para informarse	13
9. Fuentes empleadas para informarse	14
10. Percepción	15
11. Sentimientos	16
SECCIÓN 3. PRÁCTICAS DE BIENESTAR	
12. Prácticas y modalidades antes de la cuarentena	19
13. Prácticas de bienestar en la cuarentena	22
14. Desplazamiento de las prácticas religiosas al ámbito virtual	25
15. Con quién se realizan prácticas de bienestar en la cuarentena	28
16. Beneficios	29
17. Prácticas para sentirse a salvo o protegido	31
CONCLUSIONES	35
BIBLIOGRAFÍA	39

ENCUESTA SOBRE CORONAVIRUS, BIENESTAR Y RELIGIOSIDAD (COBIRE 2020)

INTRODUCCIÓN Y OBJETIVOS

La encuesta sobre Coronavirus, bienestar y religiosidad (COBIRE) surge del interés por explorar cuál es el papel que adquieren prácticas religiosas en el marco del confinamiento derivado de la pandemia de COVID-19 en México.

Nos interesa conocer las continuidades y discontinuidades de prácticas religiosas y espirituales en este contexto, así como sus efectos en la vida de las personas y su relación con el bienestar subjetivo. Por otro lado, nos interesa explorar cuáles son los medios por los que estas prácticas se realizan durante las etapas en las cuales la pandemia se ha hecho más visible y crítica, y donde diversos modos de congregación se han modificado debido a las acciones gubernamentales, tales como la Jornada Nacional de Sana Distancia, que promueve, entre otras, la suspensión temporal de toda actividad no esencial en los sectores público, privado y social así como la permanencia voluntaria en casa para mitigar la dispersión y transmisión del nuevo coronavirus SARS-CoV-2 que causa la enfermedad COVID-19.

El presente documento es un primer resultado descriptivo de esta encuesta, cuyos resultados preliminares en la actual coyuntura serán analizados con más detenimiento en otras etapas de postestratificación.

METODOLOGÍA

Esta encuesta está dividida en tres secciones: La primera contiene preguntas generales en torno a las características sociodemográficas de los participantes, como sexo, edad, lugar de residencia, escolaridad y afiliación religiosa. La segunda está centrada en conocer los medios por los cuales los participantes dan seguimiento a la información sobre el nuevo coronavirus, cuáles son las ideas o creencias que tiene sobre el mismo, así como las emociones que les ha generado. La tercera explora las prácticas religiosas/espirituales específicas que las personas llevan a cabo.

Aclaremos que varias de las prácticas elegidas para esta sección no son exclusivas de una religión o doctrina sino transversales a varias; y al mismo tiempo, pueden pertenecer tanto a entornos espirituales como seculares, especialmente aquellas vinculadas con el campo de la salud. Diversos estudios sobre religión en México constatan estos entrecruces y sus impactos en el bienestar de las personas, en sus emociones, estados de ánimo y sentimientos.

En un primer momento, se explora cuáles son las prácticas más comunes de los encuestados en un periodo de cinco años anteriores a la contingencia, a fin de tener una base comparativa entre un antes y un después. Posteriormente se indaga en aquellas que se han comenzado durante el periodo crítico y de confinamiento provocado por la pandemia. Esta sección explora también los medios por los cuales se realizan y/o han realizado estas actividades, y el impacto que pueden tener en el estado emocional y mental de quienes las practican.

CARACTERÍSTICAS DE LA ENCUESTA COBIRE 2020

En el contexto de la pandemia de COVID-19, la investigación y su ejercicio se ha visto modificado debido a la contingencia sanitaria que estamos atravesando a nivel global, lo cual ha invitado a reflexionar en nuevas aproximaciones metodológicas o bien adaptaciones de éstas para continuar la labor investigativa; especialmente, ante la emergencia de diversos fenómenos coyunturales que es ineludible explorar desde las Ciencias Sociales para comprender las formas en que esta situación está impactando en la vida cotidiana de las personas. Ante la imposibilidad de llevar a cabo un estudio exploratorio cara a cara siguiendo un formato de encuesta tradicional, y con el propósito de comprender cómo está incidiendo la pandemia en las prácticas religiosas y de bienestar en México, esta investigación se ha visto enriquecida por el uso de herramientas tecnológicas programáticas y de circulación a través de la web y de redes sociodigitales, tanto para el diseño del instrumento como para el levantamiento de los datos.

La encuesta fue diseñada para ser difundida exclusivamente vía web y se elaboró a través de la plataforma Google Forms, utilizándose diversas vías de difusión, entre ellas las redes y contactos de la Red de Investigadores del Fenómeno Religioso en México (RIFREM), algunas redes institucionales, las redes sociodigitales personales de las coordinadoras, de amigos, conocidos, familiares, informantes y colegas, y a través de WhatsApp entre conocidos, informantes, grupos, etcétera.

Esta encuesta consta de un cuestionario dirigido a la población en general, y no estuvo condicionada al cumplimiento de alguna característica por parte de los participantes, sino sencillamente contar con una conexión a internet¹, tener el deseo de participar, e invertir cinco minutos para responder.

El diseño de la encuesta se desarrolló en un lenguaje que fuera claro y sencillo para su comprensión debido a que sería autoaplicada. Asimismo, se consideró que al ser breve (19 preguntas de opción múltiple en su mayoría) las posibilidades de tener voluntad para participar serían favorables. Por otro lado, los temas que se cubrieron en las diferentes secciones exploraron prácticas, percepciones y emociones relativas a la condición que los participantes se encontraban atravesando al momento de responder la encuesta; lo cual podría generar cierta identificación con algunas de las temáticas, así como un interés por responderla y colaborar en difundirla entre otros posibles participantes.

La encuesta se puso en circulación el día 24 de abril de 2020, tres días después de que se declarara la fase 3 de la contingencia sanitaria en México -cuestión que implica el periodo más crítico de la pandemia y el fortalecimiento de medidas restrictivas con respecto a la movilidad de la población- y estuvo disponible hasta el día 31 de mayo, un día después de que las autoridades sanitarias mexicanas estimaron el "fin" de la Jornada Nacional de Sana Distancia y el regreso progresivo y escalonado a lo que se ha denominado la nueva normalidad.

Una aclaración preliminar a los resultados es que esta encuesta es exploratoria y no estadísticamente representativa. Debido a las características de su circulación, no deriva de un cálculo estadístico que establezca una muestra poblacional, pero sí hace uso de un método de muestreo no probabilístico a través de la estrategia de bola de nieve en entornos digitales con el fin de potenciar su alcance tanto geográfico como en diversidad de perfiles.

¹ El acceso en México al servicio de internet tiene brechas importantes, sin embargo, nuestro país se coloca como uno de los tres primeros en América Latina (luego de Brasil y Argentina) con un mayor número de usuarios de este servicio. Siendo las redes sociales lo más demandado, por lo que las plataformas digitales resultan un medio favorable para nuestro objetivo de alcance. De acuerdo con la Encuesta Nacional sobre Disponibilidad y Uso de Tecnologías de la Información en los Hogares de 2019 en México, hay 80.6 millones de usuarios de Internet, pero con brechas de acceso tanto por zona urbana y rural, como por edad. El total de usuarios de la red representa 70.1 por ciento de la población con seis años y más, pero sólo 56.4 por ciento de los hogares tienen conexión fija o móvil a Internet. Datos obtenidos de: <https://www.gob.mx/sct/articulos/cuantos-usuarios-de-internet-somos-en-mexico> https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/534997/INEGI_SCT_IFT_ENDUTIH_2019.pdf

Al ser nuestras redes inmediatas (tanto personales como institucionales) uno de los medios de difusión, estamos conscientes de que hay un sesgo que se puede ver reflejado en ciertos perfiles y algunos resultados de la encuesta (sobre todo en población con educación superior), lo cual permite un alcance limitado en cuanto a los resultados que refleja la situación de la población que mayoritariamente formó parte de la muestra. Pero, por otro lado, resulta en una aportación relevante debido a la escasez de estudios sobre religiosidad centrados en población con educación superior. Aún así, la circulación más allá de las redes académicas fue clave para alcanzar cierto grado de representatividad en los datos que resultaron de este ejercicio (en relación a los lugares de residencia y las edades de los participantes, por ejemplo). Si bien por la dinámica de bola de nieve digital esta encuesta trascendió a otros países de América Latina y Europa (aunque en proporciones menores), este documento describe los resultados obtenidos de aquellos que voluntariamente decidieron participar compartiendo sus respuestas de manera anónima en el caso de las y los mexicanos, y las y los extranjeros residentes en México.



FOTO 1. Alfonso Caraveo, Archivo Colef

SECCIÓN 1. DESCRIPCIÓN GENERAL DE LA POBLACIÓN ENCUESTADA

Esta sección tiene el objetivo de mostrar las características de la población que participó en la encuesta. Por las características de su circulación, la encuesta tuvo un alcance internacional, obteniéndose un total de 3,351 respuestas entre personas mexicanas y extranjeras residentes en México y personas nacidas y residentes en diversos países, principalmente de América Latina. Sin embargo, los datos que aquí se exponen abordan solamente la sección que corresponde a la población nacida y residente en México; es decir un total de 3,093 respuestas.

1. Población por región de residencia

Para dar cuenta de la distribución geográfica de quienes participaron recurrimos a la división regional² con el fin de agrupar los estados de residencia de aquellos que dieron cuenta de este dato al responder³. A partir de los resultados obtenidos y de la regionalización, tenemos que una tercera parte de las personas participantes habitan en la región centro, seguida por el centro occidente y centro norte, con poco más del 29%. Las regiones norte, pacífico sur y sureste, así como norte, noreste y golfo, tuvieron una presencia menor que va entre el 6 y el 19% del total de encuestados que brindaron este dato.

Tabla 1. **Encuestados por región de residencia. COBIRE 2020**

Región	Frecuencia	%
Centro	1076	34.9
Centro Occidente y Centro Norte	898	29.1
Noroeste	598	19.4
Pacífico Sur y Sur Este	315	10.2
Norte, Noreste y Golfo	195	6.3

² Basada en los datos del proyecto "Perfiles y tendencias del cambio religioso en México 1950-2000 (Base ne)", a partir de los cgp y v, inegi 1950-2000. Esta división regional se ha utilizado en otras encuestas nacionales sobre cambio religioso tales como la Encreer 2016, realizada por la RIFREM en 2016.

³ Se muestra un total de 3082 respuestas. 11 de los encuestados nacidos y/o residentes en México prefirieron no contestar.

2. Población por sexo

La encuesta COBIRE presentó una mayor recepción en el caso de las mujeres, éstas proporcionaron 2157 de las 3093 respuestas, lo que representa un 70% del total de personas encuestadas, en comparación con el 29.6% en el caso de los hombres. Sólo un .4% prefirió no contestar esta pregunta. Esto nos muestra tanto un grado particular de recepción de la encuesta, como una variable importante a considerar en los resultados obtenidos, sobre todo asociada con las prácticas religiosas y de bienestar de una población con una mayoría conformada por mujeres.

3. Edad

Al difundir la encuesta a través de diversos medios, redes sociodigitales, actores clave y recurrir a la estrategia de bola de nieve digital, no se tenía certeza de cómo estarían representados los distintos grupos de edad; sin embargo, se obtuvieron datos representativos de cada uno de los grupos considerados. De acuerdo con los criterios de edad establecidos por la CONAPO, tenemos la siguiente distribución por cada grupo de edad.

