

UNIVERSIDAD HISPANOAMERICANA

CARRERA DE ENFERMERÍA

*Tesis para optar por el grado académico de
Licenciatura en Enfermería*

**PERCEPCIÓN DEL PROCESO DE
ADAPTACIÓN A LAS MEDIDAS DE
PREVENCIÓN DEL COVID-19 EN
ADULTOS Y SU RELACIÓN CON
CONDICIONES PERSONALES, SOCIALES
Y ECONÓMICAS EN EL CANTÓN DE
NARANJO, II CUATRIMESTRE, 2020.**

MARÍA JOSÉ SUÁREZ SEQUEIRA

2020

TABLA DE CONTENIDOS

TABLA DE ÍNDICE.....	6
RESUMEN.....	7
ABSTRACT.....	8
CAPÍTULO I.....	11
PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	11
1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	12
1.1.1 Antecedentes del problema	12
Antecedentes internacionales.....	12
Antecedentes nacionales	16
1.1.2 Delimitación del problema.....	18
1.1.3 Justificación	19
1.2 REDACCIÓN DEL PROBLEMA CENTRAL: PREGUNTA DE LA INVESTIGACIÓN	21
1.3 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN	22
1.3.1 Objetivo general.....	22
1.3.2 Objetivos específicos	22
1.4 ALCANCES Y LIMITACIONES.....	23
1.4.1 Alcances de la investigación	23
1.4.2 Limitaciones de la investigación.....	23
CAPÍTULO II	24

MARCO TÉORICO	24
2.1 CONTEXTO TÉORICO – CONCEPTUAL	25
2.1.1 Percepción.....	25
2.1.2 Componentes de la percepción	26
2.1.3 Características de la percepción.....	26
2.1.4 Proceso.....	27
2.1.5 Adaptación	27
2.1.6 Virus del Covid-19.....	28
Medidas de prevención del Covid-19	28
2.1.8 Condiciones personales.....	32
2.1.9 Condiciones sociales.....	32
2.1.10 Condiciones económicas.....	33
2.1.11 Condiciones de salud	33
1.2 Modelos y teorías	34
Sor Callista Roy: Modelo de adaptación	34
CAPÍTULO III.....	42
MARCO METODOLÓGICO	42
3.1 ENFOQUE DE INVESTIGACIÓN	43
3.2 TIPO DE INVESTIGACIÓN	43
3.3 UNIDADES DE ANÁLISIS U OBJETOS DE INVESTIGACIÓN	43

3.3.1 Población.....	43
3.3.2 Muestra	44
3.3.3 Criterios de inclusión y exclusión.....	44
3.4 INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN	44
3.4.1 Validez del cuestionario.....	44
3.5 DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN	48
3.6 CATEGORIZACION DE LAS UNIDADES DE ANÁLISIS	48
3.6.1 Descripción de las unidades de análisis.....	49
3.7 PLAN PILOTO.....	50
3.8 PROCEDIMIENTO DE RECOLECCION DE DATOS.....	50
3.9 ORGANIZACIÓN DE LOS DATOS.....	50
3.10 ANÁLISIS DE DATOS.....	51
CAPITULO IV	52
PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS	52
4.1 GENERALIDADES.....	53
Datos Sociodemográficos.	54
CAPITULO V.....	103
DISCUSIÓN E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS	103
5.1 DISCUSIÓN E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS.....	104
CAPITULO VI.....	118

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	118
6.1 CONCLUSIONES	119
6.2 RECOMENDACIONES.....	120
BIBLIOGRAFÍA.....	121
GLOSARIO Y ABREVIATURAS	131
ANEXOS	133
ANEXO 1: INSTRUMENTO PARA LA RECOLECIÓN DE INFORMACIÓN.....	133
ANEXO 2: CODIFICACIÓN DE DATOS DEL PLAN PILOTO.....	136
ANEXO 4: DECLARACIÓN JURADA.....	139
ANEXO 5: CARTA DE TUTORÌA.....	140
ANEXO 6: CARTA DE LECTORÌA.....	141
ANEXO 7: CARTA AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN.....	142
ANEXO 8: DEDICATORIA.....	142
ANEXO 9: AGRADECIMIENTOS	144

TABLA DE ÍNDICE

Tabla 1: Criterios de Inclusión y Exclusión.....	44
Tabla 2: Kappa de Cohen.....	45
Tabla 3: Categorización de unidades.	48
Tabla 4: Cuadro de codificación.	53

RESUMEN

Introducción: La pandemia del Covid 19 en Costa Rica llevo a transformar el estilo de vida que cada persona tiene, debido a que el virus al ser altamente contagio llevo a la obligación que se tuvieron que establecer diferentes medidas de prevención para reducir el contagio llevando a que las personas se vieran afectadas a nivel personal, social y económica, por lo que el estudio pretende conocer la experiencia de cada persona sobre la percepción sobre el proceso de adaptación a las medidas de prevención del Covid 19 relacionado con diversos factores y de esta manera el profesional de Enfermería poder trabajar en estrategias de adaptación ante la presencia de otro evento similar. **Objetivo general:** Determinar la percepción del proceso adaptación a las medidas de prevención del COVID-19 en adultos y su relación con condiciones personales, sociales y económicos en el cantón de Naranjo, II cuatrimestre, 2020. **Metodología:** Posee un estudio cualitativo de tipo fenomenológico, se estudia la percepción del proceso del proceso de adaptación a las medidas de prevención del Covid19, en 10 personas, que residen en el cantón de Naranjo, a través de una entrevista semiestructurada. El instrumento fue validado por dos profesionales en Enfermería través del análisis estadístico del Kappa de Cohen el cual dio como resultado 0,66. **Resultados y Discusión:** Los entrevistados mencionan conocen solo 15 medidas de prevención. La experiencia personal y emocional de la pandemia con cada participante ha sido de emociones negativas al no querer salir de la casa para no contagiarse y contagiar a sus seres queridos, llevando a que las personas cumplan con las medidas de prevención. La población como medio de afrontamiento ha desarrollado actividades nuevas o retomado hobbies que hace mucho tiempo no practicaban. Los entrevistados expresan como la pandemia ha influido en su vida social, sin embargo, la tecnología les ha permitido

poder realizar teletrabajo, estudiar, reunirse con la familia y amigos de manera virtual. Las medidas de prevención han llevado a que las personas y sus familias se vieran afectadas económicamente al no haber los mismos ingresos se empieza a ver como hay limitaciones en el estilo de vida, como hay que establecer prioridades para poder salir con los gastos, añadiendo que la población se muestra preocupada por la situación del país. **Conclusiones:** El proceso de adaptación a las medidas de prevención del COVID – 19 ha sido muy difícil para las personas. Se evidencia a nivel personal como la población ha tenido que experimentar diversas circunstancias donde las emociones negativas han jugado un papel muy importante a causa de los distintos protocolos establecidos, a nivel social como las medidas de prevención llegaron a modificar el estilo de vida para evitar el contagio del virus al estar relacionándose con tantas personas en el diario vivir y a nivel económico como el aislamiento llevo a la reducción de salarios, perdidas de trabajo generando afectación en la persona y sus familias, llevando a que la población pasara por un proceso del cual apenas se están adaptando a la situación. **Palabras claves:** adaptación, COVID 19, medidas de prevención, percepción.

ABSTRACT

Introduction: The Covid 19 outbreak in Costa Rica came to transform the lifestyle that each person has because the virus being highly contagion led to the obligation that different prevention measures need to be established different prevention measures to reduce contagion leading to people being affected on a personal, social and economic level, so the study aims to know each person's experience and perception on the process of adapting to

Covid 19 prevention measures related to various factors and in this way the nursing professional will be able to work on adaptation strategies in the presence of another similar event. **General objective:** To determine the perception of the process adaptation to COVID-19 prevention measures in adults and their relationship with personal, social, and economic conditions in the canton of Naranjo, II quarterly, 2020. **Methodology:** It has a qualitative study of phenomenological type, the perception is studied in the process of adapting to covid19 prevention measures, in 10 people, residing in the canton of Naranjo, through a semi-structured interview. The instrument was validated by two professionals in Nursing through Cohen's Kappa statistical analysis which resulted in 0.66. **Results and Discussion:** Interviewees mention know only 15 prevention measures. The personal and emotional experience of the pandemic with each participant has been of negative emotions by not wanting to leave the house so as not to get infected and infect their loved ones, leading people to comply with prevention measures. The population as a means of coping has developed new activities or resumed hobbies that they did not practice a long time ago. Interviewees express how the pandemic has influenced their social life, however, technology has allowed them to telework, study, meet with family and friends virtually. Prevention measures have led to individuals and their families being economically affected by the non-income they start to see how there are limitations in the lifestyle, how you have to set priorities to get away with expenses, adding that the population is concerned about the situation in the country. **Conclusions:** The process of adapting to COVID prevention measures – 19 has been very difficult for people. It is evidenced on a personal level how the population has had to experience various circumstances where negative emotions have played a very important role because of the different protocols established, at the social level as prevention measures came to change lifestyle to prevent the spread of the virus by

being related to as many people in the daily life and economically as isolation led to the reduction of wages, loss of work generating affectation in the individual and their families, leading to the population will go through a process from which they are barely adapting to the situation. **Keywords:** adaptation, Covid 19, prevention measures, perception.

CAPÍTULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1.1 Antecedentes del problema

Las medidas de prevención se establecen para reducir el riesgo de contagio de un virus, sin embargo, éstas han llevado a que las personas tengan que adaptarse a nuevos estilos de vida afectando a la población de manera social, personal y económica, por lo que se realiza una recopilación bibliográfica de diferentes artículos que guardan relación con las variables en estudio tanto a nivel internacional como nacional.

Antecedentes internacionales

Barboni et al¹ realizan un estudio titulado *“El impacto del aislamiento obligatorio sobre el trabajo, los ingresos y el cuidado”*, en el 2020, Argentina. Se utiliza una muestra no probabilística por bola de nieve con una participación de 1660 personas, estos laboran en distintas actividades ocupacionales en la ciudad del Mar de la Plata. El objetivo de la encuesta es conocer como se ha visto afectado el trabajo por el Covid-19, y las distintas necesidades a los que se deben adaptar los trabajadores.

El estudio revela que el 50 % de la población que trabaja posee educación media, el 42,2% desde que comenzó la cuarentena no labora, el 27,3% ha sufrido reducción de la jornada laboral, el 31,7% no recibe ingresos de trabajo y el 23% gana menos, el 24,3% realiza teletrabajo, el 11,4% convive con personas dependientes, el 81,8% de las mujeres tienen la responsabilidad educativa de sus hijos y el 96,1% cree que el aislamiento obligatorio afectará su economía familiar.¹

Murad et al² realizan en el 2020 una investigación llamada *“La aceptación, el sufrimiento y la resistencia: las diferentes reacciones para afrontar el Covid-19 en Colombia”*, el autor

pretende describir como las personas reaccionan ante la pandemia y como es el cumplimiento de las medidas de prevención aplicadas. La metodología de estudio es de tipo exploratorio descriptivo transversal, cuya encuesta es aplicada a 2.405 personas.

Los investigadores Murad et al exponen en los resultados que las mujeres menores de 40 años se resisten y se adaptan más a afrontar el Covid-19, los jóvenes de 18 a 29 años son quienes más sufren y se resisten, y los mayores de 49 años presentan mayor adaptación. Además, se han identificado aspectos positivos de la cuarentena para cumplir las medidas y contribuir a la reducción de la pandemia; las personas han logrado integrar actividades de autocuidado como planificar las actividades diarias, realizar ejercicio, cocinar, comunicarse con seres queridos y alimentación sana.²

Parrado y León³ investigan en el 2020 sobre el “*Covid-19: factores asociados al malestar emocional y morbilidad psíquica en población española*” el estudio se realiza mediante un muestreo no probabilístico tipo bola de nieve, en el cual participan 1.596 personas. Mediante la investigación se pretende dar a conocer cómo ha afectado la parte emocional y psicológica las medidas de prevención al tener que adaptarse a un estilo de vida distinto, así como las estrategias para lograr adaptarse y mitigar la parte emocional.

Parrado y León mencionan que las mujeres, los adultos jóvenes, los estudiantes, los desempleados, el convivir con una persona que tenga riesgo de contagio y cumplir las medidas de prevención son los causantes del malestar emocional. Sin embargo, las personas han optado por buscar estrategias para afrontar la cuarentena como planificación diaria de actividades, realizar ejercicio, leer, usar menos redes sociales y estudiar sobre el virus del Covid 19 han favorecido emocionalmente en la sociedad.³

Johnson et al⁴ realizan un estudio llamado “*Emociones, preocupaciones y reflexiones frente a la pandemia del Covid-19 en Argentina*”, en el 2020, para explorar los sentimientos y expectativas que genera el Covid-19 durante la primera fase. El estudio es de tipo transversal, se utiliza un cuestionario elaborado por la Organización Mundial de la Salud de Europa, el cual es adaptado al entorno y las medidas aplicadas en Argentina, con la participación 992 personas en la primera muestra, y 418 para el segundo estudio.

Johnson et al describen que la población manifiesta sentir sentimientos de incertidumbre, miedo, angustia, así como sentimientos de responsabilidad y cuidado ante las circunstancias que se están viviendo, así mismo el sexo femenino es quien más presenta sentimientos positivos de interdependencia y reflexión. Sin embargo, se va a presentar una variación según el sexo, nivel de educación y el confort en el hogar.⁴

Wanderley et al⁵ en su tema de estudio nombrado “*Los impactos sociales y psicológicos del Covid-19 en Bolivia*”, en el 2020, describe las diferentes problemáticas sociales, económicos y de salud que presenta la población, generando sentimientos de estrés, depresión, ansiedad. Las mujeres, y la edad de 32 años son los más afectados. Así mismo, el estudio refiere que la población del área rural es quien presenta mayor impacto emocional.

Wanderley et al, indica que hay mayor impacto emocional en las amas de casa, las personas que cuidan y conviven con personas de factores de riesgo, las parejas en las cuales los quehaceres del hogar son realizados por un solo miembro del hogar, las familias que viven en casas alquiladas, las que sufren por falta de alimentos, medicamentos, artículos de higiene, falta de trabajo formal, desempleo y suspensión de salarios, son factores que propician la incidencia de presentar problemas emocionales.⁵

Mejía et al⁶ realizan una investigación en el 2020 titulada “*Percepción de miedo o exageración que transmiten los medios de comunicación en la población peruana durante la pandemia de la Covid-19*”, en Perú. El diseño de estudio es observacional, transversal analítico y multicéntrico, la encuesta se realiza en 17 ciudades de Perú con una participación de 4009 personas.

Mejías et al identifican que los medios que provocan mayores sentimientos emocionales de incertidumbre y miedo son las redes sociales y la televisión, además la encuesta indica que quienes más propagan información no real y exagerada son la familia y los amigos. Sin embargo, quienes presentan menos miedo e información errónea son las mujeres y las personas que tienen estudios superiores.⁶

Herbas et al⁷ realizan una encuesta titulada “*Opinión sobre covid-19 en Bolivia*”, en el 2020, la cual es aplicada a 1857 personas. Este estudio tiene como propósito analizar los comportamientos, actitudes y reacciones que presenta la población durante la pandemia del Covid-19.

La encuesta aplicada por Herbas et al indica que la mayoría de las personas están cumpliendo las medidas de prevención de manera positiva, sin embargo, se resisten a la utilización de la mascarilla, conforme disminuye la edad y nivel de educación las personas se interesan menos en informarse sobre el virus de Covid-19. Así mismo, las personas no consideran eficaz y se resisten a la medida de prevención de cuarentena, aislamiento social y físico. La población presenta estados de emoción negativos, especialmente el sexo femenino.⁷

Ubillos et al⁸ realizan una investigación en España, en el 2020, titulada “*Afrontando el impacto del Covid-19*”, cuyo objetivo es conocer el impacto que tiene este virus sobre la población, así como buscar estrategias individuales y colectivas para trabajar en los efectos psicológicos, sociales y comunitarios. El estudio es un muestreo no aleatorio de conveniencia, aplicado a 1220 participantes.

El estudio que realizan Ubillos et al menciona que la población presenta bajo bienestar social debido a las medidas aplicadas de distanciamiento físico y social. Las mujeres, los jóvenes y personas que conocidos infectados por el virus presentan un estado de ánimo bajo, por lo que el apoyo emocional de los amigos es necesario en periodos de incertidumbre y temor. Las mujeres y jóvenes tienen menos expectativas positivas del futuro.⁸

Todas las investigaciones previas dejan en evidencia que las personas perciben de manera distinta el proceso de adaptación a las medidas de prevención, y que altera el bienestar de la persona generando afectación en la salud, sin embargo, se destaca la importancia de establecer estrategias de afrontamiento para lograr adaptarse a las circunstancias.

