

PERCEPCIÓN PSICOLÓGICA DEL TIEMPO, PANDEMIA Y EDAD

Brenlla, Maria Elena; Fernández Da Lama, Rocío Giselle; Germano, Guadalupe; Seivane, Mariana Soledad
Pontificia Universidad Católica Argentina. Buenos Aires, Argentina.

RESUMEN

El objetivo del presente trabajo fue evaluar y comparar la percepción del paso del tiempo y la perspectiva temporal predominante en distintos grupos de personas adultas. Para ello, se llevó a cabo un estudio descriptivo y comparativo, con un diseño de investigación cuantitativo no experimental y transversal, y de alcance descriptivo y correlacional. La muestra estuvo compuesta por 753 adultos de entre 18 y 65 años, residentes de zonas urbanas de Buenos Aires quienes respondieron un formulario on-line en el que se indagó la percepción subjetiva del tiempo y variables sociodemográficas. Los resultados muestran que las personas distorsionaron sus percepciones del paso del tiempo durante el aislamiento y que dichas distorsiones fueron diferenciales según edad, ya que se registró un efecto de aceleramiento para los más jóvenes y de enlentecimiento para los mayores, probablemente asociados a la soledad y el aislamiento exacerbados por el contexto de pandemia. En cambio, en cuanto a los rasgos referidos a la perspectiva temporal, el patrón fue el esperable; vale decir, mayor tendencia al hedonismo y a valorar el presente más que el futuro en los grupos más jóvenes. Estos hallazgos son discutidos a la luz de las teorías sobre psicología del tiempo.

Palabras clave

Percepción del tiempo - Perspectiva temporal - Pandemia - Edad

ABSTRACT

PSYCHOLOGICAL TIME, PANDEMIC, AND AGE

The main objective of this work was to evaluate and compare the perception of the passage of time and the predominant time perspective in different groups of adults. A descriptive and comparative study was carried out, with a non-experimental and cross-sectional quantitative research design, with a descriptive and correlational scope. The sample consisted of 753 adults between 18 and 65 years old, residents of urban areas of Buenos Aires who answered an online form in which the subjective perception of time and sociodemographic variables were investigated. The results show that people distorted their perceptions of the passage of time during lockdown and that these distortions were differential according to age. An acceleration effect was recorded for the youngest and a slowdown for the elderly, probably associated with loneliness and isolation exacerbated by the pandemic context. On the other hand, in terms of the features referring to the time perspective, the pattern was the one

expected: a greater tendency to hedonism and to value the present more than the future in the younger groups. These findings are discussed in the light of theories on psychological time.

Keywords

Time perception - Time perspective - Pandemic - Age

Introducción

El 11 de marzo de 2020 la Organización Mundial de la Salud declaró la pandemia por COVID-19. A partir de ese momento a lo largo y ancho del mundo se han implementado diferentes medidas para prevenir la propagación del virus. En Argentina se implementó el aislamiento social preventivo y obligatorio (ASPO). Se estableció que todas las personas que se encontraran en el país debían permanecer en sus residencias habituales o en el lugar en que se encuentren y abstenerse de concurrir a sus lugares de trabajo por un plazo determinado. Únicamente estaban habilitados a salir de sus hogares aquellos trabajadores <> (personal de salud, fuerzas de seguridad, etc.). Asimismo, se prohibió el desplazamiento por rutas, vías y espacios públicos, con el objetivo de prevenir la circulación y el contagio del virus (Boletín Oficial de la República Argentina, 2020).

Al no contar con otras formas de prevención y cura, el ASPO cumpliría un rol de vital importancia para hacer frente a la situación epidemiológica y mitigar el impacto sanitario del COVID-19. Si bien a lo largo del año hubo diferentes cambios en las medidas implementadas, siempre hubo restricciones en la circulación y, exceptuando a los trabajadores esenciales, la mayoría de las personas cambiaron radicalmente su vida cotidiana, permaneciendo dentro de sus hogares la mayor parte del tiempo. En este sentido, la pandemia trajo consecuencias sanitarias, psicológicas, alimentarias, vinculares, económicas y sociales sin precedentes. El impacto en Argentina es multidimensional y no es homogéneo (Naciones Unidas Argentina, 2020). Este estudio se centró en consecuencias psicológicas del aislamiento. En particular, nos interesó conocer aspectos relacionados al tiempo psicológico.