Tabla 2. **Resultados por grupos de edad. COBIRE 2020**

Rangos de edad	Frecuencia	%
20-24	311	10,1
25-29	391	12,6
30-34	452	14,6
35-39	398	12,9
40-44	316	10,2
45-49	300	9,7
50-54	300	9,7
55-59	218	7,0
Más de 60	270	8,7
Total ⁴	2956	95,6

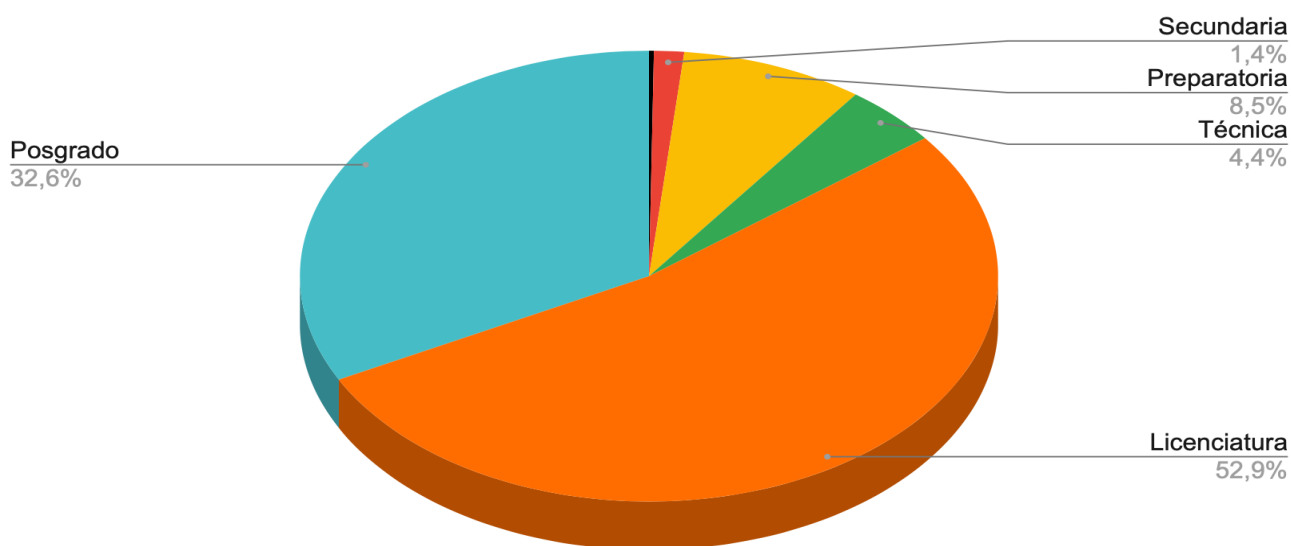
⁴ Del total de entrevistados 2 prefirieron no contestar. Los 135 (4.4%) entrevistados restantes corresponden a menores de 19 años.

4. Grado de escolaridad

Con respecto a la escolaridad de las personas encuestadas, se obtuvo que más del 52% tienen licenciatura y poco más del 32% refiere tener posgrado. Por otro lado, aquellas personas que refieren tener escolaridad de primaria, secundaria y preparatoria se presentaron apenas en .2%, 1.4% y 8.5% respectivamente. Estos datos responden en gran medida a una de las principales estrategias de socialización de la encuesta, ya que los actores clave para su circulación fueron profesores, investigadores de distintas instituciones a nivel nacional y sus redes personales, académicas y familiares, entre otras. Este dato, aún cuando podría ser resultado del sesgo propio de la encuesta, es a su vez un hallazgo que nos brinda datos interesantes acerca de los comportamientos, creencias y prácticas muy diversas en una población, de la cual el 85.5% cuentan con una alta instrucción a nivel educativo.

Gráfica 1. **Distribución por escolaridad. COBIRE 2020**

Distribución por escolaridad



5. Estado civil

Con respecto al estado civil de las personas entrevistadas, ordenadas de mayor a menor frecuencia, tenemos que poco más del 44.6% son solteras, seguidos por la población que refiere estar casada (32.2%), en unión libre (12.9%) y la población de separados, divorciados y viudos, en conjunto, alcanzan poco más del 10% del total.

Tabla 3. **Estado civil. COBIRE 2020**

Estado civil	Frecuencia	%
Solter@	1379	44.6
Casad@	995	32.2
Unión libre	400	12.9
Separad@/Divorciad@	256	8.3
Viud@	63	2
Total	3093	100

6. Ocupación

En cuanto a la ocupación de la población encuestada tenemos en los porcentajes más altos a los empleados con sueldo fijo con un 48.1%, seguido por personas con autoempleo y estudiantes, con 22% y 14.4% respectivamente.

Tabla 4. **Ocupación. COBIRE 2020**

Ocupación	Frecuencia	%
Autoempleado	681	22
Empleado con sueldo fijo	1487	48.01
Empleado sin sueldo fijo	120	3.9
Desempleado	153	4.9
Estudiante	444	14.4
Hogar	208	6.7
	3093	100

7. Identificación Religiosa

Al preguntar a las personas encuestadas “¿cuál es su identificación religiosa?” observamos que el catolicismo es la religión mayormente referida en las respuestas, presentándose en un 44.7% del total de encuestados nacidos y residentes en México. Sin embargo, notamos que, a diferencia de los datos del Censo de población de 2010 (INEGI) la población Sin religión, categoría censal desde 1960, tuvo una alta participación en esta encuesta. En el caso del INEGI, el porcentaje de personas que se nombran como “Sin religión” representa el 4.7% del total nacional, y desde su integración como categoría censal ha mantenido un crecimiento porcentual absoluto.

La categoría Sin Religión se caracteriza principalmente por agrupar a una población muy diversa que va desde los indiferentes, Espirituales sin iglesia, creyentes a su manera, no practicantes, hasta ateos y agnósticos (Véase Encreer/Rifrem 2016)⁵. En el caso de la presente encuesta desagregamos uno de los perfiles más importantes de esta categoría, que se refiere a aquella población que se define espiritual pero sin una afiliación eclesial.⁶ En la presente encuesta hemos preferido utilizar el término “Espiritual sin afiliación religiosa” para referirnos a dicho grupo. Se trata de una categoría que busca definir a aquellas personas que son árbitros centrales de sus propias prácticas y creencias espirituales sin intermediarios autorizados por una institución de tipo eclesial o congregacional y al mismo tiempo busca incluir también a los creyentes “a su manera”⁷

En el caso de la presente encuesta, Sin Religión y Espiritual sin afiliación religiosa tienen una presencia mayor por sobre otras autoadscripciones religiosas, presentándose como la segunda y tercera opción más representativas, con un 22.7% para los Sin Religión y un 17.9% para los Espirituales sin afiliación religiosa. Este sesgo tiene que ver con el hecho de que el 85.5% del universo de la encuesta tiene una escolaridad de licenciatura y posgrado⁸ que son un grupo de población que, como han demostrado algunos estudios y otras encuestas⁹, es donde se puede encontrar una mayor frecuencia de personas que se declaran bajo estas categorías.

Gráfica 2. **Pertenencia Religiosa. COBIRE 2020**

⁵ <http://rifrem.mx/encreer/>

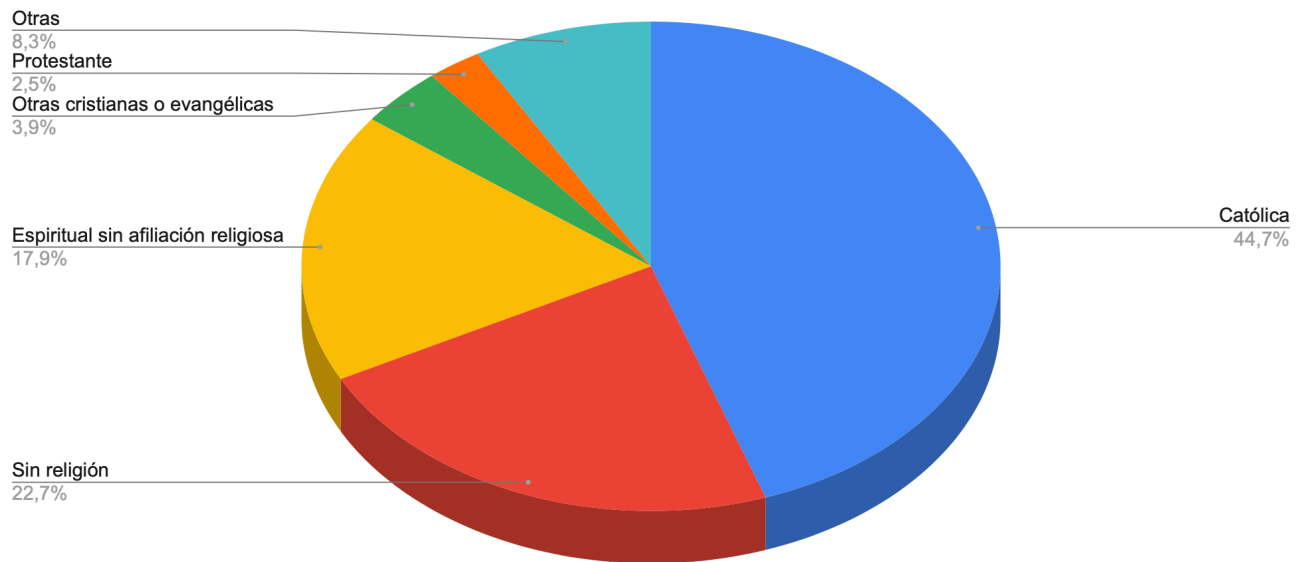
⁶ “Espiritual pero sin Iglesia”, se trata de la tercera subcategoría más representativa del grupo Sin Religión véase Juárez Huet, et. al. (en prensa)

⁷ Ibid.

⁸ En México, de acuerdo con el INEGI (2015) el grado de escolaridad promedio en México equivale a un poco más de la secundaria concluida.

⁹ Gutiérrez Zúñiga, 2007; Mora, Carlos, 2017, Hernández et. al. ibid. (en prensa)

Identificación religiosa



En la gráfica anterior podemos ver que por debajo del 10% están catalogadas las "otras cristianas y evangélicas" (3.9%), las "protestantes" (2.5%) y una agrupación que aquí se identifica como "otras". Dentro de este subgrupo se identifican diversas denominaciones que, por su frecuencia en términos numéricos, algunas de ellas apenas superan el 1.1% del total de participantes. Entre ellas se encuentran las siguientes: Budistas y otras (34 casos cada una), Mormones (30 casos), Pentecostales (24 casos), Agnósticos (23 casos), Islam y Espiritualistas (20 casos cada una), Ateos (14 casos), Religiones de origen afro (13 casos), La luz del mundo (12 casos), Adventistas del séptimo día (11 casos), Testigos de Jehová y Judaica (8 casos cada uno), Neopentecostal (3 casos) y Espiritista (2 casos).