Antecedentes nacionales

Villegas et al⁹ realizan una investigación con el nombre “*Percepción de riesgo de contagio en la población costarricense*”, en el 2020 en Costa Rica, en la encuesta aplicada participan 797 personas en edades de los 18 a 80 años, se utilizan 23 medidas de prevención para el estudio, cuya metodología es cuantitativa. El objetivo este estudio es analizar en la población el cumplimiento las medidas de prevención contra el virus de Covid-19 y la

percepción que tiene cada persona con respecto al riesgo de contagio, el estado emocional y psicológico.

Villegas et al concluyen que el 85% de la población conoce solo 19 medidas de las 23 utilizadas para dicho estudio, el sexo masculino es quien mayor conoce las medidas establecidas por las entidades de salud. Dentro de las provincias que superan el 70% de cumplimiento de las medidas de prevención esta Alajuela y Puntarenas. Con respecto a la percepción de riesgo de contagio el sexo masculino indicada ser moderada y el sexo femenino indica un riesgo alto, la provincia con mayor riesgo es Limón y Heredia indica ser la menor.⁹

Villegas et al indican que las mujeres presentan más ansiedad y miedo, y son quienes más cumplen las medidas de prevención, los hombres presentan más ideas suicidas. La población de 18 a 29 años y 50 a 59 años son quienes menos cumplen las medidas establecidas, así mismo se logra identificar que el nivel de escolaridad no tiene relación con el nivel de cumplimiento de las medidas de prevención.⁹

Mendez¹⁰ publica un estudio en la Universidad de Costa Rica, llamado *“Desempleo y reducción de ingresos agobian a costarricenses durante la crisis del Covid-19”* en el 2020, cuya entrevista fue aplicada mediante una llamada telefónica a 1042 participantes, el objetivo del estudio es conocer la opinión que tiene la población con respecto a los efectos negativos que ha provocado el Covid-19 a nivel socioeconómico.

Méndez describe que la población emocionalmente se siente preocupada por el Covid-19, debido a la afectación económica, ya que 46% de las personas tienen algún miembro que ha sido desempleado y 52% le han sufrido reducción laboral, por lo cual el costo de vida se

hace más difícil. Cabe destacar que, aunque la pandemia este afectando a la ciudadanía existe un 72,5% de la población que confía en las medidas tomadas por las autoridades del país y un 93,89% cumple las medidas de manera positiva.¹⁰

Las investigaciones nacionales dejan en evidencia la escasa información que hay acerca de cómo la población percibe el proceso de adaptación a las medidas de prevención del Covid-19, por lo que es importante desarrollar estudios que permitan conocer desde la experiencia de la población como perciben esa adaptación y como esta puede influir en su salud.

1.1.2 Delimitación del problema

Esta investigación se lleva a cabo con personas del cantón de Naranjo durante el segundo cuatrimestre 2020. La población por investigar son diez personas adultas, la finalidad es conocer la percepción del proceso de adaptación a las medidas de prevención del Covid-19.

1.1.3 Justificación

En el pasado mes de diciembre del 2019 en China, se presenta un brote de un nuevo virus perteneciente a la familia de Coronavirus llamado Covid-19, el cual se ha extendido a muchos países causando una pandemia. Actualmente el país se está viendo afectado por la emergencia sanitaria del virus del Covid-19, motivo por el cual se han tenido que aplicar diferentes medidas de prevención para disminuir el contagio, llevando a las personas a modificar su estilo de vida en tan poco tiempo, afectando la parte social, emocional y económica.

La presente investigación busca avanzar en estudios nacionales para conocer la percepción que ha tenido la población durante la pandemia, como ha sido adaptarse a una gran cantidad de medidas de prevención, como ha sido la cuarentena, como ha estado la salud, si esta se ha visto afectada por factores externos, si han tenido que crear estrategias de adaptación para poder llevar el proceso de una manera más sana, por lo que esto ha creado la necesidad de realizar el estudio y poder conocer la experiencia de cada persona.

La información obtenida en la investigación busca analizar la percepción que tiene la población del cantón de Naranjo en el proceso de adaptación a las medidas de prevención del Covid-19, relacionado con condiciones personales, sociales, económicos, que permitan comprender e identificar los factores que alteran la salud de la población.

De acuerdo con la definición de la Organización Mundial de la Salud “*la salud es un estado completo de bienestar físico, social y emocional y no solo la ausencia de enfermedades*”, lo cual hace referencia que no solo es importante tratar la parte fisiológica, sino que también es de vital interés abordar otras áreas del ser humano que influyen en su estado de salud, los

cuales son necesarios para poder tener una mejor calidad de vida y poder hacer frente los diversos riesgos que afectan a la salud.

El estudio aporta a la disciplina de enfermería, poder conocer todos aquellos factores que durante la cuarentena han alterado el estilo de vida de las personas y que condicionan su estado de salud, para que a través del conocimiento, identificación, comprensión y análisis poder trabajar en estrategias de abordaje integral que permitan satisfacer las necesidades de las personas.

Los habitantes del cantón de Naranjo son los beneficiados, ya que a través del estudio se podrá conocer y comprender las estrategias de adaptación y bienestar con base en las medidas de prevención establecidas por las autoridades de salud; permitiendo ofrecer recomendaciones adecuadas a las necesidades del cantón.

1.2 REDACCIÓN DEL PROBLEMA CENTRAL: PREGUNTA DE LA INVESTIGACIÓN

¿Cuál es la percepción del proceso adaptación a las medidas de prevención del Covid-19 en adultos y su relación con condiciones personales, sociales y económicos en el cantón de Naranjo, II cuatrimestre, 2020?

1.3 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

1.3.1 Objetivo general

Determinar la percepción del proceso de adaptación a las medidas de prevención del COVID-19 en adultos y su relación con condiciones personales, sociales y económicos en el cantón de Naranjo, II cuatrimestre, 2020.

1.3.2 Objetivos específicos

Caracterizar a los adultos del cantón de Naranjo según aspectos sociodemográficos.

Identificar la percepción del proceso de adaptación a las medidas de prevención del COVID-19 en los adultos, en el cantón de Naranjo, II cuatrimestre, 2020.

Describir las condiciones personales, sociales y económicos según las medidas de prevención del COVID-19 en los adultos, en el cantón de Naranjo, II cuatrimestre, 2020.

Relacionar la percepción del proceso de adaptación a las medidas de prevención del COVID-19 en adultos con las condiciones personales, sociales y económicos en el cantón de Naranjo, II cuatrimestre, 2020.

1.4 ALCANCES Y LIMITACIONES

1.4.1 Alcances de la investigación

No se mostraron alcances adicionales.

1.4.2 Limitaciones de la investigación

La investigación no posee limitaciones.

CAPÍTULO II

MARCO TÉORICO

2.1 CONTEXTO TÉORICO – CONCEPTUAL

2.1.1 Percepción

La Real Academia Española¹¹ define el término *percepción* como la sensación interior que resulta de la impresión material construida por nuestros sentidos, es decir, es el conocimiento u opinión acerca de algo en particular. Morris y Maisto¹² refieren que la percepción ocurre en el encéfalo, mediante la información obtenida a través de la experiencia que tienen los órganos sensoriales en el entorno, así mismo, es un proceso en el cual la información obtenida a través de las sensaciones se clasifica, identifica y se corrige los patrones que son importante para la persona.

Para la psicología moderna, la percepción es conjunto de actividades y procesos físicos de la visión al recibir consciente o inconscientemente las señales que provienen del exterior, generando reacciones relacionados con la estimulación percibida por nuestros sentidos, a través de los cuales se adquiere información de lo que nos rodea, como nuestro ambiente, las acciones que realizamos en él y nuestros propios estados internos.¹³

Lo anterior hace referencia a que cada persona tiene una percepción distinta de acuerdo con la situación que está viviendo por la presencia de un virus altamente infeccioso y la aplicación de una serie de medidas de prevención para mitigar el contagio lo que ha llevado a las personas a tener que modificar el estilo de vida y por ende alterar su bienestar, causando que la población se comporte de manera distinta de acuerdo a su experiencia.

2.1.2 Componentes de la percepción

La universidad de la Murcia¹³, refiere que todas las personas pueden tener los mismos estímulos sensoriales, sin embargo, cada persona lo percibe de manera diferente. Por lo tanto, la percepción es el resultado de dos factores:

- Las sensaciones o estímulos externos de los órganos como los aromas, sonidos e imágenes.¹³
- Los inputs internos son las motivaciones, experiencias previas y necesidades.¹³

2.1.3 Características de la percepción

La Universidad de la Murcia¹³, refiere tres tipos de características:

- Subjetiva: debido a que se puede tener un mismo estímulo con respuestas distintas.¹³ Es decir, la población conoce las medidas de prevención, sin embargo, cada persona las aplica de manera distinta.
- La condición selectiva: el ser humano no puede percibir todo al mismo tiempo, por lo que solo selecciona lo que desea percibir.¹³ Hace referencia a que toda población conoce las medidas de prevención, sin embargo, cada persona las aplica de acuerdo a su percepción con respecto a las que considera más importantes y necesarias.
- Temporal: el fenómeno es a corto plazo, es decir, va a variar de acuerdo a las necesidades, motivaciones y experiencias que se den en ese momento.¹³ Es decir, las personas van a aplicar las medidas de prevención mientras dure la pandemia.

2.1.4 Proceso

La Real Academia Española¹⁴ plantea tres definiciones para el término *proceso* como acción de ir hacia adelante, transcurso del tiempo y el conjunto de etapas consecutivas sobre un fenómeno natural u operación artificial. Es decir, el proceso es un conjunto de etapas que se dan cronológicamente para conseguir un objetivo en específico. La Universidad de Jaen¹⁵, define el proceso es un conjunto de actividades relacionadas en el que se involucran personas y diversos recursos para lograr alcanzar un objetivo anteriormente establecido.

Lo anterior hace referencia que al ser un proceso van a existir etapas, ya que primeramente la población debe conocer las medidas de prevención, aprender aplicarlas, crear el hábito y luego modificar el estilo de vida para poder cumplir el objetivo que es prevenir el contagio del virus.

2.1.5 Adaptación

Mier¹⁶ define la adaptación como un proceso activo en el que el individuo interactúa con el entorno para llevar a cabo o satisfacer sus metas y necesidades. Así mismo, a través de los factores circunstanciales se logra reordenar los comportamientos adaptativos. Además, se considera una relación equilibrada y recíproca entre el ser humano y el medio ambiente, que abarca los procesos vitales, biológicos y psicológicos.

La adaptación puede ser vista como un logro que se obtiene de forma positiva o negativa, esto debido a que las personas pueden experimentar adaptación o inadaptación, pueden lograr sentirse cómodos psicológicamente, con efectividad en términos de habilidades o

desempeño intelectual, y con un grado de comportamiento deseable o indeseable ante las circunstancias.¹⁶

Las personas luego de percibir las situaciones de su entorno, respecto a las medidas de prevención y de cómo estas han afectado la parte económica, social, personal y que han pasado un proceso logran adaptarse de manera positiva mediante estrategias de adaptación o de forma negativa trayendo repercusiones en el estado de salud.

2.1.6 Virus del Covid-19

La Organización Mundial de la Salud¹⁷, refiere que en diciembre de 2019 se presenta un brote en Wuhan China de un virus nuevo perteneciente a la familia de coronavirus, llamado Covid-19, este virus al ser tan altamente infeccioso ha llegado a extenderse a diferentes países del mundo causando una pandemia.

El Ministerio de Salud¹⁸, indica que es una patología infecciosa provocada por el coronavirus SARS-CoV-2, este virus se transmite al tener contacto con una persona infectada, esto debido a la propagación mediante las gotículas procedentes de la nariz o la boca que salen despedidas cuando se habla, tose o estornuda, así mismo estas gotículas pueden quedar esparcidas en los objetos o superficies que rodean a las personas de manera que si otra persona toca dichos objetos y luego se toca la cara, puede contraer el virus.

Medidas de prevención del Covid-19

El Ministerio de Salud^{18,19} ha establecido una serie de medidas de prevención o protocolos a aplicar para reducir el contagio del virus del Covid-19, las cuales se mencionan y se explican a continuación:

- Lavado de manos con agua y jabón constantemente:¹⁸ es de suma importancia lavarse las manos durante 30 segundos antes de preparar y consumir alimentos, después de ir al baño, luego de tocar superficies, antes de tocarse la cara, en lugares públicos, al tocar superficies u objetos, al toser o estornudar, ya las manos al ser un medio físico de transporte de microorganismos se puede aumentar el riesgo de contagio por lo que necesario crear este hábito y practicarlo de manera constante.
- Aplicar correctamente la técnica de toser y estornudar:¹⁸ es muy importante que se aplique un adecuado manejo al toser y estornudar utilizando una toalla desechable y luego descartarla, utilizar la parte interna del antebrazo para cubrir la boca y nariz para evitar la salida de gotículas de saliva al exterior, y así mantener una buena higiene respiratoria, además que protege a las demás personas que lo rodean.
- No saludarse de manos, besos u abrazos:¹⁸ se debe utilizar otra forma de saludo, con el pie, moviendo la mano, con el codo, con el puño sin chocarse guardando distancia, juntando las manos, estas medidas se han implementado por qué no se conoce si las personas a las que se saludan portan el virus de manera asintomática por lo que es mejor prevenir el riesgo de contagio evitando el contacto cercano.
- Evitar tocarse los ojos, nariz y boca:¹⁸ las manos son un medio de transporte del virus debido a que tocan superficies u objetos que puedan estar infectadas, y luego pueden transferir el virus a los ojos, nariz y boca.
- Utilización de mascarilla y careta:¹⁸ cada vez que usted salga de su casa a lugares públicos, ya sea por trabajo, compras o cualquier otra razón utilice una mascarilla o careta para evitar el intercambio de gotículas al respirar, hablar, estornudar u toser que se propagan exterior.

- Utilizar alcohol 70% sino dispone de agua y jabón:¹⁹ es necesario portar siempre alcohol cuando se va a salir de casa y no se dispone de un medio para poder lavarse las manos.
- Distancia social de 1,8 metros entre una persona y otra:¹⁹ debido a que al relacionarnos con otras personas se da el intercambio de gotículas de saliva al hablar, respirar, toser, estornudar y se desconoce el riesgo de poder contraer o no el virus.
- No salir de casa:¹⁸ es importante tomar conciencia y salir de casa solo por razones necesarias como trabajar, compras de alimentos, medicamentos esto porque, se busca evitar el menor riesgo de contagio, de protegerse usted y las personas con las que convive.
- Movilizarse a lugares públicos en burbujas sociales:¹⁸ el salir a lugares públicos debe ser exclusivamente con su burbuja social que son las personas con las que usted convive, no personas externas como amigos, familia que viva en otra casa, compañeros de trabajo.
- Evitar el contacto cercano con burbujas externas a la burbuja social:¹⁸ evitar realizar reuniones con personas externas a su burbuja, debido a que usted no conoce los hábitos que mantiene cada persona y si esta persona es portadora del virus puede estar asintomática puede transmitir el virus a todos los que se encuentren compartiendo.
- Aislamiento social:¹⁸ consiste en aislar a una persona que tiene el virus para evitar el contagio al resto de la población que se encuentra sana.
- Cuarentena:¹⁸ consiste en que las personas que han estado expuesta al virus y se encuentran asintomáticas se mantengan guardados en sus casas hasta esperar la presencia de los síntomas, y así mismo evitar el riesgo de que pueda transmitir el virus a otras personas.

- Planificación de actividades diarias con las personas que convive:²⁰ es importante realizar una planificación para cada día de manera que se distribuyan equitativamente las actividades con todos los miembros de la casa.
- Utilizar el recurso de modalidad de teletrabajo:²⁰ la nueva modalidad de trabajo desde la casa permite que los colaboradores no tengan que salir de sus casas y evitar el riesgo de contagio del virus de Covid19, debido a que muchos comparten oficina, interactúan constantemente mediante reuniones teniendo que trasladarse de un lugar a otro, por lo que ahora realizan estas reuniones de manera virtual.
- Desinfectar constantemente objetos y superficies:¹⁸ se debe limpiar constantemente todas aquellas superficies de uso frecuente como celulares, llaves, mesas, computadoras, perillas de puerta, inodoros, etc. Ya que se debe recordar que los virus pueden permanecer por horas en las superficies u objetos por lo que se debe limpiar con desinfectante, cloro, alcohol para evitar la transmisión del virus de un lado a otro.
- Evitar salir si está enfermo o evite tener contacto cercano con personas enfermas:²⁰ se debe recordar que si usted está enfermo evite salir de su casa para evitar contagiar a los demás del resfriado, gripe o virus, e inclusive si tiene factores de riesgo no salga, igualmente evite visitar a personas enfermas para prevenir contagiarse o transportar el virus a otras personas.
- Bañarse o al menos cambiarse la ropa al llegar a casa:¹⁸ es súper importante que cada vez que usted salga y regrese a su casa dese un baño o al menos cámbiese la ropa debido a que la exposición con el medio ambiente, nuestro cuerpo, la ropa, el cabello trae los microorganismos que hay en el exterior y se van a esparcir por toda la casa, contaminando superficies u objetos.