El tiempo es un aspecto fundamental ya que estructura la vida de las personas. Fue y es un tópico relevante en la ciencia psicológica y existen numerosos estudios que lo abordan desde diversas perspectivas. Una de ellas es el estudio sobre la experiencia subjetiva del pasaje del tiempo. Sabemos que objetivamente el tiempo sucede en una línea constante en la cual, por ejemplo, una hora consta siempre de sesenta minutos o

3600 segundos. Es decir, que el tiempo tiene una duración física constante. Sin embargo, la experiencia personal del tiempo puede ser muy distante de la objetividad. Está influida por las actividades que se llevan a cabo y las emociones que se experimentan. Las investigaciones previas mostraron que la emoción, la capacidad cognitiva, la psicopatología y el consumo de sustancias pueden distorsionar la duración percibida de los eventos (Wearden et al., 2014). En forma palmaria, estudios recientes realizados en Francia e Inglaterra mostraron que la pandemia generó distorsiones en la percepción subjetiva del tiempo (Droit Volet et al., 2020; Ogden 2020, 2021). Especialmente en relación a la edad se encontró que las personas mayores percibieron el tiempo como más lento a diferencia de los sujetos más jóvenes (Ogden, 2020).

Otra variable de interés en el estudio de la psicología del tiempo es la perspectiva temporal. Ésta fue definida por Zimbardo y Boyd (1999) como “el proceso no consciente, mediante el cual el flujo de las experiencias personales y sociales se encuadran en categorías temporales que ayudan a dar orden, coherencia y significado a esas experiencias” (p. 1271). Las distintas experiencias sociales e individuales son codificadas en diferentes marcos temporales -pasado negativo, pasado positivo, presente hedonista, presente fatalista y futuro- y estos marcos ayudan a ordenar la experiencia y tiene consecuencias en los pensamientos, sentimientos y da sentido a las conductas de las personas. Diferentes estudios se dedicaron a indagar las diferencias según sexo y edad. Respecto al sexo no hay resultados consistentes, pero respecto de la edad, los estudios concuerdan en que los jóvenes están más orientados hacia el presente, mientras que la orientación al futuro va aumentando conforme incrementa la edad (Brenlla et al., 2016; Diaz-Morales, 2006; Oyanadel & Buela-Casal, 2011). Asimismo, un estudio reciente evaluó la perspectiva temporal y puso de manifiesto que la capacidad de las personas de cambiar su marco temporal es un aspecto clave para entender el ajuste psicológico a la pandemia (Loose et al., 2021).

A partir de los antecedentes, surgieron las siguientes preguntas: ¿cómo se percibe y vivencia el tiempo en épocas de pandemia en Argentina? ¿es de la misma manera para los jóvenes que para los mayores?

Estas preguntas definen el propósito esencial de este estudio que consiste en evaluar y comparar la percepción del paso del tiempo y la perspectiva temporal predominante en distintos grupos de personas adultas.

Método

Este trabajo se enmarcó en un tipo de estudio descriptivo y comparativo, con un diseño de investigación cuantitativo no experimental y transversal, y alcance descriptivo y correlacional (Hernández Sampieri & Mendoza Torres, 2018).

Participantes

Se utilizó un muestro no probabilístico. La muestra total ($N=753$) incluyó adultos de entre 18 y 65 años ($M=34.41$; $SD=15.45$), 59% mujeres, residentes de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires (43%) y provincia de Buenos Aires (57%).