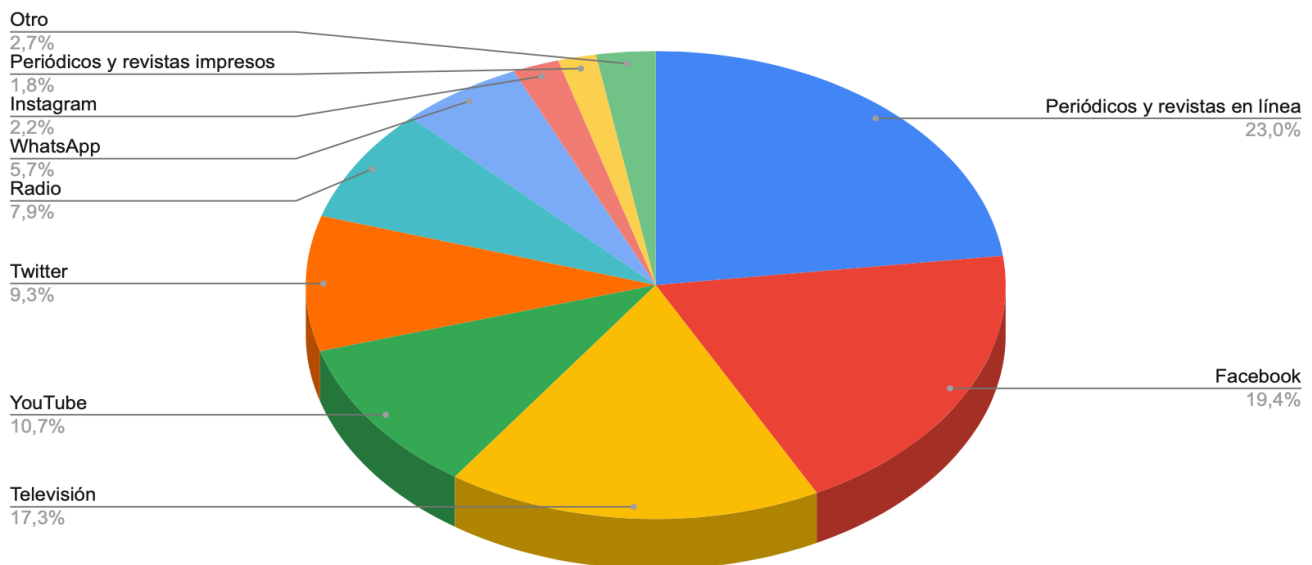
SECCIÓN 2. MEDIOS, FUENTES Y EMOCIONES SOBRE CORONAVIRUS

8. Medios empleados para informarse.

Una de nuestras inquietudes giró en torno a cuáles son los medios, las fuentes y las emociones que genera la circulación de información sobre el COVID-19 en los encuestados. Con respecto a los medios por los cuales las y los encuestados obtenían información general sobre el estado de la pandemia, tenemos que los periódicos y las revistas en línea son los más recurridos (23%), seguidos por Facebook y los noticieros en televisión, con 19.4% y 17.3% respectivamente. Vemos también que redes sociodigitales como Twitter, WhatsApp e Instagram (este último en menor medida), así como plataformas de *streaming* como YouTube fueron también fuentes de información recurrentes durante los periodos de confinamiento voluntario.

Gráfica 3. **Medios y COVID. COBIRE 2020**

Medios

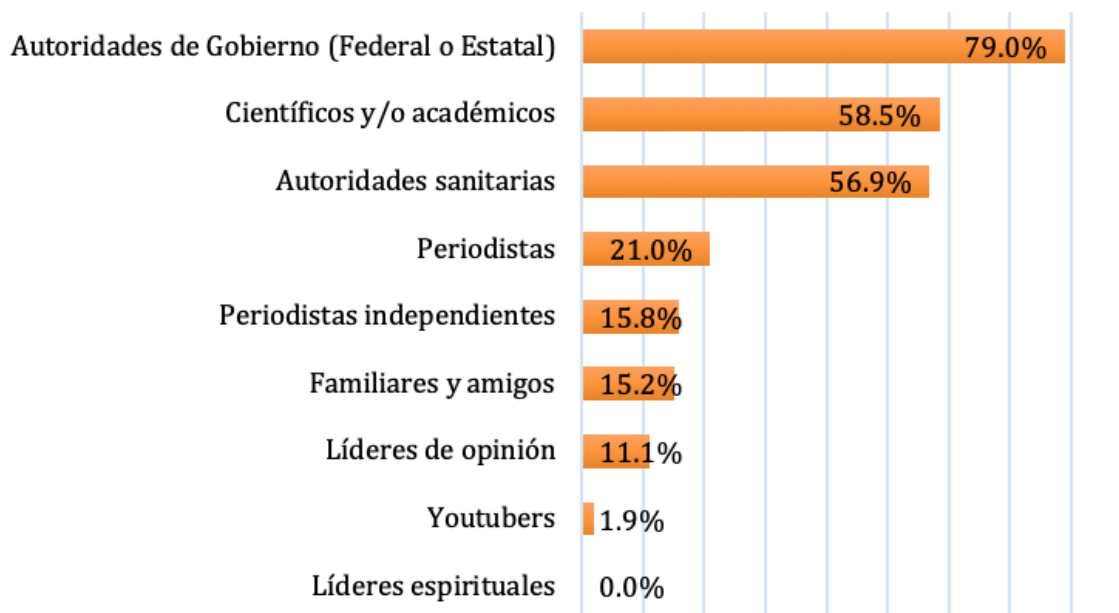


9. Fuentes empleadas para informarse.

Con el fin de conocer las fuentes a partir de las cuales las personas encuestadas se informaban sobre el virus durante el periodo de confinamiento, se ofreció a los encuestados un listado de nueve opciones donde podían responder a más de una. Destacan en primer lugar las Autoridades de Gobierno con un 79%, mientras que los científicos y/o académicos fueron la segunda fuente más recurrida con el 59%. Con dos puntos porcentuales de diferencia se coloca a las Autoridades sanitarias con un 57%. Cabe aclarar que esta última opción la separamos de Autoridades de Gobierno, pues no todas éstas son autoridades sanitarias. Por su parte, los periodistas (21%) y los periodistas independientes (16%) fueron la cuarta y quinta fuente más consultada respectivamente. Los familiares y amigos se ubican en un sexto puesto (15%) y por encima de los líderes de opinión, que alcanzaron un 11%. Los *youtubers* apenas figuran con un 2%, mientras que ninguno de los encuestados recurrió a los líderes religiosos como fuente de información.

Gráfica 4. **Fuentes y COVID. COBIRE 2020**

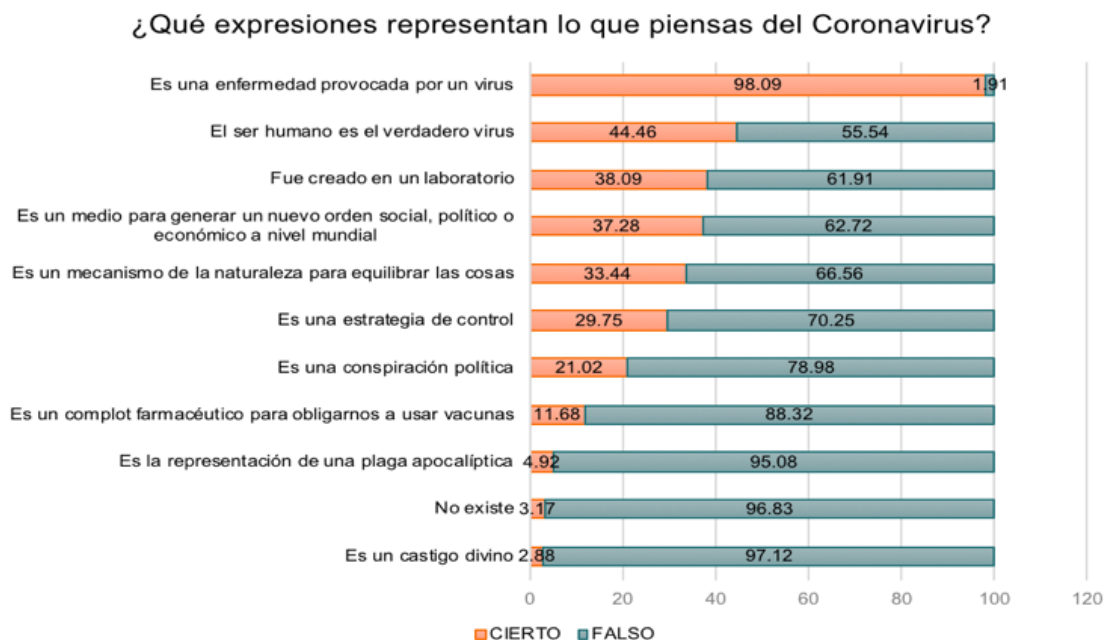
Fuente para informarse sobre coronavirus



10. Percepción.

Un tercer elemento explorado en esta sección fue la percepción en torno al coronavirus a través de la pregunta ¿qué expresión representa lo que piensas del coronavirus?, los participantes respondieron con cierto y falso a un listado de expresiones. Las opciones presentadas podrían organizarse temáticamente en explicaciones científicas, relativas a procesos de la naturaleza, teorías de conspiración y religiosas de tipo apocalípticas. En la gráfica se muestra el porcentaje de personas que respondieron cierto o falso en cada una de las oraciones que conformaron la lista.

Gráfica 5. **Percepciones sobre el COVID. COBIRE 2020**



Como se puede observar, del total de los participantes, el 98.09% considera que *Es una enfermedad provocada por un virus*, seguida del 44.46% que piensa que *El ser humano es el verdadero virus*; el 38.09% tiene la idea de que *fue creado en un laboratorio*, con una diferencia mínima el 37.28% consideran que *Es un medio para generar un nuevo orden social, político o económico a nivel mundial*; mientras que el 33.4% piensa que *Es un mecanismo de la naturaleza para equilibrar las*

cosas. Las expresiones que mayores porcentajes obtuvieron podrían ubicarse en percepciones que empatan con las perspectivas científica, naturalista y conspiracionista, mientras que las asociadas a una perspectiva religiosa tienen los porcentajes más bajos. Por ejemplo, quienes consideran que *Es la representación de una plaga apocalíptica* es solamente por el 4.92%, y con un porcentaje menor del 2.88% quienes tienen la idea de que *Es un castigo divino*. Es interesante reflexionar en torno a los resultados considerando los perfiles que se lograron mayoritariamente en la encuesta, particularmente con respecto al grado de escolaridad de los participantes. Si bien las personas pudieron elegir como cierta más de una opción, es claro que se decantan menos por las explicaciones religiosas; mientras que en algunos casos la explicación científica va de la mano con explicaciones alternativas, como las conspiracionistas o naturalistas.

11. Sentimientos

Otra preocupación de la encuesta gira en torno a los sentimientos que pueden generar tanto la pandemia causada por el virus SARS-COV-2, como las medidas de mitigación que establecen el distanciamiento social y la recomendación de permanecer en casa. Sentimientos tales como miedo, ansiedad, tristeza, enojo o impotencia pueden ser reacciones normales ante la situación que se enfrenta -no necesariamente reflejan un cuadro depresivo o un problema de salud mental-, y al mismo tiempo, reflejan un deterioro en el bienestar emocional de la persona. Tradicionalmente, la religiosidad ha sido un recurso de los creyentes para hacer frente a este tipo de sentimientos y emociones.

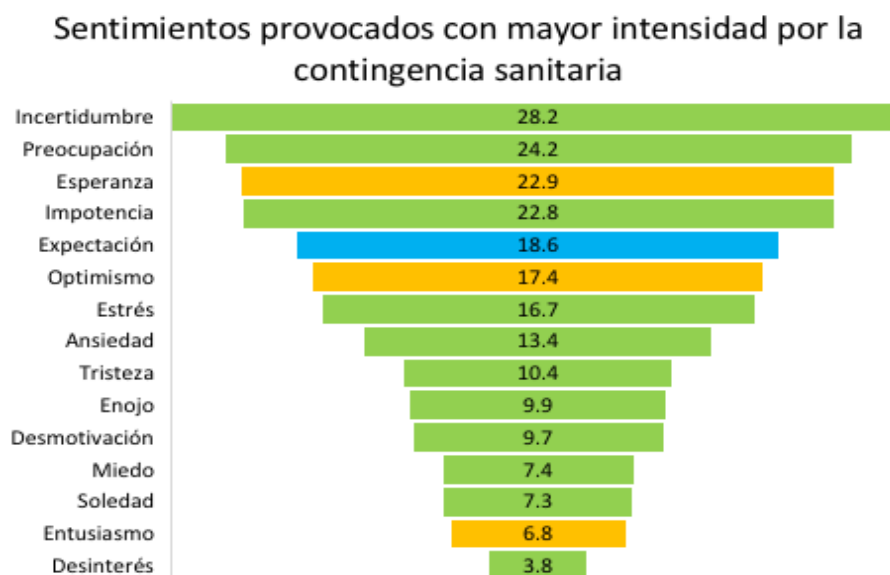
Naturalmente, la pregunta también explora la posibilidad de que el permanecer en casa y suspender la rutina cotidiana pueda abrir espacios de reflexión, introspección o calma, que genere sentimientos tales como la esperanza, el optimismo, o el entusiasmo por estar viviendo un momento histórico. Dado que se trata de sentimientos que pueden experimentarse de manera simultánea o alternada, la pregunta permitió responder (en escala de Likert de 1 a 5), qué tanto se ha experimentado cada uno de los 15 sentimientos señalados.