- Compras colectivas de varios familiares:¹⁸ es una muy buena estrategia ponerse de acuerdo con algún familiar que le haga el favor para que le realice las compras, en especial si son personas con factores de riesgo, así mismo, ponerse de acuerdo para turnarse entre varios que estén de acuerdo.

2.1.8 Condiciones personales

Gifford y Nilson²¹ refieren que las condiciones personales son un conjunto de aspectos relacionados con la experiencia vivida, el conocimiento, la educación, la personalidad, la autoconfianza, el sentido de control, los valores, las opiniones políticas y mundiales, los objetivos, la responsabilidad sentida, los sesgos cognitivos, el apego al lugar, la edad, el género y las actividades elegidas a realizar cada día.

Es decir, los factores personales son un conjunto de aspectos psicológicos, sociales, económicos y culturales que afectan nuestra vida y provocan cambios en diversos aspectos de la vida de manera consciente ya sean positivos o negativos.²²

2.1.9 Condiciones sociales

Las condiciones sociales son los componentes de la sociedad que alteran el estilo de vida de las personas estos pueden ser la etnia, la religión, la clase social, el nivel de educación, el trabajo, la riqueza, los hábitos de compra, composición de la familia, la cultura, las diferencias de la zona urbana y rural, la densidad de la población.^{21,23} Así mismo, son todas aquellas situaciones y experiencias que repercuten en la personalidad, el comportamiento y el estilo de vida que tiene cada persona dentro de la sociedad.²⁴

2.1.10 Condiciones económicas

Las condiciones económicas están relacionadas con el trabajo ya que este medio permite que las personas pueden tener una mejora de calidad de vida, ya que a través de un trabajo estable hay ingresos para poder tener una buena educación, una casa, atención médica, alimentación, paseos, realizar compras, tener buenos servicios en el hogar, e inclusive tener ahorros. Por lo contrario, hay factores económicos como el desempleo que limitan poder tener estas oportunidades, solventar los gastos personales y de las personas que le rodean, e incluso poder realizar ahorros para tiempos difíciles en la economía.²⁵

La economía laboral está definida por todos aquellos factores alteran la producción de trabajo y el salario, así mismo comprende todas aquellas personas que trabajan para obtener ganancias, ya sea empleados, empleadores o trabajadores independientes e incluso a los desempleados que están en busca de un trabajo.²⁶

2.1.11 Condiciones de salud

Las condiciones de salud son todos aquellos elementos que influyen en la salud, estos están determinados desde la educación hasta el entorno, estos pueden ser modificados de forma positiva para mejorar los estilos de vida de las personas e incluso indican que tan saludables puede llegar hacer la población.²⁷

La salud está determinada por factores físicos, sociales, económicos y culturales, ya que la salud inicia con los hábitos que se tienen en nuestra casa, comunidad, el trabajo, la alimentación, el acceso a agua potable, lo que aprendemos de la sociedad, e incluso mucho antes de ir al médico o visitar una farmacia.²⁸ Así mismo, hay cuatro factores principales

para mantener una vida saludable los cuales son: el medio ambiente, la alimentación, las actividades y la psicología.

En el medio ambiente, tener un adecuado manejo del entorno, del aire que se respira, el agua potable, la luz solar y el ruido; en la alimentación, mantener una dieta equilibrada de proteínas, vitaminas, minerales, grasas, fibra y agua para evitar el riesgo de enfermedades; realizar actividad física, ejercicio y dormir ocho horas diarias para prevenir enfermedades, mejorar el autoestima y energía para desempeñarse mejor durante el día y tener un adecuado descanso y dormir; en la psicología realizar tareas que aumenten el autoestima como la alta productiva y trabajar en habilidades para las relaciones interpersonales.²⁹

1.2 Modelos y teorías

Sor Callista Roy: Modelo de adaptación

Sor Callista Roy nace en los Ángeles de California el 14 de octubre de 1939, inicia su carrera de Enfermería en 1963, se gradúa como Enfermera Pediátrica en 1966, para 1973 se gradúa de Máster en Sociología y obtiene el Doctorado en 1977.³⁰

Mientras realiza el Máster en Sociología, se le solicita junto con Dorothy E. Johnson elaborar un Modelo Conceptual de Enfermería, lo cual se logra realizar debido a su experiencia en el área de Pediatría donde labora. Roy observa la facilidad que tienen los niños para adaptarse a cambios físicos y psicológicos ocasionados por la enfermedad lo cual le genera impacto y la motiva a realizar el Modelo Conceptual de Enfermería con este grupo etario.³¹

Sor Callista Roy utiliza en sus bases para el desarrollo del Modelo de Adaptación el concepto del hombre, el cual lo define como un ser bio – psico – social que tiene una

constante relación con el entorno que es cambiante. Ella, describe que el hombre es un complejo sistema biológico que debe adaptarse a cuatro aspectos de la vida, los cuales son:³²

La fisiología: se refiere a la circulación, temperatura corporal, oxígeno, líquidos orgánicos, sueño, actividad, alimentación y eliminación, es decir, a las necesidades básicas de la vida.³²

Lo anterior hace referencia a que cada persona tiene necesidades básicas que pueden verse modificadas como respuesta ante las situaciones que está viviendo, y que en muchos casos no logran tomar un equilibrio por factores que están alterando su bienestar. Es decir, cada persona enfrenta los problemas sociales, económicos, de salud o personales de manera diferente llevando a alterar su patrón de sueño, sus hábitos de alimentación, la presión arterial e incluso afectando a nivel gastrointestinal la evacuación intestinal, además como los hábitos de actividad física.

La autoimagen: El yo del hombre debe dar respuesta a los cambios del entorno.³² Lo anterior hace referencia a que cada persona responde según su yo interno, es decir, se comporta de manera distinta según las circunstancias que rodean su medio ambiente. Por ejemplo, una persona puede experimentar ansiedad, estrés por las situaciones que está experimentando de la pandemia afectando su parte emocional, a como hay otros que no han logrado establecer una planificación diaria por lo que llevan un descontrol de hábitos para realizar actividad física, alimentarse, recrearse y descansar afectando su salud.

La del dominio del rol: Cada persona cumple un rol diferente en la sociedad, según su situación: madre, niño, padre, enfermo, jubilado y debe adaptarse al nuevo rol.³² Lo anterior

hace referencia a que cada individuo ejerce en la sociedad un rol, mismo que puede verse afectado por las medidas de prevención del Covid-19, llevando a las personas a tener que modificar sus estilos de vida para poder adaptarse a las circunstancias actuales, es decir esta aplicación de medidas han llevado a las personas a tener que modificar sus lugares de trabajo, de escuela, las atenciones médicas, las burbujas sociales, entre otras, sin embargo estas mismas, muchas veces no se logran adaptar a los roles que cada persona tiene, por lo que llegan alterar el estado de salud de la población que está siendo sometida a estas circunstancias.

La de interdependencia: La autoimagen y el dominio del rol social de cada persona se relaciona con los individuos de su entorno, ejerciendo y recibiendo influencias, creando relaciones de interdependencia, que pueden ser cambiadas por las alteraciones del entorno.³² Lo anterior hace referencia a que las personas han tenido que modificar su forma de saludar, el compartir con otros con una distancia física, han tenido que restringir su burbuja social, el evitar salir todos a realizar compras, visitar un centro comercial entre otras cosas que pueden afectar la parte emocional de cada persona.

El modelo de adaptación está formado por cinco elementos esenciales que están relacionados, los sistemas que son un grupo de componentes organizados relacionados para formar un todo que es la suma de todas sus partes, este reacciona como un todo e interactúa con otros sistemas; los mecanismos de afrontamiento están determinados por la genética y suelen verse como procesos autónomos; modos de adaptación que son modos innatos o adquiridos de actuar ante los cambios producidos por el entorno, los cuales son:³³

Paciente: Persona a la que se brinda cuidados de enfermería.

Meta de la enfermería: lograr que el paciente se adapte a la salud o la enfermedad.

Salud: condición que afecta la salud de la persona.

Entorno: son las condiciones, circunstancias, influencias que afectan el desarrollo de las personas como seres adaptativos.

Dirección de las actividades enfermeras: estrategias que le facilita la enfermera para lograr la adaptación.

Callista Roy, menciona que las personas son seres inmersos en un entorno formado por valores, creencias, sentimientos, principios, vivencias, patrones de relación, que determina la forma en que los individuos se comportan ante los estímulos del medio.³⁴

Esto hace referencia a que cada persona trae desde muy pequeño costumbres, tradiciones, formada sus emociones, sus creencias, sus experiencias y hábitos dados por una sociedad, sin embargo, cuando ocurre situaciones como la aplicación de medidas de prevención es difícil lograr que las personas se adapten de manera rápida, ya que cada uno percibe las situaciones de manera distinta y las relaciona de acuerdo con su experiencia para dar una respuesta a la sociedad.

Roy describe la salud es un estado y un proceso de ser y llegar hacer integrado y global, es decir, un ser humano adaptado a las circunstancias del entorno. Sin embargo, este se puede ver modificado por estímulos que se clasifican en: ^{33,34}

Estímulos focales; evento u objeto que está presente en la conciencia de la persona. La persona enfoca toda su actividad en el estímulo y gasta energía tratando de enfrentarlo. Este estímulo es el factor que desencadena una respuesta inmediata en la persona, que puede ser adaptativa o inefectiva, según si promueve o no la adaptación.^{33,34} Esto hace referencia a

que las personas están expuestas al virus, por lo que deben cumplir las medidas de prevención.

- Estímulos contextuales: son todos aquellos que están presentes y colaboran al efecto del estímulo focal. Es decir, ayudan a mejorar o empeorar la situación.^{33,34} Hace referencia a la interacción con las personas y la no aplicación de las medidas de prevención que son los factores de riesgo para contraer el virus.

- Estímulos residuales: son los valores y creencias procedentes de experiencias pasadas, que pueden tener influencias en la situación presente.^{33,34} Hace referencia a que cada persona tiene creencias muy distintas, como pueden ser tomar remedios caseros para evitar el contagio del virus.

Así mismo, Callista Roy identifica otros estímulos que son comunes en todas las personas, que incluso dependiendo de las circunstancias pueden ser clasificados dentro de los estímulos focales, contextuales y residuales.³⁴ Los estímulos son:

- Estímulos culturales: son los que incluyen el nivel socioeconómico, la etnia y las creencias.³⁴

- Los estímulos familiares: constituyen la estructura y las tareas del grupo familiar.³⁴

- Estímulos relacionados con la etapa de desarrollo.³⁴

- Estímulos relacionados con la integridad de los modos adaptativos, los mecanismos cognitivos y nivel de adaptación.³⁴

- Estímulos relacionados con el ambiente, como cambios internos o externos, el control médico, el uso de drogas y alcohol, la situación social, política y económica.³⁴

Roy, menciona que los niveles de adaptación dependen fundamentalmente de las estructuras de los subsistemas regulador y cognitivo, que son los que constituyen los mecanismos de afrontamiento de la persona.³⁴ Así mismo, refiere que la salud es el proceso de ser y llegar a adaptarse al entorno, por lo que la adaptación se clasifica en tres tipos:

Nivel de adaptación integrado: describe las funciones de los procesos vitales que trabajan como un todo, para satisfacer necesidades humanas.³⁴ Es decir, dentro de este nivel la población, conoce las medidas de prevención contra el Covid 19 y el cumple de manera satisfactoria, quiere decir que la población conoce los estilos de vida, y sabe que deben adaptarse para alcanzar bienestar en la salud.

Nivel de adaptación compensatorio: los mecanismos reguladores y cognitivos se activan, como un reto de los procesos integrados para buscar respuestas adaptativas, procurando restablecer la organización del sistema.³⁴ Hace relación a que, las personas buscan adaptarse a nuevos estilos de vida para cumplir con las medidas de adaptación, sin embargo, trabajan para cumplirlas y adaptarse ya sea de forma positiva o negativa.

Nivel de adaptación comprometido: se presenta cuando las respuestas de los mecanismos son inadecuadas y, por lo tanto, resulta un problema de adaptación.³⁴ Quiere decir, que, si las personas no cumplen con las medidas de prevención y no se adaptan a los nuevos estilos de vida, existe el riesgo de contraer el virus o enfermarse por inadecuados estilos de vida.

Cada persona logra adaptarse de manera distinta a las circunstancias, convirtiéndose en adultos complejos, y que tienen mayor crecimiento. La meta de enfermería es lograr la promoción de la adaptación, con integridad y dignidad contribuyendo a promover, mantener y mejorar la salud, la calidad de vida y a morir con dignidad.³⁴

Sor Callista describe a las personas como seres holísticos con partes que funcionan como una unidad con algún propósito. Son seres humanos constituyen a las personas como individuos, grupos, familias, comunidades, organizaciones y sociedad, por eso la importancia de realizar una valoración holística, para poder conocer la percepción que se tiene de la situación que está viviendo esa persona en ese momento, como lo está afrontando, y qué expectativas tiene del cuidado que le puede brindar el profesional en enfermería.³⁴

Los profesionales en enfermería deben tener la capacidad para identificar el estímulo y relacionar su conocimiento con la situación que está experimentado la persona, para poder lograr comprender los comportamientos como modo de adaptación.

Roy menciona que el ser humano, a su vez, se halla en un determinado punto de lo que denomina el «continuum» (o trayectoria) salud-enfermedad. Este punto puede estar más cercano a la salud o a la enfermedad en virtud de la capacidad de cada individuo para responder a los estímulos que recibe de su entorno. Si responde positivamente, adaptándose, se acercará al estado de salud, en caso contrario, enfermará.³²

Esta teorizante de enfermería se adapta al tema de investigación con respecto a las medidas de prevención, ya que la población está siendo sometida a cambios que la sociedad ha establecido para cuidar la salud de las personas, este modelo de adaptación establece que es de suma importancia crear una relación enfermero y paciente para poder lograr conocer la percepción que tiene la población con respecto a la medidas de prevención y los factores que se han visto alterados debido a las situaciones que experimentan y como han logrado adaptarse a las circunstancias.

Además, se busca es conocer desde la experiencia de las personas la perspectiva de cómo han logrado adaptarse hasta el día de hoy a las medidas de prevención del Covid 19, cuyo virus ha generado afectación social, económica y emocional que por ende afecta la parte física, mental y social de cada día, debido a la necesidad de cuidarse y cuidar a los demás evitando el riesgo de contagio.

La teorizante del Modelo de Adaptación busca lograr conocer la experiencia de cada persona de acuerdo a las circunstancias que han llevado a someterse a cambios en su vida, para lograr establecer intervenciones de enfermería que ayuden afrontar el proceso para evitar afectar la salud, sin embargo, estas situaciones a las que ha sido sometida la población genera cambios en el estilo de vida como actividad física, descanso, alimentación; así como afectación emocional debido a todos aquellos factores sociales y económicos que alteran la mente.

Por lo cual se debe intervenir y crear una relación reciproca enfermero – paciente para poder conocer la experiencia de cada persona y esta manera brindar un abordaje holístico e integral para poder un crear un ambiente saludable mediante mecanismos de afrontamiento durante el tiempo que dure la pandemia.

CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO

3.1 ENFOQUE DE INVESTIGACIÓN

El enfoque de la investigación es de carácter cualitativo, dada que la finalidad de la investigación es conocer la percepción del proceso de adaptación a las medidas de prevención del Covid 19 relacionado con diversos factores. Hernández et al³⁵ refiere que este proceso es llevado a cabo a través de la recolección y análisis de los datos mediante una entrevista abierta para afinar las preguntas de investigación durante el proceso de interpretación de resultados.

3.2 TIPO DE INVESTIGACIÓN

El tipo de investigación es fenomenológica, debido a que se pretende explorar, describir y comprender las experiencias de las personas, respecto a un fenómeno y descubrir los elementos en común de tales vivencias.³⁵ Es decir, se busca conocer la percepción de las personas con respecto a su experiencia vivida durante el proceso de adaptación de las medidas de prevención del Covid-19 relacionado con diversos factores.

3.3 UNIDADES DE ANÁLISIS U OBJETOS DE INVESTIGACIÓN

La unidad de investigación se encuentra constituida por hombres y mujeres adultos, que residen en el cantón de Naranjo, dispuestas a participar en la entrevista.

Aérea de estudio: La investigación se realiza en el cantón de Naranjo.

3.3.1 Población

La población total que reside en el cantón de Naranjo es de 42,713 personas.³⁶

3.3.2 Muestra

La muestra es no probabilístico, debido a que se han seleccionado al azar 10 participantes que cumplan con los criterios de inclusión e inclusión de la investigación.

3.3.3 Criterios de inclusión y exclusión

En la siguiente tabla se presentan los criterios de inclusión y exclusión de la muestra.

Tabla 1: Criterios de Inclusión y Exclusión.

Criterios de inclusión	Criterios de exclusión
Personas adultas.	Personas menores de edad.
Personas que residan en Naranjo.	Personas que no quieran participar en el estudio.

Fuente: elaboración propia, 2020.