Instrumentos

- Datos sociodemográficos. Cuestionario construido ad hoc en el que se indagó la edad, el sexo y el nivel máximo de educación alcanzado.
- Inventario de Perspectiva Temporal de Zimbardo (ZTPI). Evalúa la Perspectiva Temporal en cinco dominios: pasado negativo, pasado positivo, presente hedonista, presente fatalista, y futuro. Fue desarrollada por Zimbardo y Boyd (1999). Para este estudio se utilizó la adaptación del ZTPI breve para Buenos Aires (Germano & Brenlla, 2020). El instrumento cuenta con 29 ítems que se responden con cinco opciones de respuesta en escala tipo Likert.
- Percepción del paso del tiempo, satisfacción en interacción social y nivel de actividad física: se utilizaron las preguntas realizadas en el estudio inglés sobre pasaje del tiempo durante el aislamiento (Ogden, 2020). Para indagar por el paso del tiempo se utilizaron dos preguntas: ¿cuán rápido sentís que pasó el tiempo el día de hoy, comparado con antes del aislamiento?, y ¿cuán rápido sentís que pasó el tiempo esta semana, comparado con antes del aislamiento? Ambas se respondían con una escala Likert con cinco opciones de respuesta del 1 al 5 (1=Extremadamente lento; 7=Extremadamente rápido). Puntuaciones bajas indican una distorsión temporal donde el paso del tiempo es percibido como más lento, mientras que puntuaciones altas indican que el paso del tiempo es percibido como más rápido.

Procedimiento

Los participantes fueron contactados por correo electrónico y redes sociales. Se les envió un enlace a través del cual accedían al estudio. En primer lugar, se presentaba un consentimiento informado donde se explicaban las características del trabajo y se aseguraba la confidencialidad de los datos. Quienes aceptaban el consentimiento pasaban a responder los cuestionarios. El procedimiento completo llevó aproximadamente 20 minutos. Los datos fueron recogidos a través de herramienta Formularios de Google durante agosto del 2020.

Para el análisis de datos se utilizó el programa estadístico SPSS 25. Debido a que las variables principales no cumplieron con los criterios de normalidad y homocedasticidad, se emplearon técnicas de estadística no paramétrica. Con el fin de realizar comparaciones según edad, se segmentó la variable edad en tres categorías: a) adultos emergentes, 18 a 24 años ($n=340$); b) jóvenes adultos, 25 a 44 años ($n=147$); y c) adultos de mediana edad, 45 a 65 años ($n=266$) (Baikeli et al., 2021).

Resultados

En primer lugar, se calcularon los estadísticos descriptivos de las variables sociodemográficas y de todas las variables de interés (ver tabla 1). En relación a la perspectiva temporal, se puede observar que la media más alta fue en la dimensión futuro y la más baja en presente fatalista. Por otro lado, tanto en la percepción del paso del tiempo por día como por semana, se observan medias altas, indicando que la mayoría de las personas distorsionaron el tiempo percibiéndolo como más veloz que antes del aislamiento.

Tabla 1. Estadísticos descriptivos de Perspectiva Temporal y Percepción del paso del tiempo

		M (SD)
Perspectiva Temporal	Pasado Negativo	2.69 (.86)
	Presente Hedonista	3.10 (.74)
	Futuro	3.83 (.64)
	Pasado Positivo	3.73 (.58)
	Presente Fatalista	2.28 (.82)
Percepción del paso del tiempo	Por día	4.58 (1.64)
	Por semana	4.62 (1.51)

Para describir la percepción del pasaje del tiempo durante el aislamiento se presentan las distribuciones de las respuestas por día y por semana (figuras 1 y 2). Sobre el pasaje del tiempo por día, un 80.7% de los participantes distorsionó el tiempo. Un 28% percibió el paso del tiempo como más lento, mientras que un 52.7% lo percibió más rápido. Por semana la distorsión fue similar, reportando una percepción del paso del tiempo más lenta en un 35.9% de los casos, y más rápida en un 55.1% para el resto de los participantes.

Figura 1. Frecuencia de las respuestas según percepción del paso del tiempo por día