En consecuencia, los resultados pueden analizarse de, al menos, dos formas diferentes: por una parte, identificar cuáles son los sentimientos que se experimentan con mayor fuerza, es decir, aquellos que obtuvieron un mayor porcentaje de respuestas 5 en la escala de Likert. Por otra parte, se puede reconocer cuáles son los sentimientos que, en promedio, fueron señalados como más frecuentes o intensos.

Con respecto a los sentimientos experimentados con mayor intensidad, observamos que en primer lugar aparece la incertidumbre (28.2%), seguido por la preocupación (24,2%) pero acompañado de cerca por la esperanza y la impotencia (22. 9% y 22.8%), llegando en seguida la expectación (18.6%), el optimismo (17.4%) y el estrés (16.7%). Todos los otros sentimientos propuestos se mantuvieron en porcentajes inferiores al 15%. Es interesante observar que en las primeras posiciones se encuentran tanto sentimientos que contribuyen al bienestar, como la esperanza o el optimismo (representados en la gráfica en color amarillo), sentimientos ambivalentes como la expectación (representada en azul) y sentimientos contrarios al bienestar, como la incertidumbre, preocupación, impotencia o estrés (representados en verde).

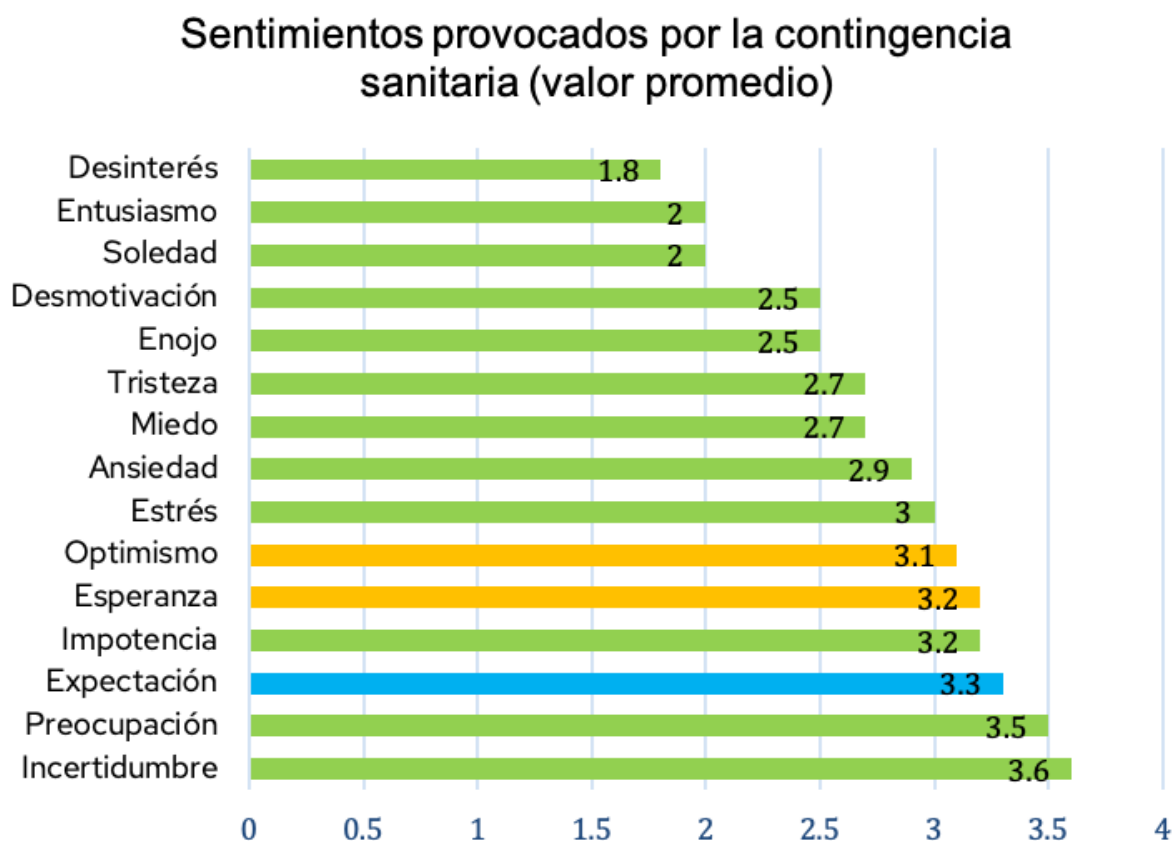
Recordemos que, en este punto, estamos considerando las respuestas que otorgan la puntuación máxima (5) al sentimiento en cuestión, es decir, son los sentimientos que se reportan con mayor intensidad.

Gráfica 6. **Porcentaje de respuesta 5 para cada sentimiento. COBIRE 2020**



Si, en cambio, consideramos el promedio obtenido por cada sentimiento, vemos que son cuatro los que obtienen una cifra superior al 3, es decir, superior al valor medio de la escala. Se trata de la preocupación, (3.5), la incertidumbre (3.34), la esperanza (3.22), y la impotencia (3.16). Los sentimientos restantes quedaron, todos, en posiciones inferiores al punto medio en la escala.

Gráfica 7. **Sentimientos por promedio. COBIRE 2020**



Como puede observarse, si bien la preocupación y la incertidumbre encabezan la lista en ambas gráficas, la esperanza ocupa el tercer lugar. El optimismo ocupa una quinta posición en la tabla de promedios, y una sexta en el porcentaje de puntaje 5. Esto confirma que los sentimientos asociados al periodo de confinamiento no son solo aquellos que reflejan una pérdida de bienestar, dando paso también con fuerza a sentimientos asociados al bienestar.

SECCIÓN 3. PRÁCTICAS DE BIENESTAR

12. Prácticas y modalidades antes de la cuarentena

A fin de identificar cómo afectó el confinamiento a las prácticas religiosas y los modos de efectuarlas, partimos primero de identificar cuáles eran aquellas actividades que la gente ya acostumbraba a practicar antes de la contingencia sanitaria y los medios a través de los cuales las realizaba. Ofrecimos una lista de 26 prácticas que trató de ser lo más abarcadora y representativa de la diversidad religiosa contemporánea en México. Es importante aclarar que varias de las prácticas elegidas para esta sección no son exclusivas de una religión, Iglesia o congregación, sino que son transversales a varias matrices religiosas o espirituales, por ejemplo, orar, retiros espirituales, lectura o estudios bíblicos, rituales con plantas sagradas, o tener un altar. Asimismo, varias pueden pertenecer tanto a entornos espirituales como seculares, especialmente aquellas vinculadas con el campo de la salud, tales como la medicina alternativa, el yoga, la meditación, la respiración o el ayuno; su inclusión se debe a que diversos estudios en México constatan estos entrecruces y sus impactos en el bienestar de las personas (véase Encreer/Rifrem, 2016). De la lista, los encuestados podían elegir más de una práctica. En esta misma pregunta se incluyeron tres opciones para determinar cuál era el medio o modalidad más común para realizarlas, a saber: de manera presencial, por televisión y de manera virtual, pudiendo también elegir más de una opción.

Primeramente, hay que señalar que 14.9% de personas (460) no respondió, y que los porcentajes de las dos gráficas que a continuación mostramos, se calcularon con respecto al universo completo, es decir 3093 personas. El orden de la primera gráfica se hizo de mayor a menor en el modo presencial que, como se esperaba, sería la forma más común de las prácticas antes del confinamiento.

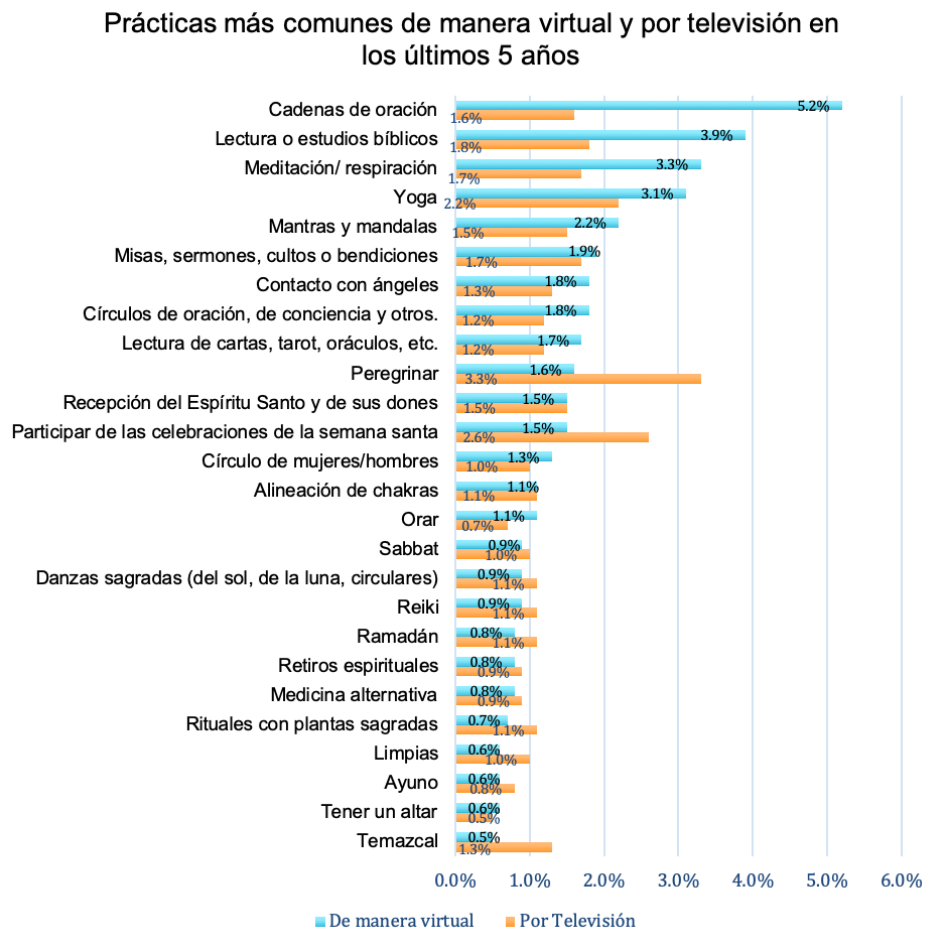
Como se puede observar, Orar y Meditación/respiración son las dos prácticas más mencionadas en el modo presencial con un 48.4% y 44.1% respectivamente. Le sigue en tercer lugar Misas, sermones, cultos o bendiciones con un 26.6%. Casi por igual se colocan en cuarto y quinto lugar Tener un altar (21.1%) y Medicina alternativa (21.1%). En forma descendente con más de 500 menciones le siguen Yoga (19.8%), Lectura y estudios bíblicos (19.6%) y Participar en las celebraciones de semana santa (18.9%). Las prácticas menos mencionadas son Ramadán (1.1%) y Sabbat (1.5%), seguidas de danzas sagradas (4.1%) y contacto con ángeles (5%).

Gráfica 8. **Prácticas más comunes en los últimos 5 años en modo presencial. COBIRE 2020**



En la gráfica siguiente, separamos el modo presencial del modo virtual y por televisión, lo que nos permite apreciar mejor las menciones de estos dos últimos e identificar más fácilmente continuidades y cambios. Las prácticas que más se realizaron en el modo virtual los últimos cinco años son, Cadenas de oración (5.2%) y Lecturas o estudios bíblicos (3.9%). Le siguen Meditación/ respiración (3.3%), Yoga (3.1%) y Mantras y mandalas (2.2%). Las cuatro prácticas menos referidas en el modo virtual son, Temazcal (0.5%), Tener un altar (0.6%), Ayuno (0.6%) y Limpias (0.6%). En lo que respecta a las menciones Por televisión, destacan en primer lugar, Peregrinar con 3.3%, Participación en las celebraciones de semana santa con un 2.6% y Yoga con 2.2%. Las prácticas que menos se realizan por televisión son Tener un altar (0.5%), Orar (0.7%), Ayuno (0.8%), Retiros espirituales (0.9%) y Medicina alternativa (0.9%).