3.4 INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN

El instrumento utilizado para la recolección de la información consiste en una entrevista abierta semiestructurada con 16 preguntas relacionadas con los objetivos de la investigación. Así mismo, cada entrevista se realiza de forma individual con cada uno de las participantes.

3.4.1 Validez del cuestionario

La validación del instrumento se desarrolló con la utilización del software PSPP, haciendo uso del Análisis de Kappa de Cohen. El instrumento se les facilitó a dos profesionales en

Enfermería con las 16 preguntas reorganizadas, a fin de que ellos las asociaran con los conceptos correspondientes.

A continuación, se presentan los resultados de la validación y el nivel de acuerdo correspondiente al instrumento de la investigación:

Tabla 2: Kappa de Cohen.

CROSSTABS

```

/TABLES= Maricruz BY Original
/FORMAT=AVALUE TABLES PIVOT
/STATISTICS=KAPPA
/CELLS=COUNT ROW COLUMN TOTAL.
    
```

Summary

	Casos					
	Válido		Perdidos		Total	
	N	Porcentaje	N	Porcentaje	N	Porcentaje
Maricruz x Original	16	100,0%	0	,0%	16	100,0%

Maricruz x Original

			Original				Total
			Medidas de prevención	Condiciones personales	Condiciones sociales	Condiciones económicas	
Maricruz	Medidas de prevención	Recuento	3	0	2	0	5
		Row %	60,0%	,0%	40,0%	,0%	100,0%
		Column %	75,0%	,0%	50,0%	,0%	31,3%
		Total %	18,8%	,0%	12,5%	,0%	31,3%
	Condiciones personales	Recuento	1	4	0	0	5
		Row %	20,0%	80,0%	,0%	,0%	100,0%
		Column %	25,0%	100,0%	,0%	,0%	31,3%
		Total %	6,3%	25,0%	,0%	,0%	31,3%
	Condiciones sociales	Recuento	0	0	2	0	2
		Row %	,0%	,0%	100,0%	,0%	100,0%
		Column %	,0%	,0%	50,0%	,0%	12,5%
		Total %	,0%	,0%	12,5%	,0%	12,5%
Condiciones económicas	Recuento	0	0	0	4	4	
	Row %	,0%	,0%	,0%	100,0%	100,0%	
	Column %	,0%	,0%	,0%	100,0%	25,0%	
	Total %	,0%	,0%	,0%	25,0%	25,0%	
Total	Recuento	4	4	4	4	16	
	Row %	25,0%	25,0%	25,0%	25,0%	100,0%	
	Column %	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	
	Total %	25,0%	25,0%	25,0%	25,0%	100,0%	

Symmetric Measures

	Valor	Err. Est. Asint.	T Aproxim.
Medida de Acuerdo Kappa	,75	,13	5,28
N de casos válidos	16		

CROSSTABS

/TABLES= Emilia BY Original
 /FORMAT=AVALUE TABLES PIVOT
 /STATISTICS=KAPPA
 /CELLS=COUNT ROW COLUMN TOTAL.

Summary

	Casos					
	Válido		Perdidos		Total	
	N	Porcentaje	N	Porcentaje	N	Porcentaje
Emilia x Original	16	100,0%	0	,0%	16	100,0%

Emilia x Original

			Original				Total
			Medidas de prevención	Condiciones personales	Condiciones sociales	Condiciones económicas	
Emilia	Medidas de prevención	Recuento	4	2	1	0	7
		Row %	57,1%	28,6%	14,3%	,0%	100,0%
		Column %	100,0%	50,0%	25,0%	,0%	43,8%
		Total %	25,0%	12,5%	6,3%	,0%	43,8%
	Condiciones personales	Recuento	0	2	0	0	2
		Row %	,0%	100,0%	,0%	,0%	100,0%
		Column %	,0%	50,0%	,0%	,0%	12,5%
		Total %	,0%	12,5%	,0%	,0%	12,5%
	Condiciones sociales	Recuento	0	0	3	0	3
		Row %	,0%	,0%	100,0%	,0%	100,0%
		Column %	,0%	,0%	75,0%	,0%	18,8%
		Total %	,0%	,0%	18,8%	,0%	18,8%
Condiciones económicas	Recuento	0	0	0	4	4	
	Row %	,0%	,0%	,0%	100,0%	100,0%	
	Column %	,0%	,0%	,0%	100,0%	25,0%	
	Total %	,0%	,0%	,0%	25,0%	25,0%	
Total	Recuento	4	4	4	4	16	
	Row %	25,0%	25,0%	25,0%	25,0%	100,0%	
	Column %	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	
	Total %	25,0%	25,0%	25,0%	25,0%	100,0%	

Symmetric Measures

	Valor	Err. Est. AsInt.	T Aproxim.
Medida de Acuerdo Kappa	,75	,13	5,40
N de casos válidos	16		

CROSSTABS

/TABLES= Maricruz BY Emilia
 /FORMAT=AVALUE TABLES PIVOT
 /STATISTICS=KAPPA
 /CELLS=COUNT ROW COLUMN TOTAL.

Summary

	Casos					
	Válido		Perdidos		Total	
	N	Porcentaje	N	Porcentaje	N	Porcentaje
Maricruz x Emilia	16	100,0%	0	,0%	16	100,0%

Maricruz x Emilia

			Emilia				Total
			Medidas de prevención	Condiciones personales	Condiciones sociales	Condiciones económicas	
Maricruz	Medidas de prevención	Recuento	4	0	1	0	5
		Row %	80,0%	,0%	20,0%	,0%	100,0%
		Column %	57,1%	,0%	33,3%	,0%	31,3%
		Total %	25,0%	,0%	6,3%	,0%	31,3%
Condiciones personales	Condiciones personales	Recuento	3	2	0	0	5
		Row %	60,0%	40,0%	,0%	,0%	100,0%
		Column %	42,9%	100,0%	,0%	,0%	31,3%
		Total %	18,8%	12,5%	,0%	,0%	31,3%
Condiciones sociales	Condiciones sociales	Recuento	0	0	2	0	2
		Row %	,0%	,0%	100,0%	,0%	100,0%
		Column %	,0%	,0%	66,7%	,0%	12,5%
		Total %	,0%	,0%	12,5%	,0%	12,5%
Condiciones económicas	Condiciones económicas	Recuento	0	0	0	4	4
		Row %	,0%	,0%	,0%	100,0%	100,0%

		Emilia				Total
		Medidas de prevención	Condiciones personales	Condiciones sociales	Condiciones económicas	
	Column %	,0%	,0%	,0%	100,0%	25,0%
	Total %	,0%	,0%	,0%	25,0%	25,0%
Total	Recuento	7	2	3	4	16
	Row %	43,8%	12,5%	18,8%	25,0%	100,0%
	Column %	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
	Total %	43,8%	12,5%	18,8%	25,0%	100,0%

Symmetric Measures

		Valor	Err. Est. Asint.	T Aproxim.
Medida de Acuerdo	Kappa	,66	,15	4,71
N de casos válidos		16		

Los resultados anteriores muestran que en el análisis del Kappa de Cohen para Maricruz revela una medida de acuerdo de 0,75 mientras que la medida de acuerdo para Emilia revela un valor de 0,75, para una medida de acuerdo entre ambos participantes de 0,66.

Los resultados anteriores según el análisis de Kappa de Cohen dictaminan la aprobación del instrumento al ser medida de acuerdo superior a 0,5.

3.5 DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

El diseño de la investigación es no experimental de tipo transversal, debido a que las variables se miden en su estado natural sin ser manipuladas intencionalmente y además se recolectan datos en un único momento en un periodo establecido.³⁵ Ya que se pretende conocer la percepción del proceso de adaptación a las medidas de prevención del Covid 19 en adultos relacionado con condiciones sociales, económicos, personales y de salud, en el cantón de Naranjo, 2020.

3.6 CATEGORIZACION DE LAS UNIDADES DE ANÁLISIS

Tabla 3: Categorización de unidades.

Categoría	Subcategoría	Unidad de estudio	Codificación
Percepción del proceso de adaptación a las medidas de prevención del Covid-19.	Medidas de prevención.	Opinión sobre el proceso de adaptación a las medidas de prevención del Covid-19.	
		Conocimiento y aplicación de las medidas de prevención del Covid-19.	
		Opinión sobre la efectividad de las medidas de prevención del Covid-19.	
		Opinión a futuro sobre las medidas de prevención por aplicar por parte del Ministerio de Salud.	
Percepción personal.	Personal.	Experiencia personal de la pandemia y de las medidas de prevención.	
		Experiencia emocional durante la pandemia.	
		Nuevas actividades diarias en la pandemia.	
		Categorización según control de salud.	
		Constitución de la burbuja.	
		Uso de las tecnologías actuales en el aislamiento.	

Percepción social.	Sociales.	Comparación en cumplimiento de medidas de prevención entre una zona y otra.	
		Experiencia según afectación en su entorno social.	
Percepción económica.	Económica.	Afectación en el estatus económico.	
		Afectación en la economía de la persona y su familia.	
		Afectación o mejoramiento en la calidad de vida según condición económica.	
		Opinión sobre la economía del futuro.	

Fuente: Elaboración propia, 2020.

3.6.1 Descripción de las unidades de análisis

La tabla anterior busca la categorización de los datos obtenidos, en base a cuatro subcategorías que se presentan; medidas de prevención, condiciones personales, condiciones sociales y condiciones económicas.

- 1. Proceso de adaptación a las medidas de prevención del COVID 19:** se define como el conjunto de etapas a las que el ser humano se adapta o inadapta en el medio ambiente para alcanzar la meta de prevenir el progreso de una enfermedad que está afectando a la sociedad.^{14,15,37}
- 2. Condiciones personales:** Es el conjunto de experiencias en los seres humanos y su forma de vivir.³⁸
- 3. Condiciones sociales:** Es la posición que ocupa una persona en la sociedad. Es decir, al estado de la persona respecto al contexto o al entorno.³⁹
- 4. Condiciones económicas:** Es el conjunto de bienes que integran el patrimonio de una persona.⁴⁰

3.7 PLAN PILOTO

El instrumento se aplica a dos profesionales de enfermería expertas en el tema que desean participar voluntariamente en la investigación. La entrevistadora observa detalles como comprensión de las preguntas, actitudes y si presenta alguna dificultad para responder. Se realiza de manera eficiente en las dos participantes, logran entender con claridad las preguntas y no es necesario realizar ninguna modificación en la entrevista.

3.8 PROCEDIMIENTO DE RECOLECCION DE DATOS

La recolección de los datos se lleva a cabo por medio de una entrevista semiestructurada, que se les realiza a 10 adultos, los cuales cumplen con todos los criterios de inclusión previamente descritos. Los datos obtenidos se recolectan mediante datos sociodemográficos para conocer los datos personales y a través de 16 preguntas relacionadas con medidas de prevención, percepción personal, social y económica, mismo que se aplica mediante la plataforma digital Zoom, las respuestas son grabadas para la total comprensión sin pérdida de datos debido a la complejidad.

3.9 ORGANIZACIÓN DE LOS DATOS

La organización de los datos recopilados se realiza mediante la transcripción de las grabaciones con la información brindada por los entrevistados a través de la categorización debido a que se establecen elementos sociodemográficos como la edad, sexo, nivel académico, junto con las categorías asociadas a la guía de entrevista las cuales son medidas de prevención, percepción personal, social y económica. Se utilizan códigos de colores para la identificación de los datos relacionados a las categorías y subcategorías de análisis.

3.10 ANÁLISIS DE DATOS

El análisis de datos se realiza mediante la categorización de las unidades propuestas, la teoría de las variables de estudio, la teoría del modelo de adaptación y los datos obtenidos en las entrevistas. Este análisis se lleva a cabo tomando en cuenta los objetivos para lograr obtener resultados acordes con la investigación.

CAPITULO IV

PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS

4.1 GENERALIDADES

Este capítulo presenta brevemente los resultados de la investigación por medio de un cuadro de codificación de las categorías y subcategorías en donde se detallan las unidades de análisis para brindar al lector mayor entendimiento de la implementación del trabajo.

Tabla 4: Cuadro de codificación.

Categoría	Subcategoría	Unidad de estudio	Codificación
Percepción del proceso de adaptación a las medidas de prevención del Covid-19.	Medidas de prevención Covid-19.	Opinión sobre el proceso de adaptación a las medidas de prevención del Covid-19.	
		Conocimiento y aplicación de las medidas de prevención del Covid-19.	
		Opinión sobre la efectividad de las medidas de prevención del Covid-19.	
		Opinión a futuro sobre las medidas de prevención por aplicar por parte del Ministerio de Salud.	
Percepción personal.	Personal.	Experiencia personal de la pandemia y de las medidas de prevención.	
		Experiencia emocional durante la pandemia.	
		Nuevas actividades diarias en la pandemia.	
		Categorización según control de salud.	
Percepción social.	Sociales.	Constitución de la burbuja.	
		Uso de las tecnologías actuales en el aislamiento.	
		Comparación en cumplimiento de medidas de prevención entre una zona y otra.	
		Experiencia según afectación en su entorno social.	
Percepción económica.	Económica.	Afectación en el estatus económico.	
		Afectación en la economía de la persona y su familia.	
		Afectación o mejoramiento en la calidad de vida según condición económica.	
		Opinión sobre la economía del futuro.	

Fuente: elaboración propia, 2020.

Datos Sociodemográficos.

Participante 1: F.R.G.

Sexo: Femenina.

Edad: 23 años.

Nivel de educación: Bachiller Universitario en Archivística.

Participante 2: A.R.S

Sexo: Masculino.

Edad: 26 años.

Nivel de educación: Bachillerato en Educación Media.

Participante 3: R.M.M

Sexo: Masculino.

Edad: 61 años.

Nivel de educación: Tercer Año de Colegio.

Participante 4: W.V.M

Sexo: Femenina.

Edad: 18 años.

Nivel de educación: Bachiller en Educación Media.

Participante 5: H.E.V

Sexo: Femenina.

Edad: 43 años.

Nivel de educación: Técnico Calificado en Masaje Deportivo.

Participante 6: S.Q.CH.

Sexo: Femenina.

Edad: 50 años.

Nivel de educación: Licenciatura en Educación Especial.

Participante 7: K.S.N.

Sexo: Femenina.

Edad: 31 años.

Nivel de educación: Bachillerato Universitario en Administración con Énfasis en Contabilidad.

Participante 8: M.G.S

Sexo: Masculino.

Edad: 32 años.

Nivel educación: Bachiller Universitario en Ingeniería Informática.

Participante 9: D.S.S.

Sexo: Femenina.

Edad: 27 años

Nivel de educación: Bachillerato Universitario en Administración.

Participante 10: A.L.A.C.

Sexo: Femenina.

Edad: 23 años.

Nivel de educación: Técnico en Contabilidad Media.

Categoría I: Percepción del proceso de adaptación a las medidas de prevención del Covid-19. Primera subcategoría: Medidas de prevención Covid-19.

Unidad de estudio: Opinión sobre el proceso de adaptación a las medidas de prevención del Covid-19.

Participante 1:

La entrevistada FRG comenta “Al inicio fue un poco extraño y pensé que esto aquí no iba pasar por ser algo tan externo, pero luego cuando se dio los primeros dos casos en el país de los extranjeros dije ya no hay vuelta atrás nos vamos a infectar todos de Covid-19 y al inicio me costó mucho pensar que ya no podía tocar a las personas, que ya no podía tener ese contacto tan cercano, me costó aceptar que tenía que usar mascarillas mientras pude solo usaba careta hasta que el Ministro nos dijo que había que utilizar mascarilla obligatoriamente, pero si me costó mucho empezar a tener esa lejanía con las personas, tener esa confianza de andar tranquila en los lugares públicos, en mi opinión me costó mucho tratar de comprender lo que estaba pasando.”

El entrevistado ARS expresa que la pandemia “Vino a generar consciencia en la persona, en el sentido de lavarnos las manos, antes las personas padecían mucho de enfermedades respiratorias por lo mismo por la falta de lavarse las manos, de que no se tenía el cuidado de usar alcohol en gel, la persona padecía de muchas alergias hoy en día han disminuido demasiado, esos hábitos han mejorado la salud, a pesar de que ha sido un proceso de adaptación un tanto complicado porque la persona no estaba adaptada a todo ese tipo de situaciones éramos neófitos en esos temas nos tocó aprender a la fuerza y a lo que nos tocaba entonces sí creo que ha llegado en ese ámbito a mejorar un montón la salud de las personas.”

El entrevistado RMM refiere que “Si fue un cambio drástico, brusco fue algo que nunca hemos vivido ni yo con mis 61 años, he tenido que hacer cambios en mi comportamiento por ejemplo a la hora de saludar, para ir al trabajo, acostumbrarme a la mascarilla que ha sido bastante difícil, a las reuniones familiares, que mis papás son adultos mayores, mi papá 92 años sobreviviente de cáncer y mi mamá 81 años. Desde que inicio la pandemia hasta ahora el domingo fui a visitar a mis papás, nos hablábamos por video llamada, pero hasta ahora que fui, pero fue como visita de médico con máscara y me vine rápido porque hay que considerar que son adultos mayores, jamás resistirían esto si se contagiaban por eso han sido cambios bruscos y drásticos, pero uno entiende que es lo que hay que hacer.”