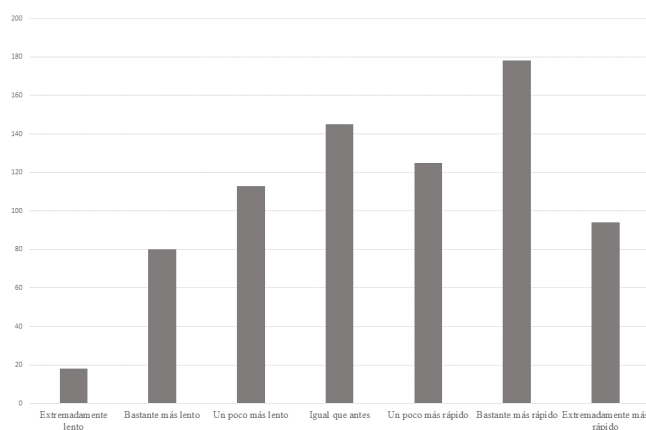
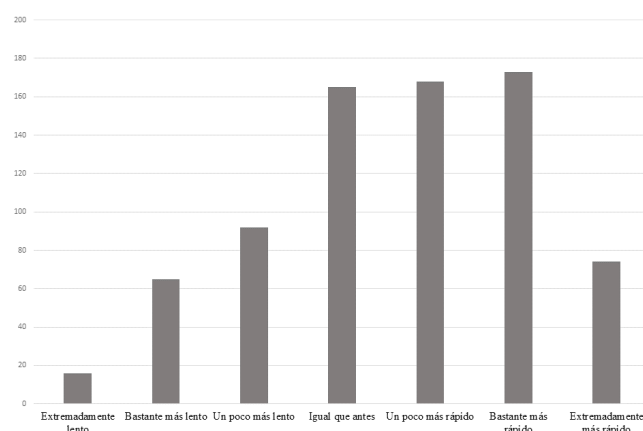


Figura 2. Frecuencia de las respuestas según percepción del paso del tiempo por semana



Para conocer las diferencias según grupos etarios en la percepción del paso del tiempo y la Perspectiva Temporal se realizó la prueba H de Kruskal-Wallis. Los resultados se muestran en la tabla 2.

Como puede observarse, se halló un efecto significativo de la edad en la percepción del paso del tiempo por día ($\chi^2_{(2)} = 19.73$; $p < .01$): los adultos de mediana edad presentaron una percepción del tiempo más lento en comparación a los adultos emergentes ($p < .01$) y a los adultos jóvenes ($p < .01$). No hubo diferencias significativas entre adultos emergentes y adultos jóvenes ($\chi^2_{(2)} = -28.49$; $p = .53$). Similarmente, se encontró un efecto significativo de la edad en la percepción del paso del tiempo por semana ($\chi^2_{(2)} = 13.46$; $p < .01$), ya que los adultos de mediana edad percibieron el tiempo como más lento en comparación con los adultos emergentes ($p < .01$) y con los jóvenes adultos ($p < .01$). No se hallaron diferencias significativas entre adultos emergentes y adultos jóvenes ($\chi^2_{(2)} = -10.92$; $p = 1$).

En relación con la perspectiva temporal, se encontró un efecto significativo de la edad en cuatro de las cinco dimensiones. Para Pasado Negativo ($\chi^2_{(2)} = 32.68$; $p < .01$), se halló que los adultos de mediana edad presentaron valores medios más bajos en esta dimensión que los adultos emergentes ($p < .01$) y que los adultos jóvenes ($p < .05$). No se registraron diferencias significativas para Pasado Negativo entre adultos emergentes y adultos jóvenes ($\chi^2_{(2)} = 46.23$; $p = .93$). Para el Presente Hedonista ($\chi^2_{(2)} = 64.53$; $p < .01$), se encontró que los adultos emergentes presentaron valores medios más altos que los adultos jóvenes ($p < .01$) y que los adultos de mediana edad ($p < .01$) en esta dimensión temporal. No se reportaron diferencias significativas entre los adultos jóvenes y los adultos de mediana edad ($\chi^2_{(2)} = 18.98$; $p = 1$). Para Futuro ($\chi^2_{(2)} = 31.11$; $p < .01$), se halló que los adultos emergentes presentaron valores medios más bajos que los adultos jóvenes ($p < .01$) y que los adultos de mediana edad ($p < .01$). No se encontraron diferencias significativas entre los adultos jóvenes y los adultos de mediana edad en esta dimensión temporal ($\chi^2_{(2)} = -22.13$; $p = .96$). Para Pasado Positivo

($\chi^2_{(2)} = 19.04$; $p < .01$), se registró que los adultos jóvenes presentaron valores medios más bajos que los adultos emergentes ($p < .01$) y que los adultos de mediana edad ($p < .01$). No se hallaron diferencias significativas entre los adultos emergentes y los de mediana edad ($\chi^2_{(2)} = 26.47$; $p = .40$). Finalmente, para la perspectiva temporal Presente Fatalista, no se encontraron diferencias significativas entre los grupos etarios considerados ($\chi^2_{(2)} = .536$; $p = .76$).