Gráfica 9. **Prácticas más comunes de manera virtual y por televisión en los últimos 5 años. COBIRE 2020**



Para complementar esta pregunta se incluyó una segunda de carácter opcional y con respuesta abierta, a fin de que aquellas prácticas no consideradas en la lista pudieran ser especificadas por los participantes. De un total de 3093 personas, un 7.3% (228 personas) respondió. Solamente un 2.16% hizo mención a prácticas que pertenecen a diversas matrices religiosas minoritarias en México o bien, están vinculadas a escuelas o corrientes orientales reformuladas y adaptadas para occidente. Por su parte, un 5.2% hizo mención a prácticas de bienestar seculares, en particular destacaron diversas actividades de acondicionamiento físico y psicoterapéuticas. En menor medida se hicieron menciones sobre actividades culturales y de entretenimiento.

13. Prácticas de bienestar en la cuarentena.

Como se señaló, uno de los fines de la encuesta fue identificar los cambios en las prácticas a partir de la contingencia sanitaria. Los participantes tuvieron la oportunidad de elegir más de una práctica de la lista, ya sea para indicar que se realizaban con anterioridad o bien si habían comenzado en la contingencia. En un segundo momento se preguntó si había alguna otra práctica que hubieran iniciado durante la contingencia pero que no se encontrara en el listado de la encuesta, varios de los participantes agregaron diversas prácticas tanto religiosas como no religiosas en esta pregunta abierta. Al revisar de manera global ambas preguntas, se identificó que el 25.5% (791) de la población total participante, no refiere la realización de alguna práctica antes de la contingencia o bien haber iniciado alguna durante la misma. El 74.4% (2302) del total de los participantes refirieron la realización de alguna práctica antes o durante la contingencia.

Con respecto a las prácticas que se realizaban antes de la contingencia, hay coincidencias con los resultados presentados en la sección anterior, principalmente en las prácticas referidas con mayor y menor frecuencia. Como se puede observar en la siguiente gráfica, el 40.8% de los participantes refieren realizar antes de la contingencia la práctica de orar, seguida por el 34.4% que señala la práctica de la Meditación/Respiración, en una tercera posición tenemos la práctica de Misas, sermones, cultos o bendiciones referida por el 23.1% de los participantes.

Contingencia COVID-19



Meditación y Centramiento Zen

HOY Sábado 25 de abril
Hora: a las 19:00hrs

Invitamos a participar a todos los
miembros de **Amor Mismo Mundo**.

Abrazar-nos y Cuidar-Nos entre nosotros mismos y a todas las personas que nos rodean.


No olvides conectarte en un lugar silencioso y usar ropa cómoda.

<https://webcom.zoom.us/j/95910029110>

ID de reunión: 959 1002 9110

IMAGEN 1. Cartel sobre meditación por ZOOM.

YouTube ^{MX}



26:32 / 44:14

Meditacion Temazcal

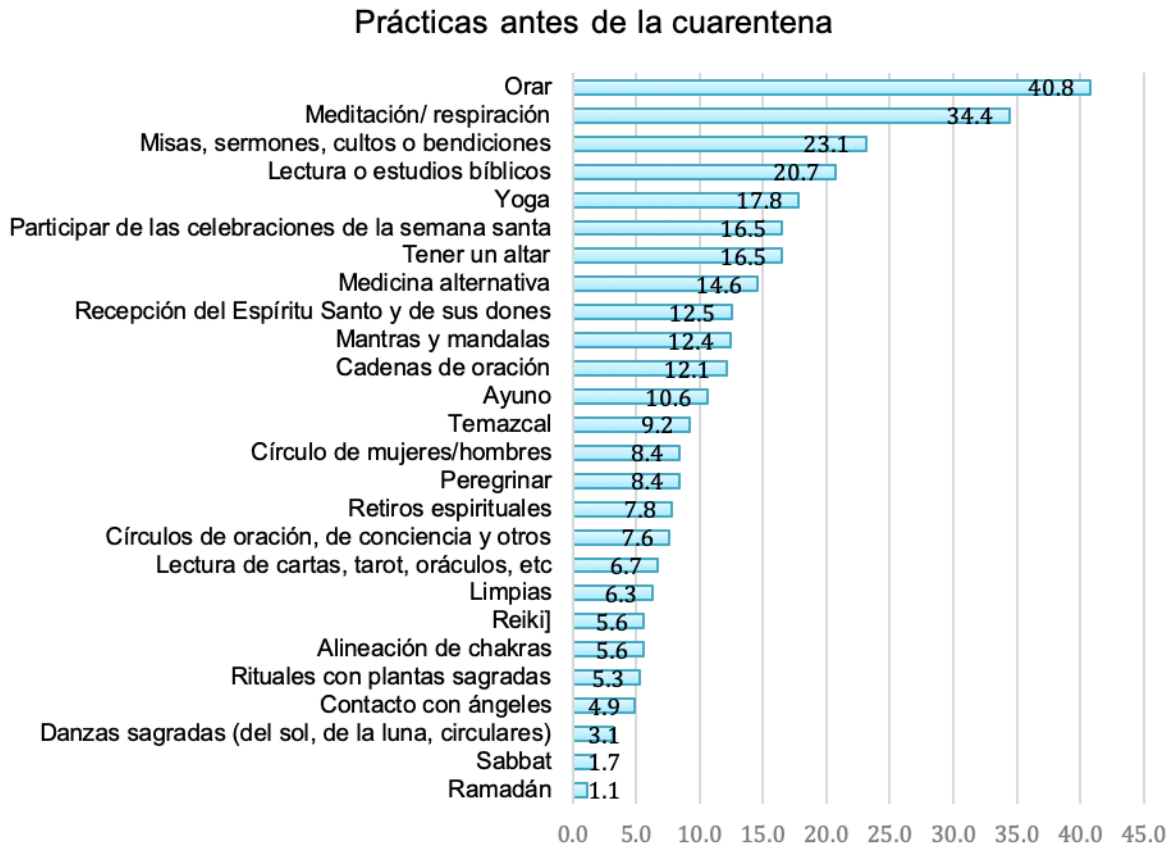
166 visualizaciones • 14 abr. 2020

6 0 COMPARTIR GUARDAR ...

207 suscriptores [SUSCRIBIRSE](#)

El siguiente video pretende ayudar a quienes por alguna circunstancia no pueden asistir físicamente a un temazcal pero quieren experimentar lo que ahí se vive. Con ayuda de tu imaginación podras crear un espacio para vivenciar un temazcal. Espero sea de tu ayuda.

IMAGEN 2. Meditación Temazcal, Youtube

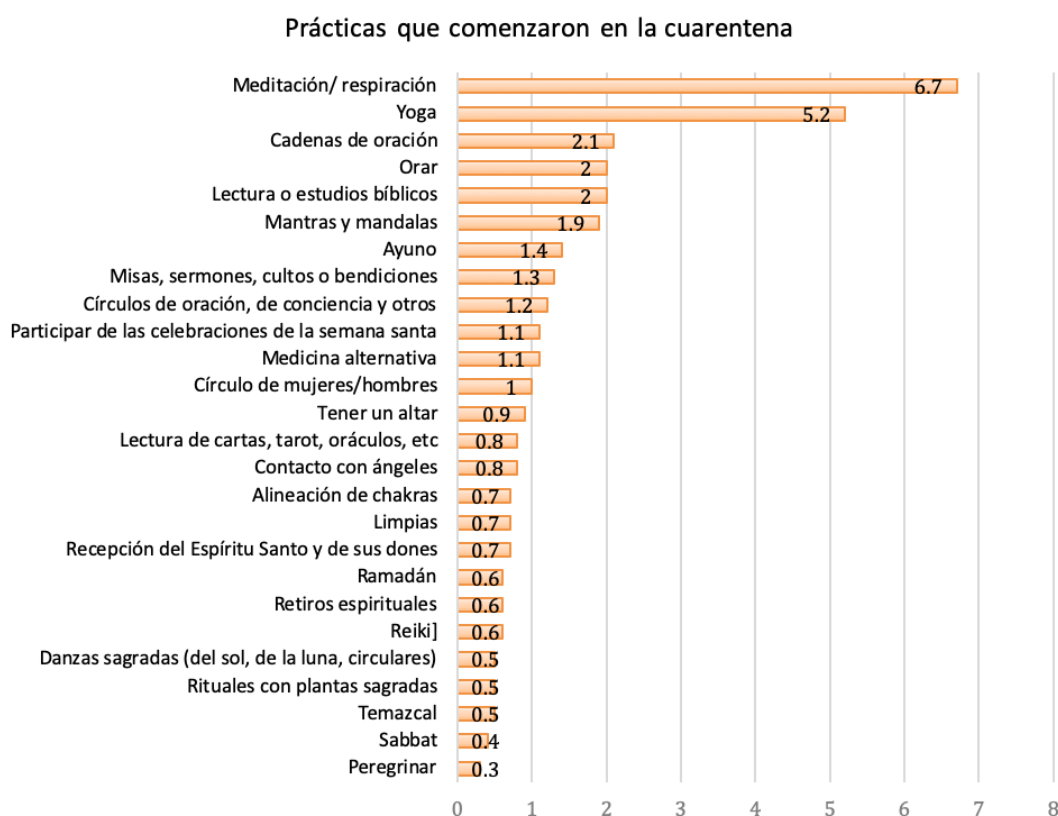
Gráfica 10. **Prácticas realizadas antes de la cuarentena. COBIRE 2020**

El bloque de prácticas que le sigue en forma descendente es, Lectura o estudios bíblicos (20.7%), Yoga (17.8%), Participar en celebraciones de semana santa (16.5%) y tener un altar (16.5%).

En relación a las prácticas que se comenzaron a realizar a partir del periodo de contingencia, se identifica una frecuencia menor con respecto a las que refieren realizar desde antes. Aún así, cada una de las prácticas de la lista fueron seleccionadas por alguna persona para indicar que la habían iniciado en la cuarentena. Con respecto al total de participantes en la encuesta, Meditación/ Respiración (6.7%) y Yoga (5.2%) fueron las dos prácticas referidas con mayor frecuencia de las que se comenzaron a realizar durante la contingencia. Si bien ambas derivan de prácticas religiosas milenarias en oriente, no necesariamente toman un sentido religioso para todos los practicantes

en México, pues la occidentalización de este tipo de prácticas en algunos casos ha derivado en su secularización. Otro aspecto importante para reflexionar en relación con posible incremento de este tipo de prácticas durante el periodo de confinamiento está asociado a la facilidad con que se pueden adaptar para llevarse a cabo en el ámbito privado y sin formar parte de algún colectivo.