La entrevistada WVM expresa que “Ha sido muy difícil por el hecho de la adaptación de uno momento a otro, y para mí fue muy difícil por mi edad ya que alguien talvez más adulto pudo vivir una experiencia parecida en otro momento. Por lo general uno se cuida siempre andaba alcohol en gel en el bolso y no había ningún problema si se me olvidaba ya que era más por higiene personal pero ahora salir y ni siquiera saber que se puede respirar

bien, adaptarse a las mascarillas, a tener que estarse echando alcohol en gel cada vez que toque algo, andar a cierta distancia con las personas fue muy difícil.”

La entrevistada HEV menciona que “Con respecto a la higiene y todo esto no tuve un gran problema me adapté muy rápido, muy fácil, pude usar la mascarilla, la careta, el jabón no fue algo que me impacto realmente fue fácil de adaptar, fácil de tomar de día a día.”

La entrevistada SQCH refiere que “Ha sido un proceso y que hemos estado pasando etapas, no soy psicóloga pero yo siento que nos hemos adaptado por etapas, primero la etapa del miedo, después la etapa de las acciones, luego vino la etapa de la resignación o conformarse con la situación, la etapa de la desesperanza porque no termina la situación y ahora por último estamos como en la resignación no se así lo veo yo, no sé si psicológicamente tendrán nombre esas etapas pero son como las que yo pienso que hemos pasado para poder adaptarnos.”

La entrevistada KSN opina que “La gente se ha adaptado bien, creo que todos nos hemos adaptado al proceso del Ministerio de Salud por las buenas o por las malas, pero nos hemos adaptado.”

El entrevistado MGS menciona que “Algunas personas las están aplicando y otras no, depende mucho de la forma o de la persona que aplique las medidas, no todos tienen la misma positividad de aplicar las medidas por temas económicos.”

La entrevistada DSS expresa que “Ha sido un poco complicado, el tener que adaptarse a una vida totalmente diferente en un tiempo de pandemia donde se nos ha restringido la visita familiar a personas que amamos, no solo a eso, sino a las cosas cotidianas a las que estábamos acostumbrados como antes era tan normal ir al súper y entrar, ahora hay que

hacer fila, en los súper, tiendas, en los lugares comerciales y lo más complicado de todo adaptarse a una mascarilla donde antes era prohibido entrar a un banco con la cara tapada ahora es totalmente normal.”

La entrevistada LAC comenta que “Siento que ha sido muy difícil para todos adaptarnos a todo esto, por eso creo que ha habido fiestas ilícitas y gente que igual se sigue viendo con las personas que no son de su burbuja social y hay que entender que están poniendo en riesgo la salud de todos, también es algo que tiene un valor muy importante en nosotros tanto como en nuestra salud mental relacionarnos verdad, nuestra estabilidad emocional como en la parte económica claramente porque necesitamos salir afuera, siento que la pandemia nos agarró de golpe a todos, que ha habido estrategias muy buenas para que fuera así tan rápido y que la gente tuviera que adaptarse de un día para otro, siento que se manejó muy bien al menos en nuestro país pero talvez hizo falta responsabilidad de la gente en muchos aspectos.”

Unidad de estudio: Conocimiento y aplicación de las medidas de prevención del Covid-19.

La entrevistada FRG menciona “Mascarilla en lugares públicos, lavado de manos siempre que salía o en mi caso que estaba trabajando con más personas lo realizaba con más frecuencia, utilización de alcohol líquido o en gel, modificar los saludos: no abrazos, no besos ni siquiera saludar de antebrazo, mantener la distancia de 2 metros, no volví a salir a reuniones sociales.”

El entrevistado ARS refiere “Uso de mascarilla 100%, lavado de manos frecuente en mi trabajo y en mi casa, uso de alcohol líquido o en gel en mi trabajo, en la calle al tocar un

objeto, al ingresar a la casa desinfectar las manos y los zapatos, si salgo al llegar a la casa me baño, desinfectar los productos que llevo a mi casa nuevos, evitar el contacto con las personas, descartado los saludos, levanto la mano para saludar, utilizo el antebrazo para taparme al toser o estornudar o una toalla desechable, evito tocar superficies en los buses con las manos, evito tocarme la cara si tengo las manos sucias, mantengo la distancia en la fila cuando voy al banco, supermercado u otro lugar, pero es contradictorio porque en el bus no se puede y por mi trabajo tengo actividades donde tengo que estar muy cerca de mis compañeros entonces tampoco puedo aplicarlo, trato de mantener la burbuja con las personas necesarias.”

El entrevistado RMM indica “El lavado de manos, el uso de mascarilla, nunca estuve de acuerdo con la careta porque tenía muchos espacios porque se podía salir la saliva, no ir donde hay aglomeraciones de personas.”

La entrevistada WVM refiere “1,80 o 2 metros de distancia, uso de mascarilla diariamente al salir de la casa, no usar la misma mascarilla más de 3 horas, uso de alcohol líquido o en gel al tocar superficies, al entrar a cualquier lugar público, lavado de manos cada vez que pueda, no tocarse la cara, si sale al llegar a casa, cambiarse la ropa o si es posible bañarse.”

La entrevistada HEV comenta “Salgo a lo necesario, considérese a un trámite bancario, una ida al supermercado, un pago estricto, cosas así de ese tipo, o al trabajo, salgo de mi casa con la mascarilla, llevo otras dependiendo de las horas que tenga que estar fuera por trabajo, las llevo por separado, cerradas, esterilizadas, llevo alcohol, ando toallas de papel; cada vez que llego a una casa si tengo que quitarme los zapatos me los quito, sino me los limpio, me lavo las manos cuando entro y cuando salgo, desinfecto el equipo de trabajo, la camilla, el estuche de los tems, las cajas donde guardo las vendas las esterilizo cuando

entro y cuando salgo; cuando llego a mi casa igual, me quito los zapatos y paso directamente al baño, toda la ropa va dar directamente a la lavadora, se lava de inmediato no se guarda en la canasta, así sea una, dos o tres mudadas se lavan en el momento y hasta después de bañados y con la ropa almacenada limpia, nos saludamos entre nosotros; si vengo del súper todo absolutamente todo se lava, empaques por ejemplo de galletas que vienen en docenas se abren y se bota el empaque que esta por fuera, no monto a nadie al carro que no sea de mi casa.”

La entrevistada SQCH indica “El lavado de manos, el uso de la mascarilla y la careta, el distanciamiento social, el no tocarse la cara sin haberse lavado las manos, tratar de no estar en lugares públicos, el no viajar de no ser completamente necesario, reportar cualquier indicio de Covid a los centros de salud, usar alcohol líquido o en gel.”

La entrevistada KSN responde que “El uso de mascarilla, no tocarse la cara, lavarse las manos continuamente, usar alcohol en gel o líquido, limpiarse la suela de los zapatos en los lugares públicos que haya, quitarse los zapatos al entrar a la casa, bañarse al llegar a la casa, desinfectar todos los productos que se compran.”

El entrevistado MGS menciona que “El lavado de manos con agua y jabón, distanciamiento social, burbujas sociales, uso de alcohol en gel, uso de mascarilla.”

La entrevistada DSS aplica “El uso de la mascarilla, el lavado de manos, uso de alcohol puro, no tocarse la cara con las manos sucias, el guardar el 1.80 que establece el Ministerio de Salud, evitar las aglomeraciones, mantener la burbuja social hasta donde se puede, tratando de no romperla, empezando la pandemia una de las cosas que habíamos adaptado en mi casa, mi esposo, mi hija y yo era que si salimos inmediatamente llegábamos a

bañarnos y dejábamos los zapatos afuera e incluso pusimos una alfombra con desinfectante en la pura entrada de la casa.”

La entrevistada LAC refiere “Salir siempre con mascarilla, siempre que llegamos de afuera nos quitamos la ropa la lavamos, usar alcohol en gel o liquido cada vez que toco algo, echarme alcohol liquido en mis manos, ropa y zapatos, mantener un 1 metro de distancia, relacionarme solo con mi burbuja.”

Unidad de estudio: **Opinión sobre la efectividad de las medidas de prevención del Covid-19.**

Participante 1:

La participante FRG menciona que “Son medidas que se han venido descubriendo conforme pasa el tiempo por que como es un virus nuevo, pues como que no se sabía a ciencia cierta que utilizar para prevenirlo, pero como lo han abordado ha sido efectivo, creo que lo que ha pasado que han habido bastantes contagios o estas olas que hay por distritos o cantones ha sido por desobediencia y que no acatan las normas que dice el Ministerio de Salud, si todos acataran las normas sería un contagio más leve porque hay contagios que no se pueden evitar, ósea obedeziéndolas si funcionan.”

El participante ARS expresa que “Sí y no. Si porque han ayudado a disminuir la situación del Covid, pero a la vez no porque por ejemplo la restricción vehicular frecuente era más bien un problema porque se estaba obligando a que la persona tuviera que tomar bus, estaba generando un acumulo de personas en los buses, me parece lógico que si tienen carro es mejor que se maneje en carro por ese lado si siento que es un poco contradictorio porque eso no ayuda en nada, por lo demás todas estaban bien.”

El participante RMM responde “Si en la mayoría de las medidas, excepto que no nos dejen usar el vehículo porque considero que es más seguro andar en el propio vehículo que andar en el bus donde hay que ir a la parada donde hay aglomeraciones, hacinamientos en un bus esa parte no la comparto.”

La participante WVM considera que “En su momento no fueron muy efectivas por la falta de conocimiento porque en su momento no solo estuvo el uso de mascarillas sino también de careta y se dieron cuenta que no funciono, las quitaron porque hubo muchos contagios. Siento que hubiera sido más efectivo si la gente hubiera sido un poco más informada por qué fue de un pronto a otro tiene que usar mascarilla y echarse alcohol, pero tal vez la gente no sabía cómo actuaba el virus y como podía quedarse en su cuerpo hasta que el Ministerio de Salud se encargó de informar, aunque fue muchísimo después ósea se había prolongado de tiempo. Al principio no fue muy efectivo, pero después sí.”

La participante HEV opina que “Si son buenas, pero digamos son más buenas ahora que antes, considero que desde el principio lo que se le debió de haber dado a la gente es la información y la educación, encerrarlos si fue bueno, no digo que no fue del todo, pero es como que usted agarre un chiquito y le diga que no toque el cuchillo y se lo esconda esa no es la ciencia, la ciencia está en explicarle por qué no lo tiene que tocar y que él va estar ahí, igual pasaba con la enfermedad el querer encerrarnos a todos y querer tener el control sobre la salud de todo no era la clave, la clave fue educar como se hizo tiempo después y darle la responsabilidad al país de su propia salud, eso es lo que ha hecho la diferencia entre el principio y la mitad de la pandemia que la gente entendió que debía hacerse responsable de su vida, de su salud y la de su familia y que cuanto más respetaran esas normas más protegidos iban a estar. Pero la ciencia no está en mandarnos para la casa, cerrar todo, a mi

criterio personal no lo está, está en la educación y en concientización de las personas del país.”

La participante SQCH considera que “Ninguna medida ha funcionado porque las estadísticas podrían estar siempre mejores, sin embargo, no hemos tenido un grado de mortalidad tan alto, por ejemplo, a veces yo comparo estadísticas de años anteriores hay más muertes por accidentes de tránsito que por Covid, más muerte por violencia en las calles que por narcotráfico y todas esas situaciones sociales que por Covid. Entonces uno se pone a ver que tanto ha servido o no para por lo menos evitar los fallecimientos, pero por lo menos las medidas han sido de ayuda y han informado a la población de todo lo que ha pasado, de todo el trabajo que se ha hecho a nivel hospitalario y de salud pública ha sido bueno en realidad yo lo califico bien, bueno, creo que hay cosas que se pueden mejorar y pueden mejorar, pero en términos generales ha dado la talla a nivel de Ministerio de salud.”

La participante KSN refiere “Si, 100% efectivas porque han permitido que haya disminución de casos, sin embargo, esto es ya más bien responsabilidad de cada persona de cumplirlas por el bien de su salud y sus seres queridos.”

El participante MGS menciona “Un criterio 50/50 no creo que estén malas, pero tampoco creo que sean las medidas más adecuadas para sobrellevar la pandemia, porque quizás las medidas se han ido aplicando conforme que ha ido detectando el virus, no hay un estándar, un protocolo inicial establecido en el que por ejemplo al día de hoy es requerido el uso de mascarilla porque no utilizarlo desde el principio, entonces siento que por ahí, los protocolos que sean utilizado quizás en diversas etapas de la pandemia no han sido los correctos en el momento adecuado.”

La participante DSS responde “Creo que, si han hecho un buen trabajo, para mí ha sido funcional y muy bueno.”

La participante LAC refiere “Mmm ayudan, pero obviamente es un virus que está ahí, talvez nos ayudan a mantener las cosas en control, pero realmente no va ser tan afectivo como ya que exista una vacuna y ya nos ayudé. Siento que las medidas de prevención nos han mantenido más estables y han cuidado nuestra integridad física para no contagiarnos, pero si ha destruido demasiado la economía y son consecuencias que nos han afectar de revote apenas termine todo esto. Siento que debían haber puesto otras medidas para que no hubiera un paro económico tan grande, por ejemplo, yo me quede sin trabajo, talvez los parques si tenían que estar abiertos, pero talvez con otras medidas por ejemplo Kidzania cerro y los bares están abiertos entonces no me parece tan afectiva ni tan seguras esas medidas.”

Unidad de estudio: Opinión a futuro sobre las medidas de prevención por aplicar por parte del Ministerio de Salud.

La participante FRG comenta “Creo que como han venido haciendo abriendo y cerrando el ámbito social, restaurantes y hoteles, creo que ya no se puede retener más, van a empezar abrir más cosas, eso va quedar en el bando de uno el acatar y cuidarse realmente como indican y después van a abrir todo y va ser una nueva normalidad aprender a vivir con esto y me imagino que aun a corto plazo estén las inyecciones pero no todo el mundo va poner adquirir eso y no creo tampoco que sea tan bueno pero creo que va haber un momento donde va haber un poco menos de contagios, porque la gente se va acostumbrar a utilizar mascarilla y así todo esto.”

El participante ARS opina “Sería en este caso empezar a habilitar todo para evitar que la persona se mantenga en el hogar más bien le está generando enfermedades como el estrés, enfermedades psicológicas, porque las personas se estresan de estar metidas en la casa, deben habilitar ósea todo debe volver a la normalidad y las personas deben entender que el Covid es una enfermedad que tenemos que aprender a lidiar con ella sí o sí. Habilitar todo para que la persona pueda volver a su rol normal de vida porque hay muchos que aún no o que apenas se están habilitando como hoteles, gimnasios, aeropuertos personas que no se vieron afectadas por el virus, pero si en el trabajo en la economía.”

El participante RMM expresa “Siento que han dejado de tener un efecto como al principio, pero es también porque estamos cansados de las medidas y muchas personas nos las están tomando, por ejemplo, en este momento cerquita de mi casa ha habido todo el día una fiesta, se escucha mucha gente y es símbolo de que la gente está harta y que ha perdido el miedo a la enfermedad.”

La participante WVM respondió “Cuesta mucho que las personas se lo tomen más en serio porque las personas lo ven como algo normal, porque para mí si en estos próximos meses seguimos tomando las medidas de higiene y seguridad puede que salgamos de la pandemia el otro año, pero si las personas no obedecen puede que el otro año continuemos en pandemia.”

La participante HEV comenta que “A pesar de que haya una vacuna, esto en mi casa se volvió un estilo de vida, aunque haya vacuna, aunque ya todo el país en ese punto este protegido, en mi caso muy personal y en mi familia las medidas se van a mantener, la higiene estricta, el llegar a un lugar y no tocar, no abrir cositas de comer, todo eso, de fijo que lo voy a mantener.”

La participante SQCH refiere que “Sabe que pronto tendremos vacuna eso es un gran alivio para todos, pero seguir aplicando las medidas de seguridad en la medida de lo posible, las medidas de salud, como el lavado de manos, el distanciamiento social, el uso de la mascarilla hasta que ya las autoridades nos indiquen que no es necesario, el uso de la mascarilla pues es algo que va hacer largo tiempo no se ve a corto plazo, sin embargo, esa es mi percepción para los siguientes meses, tengo la esperanza que ya la vacune circule, pero aun así con todo y vacuna sabemos que las enfermedades van a estar siempre a la orden del día, debemos de cuidarnos y cuidar a las personas que queremos.”

La participante KSN contesto “Creo que se van a mantener todo el próximo año.”

El participante MGS refiere que “El mismo distanciamiento, el uso de mascarilla considero que se van a mantener, pero a medida que vaya avanzando la transmisión comunitaria y conforme se genere la inmunidad comunitaria, puede que se vayan acortando, pero si se van a mantener las medidas.”