Tabla 2. Valores medios y desvío estándar para la percepción del paso del tiempo por día y por semana, la Perspectiva Temporal, la satisfacción en la interacción social, y el nivel de actividad física según grupos etarios

		Grupos etarios		
		Adultos emergentes	Adultos jóvenes	Adultos de mediana edad
Día	Media (SD)	4.70(1.64)	4.90(1.72)	4.25(1.53)
Semana	Media (SD)	4.73(1.50)	4.80(1.60)	4.37(1.46)
Pasado Negativo	Media (SD)	2.87(.85)	2.70(.89)	2.45(.81)
Presente Hedonista	Media (SD)	3.34(.69)	2.97(.74)	2.87(.73)
Futuro	Media (SD)	3.70(.65)	3.90(.62)	3.95(.61)
Pasado Positivo	Media (SD)	3.80(.58)	3.55(.57)	3.73(.56)
Presente Fatalista	Media (SD)	2.28(.80)	2.25(.78)	2.30(.85)

Se calcularon las correlaciones entre todas las variables de interés. Se encontraron varias correlaciones estadísticamente significativas. En la Tabla 3 se presentan los resultados.

Tabla 3. Coeficientes de correlación entre la percepción del paso del tiempo por día y por semana, la Perspectiva Temporal, la satisfacción en la interacción social, y el nivel de actividad física

	1	2	3	4	5	6	7
1.D.							
2.S.	.74**						
3.P. N.	-.00	.04					
4.P. H.	-.04	-.01	.28**				
5.F.	.00	-.02	-.18**	-.07*			
6.P. P.	-.07	-.10**	-.11**	.12**	.22**		
7.P. F.	-.06	-.04	.36**	.16**	-.22**	-.13**	
8. Ed.	-.15**	-.12**	-.20**	.26**	.17**	-.02	.03

Nota: D = Día; S = Semana; P.N.= Pasado Negativo; P. H.= Presente Hedonista; F.= Futuro; P.P.= Pasado Positivo; P.F.= Presente Fatalista; Ed. = Edad; * $p < .05$; ** $p < .01$.

Conclusiones y discusión

El objetivo principal de este estudio fue evaluar y comparar la percepción del paso del tiempo y la perspectiva temporal predominante en distintos grupos de personas adultas. Para ello, se analizaron las percepciones de perspectiva temporal y del paso del tiempo durante la pandemia en referencia a tres grupos de edad: adultos emergentes, jóvenes y medios.

En relación con la percepción del paso del tiempo, la mayor parte de los entrevistados (81%) indicó distorsiones en la percepción del paso de un día o una semana durante la pandemia comparado con antes de ella. Aunque no fue objetivo de este estudio analizar las diferencias culturales, llama la atención que si bien en Francia, Gran Bretaña e Italia también se registraron estas distorsiones (Droit-Volet et al., 2020; Ogden 2020, 2021). No obstante, la dirección de ellas fue de distinta cualidad: comparados con Argentina, los europeos tuvieron una percepción del paso del tiempo más lenta que la reportada aquí.

En términos globales los resultados obtenidos en este estudio muestran que más de la mitad de los entrevistados tuvo la sensación de que el tiempo le pasó más rápido durante la cuarentena. Pero también se observó que los adultos de mediana edad presentaron una percepción del tiempo más lento en comparación con los adultos emergentes y con los adultos jóvenes. Estos resultados coinciden con los registrados por Ogden (2021) quien también encontró este patrón de percepción de más lentitud conforme avanzaba la edad.

Con referencia a las tendencias predominantes de perspectiva temporal, puede indicarse que los adultos de mediana edad presentaron menor tendencia al Pasado Negativo y que los adultos emergentes, el grupo entrevistado más joven, presentó puntuaciones más altas en Presente Hedonista y más bajas en Futuro. Estos resultados coinciden en forma general con estudios previos clásicos (Fraisse, 1984) y más actuales (Brenlla et al., 2016; Diaz-Morales, 2006) y refuerzan la idea de que la perspectiva temporal es un rasgo de personalidad, que puede fluctuar según la situación pero que presenta las características de estabilidad y consistencia propias de los rasgos.