Gráfica 11. **Prácticas que se iniciaron en la cuarentena. COBIRE 2020**



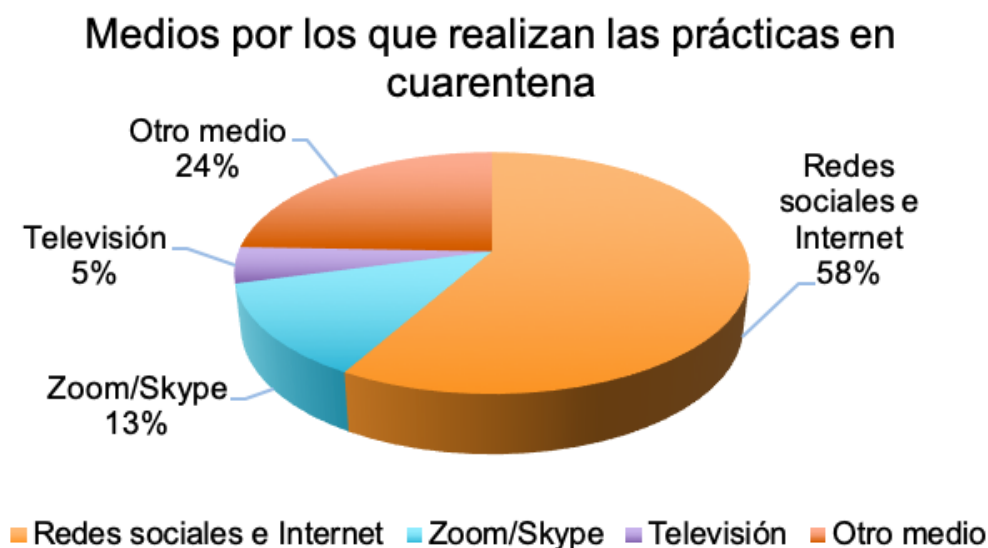
Posteriormente se identifican las Cadenas de oración (2.1%), Orar (2%) y en una misma posición Lectura o estudios bíblicos (2%) y Mantras/mandalas (1.9%). Mientras que en las referidas con menor frecuencia se encuentra Temazcal (.5%), Sabbat (.4%) y Peregrinar (.3%). Las cuales evidentemente, debido a las estrategias de prevención de contagios y mitigación del virus, imponían más dificultades para llevarse a cabo.

En cuanto a las prácticas que fueron agregadas por los participantes, distintas a las proporcionadas en el listado de la encuesta, se pueden categorizar en dos grupos. Considerando el universo total de participantes en la encuesta, el primer grupo es el de otras prácticas no religiosas (4.4%), entre las que se encuentran principalmente actividades físicas, artísticas, formativas, ocupacionales, de entretenimiento y psicoterapéuticas. El segundo grupo son prácticas religiosas (.8%), tales como cantos rituales, wicca, magia blanca, tai chi, qi gong, derivación nocturna y budismo, entre otros.

14. Desplazamiento de las prácticas religiosas al ámbito virtual

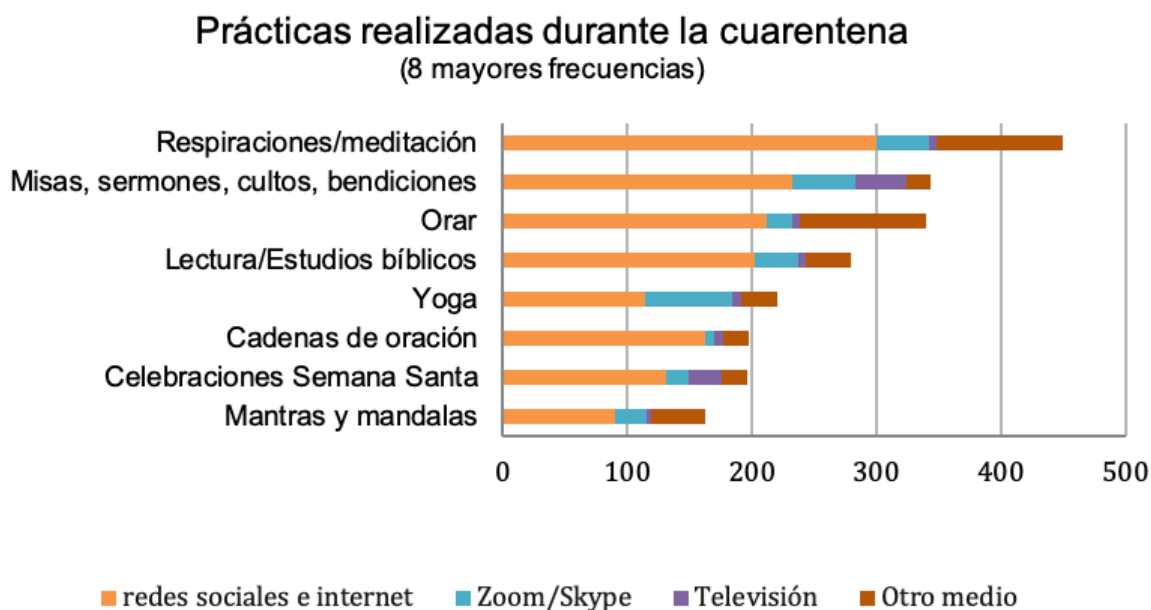
La contingencia sanitaria y las medidas de sana distancia implicó, entre otros aspectos, el cierre de espacios de culto. Las actividades religiosas y espirituales que se realizaban en espacios colectivos debieron trasladarse entonces al ámbito doméstico, ya sea para su realización individual -o en compañía de quienes residen en el mismo hogar-, o bien para su realización colectiva por medios virtuales. Así, esta pregunta buscaba explorar específicamente el desplazamiento de las prácticas religiosas y/o espirituales al ámbito virtual para conocer en qué medida y hacia cuáles medios habían sido desplazadas. Para ello, se presentó una lista de 26 prácticas o actividades, y para cada una de ellas, el encuestado podía responder si las realizaba por: 1) Redes sociales en internet, 2) Televisión, 3) Zoom o Skype, 4) Otro medio. También tenía la posibilidad de agregar otra práctica, señalando el medio.

En primer lugar, destaca que 1750 personas no respondieron esta pregunta. y 162 declararon no realizar ninguna práctica, lo que en conjunto acumula 1912 casos (61.8%). Adicionalmente, entre quienes sí respondieron, hubo 80 personas (2.6%) que señalaron realizar únicamente actividades no religiosas (e.g. ejercicio, terapia psicológica), por lo que únicamente 1101 (35.6%) personas declararon la realización de prácticas religiosas o espirituales durante la cuarentena y señalaron por qué medio las realizan.

Gráfica 12. **Medios por los que se realizan las prácticas en la cuarentena. COBIRE 2020**

Debido a que cada persona podía referir más de una práctica, en total, se registraron 3526 prácticas. Del total de prácticas reportadas, 2048 (58.1%) se realizaron por redes sociodigitales o internet; 446 (12.6%) por Zoom o Skype, únicamente 170 (4.8%) por televisión, y 862 (24.2%) por otro medio no siempre especificado.

Las prácticas religiosas más frecuentemente realizadas en modalidad virtual fueron Meditar y respirar, referido 450 veces correspondiendo al 12,8% de todas las prácticas referidas; en seguida, Misas, sermones, cultos, bendiciones 344 (9.8%), Orar 340 (9.6%) y Lectura de la Biblia / Estudios Bíblicos 280 (7.9%), siendo 8 prácticas las que alcanzaron más de 200 menciones.

Gráfica 13. **Prácticas religiosas realizadas durante la cuarentena de manera virtual. COBIRE 2020**

Es interesante observar que algunas de las prácticas que tradicionalmente se realizan manera presencial, como asistir a misa o participar en estudios bíblicos, obtuvieron mayores menciones que otras que desde su origen están pensadas para realizarse de manera virtual, como las cadenas de oración.

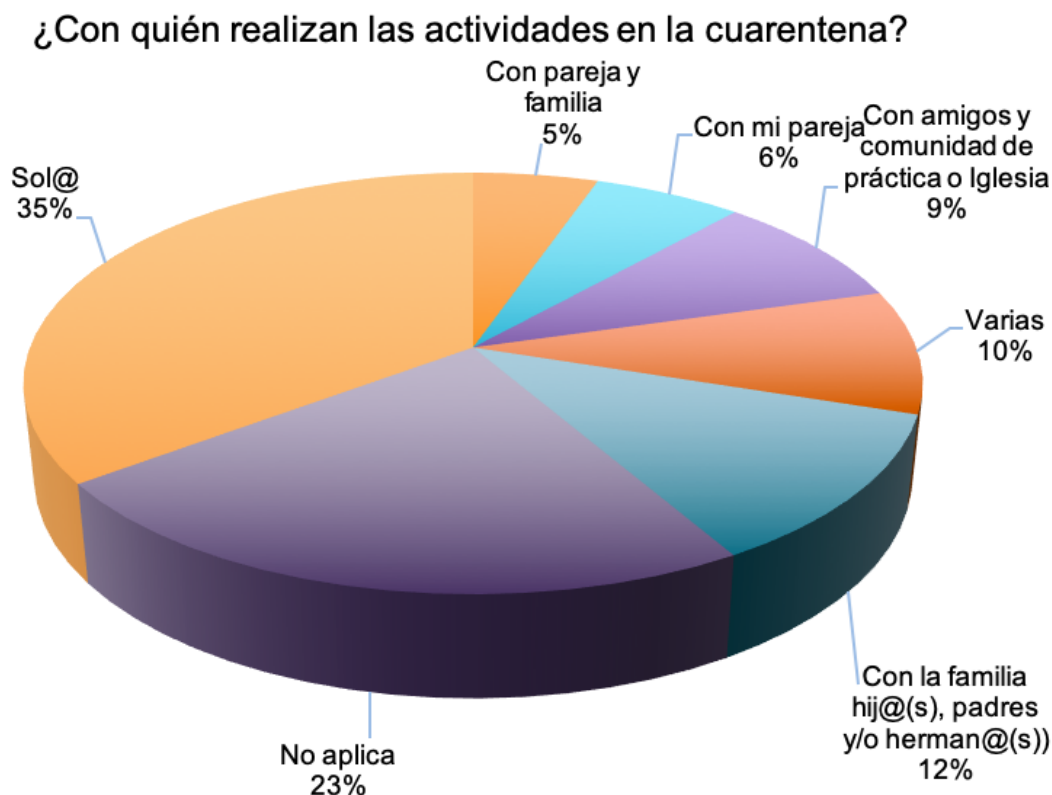
En conjunto, estos resultados nos permiten constatar un desplazamiento de algunas actividades religiosas del ámbito presencial al virtual, predominando las redes sociodigitales, tanto en prácticas religiosas asociadas a denominaciones de larga tradición, como en modalidades de más reciente introducción en nuestro país.

Finalmente, para la práctica del Yoga (quinta práctica más mencionada en esta pregunta) conviene recordar que a pesar de su origen religioso/espiritual, es probable que una proporción importante de quienes lo mencionaron, la realicen únicamente con la intención de realizar ejercicio, o como una práctica de cuidado personal que permite disminuir el estrés y aportar bienestar.

15. Con quién se realizan prácticas de bienestar en la cuarentena

A fin de conocer con quién se realizan las actividades que se comenzaron en la cuarentena, se hizo la pregunta con posibilidad de responder más de una opción entre un abanico de nueve, que incluían: sol@, Con familia (distintos miembros), amigos, pareja, compañeros de comunidad o Iglesia y No aplica. Cabe mencionar que el 23.1% respondió *No aplica* o bien, dejó la respuesta en blanco. Las respuestas restantes se agruparon en cinco grupos relevantes y los porcentajes se calcularon con base en el universo completo, es decir de 3093 personas. Tal como se muestra en la gráfica, 35.% realiza estas actividades sol@; le siguen con 11.6% aquellos que las realizan con la familia (hij@(s), padres y/o herman@(s)) y en la misma proporción con pareja y familia 11.6%. Mientras que la categoría Con amigos y comunidad de práctica o Iglesia alcanzó un 8.9%, hubo un 9.5% de personas que refirió de cuatro a más opciones de las enlistadas.