La participante DSS comenta “Di creo en la etapa en la que estamos di es un poco complicado para el Ministerio de Salud ya que vienen varias festividades al mes alusivo que es diciembre, va hacer un poco complicado para el Ministerio de Salud junto con el gobierno que hacen su parte de establecer medidas, prevenciones pero creo que está en uno y en cada persona lo que nos cuidemos o lo que establezcamos aquí ya no hay nada que hacer, ya las normas de higiene, ya lo establecido ya se nos dio, aquí los que tenemos que cuidarnos somos nosotros, si puedan haber más contagios aunque ya estamos en un momento de la pandemia que está bien avanzada y la gente parece estar cansada de, entonces creo que está bien que el tiempo que venga es complicado por todo lo que mencione antes.”

La participante LAC responde “Siento que talvez mantener cierta restricci3n en los lugares en donde la gente se reune, ejemplo restaurantes, bares, parques, cines y siento que va hacer necesario abrir m3s nuevos negocios que han tenido una restricci3n tan limitante o los lugares de ni1os. Siento que van a disminuir porque obviamente el pa3s no puede estar sin producir necesitan el dinero, entonces si van a intentar abrir ciertas cosas, por ejemplo los estudiantes que consumen cerca de las universidades y dem3s, 3sea hay lugares que est3n cerrados que necesitan abrirse para que la econom3a surja entonces esto va hacer que las medidas tomadas todos estos meses disminuyan pero igual se van a mantener las medidas de mantener la distancia, que no haya m3s de cierta cantidad de personas en un lugar o cosas as3.”

Categor3a II: Percepci3n personal. Subcategor3a: personal.

Unidad de estudio: Experiencia personal de la pandemia y de las medidas de prevenci3n.

La entrevistada FRG expresa “Al inicio no quer3a salir y todav3a no quiero salir, salgo una vez al mes. Al inicio estaba muy paniqueada y creo que me ha costado salir de esa zona de miedo, temor, de que si me pasa algo o le pasa algo a mi familia, eso fue lo primero que pens3, que si se contagian por mi culpa al llegar a la casa, pero conforme pasa el tiempo uno se va acostumbrando a que sabe que esto no va pasar a corto plazo, entonces es como tengo que adaptarme a esto y poco a poco me he tenido que ir mentalizando que esto es as3, que tengo que salir, que tengo que usar mascarilla y todo lo dem3s que tengo que utilizar para protegerme pero que no puedo vivir con miedo.”

El entrevistado ARS comenta que su experiencia “Ha sido aprender a valorar las expresiones afectivas, antes no les prestaba importancia o antes no me gustaban los abrazos, el apretón de manos o saludar a las personas y hoy en día que no puedo hacer ninguna de esas, digo guao Dios que increíble lo importante que eran esas expresiones afectivas entre personas, siento que he hecho conciencia la importante que es ese tipo de cosas, de aprender a extrañarlas y valorarlas.”

El entrevistado RMM menciona que “En un par de ocasiones he estado un poco asustadillo porque me he sentido enfermo porque es la psicosis, porque han sido uno o dos días que le dicho a mi esposa que me siento extraño, pero luego se pasa por eso digo que es la psicosis, de tanto estar escuchando que gente cercana se enferma, uno se empieza a sentir como enfermo, pero gracias a Dios todos en mi casa hemos estado sanos.”

La entrevistada WVM expresa “Para mí fue muy interesante, porque fue como íbamos para la universidad y se escuchaba de una enfermedad, pero no sabíamos que era, pero comenzamos a ver a los compañeros con mascarillas entonces ya se comenzó a ver que esto era algo más serio hasta el punto que la universidad se hizo virtual y luego nos empezamos a enterar más a fondo de la enfermedad de lo que era en sí.”

“Luego me quedé sin trabajo por casi dos meses y luego volví con todas las medidas de prevención necesarias más por el hecho que cuidaba una niña, tenía que bañarme en alcohol y no quitarme la mascarilla en ningún momento, aunque yo sabía que venía de una burbuja en la que estábamos bien y venía hacia otra, lo único era que me montaba en un taxi, pero yo trataba de no tocar nada, enseñarle a Lucia a lavarse las manos a cada rato y todas esas cosas y no salir.”

“En la iglesia también porque había muchas personas que quería ver y necesitaba ver y no podía ver, entonces era muy difícil. Luego a nivel universitario que para mí fue muy difícil porque era mi primer cuatrimestre en la universidad, y adaptarme a las clases virtuales al principio era muy estresante sentía que ni los estudiantes ni los profesores estábamos completamente preparados para eso.”

“Luego en mi casa mi papa es un adulto casi mayor, entonces había que tener muchísimos cuidados, tanto el como yo mantuvimos siempre esa obediencia hacia las medidas preventivas del Ministerio de Salud y creo que hasta el día de hoy eso nos ha servido bastante porque hemos estado con salud en todo momento.”

La entrevistada HEV refiere “Al principio como la mayoría de personas pensé que iba ser algo temporal, recuerdo claramente nos encerraron un mes en semana santa y pensábamos en iba pasar en ese mes, mes y medio todo se iba solucionar, entonces lo acaté desde el principio la medida fue acatada en mi familia y no salimos todos esos días, no hacíamos nada más que las compras esenciales farmacia, supermercado y eso era todo, pero conforme fue avanzando me afectó mucho porque mi trabajo me permite salir todos los días de mi casa, atender diferentes personas, esto se convertía en un apoyo a mi vida social, yo atendía pacientes, los visitaba en sus casas y como todos estábamos en confinamiento era prácticamente imposible que saliera o que trabajara, me afecto muchísimo, luego de que paso ese primer inicio de la pandemia donde yo creí que ya se terminaba y yo volvía a mi vida normal, me topé con la realidad que no era lo que yo esperaba que todo seguía y más bien empeoraba esa realidad empezó a golpearme porque no se ajustaba a mi realidad, entonces no sabía cómo abordarla, no sabía cómo trabajar, no sabía si lo iba volver a poder hacer, el futuro era muy incierto, no sabía cómo salir de la casa, porque aun si salía las otras

personas estaban también respetando las medidas y no podía llegar a ellas, fue muy muy difícil.”

La entrevistada SQCH menciona que “Si, ha sido difícil verdad, empezando por el hecho de que un pronto a otro tuvimos que salir de nuestras rutinas, de viajar todos los días a nuestro trabajo, talvez para algunas personas sea muy ventajoso quedarse en el hogar para todo pero también es una desventaja a nivel social y emocional el hecho de que usted salga todos los días de su casa es una rutina de alguna manera le da salud, el trabajo es salud, el estar en confinamiento en el hogar en la casa hace que aparezcan un montón de afecciones no las teníamos desde aumento de peso, falta de ejercicio, de socialización de ni tener con quien conversar hasta un montón de situaciones más.”

“Yo por ejemplo soy docente he tenido un arduo trabajo en la parte de la virtualidad tuvimos todo un proceso de aprendizaje para tecnologías para trabajar con los chicos en la virtualidad y en mi área todavía muy complicado porque yo soy del área de educación especial trabajo con chicos sordos y estos chicos requieren de una comunicación muy diferente al resto de la población fue toda una estrategia para adaptar la tecnología y la nueva forma de enseñar para poder trabajar con nuestra población, ha sido una situación de mucho trabajo aunque no parezca, solo el que vive con un docente sabe el trabajo que se hace dentro de la casa para poder llegar a los niños entonces ha sido muy desgastante en alguna medida y apropiarse de todo lo nuevo sobre todo nosotros los adultos porque yo entro en una categoría donde la virtualidad y las herramientas tecnológicas no fueron parte del aprendizaje en las universidades entonces ha sido como prueba y error y aprender haciendo y transformar toda esa parte mental ha sido complicado pero bueno vamos como usted dice en el proceso de adaptación, sacando la tarea.”

La entrevistada KSN menciona que “De momento ha sido una experiencia súper buena porque de momento no he tenido ningún familiar con Covid no he perdido a nadie, ya que estos tiempos hay muchas personas mal por eso porque han perdido un familiar, creo que he sido afortunada no ha sido nada mala. Y por la parte económica no viajo a trabajar entonces es un ahorro económico y creo que es un bienestar para la naturaleza y para uno mismo. En la empresa donde trabajo han entendido que las personas pueden trabajar desde la casa y eso es bueno por la salud mental y física de uno, por no viajar, no gastar la plata en los buses, el estrés, las presas nos deja algo bueno a todos.”

“Es difícil adaptarse a las medidas porque siempre que voy al súper se me olvida llevar la mascarilla y da pereza entrar algún lugar u echarse el alcohol o lavarse las manos da pereza, pero es por el bien de todos, creo que por lo mismo de lo acelerado que viene el mundo parar hacer eso le cuesta porque no está acostumbrado.”

“Mala, porque yo estaba muy asustada, uno teme obviamente por la familia, literalmente vivió 6 meses encerrado porque no quería ni ir al supermercado, ni a la pulpería y todo era un temor, un miedo hasta que uno va acostumbrándose a eso y ya no le tiene tanto miedo al tocarse la cara, tocarse las cosas como el miedo a todas las cosas, los primeros ser meses eran de temor hasta que se va adaptando a vivir con eso, porque hay que aprender a vivir con él.”

El entrevistado MGS expresa que su experiencia con la pandemia “Es la primera que vivo, entonces creo que ha sido algo diferente, ha sido un proceso de evolución en cuanto las medidas sanitarias que tomamos las personas, también ha sido un cambio cultural en la manera en que se hacen las cosas, si fue fácil adaptarme porque el distanciamiento social no es algo le impida llevar su vida normal, creo que ha sido fácil de adaptar, la adaptación

sencillas porque las medidas sanitarias que se han tomado le dan mucha versatilidad para que uno pueda continuar con su vida diaria.”

La entrevistada DSS expresa que “Ha sido como muy complicado, en algún momento di uno se sentía hasta mal verdad porque el hecho de que le restrinjan el salir, el tener que estar encerrados ha sido emocionalmente muy complicado y aun nosotros que tenemos una niña fue muy complicado porque a ella le dolía mucho tener que haber dejado el kínder, dejar a sus amiguitos, no poder visitar a las abuelas, no poder recibir a su prima, entonces en algún momento fue algo emocionalmente muy complicado e incluso de temor porque cuando empezaron a incrementar los casos a pensar en nuestra familia, en mi caso en mi abuela que es una adulta mayor, en tías, en mi mama en complicaciones de que alguno se pudiera contagiar y se pudiera morir pero bueno gracias a Dios hasta aquí estamos bien pero si ha sido un altibajo de emociones encontradas ha sido algo muy difícil porque es algo que nunca hemos vivido.”

La entrevistada LAC menciona que “Fui una de las personas que entré en pánico al principio y si no salía a ningún lugar ni siquiera al súper, me causaron muchos problemas de ansiedad, atracones de comida, otros días no quería comer nada. Luego cuando la ansiedad no era suficiente, ósea comer no era suficiente para hacerme sentir bien y segura, empecé más bien a bajar mucho de peso porque ya no consumía lo mismo y empecé a bajar un montón de peso no me sentía conforme porque ya no tenía trabajo, no tenía universidad, no me acoplaba a tener que estar así, encerrada, entonces si me afecto mucho al principio, después si me dio chance de intentar tener más chance para mí misma, ahora ya me acostumbre a todo lo que tengo que enfrentar, que no puedo salir como antes, siento que

todos nos vamos acostumbrando poco a poco es un proceso de acostumbrarse de tiempo talvez.”

“Umm si se me hizo fácil acostumbrarme a las medidas por el hecho de que tenía tanto miedo de contagiarme o contagiar a mis papás porque son lo único que tengo y si yo los contagiaba y se me morían es mi única familia, si es incómodo como el hecho de adaptarse de que no puedo respirar, entrar en pánico de que todos andan con mascarilla uno no está acostumbrado y en parte da como nostalgia, sin embargo es una situación que no puedo controlar y se nos sale de las manos solo queda ir poco a poco acostumbrándonos, saber que no nos vamos a morir, estamos con salud, podemos estudiar es simplemente un proceso de ir nos adaptando.”

Unidad de estudio: Experiencia emocional durante la pandemia.

La entrevistada FRG comenta “Me ha perjudicado en el hecho que dé soy una persona un poco cuadrada y me cuesta un poco los cambios bruscos y la pandemia fue un cambio brusco entonces el adaptarme a nuevas normas sociales de que ya no voy a tener esa comunicación con tal persona tan física de llegar a saludar, abrazar ni hablar por tanto tiempo ni reunirme con mis amigos o así me costó entender lo que estaba pasando, pero, por otro lado, algo bueno que me ha dejado es adaptarme al medio y aprender a sobrevivir en el medio, adaptarme a los cambios y entender que no todo es tan rígido como yo creía, ha sido un momento para conocerme más y hacer cosas que talvez me gustan y nunca había tenido tiempo para hacer. Esta situación del virus me trajo mucha ansiedad de que va pasar y como lo voy a enfrentar y estrés aparte de que soy una persona que me estreso por todo.”

El participante ARS responde que “Ha empeorado el estrés la verdad, porque ahora tengo que andar pensando en que, el alcohol en gel, el lavarse las manos, el subirse al bus y estar en eso de no toque nada, evite hablar con las personas, básicamente estrés por las medidas de prevención.”

El entrevistado RMM menciona “Susto al pensar que puedo estar enfermo, pero tampoco le tengo miedo a la muerte creo que estaré en la tierra el tiempo que Dios quiera y siento que soy un hombre de fe y eso me ha ayudado bastante”

La participante WVM expresa que “Ha mejorar que me di cuenta a nivel personal, quizá me rodeaba de muchas personas que no eran las correctas para estar en la vida de uno, para darme cuenta quien estaba ahí y quien no, creo que fue lo único positivo. Por qué a nivel emocional si me vi afectada porque yo no soy una persona muy sociable, pero si con los pocos que me rodeo me gusta mucho verlos, hablar mucho, me afecto mucho el hecho de estar encerrada en un lugar y poder despejar o quizás desestresarse porque lo tenía prohibido, me afecto de que aunque no saliera ningún día de mi casa el saber que podía hacerlo no me mantenía mal pero después de saber que no podía salir ningún día de mi casa y al saber que no podía hacerlo aunque no quisiera salir, no pudiera salir me afectaba a mí también porque me hacía sentir más encerrada. Siento que a nivel psicológico el estar tanto tiempo encerrada me provocaba mucho entres no fue sano, me generaba ansiedad y hasta el día de hoy tuve problemas casi que con depresión, no con depresión completa porque quizás me di cuenta a tiempo pero si no posiblemente me hubiera deprimido y también en cierto punto ataques de pánico de que ya no sé qué hacer, ya no sé cómo controlar esta situación, no sé si pueda seguir ya quiero que las cosas cambien quizá porque no estaba preparada psicológicamente para un cambio tan drástico de la noche a la mañana.”

La participante HEV expresa que para ella fue muy difícil “Entender que era una realidad, que no era ficción, que no era una amenaza, una manipulación, sino que era una realidad del mundo que estaba aquí en este momento, que tenía que vivirla y adaptarme.”

“Era muy difícil no salir de mi casa porque a veces trabajaba hasta 6 horas, obviamente las horas laborales se extendieran aunque no trabajando porque se extendían al hecho que iba a Heredia, Alajuela centro y de ahí me desplazara a San Ramón eso hacía que mi parte emocional estuviera equilibrada al entender y saber que me tenía que quedar en mi casa y que no podía salir porque no había donde salir, no había como salir fue muy difícil, llegue un momento que en mi caso muy personal si no hubiera tenido a Dios como un respaldo y mi creencia religiosa no fuera la base fundamental posiblemente hubiera caído en una depresión muy fuerte porque fue muy difícil entender, quedarme en la casa, el no ver a la gente. Algo que me devasto por si decírselo, fue el no poder abrazar a las personas, para mí eso es muy difícil porque el contacto físico para mi es algo sumamente importante y saber que yo veía a alguien que conozco o aunque no fuera muy cercano es una necesidad que hay en mí, esta intrínseco a mi persona y yo deseaba abrazar y sabía que tenía que sostenerme, de hecho una vez en el supermercado vi una amiga y cuando me vio que iba hacia ella se echó para atrás y ahí entendí que tenía que retroceder eso me daño muchísimo, llegue a la casa, llore y me sentí muy mal, porque para mí el abrazar es parte de lo que yo soy, de lo que yo vivo y se convirtió en una parte difícil.”

“Aislamiento fue un quebranto para mí, hasta el día de hoy ha sido una lucha constante, una terapia constante que tengo estar estarme diciendo esta es la realidad, esto está sucediendo quizás en algún momento varié y todo va a mejorar.”