Entre las limitaciones de este trabajo se incluye no haber evaluado a personas mayores a 65 años para conocer si el efecto de enlentecimiento del paso del tiempo se confirma en las personas más grandes. Por otro lado, no se tomaron características de personalidad o sociodemográficas que podrían funcionar como variables explicativas de las diferencias halladas en perspectiva temporal y percepción subjetiva del tiempo.

En conclusión, los resultados de este estudio muestran que las personas distorsionaron sus percepciones del paso del tiempo durante la cuarentena y que dichas distorsiones fueron diferenciales según edad, ya que se registró un efecto de aceleramiento para los más jóvenes y de enlentecimiento para los mayores, probablemente asociados a la soledad y el aislamiento exacerbados por el contexto de pandemia. En cambio, en cuanto a los rasgos referidos a la perspectiva temporal, el patrón fue el

esperable; vale decir, mayor tendencia al hedonismo y a valorar el presente más que el futuro en los grupos más jóvenes.

BIBLIOGRAFÍA

- Baikeli, R., Li, D., Zhu, L., & Wang, Z. (2021). The relationship between time perspective and meaning in life across different age stages in adulthood. *Personality and Individual Differences, 174*, 110668. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.110668>
- Boletín Oficial de la República Argentina (19 de marzo de 2020). *Legislación y Avisos Oficiales*. <https://www.boletinoficial.gob.ar/detalleAviso/primer/227042/20200320>
- Brenlla, M. E., Willis, B., & Germano, G. (2016). Estimación del tiempo y perspectiva temporal en distintas etapas de la adultez. *Investigaciones en Psicología, 21*(1), 27-34.
- Díaz-Morales, J. F. (2006) Estructura factorial y fiabilidad del inventario de perspectiva temporal de Zimbardo. *Psicothema, 18*(3), 565-571.
- Droit-Volet, S., Gil, S., Martinelli, N., Andant, N., Clinchamps, M., Parreira, L., ... & Duthel, F. (2020). Time and Covid-19 stress in the lockdown situation: Time free, «Dying» of boredom and sadness. *PloS one, 15*(8), e0236465.
- Germano, G., & Brenlla, M. E. (2020). Versión Abreviada del Inventario de Perspectiva Temporal de Zimbardo para Buenos Aires. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación-e Avaliação Psicológica, 2*(55), 71-87. <https://doi.org/10.21865/RIDEP55.2.06>
- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza Torres, C. P. (2018). *Metodología de la investigación* (Vol. 4). McGraw-Hill Interamericana.
- Loose, T., Wittmann, M., & Vásquez-Echeverría, A. (2021). Disrupting times in the wake of the pandemic: Dispositional time attitudes, time perception and temporal focus. *Time & Society*. <https://doi.org/10.1177/0961463X211027420>
- Naciones Unidas Argentinas (19 de junio de 2020). *COVID-19 en Argentina: impacto socioeconómico y ambiental*. <https://www.ar.undp.org/content/argentina/es/home/library/poverty/InformeCOVID19Arg.html>
- 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>
- Ogden, R. (2021). Why Covid-19 might be making us lose our sense of time.... *The Cognitive Psychology Bulletin, 6*(1). ISSN 2397-2661
- Oyanadel, C., & Buéla-Casal, G. (2011). La percepción del tiempo: influencias en la salud física y mental. *Universitas Psychologica 10*(1), 149-161.
- Wearden, J., O'Donoghue, A., Ogden, R., & Montgomery, C. (2014). Subjective duration in the laboratory and the world outside. In V. Arstila & D. Lloyd (Eds.), *Subjective time: The philosophy, psychology, and neuroscience of temporality* (pp. 287-306). Boston Review.
- Zimbardo, P. G., & Boyd, J. N. (1999). Putting time in perspective: A valid, reliable individual-differences metric. *Journal of Personality and Social Psychology, 77*(6), 1271-1288. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.77.6.1271>