Gráfica 14. **Con quién se realizan las actividades en la cuarentena. COBIRE 2020**

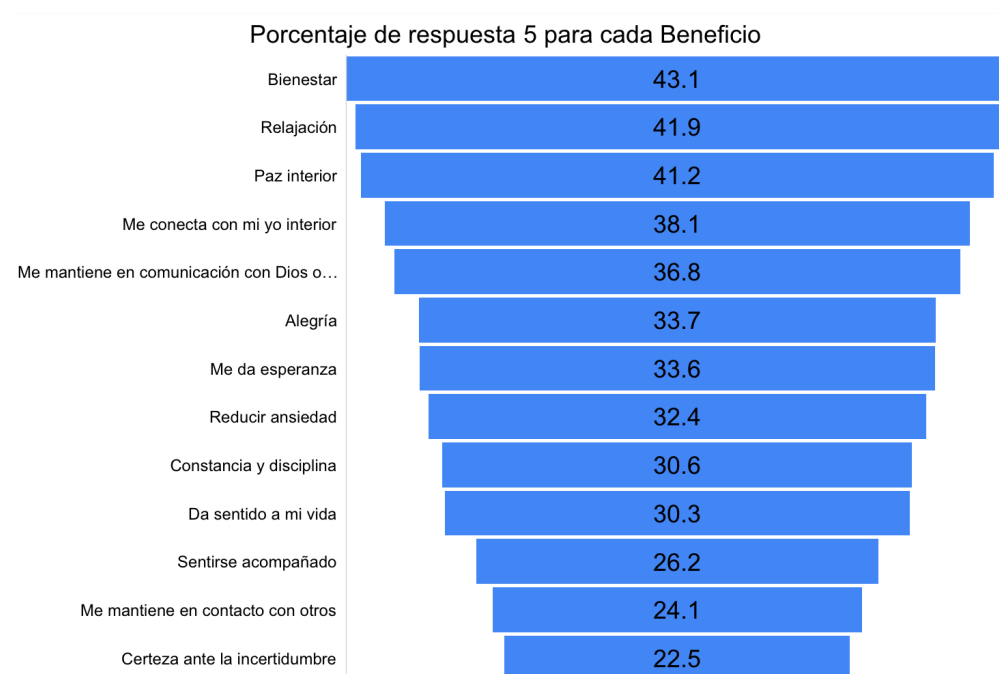


16. Beneficios

Como parte de nuestros intereses, queríamos explorar cuáles son los principales beneficios que las personas encuestadas obtienen al llevar a cabo las actividades que han expresado realizar. En éstas enlistamos la reducción de ansiedad, el acompañamiento, la esperanza, la paz interior, el bienestar en general, la comunicación con lo sagrado, entre otras. Para hacer esta exploración, recurrimos a la escala de Likert para conocer estas valoraciones. Al igual que la pregunta relacionada con los sentimientos (sección 2), las respuestas obtenidas se presentan a partir de dos miradas, una centrada en cuáles son los beneficios que se experimentan con mayor intensidad (aquellos que obtuvieron mayores porcentajes a partir de la escala 1 nunca - 5 siempre) y la segunda a partir de los promedios obtenidos en la lista de beneficios considerados.

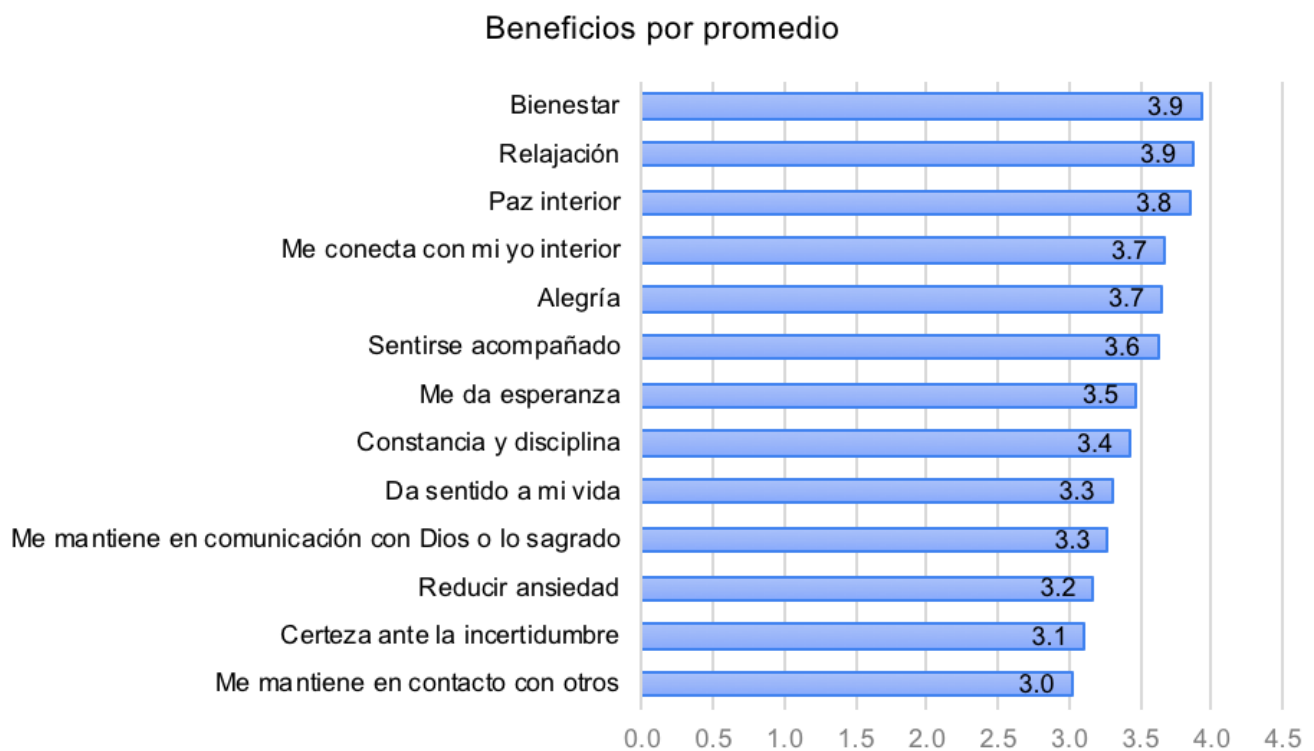
De acuerdo con los resultados obtenidos, las prácticas realizadas han representado grandes beneficios para las personas, viéndose reflejado en los porcentajes del grado 5 de la escala, donde las opciones más representativas fueron: la sensación de bienestar (43.05%), relajación (41.9%), paz interior (41.19%), conexión con el yo interior (38.11%) y la comunicación con Dios o lo sagrado (36.84%).

Gráfica 15. **Porcentajes de Respuesta "siempre" sobre Beneficios de las prácticas**



Por su parte, atendiendo a los promedios por cada uno de los beneficios considerados, observamos que todas las opciones se encuentran en un rango entre 3.02 y 3.92, superando el valor medio de la escala. En este sentido, hay una correspondencia de los promedios con los porcentajes obtenidos desde la escala mayor en cuatro de las opciones (la sensación de bienestar, la relajación, la paz interior y la conexión con el yo interior) teniendo una variación importante, ya que la quinta opción en promedio es la alegría, desplazando el mantenerse en comunicación con Dios o lo sagrado al décimo sitio, sólo seguido de la reducción de ansiedad, la certeza y el contacto con otros.

Gráfica 16. **Beneficios de prácticas por promedio**



17. Prácticas para sentirse a salvo o protegido.

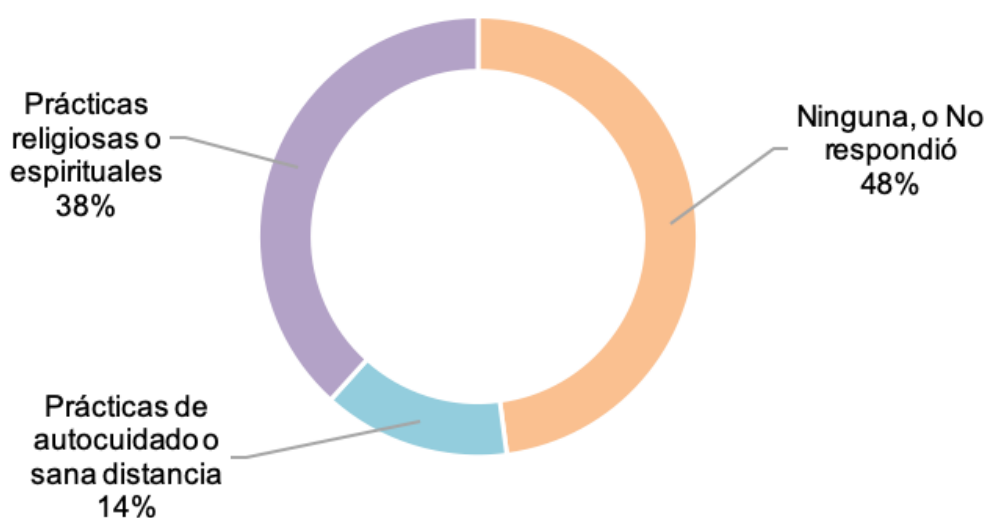
La última pregunta buscaba identificar qué prácticas -religiosas o espirituales- aportan un sentimiento de protección a los encuestados. Se definieron 18 prácticas, agregándose la posibilidad de añadir otras en formato libre.

El primer dato interesante, consiste en que del total de 3093 personas que respondieron la encuesta, únicamente el 63.9% respondió esta pregunta. Si bien no es posible conocer con certeza el motivo por el que el 36.1% restante se abstuvo de responder, es razonable pensar que para ellos, ninguna de las prácticas mencionadas les aportarían -en caso de ser realizadas- un sentimiento de protección. Adicionalmente, entre las personas que sí respondieron la pregunta, 2.2% señalaron explícitamente que ninguna de las prácticas señaladas les genera seguridad, que no tienen temor, o que no necesitan sentirse a salvo, de manera que ambos grupos juntos acumularían un 38.3%. Un segundo dato relevante, consiste en que entre las 1977 personas que respondieron esta pregunta, 13.8% no seleccionaron ninguna práctica religiosa y, en cambio, señalaron que son las medidas de cuidado, prevención y sana distancia las que les producen un sentimiento de protección o les ayudan a sentirse a salvo. Además de la importancia numérica de esta opción, que prioriza las prácticas que se derivan del conocimiento científico y las recomendaciones médicas, esta opinión se ve reforzada con los comentarios agregados en esta sección.

Debido a que el diseño de esta pregunta permitía respuestas múltiples, una misma persona podría haber respondido sentirse a salvo o protegido con prácticas religiosas y con prácticas de autocuidado o sana distancia. Esto, sin embargo, no ocurrió: las respuestas muestran claramente tres grupos diferenciados, en donde uno de ellos (38.3%) no respondió sentirse protegido por ninguna de las prácticas señaladas (o señaló explícitamente no sentirse protegido); un segundo grupo declara sentirse protegido siguiendo las medidas recomendadas por la ciencia (13.8%), mientras que el resto (47.9%) seleccionó una, o varias de las opciones presentadas, o agregó otra práctica de carácter religioso o espiritual.

Gráfica 17. **Prácticas que aportan un sentimiento de protección. COBIRE 2020**

Prácticas que aportan un sentimiento de protección (Personas, por tipo de respuesta)



Ahora bien, debido a que cada persona podía responder sentirse a salvo o protegido por más de una práctica, para el grupo que sí declaró sentirse protegido por prácticas religiosas o espirituales, se obtuvo un total de 4876 prácticas seleccionadas. Entre ellas, la de mayor porcentaje (44.8%) es el encomendarse ya sea a Dios, Diosa, Ser creador, Jesús, la Virgen, Santos, Seres sagrados, espíritus o ángeles. En segundo lugar, aparece rezar o hacer oración (20,8%). El tercer puesto corresponde a beber infusiones o preparaciones con plantas sagradas (5.6%), seguido de usar amuletos, cuarzos, lociones o bálsamos (4.8%). El quinto puesto corresponde a prender veladoras (4.2%). Con frecuencias menores, aparecen invocar espíritus (4%), leer la Biblia (3.8%), y hacer o participar en misas (3.3%). Las demás opciones, no superaron las 125 respuestas. Todas ellas, junto con las otras señaladas en el espacio libre (sin considerar las de autocuidado o sana distancia), acumularon 379 respuestas (4.5%).