La entrevistada SQCH responde “Yo diría que más que mejorar, perjudicar verdad, no solo a mi sino a la mayoría de las personas precisamente porque somos seres sociales y nos gusta compartir con la gente, nos gustan los cumpleaños, las reuniones familiares, nos gusta ir a la iglesia, reunirnos con amigos, entonces todo eso es salud mental y al no poder hacerlo es claro que si hay una consecuencia a nivel de salud mental y a nivel fisiológico. He presentado picos de tristeza hasta uno se mide y hay días en los que uno está completamente desmotivado yo necesito aunque sea ir al centro de Naranjo haber carros porque este me siento agotada de estar en cuatro paredes, de estar en un lugar en confinamiento, de no tener vida social, como le digo son picos emocionales porque hay días que todo está más sereno más tranquilo, hay días en los que uno hasta ha llorado porque me hace falta ver a mis estudiantes, ver gente de la familia porque somos seres sociales y emocionales, entonces si hay días emocionalmente difíciles.”

La participante KSN respondió que “Al principio si uno estaba muy preocupado, entonces el estado de ánimo no era el mejor porque uno no sabía que iba pasar, pero creo que ahora que ha pasado un poco y que ya uno sabe que, talvez no es el mismo temor que tenía al principio de que todo era horror y horror y miedo y miedo, creo que, si ha ayudado porque ya uno no pierde tiempo en presas, esta como más en la casa, más relajado, más tranquilo, más bien creo que a favor el estado de ánimo de una buena manera.”

El entrevistado MGS refiere que “Tal vez al inicio la imposibilidad de realizar acciones que normalmente uno hacia como reuniones familiares, con amigos, actividades deportivas, paseos, etc. Quizá ansiedad, incertidumbre y expectativa porque era un tema muy nuevo y nadie estaba o se tenía la información suficiente como para uno determinar cómo cuanto iba demorar.”

La entrevistada DSS refiere que “Ha mejorar, creo que hemos mejorado el tiempo en familia, antes entre tantas cosas este íbamos y veníamos ahora por los protocolos el de no salir, el acceso restringido a usar el vehículo ha hecho que podamos estar más en familia, a valorar más eso que es tan importante. Pero a nivel personal, emocional si ha sido bastante complicado estar encerrado en la casa, ansiedad, preocupación, pero por lo demás bien.”

La participante LAC menciona que “Convivir tanto con la familia porque ya uno no estaba acostumbrado a eso si no a trabajar a que todos trabajábamos ya nadie estaba así, y ahora que tenemos que volver a reencontrarnos a convivir con las cosas que no nos gustaban de las otras personas y aceptarlas y aprender a convivir con uno mismo.”

“Factores que me afectaron en el momento, sentirme impotente, frustrada por no poder trabajar, salir a cumplir las metas que tenía desde que era adolescente y aceptarlas fue entender que las iba cumplir, pero me iba costar un poquito más porque era una situación que nos estaba afectando a todos, no puedo hacer nada para controlarlo, pero puedo tener paciencia e ir adelante.”

Unidad de estudio: Nuevas actividades diarias en la pandemia.

La participante FRG indica que “Hacer más ejercicio ya que antes no hacía porque no tenía tiempo, leer más, empezar a seguir páginas que me llenen más, que pueda aprender cosas nuevas de artículos; ver videos de personas filosofas que la llenen más, donde pueda aprender cosas nuevas.”

El entrevistado ARS comenta que “Actividades no, solo me he dedicado a descansar, estar en mi casa; solo he practicado música, dedicarle tiempo a la música, afinar la voz, ensayar un poco ha sido lo único aparte del descanso que he hecho.”

El participante RMM responde que “Lavar los platos, ayudar con el oficio, cocinar también, leo un poco más porque tengo más tiempo, cuando tengo tiempo salgo a trotar cerca de mi casa.”

La participante WVM indica que “Comencé a pintar y dibujar, tenía mucho tiempo de no hacerlo porque había cambiado mis actividades, también la fotografía, aunque antes ya lo hacía, lo volví a retomar dentro de la casa; Comencé en el maquillaje, a inventar cosas, más que todo en la parte de maquillaje y peinado; Comencé a caminar con mi perrita digamos que ejercicio; También la cocina, aunque ya cocinaba, pero nunca lo había tomado como negocio.”

La entrevistada HEV expresa que “Tenía mucho tiempo de no salir a correr y lo tuve que reiniciar porque los gimnasios estaban cerrados, las piscinas estaban cerradas entonces correr era la única cosa que se podía hacer e incluso no todo el tiempo no en toda la pandemia se pudo, empecé hacer ejercicio en la casa. Empecé a tomar el cocinar, el empezar hacer repostería, panadería como parte de mi salud mental.”

La participante SQCH comenta que “Me escuché como 100 audiolibros ya perdí la cuenta desde antes ya lo practicaba, pero ahora he tenido como más tiempo.”

“Otro hobby que he desarrollado es la cocina ahora hago de todo tipo de panes que se pueda imaginar sin harina y sin azúcar. Me he dedicado a investigar sobre alimentos un poco más saludables, a leer, ver videos para tratar de mantenernos un poco saludables en el confinamiento porque obviamente la energía no se gasta ni la cantidad de calorías que uno come al día no se gastan entonces hay que ayudarse un poquito de una u otra forma.”

La entrevistada KSN refiere que con respecto a las nuevas actividades diarias “Ninguna todas las he mantenido porque antes iba ser ejercicio, aunque no hubiera Covid ahora voy, no hecho nada diferente.”

El entrevistado MGS menciona que “El teletrabajo y espacios de meditación.”

La participante DSS comenta que “Creo que estoy más perezosa porque por lo menos antes salía a caminar a la pista de atletismo, pero luego la cerraron, ir andar en bici, por el hecho de la pandemia lo dejamos de hacer y luego se complicó más y en realidad no lo he vuelto a retomar.”

“A nivel personal en la casa el sembrar matas, el dedicarle tiempo al jardín porque en algún momento era tan cansado el no tener mucho que hacer solo el oficio de la casa entonces sembré matitas y tengo un jardín hermoso.”

“Si hemos establecido el comer más sano, por todo esto, el no usar condimentos sino usar todo más natural sino el cuidarnos un poquito más metiendo comidas menos procesadas y usar ultra procesados entonces empezar a priorizar los alimentos de forma más sano.”

La entrevistada LAC menciona que “Antes no tenía tiempo para leer y me encanta leer y pude volver hacerlo, leí mucho sobre psicología y así aprender nuevas ciencias o teorías que no sabía antes; Volver a pintar, hacer mucho ejercicio aprender cosas nuevas de mí misma, aprender cosas sobre mi cuerpo también porque no sabía que me gustaba tanto el deporte y así.”

Unidad de estudio: Categorización según control de salud.

La entrevista FRG refiere que “Me cuido más la salud mental que la física”, a veces entro como en pánico y trato de razonar que es lo que me asusta y cómo lidiar con eso y aprender

como mecanismos de eso para enfrentar estas cosas. Sería un nivel medio, ya que con esta nueva forma de atención de salud no me gusta realizar consultas médicas.”

El participante ARS comenta que “Su nivel de control sobre mi salud podría decirse que es un 40% lo considero bajo, no me preocupaba por mi salud, la presión casi que siempre me ha estado molestando y no me daba cuenta hasta que un día fui y me la tome y me di cuenta de que la tenía volada no le prestaba atención pensaba que si no había un desmayo o algo más fuerte no era importante.”

El entrevistado RMM indica que “Yo diría que medio, porque uno tiende hacer descuidado y confiado lo que pasa es que eso lleva meses y al principio uno le veía cierto grado de responsabilidad o miedo y se cuidaba más, yo admito que ahora uno se cuida menos anda más confiado porque no le ha dado. Sin embargo, con la pandemia no me he hecho ni un solo chequeo médico.”

La participante WVM refiere que “Medio, porque siento que no es completamente bajo porque trato de mantenerme al margen con todo, pero trato de usar la mascarilla y alcohol en gel y todas las cosas que se requieren. Pero tampoco me mantengo un control de salud a nivel de ir al seguro a que, si tengo tos registrarme no, si no lo que trataba de hacer era que si tenía síntomas mínimos lo que hacía era que me guardaba cuarentena aquí en la casa y gracias a Dios nunca paso nada, siempre me he cuidado bastante. Pero si fuera antes de la pandemia es bajo porque nunca me ha gustado visitar el medico siempre me curo con remedios caseros, de hecho, en pandemia tuve que ir porque siempre me ha afectado la gastritis o colitis, pero antes de eso la última vez que visite el medico tenía como 8 o 10 años.”

La entrevistada HEV expresa que “Pienso que es alto, porque tome al 100% todas las indicaciones que se dieron de no ir a lugares donde había mucha gente, de respetar mi burbuja, se mantener a cabalidad las medidas de higiene la mascarilla, el agua y jabón, alcohol, desinfecto todo. Siempre hemos sido personas muy sanas y la parte higiénica en mi casa es muy estricta y elevada entonces eso me permitía controlar un cierto espacio de la salud de mi familia y la mía.”

La participante SQCH menciona que es “Alto porque he tratado de cumplir todos los protocolos y he tratado de seguir las medidas que se nos han recomendado, hasta el momento creo que no tenido por lo menos no de forma sintomática que yo me haya dado cuenta el coronavirus, si lo vemos desde ese punto de vista, si lo vemos desde otros aspectos social y psicológico y otras áreas que influyen en la salud tendría que valorarlo sin embargo digamos que la salud física ha estado en un estado alto.”

La entrevistada KSN refiere que es “Alto por qué hago deporte, trato de comer bien, porque con el Covid trato de mantener los lineamientos del Ministerio de Salud y por qué uno se hace exámenes constantes.”

El participante MGS indica que “Medio porque hay factores que si se pueden cubrir y hay otros que uno no puede cubrir del todo, como por ejemplo la alimentación, el acondicionamiento físico, la nueva forma de trabajo.”

La entrevistada DSS comenta que “Alto porque nos cuidamos bastante, comemos sano, tratamos por lo menos de hacer un poquito de actividad física.”

La participante LAC expresa que “Creo que todos tenemos un control bajo de eso porque hay cosas que nos afectan por ejemplo el hecho de que uno come mal porque tiene que

trabajar, porque no hay tiempo para cocinar entonces al final no están consumiendo cosas que no te hacen bien a tu cuerpo, a veces el tiempo no le da chance de darle los ejercicios que necesita tu cuerpo. Las visitas médicas tengo como dos años de que no voy.”

Categoría III: Percepción social. Subcategoría: percepción.

Unidad de estudio: Constitución de la burbuja.

La entrevistada FRG comenta que su burbuja social está constituida por “Mi mama, mi papá, mi abuela, dos tías, mi primo, la novia y la bebé. Pero si es en mi casa solo con mi mamá.”

El participante ARS indica que está formada por “Mi hermana, mi cuñado y mis dos sobrinos.”

El entrevistado RMM comenta que por “Su esposa y mis dos hijos. Pero tengo que admitir que veces llega un hijo a visitarnos con la esposa y el nieto.”

La participante WVM refiere que por “Mi papa y yo.”

La entrevistada HEV menciona que “En mi casa somos mis dos hijos menores y yo.”

La participante SQCH indica que “En mi casa somos cuatro adultos, mi esposo y mis dos hijos los que convivimos todos los días. Y esporádicamente mi nieto que viene a visitarnos, pero básicamente somos cuatro adultos.”

La entrevistada KSN comenta que su “Familia y unas cuentas de trabajo, son como unas 15 personas.”

El participante MGS refiere que “Está compuesta por mi familia, y algunas personas externas, básicamente como de unas 15 personas.”

La entrevistada DSS expresa que por “Mi hija, mi esposo y yo y acudo a mi mamá que nos ayuda en la casa y nos cuida a la bebé.”

La participante LAC comenta que por “Mis papas y mi mejor amiga.”

Unidad de estudio: **Uso de las tecnologías actuales en el aislamiento.**

Participante 1:

La participante FRG comenta que “A nivel educativo las plataformas como Zoom y Teams más cercanas para recibir clases y para tener conferencias con los profes, que le expliquen cosas, verse con los compañeros mediante mensajes o video llamadas por WhatsApp es la única forma que lo hace sentir cerca y laboral es casi la misma que la educativa me veo con mis jefes por zoom. Sin embargo, no me costó adaptarme a las tecnologías se me hizo muy fácil por que como llevo clases en la UNED me di cuenta de que era muy similar, entonces se me hizo fácil, tal vez me costó cambiar el entorno físico por el entorno virtual por las relaciones sociales.”

“Con la familia el acercamiento por video llamadas para verse, hablar más frecuente.”

El entrevistado ARS indica que “Ha jugado un papel muy importante porque por el aislamiento podemos por vía zoom comunicarnos con las personas, no puedo estar cerca tuyo, no puedo ir a tu casa, pero puedo verte por zoom por video llamada por WhatsApp o Messenger han sido muy importantes han generado un acercamiento a la distancia y han generado el aprovechamiento masivo de la tecnología. Me ha favorecido en el ámbito iglesia en las reuniones y en el ámbito educativo mis clases virtuales.”

El participante RMM expresa “Yo diría que la tecnología actualmente es vital, no me imagino esta pandemia sin tecnología por ejemplo esto que estamos haciendo una entrevista

por zoom, mi esposa es educadora y los dos hijos que viven conmigo son educadores y ellos todo es por la computadora con la tecnología con sus alumnos, sus superiores sería muy difícil haber llevado la pandemia sin tecnología, ya que es vital.”

La entrevistada WVM refiere que “Muy alto, porque siento que todos estamos dependiendo de la tecnología en todos los ámbitos porque gracias a Dios todas las personas lograron mantener su empleo por el hecho de ser bendecidos de tener una computadora, su celular en el que podían seguir laborando porque muchas personas que no tienen acceso a la tecnología en la cuarentena perdieron muchas cosas hablo de trabajo, estudio.”

“A nivel social ha sido muy importante porque ha sido el único medio en que las personas se han mantenido en comunicación siento que ha ayudado un poco porque si no se podía ver a nadie y no hubiera habido tecnología para comunicarse con la gente hubiera sido mucho peor, tiene una importancia alta.”

La participante HEV menciona que “Son sumamente importantes, todas las plataformas que hay de comunicación son básicamente el soporte, de hecho, en el inicio de la pandemia me pase de casa y estuvimos como una semana y media no tuvimos internet en la nueva casa y fue muy difícil, literalmente caminábamos y veíamos las paredes porque no teníamos comunicación, entonces no sabíamos que hacer porque no se podía ver televisión por el internet, no se podía llamar, mensajear, no teníamos acceso a la información, no sabíamos que estaba pasando, entonces es impresionante ver o entender que la parte tecnológica se convierte en una base en estos momentos porque aunque no pudiera ver a mi mama la podía llamar y le podía mandar un mensaje y eso acorta la distancia, incluso he podido hablar con amigos de largo y se percibe la cercanía ósea es un mundo ahora sin tecnología en este momento que ya no la conoce y la vive a diario es imposible.”

La entrevistada SQCH comenta “Yo creo que definitivamente gracias a Dios por la tecnología porque si en este momento no tuviéramos todas las herramientas que tenemos, en este momento sería bastante difícil acceder a la información en tiempo de aislamiento, desde las fuentes oficiales que son el Ministerio de Salud y que a través de redes sociales y la televisión podemos darnos cuenta de lo que está sucediendo a nivel país y mundial.

“A nivel social es la única forma que podemos comunicarnos con muestras familias, nuestros amigos, la gente que forma parte de nuestro diario vivir. A nivel de trabajo no podríamos haber desarrollado todo lo que hemos hecho por nuestros estudiantes si no fuera por nuestras herramientas tecnológicas yo por lo menos me conecto todos los días con mis chicos y los veo, de hecho, ya ellos esperan la hora de la conexión, la hora que nos juntamos a dar la clase, si no fuera por las herramientas tecnológicas pues probablemente ellos quedarían rezagados, igualmente la tecnología no lo es todo no hay como la tecnología presencial, sin embargo es un medio para ir paliando la situación.”

La participante KSN indica “Creo que el avance en tecnologías como zoom dependo 100%, del internet para poder revisar correos y poder conectarme a mi trabajo.”

El entrevistado MGS refiere que “La tecnología ha sido el punto clave en la pandemia, sino hubiera la tecnología que hay hoy en día quizás la transmisión del Covid no hubiera sido tan exponencial más que todo por el hecho de que al día de hoy trasladarse de un día a otro es muy rápido en menos de 22 horas usted está en un continente o en Europa, por ejemplo, entonces eso ha contribuido a que por ejemplo haya magnificado la pandemia. En cuanto al tema laboral, social, familiar ha permitido que muchas personas tengan conexión con otras personas a través de la tecnología en el caso de la parte laboral ha sido el instrumento para que muchos de los negocios puedan mantener la operación y también podría decir que es la

base de que muchas de las cosas que hoy en día se mantienen en operación sean gracias a la tecnología a los procesos automatizados que se ejecutan.

La participante DSS expresa que “Demasiado alto por que ha llegado a cubrir todas las necesidades de teletrabajo, en el internet, di el internet juega un papel muy importante para este tiempo, porque antes lo que todo era presencial ahora hemos visto que se puede hacer detrás de una pantalla “virtual” e incluso mi universidad totalmente virtual donde eso antes era muy pocas universidades verdad las que eran establecidas así casi fuera imposible aun así usted se presentaba hacer un examen de manera presencial ahora vemos que a lo nuevo que nos hemos establecido a que todo sea virtual todo, todo, aun incluso el recibir asistencia médica como creería usted algún día un doctor lo iba a llamar y usted le iba a decir los síntomas y ese doctor aun así sin palpar sin verlo físicamente a usted le podía dar un diagnostico nos hemos tenido que ajustar a esto.”