Gráfica 18. **Tipo de prácticas que generan sentimiento de protección. COBIRE 2020**

Prácticas religiosas o espirituales que generan sentimientos de protección

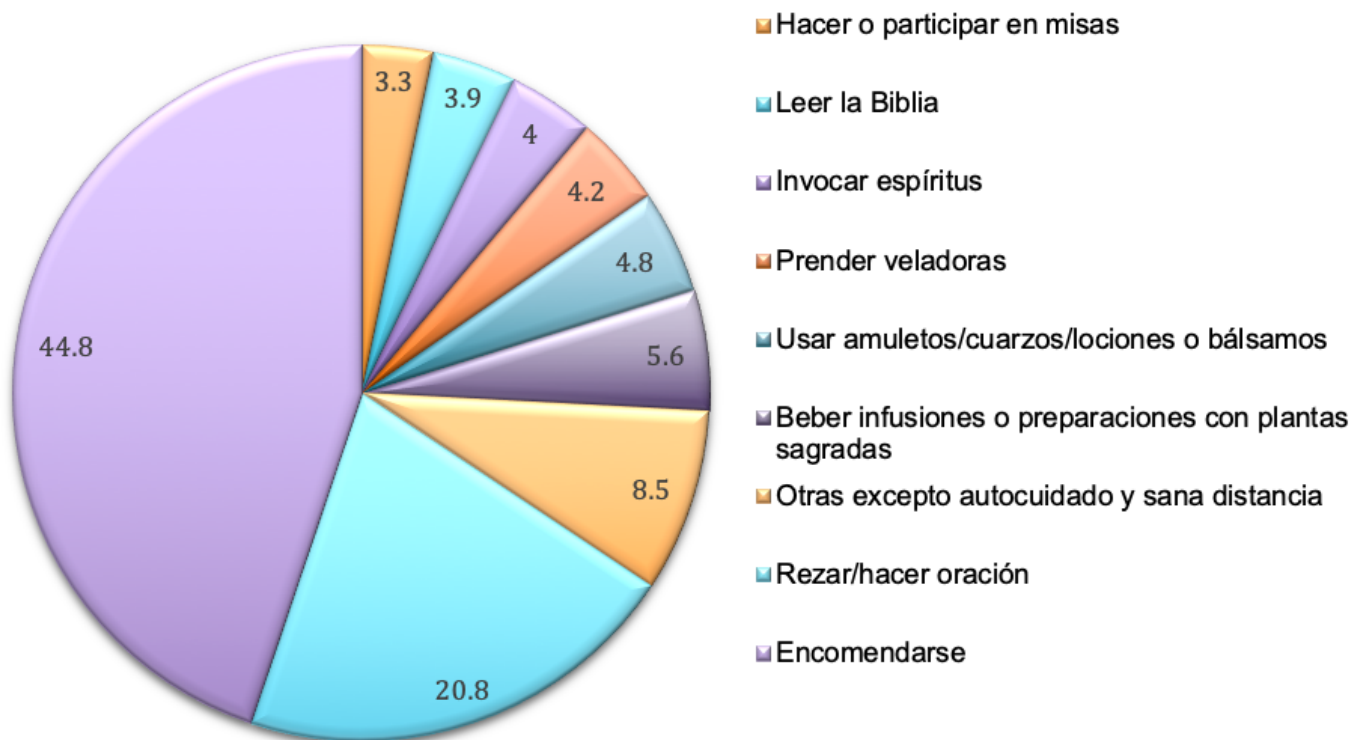




FOTO 2. Hugo Borges.

CONCLUSIONES

La encuesta COBIRE respondió al reto metodológico de indagar, de manera inmediata y empleando únicamente los medios digitales que permitían las normas de sana distancia, en la forma en que las prácticas religiosas y/o espirituales estaban siendo movilizadas por los individuos como recursos ante los sentimientos y emociones provocados por la contingencia sanitaria.

Llama la atención que a pesar de no existir ningún incentivo para responder el cuestionario y que su circulación estuvo limitada a 38 días, se obtuvo un importante número de respuestas (3093), lo que nos lleva a pensar que el tema abordado resultó de interés para una proporción importante de quienes lo recibieron. Asimismo, este ejercicio permitió constatar algunas ventajas y limitaciones del uso de redes sociodigitales para el levantamiento de encuestas. Entre ellas destaca, por una parte, que se logró un amplio número de respuestas en un tiempo corto y respetando las medidas de distanciamiento social; por otra parte, el perfil de quienes respondieron se orientó acentuadamente hacia personas con un grado de escolaridad muy superior al promedio nacional (85.5% de encuestados con estudios profesionales), y se obtuvo una mayor participación de mujeres (70%).

Pese a ello, la encuesta COBIRE permite una primera aproximación a las percepciones y sentimientos motivados por la contingencia sanitaria, así como a algunas de las características que adquieren las prácticas religiosas y/o espirituales en este contexto, destacando la traslación de prácticas al ámbito digital.

Sin olvidar que se trata de una muestra no representativa de la población nacional, es interesante observar una importante orientación hacia sistemas interpretativos basados en la ciencia (por ejemplo, en la percepción sobre origen de la pandemia), que convive con la realización de diversas actividades de tipo religioso o espiritual.

Se trata de una población que prefiere los medios digitales para informarse, pero atribuye una mayor autoridad a la palabra de autoridades de gobierno y científicas, desestimando tanto los discursos emanados de las autoridades religiosas, como los provenientes de youtubers o influencers. En concordancia, la casi totalidad de quienes respondieron consideran que el COVID es una enfermedad provocada por un virus y no se adhieren a explicaciones religiosas sobre el origen de la pandemia, pero no por ello quedan excluidas algunas interpretaciones holísticas o de búsqueda de un equilibrio con la naturaleza, que se reflejan en expresiones como “el ser humano es el verdadero virus” (44.5%) o “es un mecanismo de la naturaleza para equilibrar las cosas” (33.4%). La visión científica del COVID también coexiste con explicaciones de tipo conspirativo, mostrando nuevamente que el grupo encuestado abreva de orientaciones diversas y rige su pensar y actuar entrelazando diversos sistemas explicativos.

Como era previsible, la encuesta permite constatar que la contingencia sanitaria produce sentimientos de incertidumbre, preocupación o ansiedad, que con seguridad deterioran el bienestar de las personas, pero interesantemente, también suscita esperanza y optimismo. Ahora bien, resulta interesante observar que estas emociones y sentimientos no necesariamente orientan a las personas a buscar protección en el ámbito de las creencias religiosas, encontrando el sentimiento de estar a salvo en el cumplimiento de las recomendaciones emitidas por especialistas.

La población encuestada realizaba, desde antes del inicio de la contingencia sanitaria, diversas actividades de orientación religiosas tradicionalmente asociadas, por una parte, al catolicismo (misas, sermones, tener un altar), pero también reportan actividades asociadas a nuevas corrientes religiosas/espirituales, como la meditación o el yoga. Esta distribución es consistente con el perfil identificado entre quienes respondieron el cuestionario, confirmando una mayor realización de actividades no religiosas por quienes han alcanzado un mayor nivel de escolaridad, pero además confirma que la no adscripción a una religión específica puede acompañarse de la realización de prácticas espirituales diversas. Destaca que son precisamente las prácticas religiosas/espirituales no tradicionales las que se incrementan con el inicio de la Jornada Nacional de Sana Distancia, junto con otras prácticas de cuidado personal.

Debido a la recomendación de permanecer en casa, así como al cierre temporal de espacios de culto, no es sorprendente que algunas de las prácticas religiosas realizadas por los encuestados hayan transitado del ámbito presencial al virtual. La encuesta COBIRE permite observar que este tránsito se realiza particularmente hacia el uso de redes sociodigitales, dejando en una segunda posición a plataformas de comunicación -como Zoom o skype- que pasan a ser otra vía nada desdeñable para la práctica religiosa. En un distante tercer lugar, queda el uso de la televisión para la realización de actividades religiosas.

Un cambio relevante y no esperado, consiste en observar la importancia que adquiere el ámbito familiar, al destacar la realización de prácticas religiosas en dicho ámbito, además de las realizadas de manera individual -siendo previsible que estas últimas se incrementaran por las medidas de confinamiento-. Será interesante observar si ante la reapertura progresiva de los lugares de culto, las actividades realizadas en familia ceden el espacio a las que se realizan con la comunidad de la iglesia o templo o los compañeros de práctica, o si prevalece la importancia de la práctica religiosa/espiritual en familia.

Sin olvidar que es solo una porción de los encuestados quienes realizan prácticas religiosas/ espirituales, conviene recordar que entre los beneficios que reportan obtener de ellas, destaca el bienestar, la relajación y la paz interior. Así, el grupo poblacional representado en esta encuesta, aún declarándose mayoritariamente católico, parece representar bien una tendencia de búsqueda de bienestar, armonía y búsqueda de plenitud en estas actividades. Para ello, se articulan los recursos que aporta la ciencia, con algunas prácticas, tanto religiosas como espirituales.

Finalmente, conviene reiterar que la población encuestada no es representativa de la población mexicana en su conjunto. Por ello, más adelante se procederá al trabajo más fino de los resultados obtenidos por COBIRE; por una parte, mediante un análisis post estratificado que pueda reflejar mejor a la población en su conjunto, y por otra parte, al análisis específico de la población femenina con estudios de profesionales, para la que esta encuesta ofrece información de gran valor. Asimismo, será interesante contrastar los resultados obtenidos en México, con los encontrados por otros investigadores que han aplicado encuestas semejantes en otros países de América Latina.

ELABORADO POR

Nahayeilli Juárez Huet (CIESAS Peninsular), Rosario Ramírez Morales (CIESAS Occidente), Olga Olivas Hernández (EL COLEF), Olga Odgers Ortiz (EL COLEF).

Agradecemos a Yasodhara Silva Medina de Demoskópica México por la asesoría brindada en el procesamiento de datos y a Arcelia Paz Padilla (CIESAS Occidente) por todo su apoyo técnico.

FECHA DE PUBLICACIÓN: 17 de julio de 2020

FOTOGRAFÍA EN PORTADA: Hugo Borges.

DESCARGO DE RESPONSABILIDAD: Las visiones expresadas en esta publicación son responsabilidad exclusiva de los autores, en este sentido, no representan la visión institucional de El Colegio de la Frontera Norte, A.C.

BIBLIOGRAFÍA

Encuesta Nacional sobre Creencias y Prácticas Religiosas en México ENCREER/ RIFREM 2016

INEGI. Censo de Población y Vivienda, 2010.

INEGI. Censo de Población y Vivienda, 2015

Gutiérrez Zúñiga, Cristina, 2007, "*Población sin religión*", en De la Torre Renée y Cristina Gutiérrez Zúñiga (coords.), *Atlas de la diversidad religiosa en México*, Ciudad de México, coljal/colef/ciesas/colmich/segob/Universidad de Quintana Roo/conacyt, pp. 116–123.

Hernández Hernández, Alberto, Cristina Gutiérrez Zúñiga y Renée de la Torre, coordinación general, 2016 *Encuesta Nacional sobre Creencias y Prácticas Religiosas Encreer/ Rifrem 2016*. México: Conacyt-Rifrem-Colef-Coljal-Ciesas

Juárez Huet, et. al. "Sin Religión" en Hernández Hernández, et. al. *Encuesta Nacional sobre Creencias y Prácticas Religiosas Encreer/ Rifrem 2016*. México: Conacyt-Rifrem-Colef-Coljal-Ciesas (en prensa)]

Mora, Carlos, 2017, *Crear sin iglesia y practicar sin Dios: población sin religión en el contexto urbano y rural de México en los albores del Siglo XXI* (El Colegio de México). Link: http://ces.colmex.mx/pdfs/tesis/tesis_mora_duro.pdf