La entrevistada LAC menciona que “Las clases en línea, las reuniones de mi papa en la iglesia ahora son virtuales también, para llamar a mi tía ahora que tengo que utilizar las video llamadas, siento que la tecnología ayuda mucho para esta situación.”

Unidad de estudio: Comparación en cumplimiento de medidas de prevención entre una zona y otra.

La entrevistada FRG comenta que “Si y no, lastimosamente a veces en la zona rural hay un poco más ignorancia y desconocimiento acerca de algunas cosas, no significa que en la zona urbana no, pero a veces en la parte rural hay mucho desconocimiento sobre mitos, ejemplo “mi mamá pensaba que si se echaba alcohol en la boca el virus se moría el Covid, por eso siento que hay más vulnerabilidad a veces en la zona rural que en la zona urbana.

Creo que ni la urbana ni la rural hay tanto cumplimiento, pero si tuviera que escoger creo que hay mayor cumplimiento en la zona urbana ya que cuando yo estaba en Montes de Oca había más casos en Naranjo que ahí y eso que Montes de Oca es más grande y tenía más pueblos que Naranjo presentaba el doble de casos.”

El participante ARS considera que “Creo que hay mayor cumplimiento en una zona urbana, por la zona rural la persona está muy cegada al campo, aquí no va llegar, aquí yo no me acerco a muchas personas o el acercamiento a los demás es muy corto, siento que se pueden cumplir más en una zona urbana porque las personas están más apegadas y por ende se van a cuidar más, mientras que las personas de Naranjo el conocimiento es muy bajo o mínimo al de una persona de ciudad, entonces están más propensos a contraer el virus porque no se cuidan tanto, porque piensa que es inmune y que no me va pasar a mí.”

El entrevistado RMM refiere que “Si por la aglomeración de personas básicamente porque al haber menos gente, hay más espacio entre viviendas por ejemplo nos permite ser más cautos en cuanto todas las normas, ser más estrictos porque tenemos menos rozas con las personas.

La participante WVM indica “Creo que sí, creo que ha habido mucho menos contagios en las zonas más rurales que en las zonas urbanas, quizá la gente tiene más prevención, le da más importancia al virus o a las medidas de prevención y también al no haber tanta gente verdad, la gente tienen más control sobre eso.”

La entrevistada HEV menciona “Si, la gente de estas zonas es mucho más manipulable, porque a veces el grado académico de las personas les permite cuestionar más, entonces no se dejan guiar tanto por lo que les dicen, sino que empiezan a cuestionar, a evaluar más,

investigan y todo esto, en cambio, la gente de estos lados es un término más popular más obedientes, muchas veces no tienen tanta información sino lo básico, se dijo que esto y esto y eso es y punto, entonces la gente de esta zona se convierte en un grupo de personas más manipulable por la falta de información.”

La participante SQCH expresa “Sí, claro que si yo pienso que los que vivimos dichosamente en zona rural tenemos alguna ventaja sobre las zonas urbanas, de hecho hoy que tuve que ir a San José por una situación fuera de mi control sobre todo en el centro de San José las aglomeraciones de personas, tanta gente, tanta manipulación de cosas de los lugares, en cambio en zonas rurales tenemos la ventaja de que al ser menos población hay menos riesgo, nuestras casas son más ventiladas, casi siempre vivimos alejada una casa de otra, están más distanciadas, no como en las casas de las zonas urbanas que viven de una pared de por medio, entonces eso de una forma a otra es una barrera de protección para las familias, porque por ejemplo aquí en el barrio donde yo vivo hemos tenido afectación con personas con Covid y el contagio se ha centralizado solo en esa casa talvez porque hemos tenido la oportunidad de no tener tanto contacto.”

La entrevistada KSN indica “Creo que por ser menos el volumen de personas es más controlado se cumplen más las medidas de prevención en el aérea rural que en la zona urbana.”

El participante MGS comenta “Si evidentemente porque hay menos condensación de las personas, la densidad de la población es menos, hay más espacios libres, el aire es más puro, el nivel de contaminación es menos.”

La entrevistada DSS expresa “Si claro es muy notable y obviamente al ser rural tenemos más campo, más libertad, comemos más sano, que nos permite cumplir de manera más favorable el aislamiento social.”

La participante LAC refiere “Si de hecho sí, porque acá en una zona rural por lo menos puedo salir a correr a la finca con las vacas o cosas así, a cambio en una zona urbana hay demasiada gente, los departamentos son mucho más pequeños, el estrés y la ansiedad aumenta más porque tienes que estar viviendo en un ambiente más estrecho. El hecho de que no tienen tanta presión o frustración les da más facilidad de poder tener más cumplimiento, hay menos contagio por vivir aquí.”

Unidad de estudio: Experiencia según afectación en su entorno social.

La participante FRG menciona que “Si ha influido ya no es como antes ahora uno solo se ve por una pantalla, ya no es como que uno sale a verse con los amigos o a reuniones en el trabajo ya no, entonces si siento que ha influido en ese distanciamiento social que es lo que se busca.”

El entrevistado ARS refiere que “Ha influido para mal, porque me ha aislado de mi familia y aún más de mis amigos no he tenido mucho contacto con ellos, hay amigos que no los veo hace meses, a mi mama no la veo desde hace aproximadamente 8 hace meses por la distancia, por el peligro que si viajo en bus puedo contraer el virus o si donde ellos están hay muchas personas contagiadas o donde yo estoy hay muchos contagios, se está evitando por el cuidado a la persona. “

El entrevistado RMM expresa “Claro es obvio si ha influido ya ahora muchas cosas que antes se hacían ya no se hacen como visitar familiares, amigos que durante toda la

pandemia no nos hemos visitado ni lo pienso hacer mientras dure la pandemia por el bien de ellos, el mío y el de mi familia. También ha influido en que antes teníamos la costumbre de salir a comer de vez en cuando a un restaurante y no lo hemos vuelto hacer, realizar un paseo familiar, en la iglesia que yo voy hacíamos paseos o eventos no se han vuelto hacer, estamos básicamente confinados.”

La participante WVM menciona “Si, bastante, como le dije mi entorno social se redujo en mínimo a talvez 5 personas que más han estado ahí y he hablado, talvez antes de la pandemia hablaba con 100 personas o gente que me topaba les podía hablar y saludar con el que uno podía decir que se rodeaba más, siento que con la pandemia se redujo al mínimo a nivel personal, y a nivel estudiantil también porque ni siquiera pude conocer a mis compañeros, tuve cursos que no tengo ni idea con quien los lleve porque nunca supe quiénes eran, nunca los conocí e inclusive a los profesores que no tengo ni idea de quienes son, casi que si me los topo en la calle y no se parecen a la foto no los conozco, y hasta en la familia fue bastante, porque no volví a ver a nadie, creo que mis tías han sido las únicas que han venido acá y dos familiares más porque el resto están largo.”

La entrevistada HEV indica “Si todo sufrió un quebranto, unidas unas partes a las otras. Primero empezó en mi casa, no podía ver a dos de mis hijos, los que no viven conmigo a los dos mayores, no podía visitar a mis hermanas, a mi mamá, no visitaba a mis pacientes, entonces fue muy difícil entender esa parte, parecía como que no era real.”

La participante SQCH refiere “Porque nos limita en el contacto social, porque los seres humanos somos seres sociales por naturaleza y el hecho de no compartir tanto tiempo con un familia, amigos y pues gente cercana que hace que se afecte todo el entorno social y sobre todo el entorno emocional de uno al no estar cerca de las personas que uno necesita

entonces la influencia es muy negativa en este aspecto sobre todo cuando en la familia hay adultos mayores, hay una paradoja imposible de conseguir, de solucionar porque no podemos estar con ellos, pero es necesario estar con ellos porque al dejarlos solos se deteriora la salud de ellos y es difícil, para mí ha sido la parte más complicada.”

La entrevistada KSN comenta “Si claro, yo creo que ahora por estar tan acostumbrada, la gente se ha acostumbrado a eso, ya han dejado ese temor un poco, al principio mi hermana ni quisiera poder ver a mi sobrino, no quería que fuéramos, afecta el área social. Claro que uno no iba ver a mami, a mi papa tengo un montón de no verlos por lo mismo porque él está con temor entonces si afecta todas esas aéreas. Ni los amigos estuve como 3 o 4 meses que no los veía por el mismo miedo y que anda con gripe no mejor no se me arrime, entonces sí afecta todo. Y en el trabajo mi comunicación es meramente virtual casi toda la pandemia, solo de vez en cuando que voy a la oficina, pero por algo mínimo e importante, sin embargo, ya no se tiene la misma confianza de compartir con los compañeros porque uno no sabe los hábitos de higiene que mantienen y si pueda estar asintomático incluso.”

El participante MGS indica “Si evidentemente porque involucra distanciamiento y el distanciamiento evita que se puedan establecer relaciones, no solo humanas, sino que también laborales.”

La entrevistada DSS expresa “Si mucho porque nosotros éramos personas muy activas socialmente, ya que mi esposo es agente de ventas y también es pastor y ver todo eso afectado, dejar de reunirnos, dejar recibir personas, consejerías y todo, creo que si se ha visto afectada e inclusive tuvimos que entregar un local debido a esto.”

La participante LAC comenta “Claro que si ha influido por que como le dije por mucho tiempo pase encerrada en mi casa por temor a contagiarme entonces me limite a ver a las personas que quería ya sea familia, amigos y en mi trabajo también porque me quede sin trabajo y ese era mi mayor entorno social que tenía ya que trabajaba con Kidzania y básicamente me relacionaba con muchísimas personas.”

Categoría IV: Percepción económica. Subcategoría: económica.

Unidad de estudio: Afectación en el estatus económico.

La participante FRG expresa “No, no sea visto afectado más bien siento que se ha visto mejorado los ingresos económicos en comparación con el año pasado.”

El entrevistado ARS indica que “En la parte económica no me he visto afectado gracias a Dios debido a que mi trabajo se ha mantenido estable, el salario se ha mantenido estable no se tocó.”

El participante RMM refiere que “Si se ha visto afectado, ya que yo le brindo servicio a una empresa de distribución de productos alimenticios y se me redujo los días que presto servicio y además se me pidió un 20% de rebaja en los precios por asuntos de la pandemia y se suponía que eran tres meses y todavía vamos no se ocho meses que estamos igual. El ingreso económico ha bajado bastante.”

La entrevistada WVM comenta que “Si bastante por el hecho que me quede sin trabajo por esos dos meses, aparte nosotros tenemos dos casas de alquiler en ese momento eran tres, entonces las personas no podían seguir alquilando entonces se iban de la casa buscando estar con su familia porque se quedaban sin trabajo entonces no podían tener una casa, entonces a nivel laboral y los alquileres se vio muy reducido. Mi papa y yo nos tuvimos que

venir para Bagaces porque por distintas razones no tanto por la pandemia pero si por lo mismo que esta casa estaba desocupada y me vio más afectada por que al irme para Guanacaste perdí el trabajo del todo entonces di era un aporte importante y la hora de venirnos para acá y hacer lo de las ventas de comidas al principio fue muy bueno pero después la gente se queda sin trabajo, la está pulseando entonces al quedarnos todos sin trabajo nos estamos afectando económicamente por lo menos los que nos estamos quedando si trabajo o por lo menos un miembro de su familia porque si uno no trabaja no tiene forma de comprar, no tiene forma con que comer, entonces de parte de mi familia si se vio afectada económicamente.”

La participante HEV menciona que “Si ha sido muy difícil hemos tenido muchos cambios pero como le digo en algunos momentos fue un asunto de decisión familiar de que íbamos a dejar ir, porque si teníamos un estilo de vida muy estable, estábamos acostumbrados a viajar en tiempo de verano mínimo una vez al mes a la playa son cosas que se terminaron, las marcas de los productos que compraba no son las mismas que compro ahora porque obviamente cuando usted no tiene una certeza de lo que va recibir las prioridades se convierten en una base para todo.”

La entrevistada SQCH indica que “Si definitivamente si, ya no se puede salir a comer tanto como antes, hay lujillos que ya uno no se puede dar talvez como se los daba antes porque el presupuesto no da, hay que reajustarse de una forma diferente al antes.”

La participante KSN expresa que “No de momento no. Porque mi trabajo y salario se mantiene estable.”

El entrevistado MGS refiere que “Afectado quizás podría decir que de un 100%, un 30% o 40% del flujo normal de un año tomando como referencia el año pasado.”

La participante DSS menciona que “En realidad, no, gracias a Dios hemos sido de ese porcentaje donde Dios nos ha bendecido en algún momento empezando la pandemia mi esposo y yo creímos que íbamos que tener que acudir a las medidas que estaba dando el banco ya que pagamos nuestra casa y tenemos varias deudas, pero gracias al Señor no se ha visto afectada esa parte tan importante ya que al vender alimentos, embutidos, carnes el consumo en la ingesta de las personas ha sido un poco más abundante entonces no se ha visto afectado.”

La entrevistada LAC comenta que “Si obvio porque perdí mi trabajo y ya no tengo plata para darme los lujos de salir a comer, comprar ropa, pasear, etc.”

Unidad de estudio: Afectación en la economía de la persona y su familia.

La entrevistada FRG indica que “Bueno gracias a Dios en este momento no hemos tenido problemas con los ingresos económicos por la pandemia.”

El participante ARG refiere que “En mi caso personal no, pero en mi burbuja si debido a que mi cuñado en la empresa donde él estaba le disminuyó las horas de trabajo y su salario disminuyo casi que en un 60%, entonces si se vio afectada la economía a nivel de burbuja familiar.”

El entrevistado RMM menciona que “Ya ahora hay menos dinero para muchas cosas que antes se hacían, hemos tenido que reducir los gastos porque hay cuentas que pagar y esa es la prioridad en este momento prácticamente no queda nada para el esparcimiento del ocio.”

La participante WVM expresa que “Claro que si, por que el gran aporte que daba ya no estaba y mi papá tiene una discapacidad que le impide poder laboral normal por lo que con la pensión de él y los medios ingresos que nos llegan de los alquileres apenas es que alcanza para comprar y pagar lo necesario.”

La entrevistada HEV comenta “El cambio ha sido muy brusco porque, aunque mi trabajo es parte de la medicina, no se considera una prioridad se considera un lujo entonces, bajo mucho más de un 50%, entonces si fue muy marcada la diferencia.”

La participante SQCH refiere “Pues si en nuestra casa realmente ha habido afectación a pesar de que yo estoy recibiendo mi salario de forma completa, otros miembros de mi familia no, de hecho, tres miembros no, entonces me ha tocado asumir algunas responsabilidades con respecto a eso que no esperábamos, ya que me ha tocado suplir muchas necesidades que ellos antes cubrían y pues eso ha venido a afectar la economía familiar.”

La entrevistada KSN expresa “De momento no.”

El participante MGS indica que “No nos hemos visto afectados.”

La entrevistada DSS refiere “No, gracias a Dios.”

La participante LAC menciona “No pude continuar con la universidad porque no tenía plata entonces no tenía como pagarla. Y tal vez mi papá porque ahora tiene que mantenerme cuando antes yo lo hacía, es un gasto más para él.”

Unidad de estudio: **Afectación o mejoramiento en la calidad de vida según condición económica.**

La entrevistada FRG refiere “Bueno nunca he tenido una vida de despilfarro, más bien es al contrario siempre he tratado de ahorrar, más bien como dije anteriormente siento más bien que he podido estabilizarme más en la parte económica creo que es por el hecho de estar en la casa. Más bien a mejorado tenemos mejor calidad de vida, podemos consumir más verduras, frutas y en la parte académica he podido adquirir unos cursos que anteriormente no hubiera podido pagar.”

El participante ARS indica “Mi trabajo está estable. Mi salario está estable. Mis gastos siguen igual. Los gastos de atención médica privada no se limitado, ni la alimentación, ni los servicios que se mantienen en mi casa.”

El entrevistado RMM expresa que “Se ha visto afectada, un ejemplo es: a mí camión tengo que hacerle un arreglo de mantenimiento y no he podido porque el dinero no alcanza, mi esposa que tiene un salario fijo me ha ayudado con varios prestamos que tengo, se ha sacrificado para ayudarme con esos pagos, no hay dinero para esparcimiento u otras cosas.”

La participante WVM menciona “Se vio afectada: 1. La universidad por ciertas cosas quiso rechazar becas y en cierto punto pasaron varias cosas y me quede sin beca por la pandemia, entonces me quede sin cuatrimestre sin finalizar año universitario; 2. Por la pandemia me quede sin trabajo; 3. Porque al estar los dos en la casa hay más gastos y significa que no se está generando y no había forma de completar los gastos que se estaban generando por estar tanto en la casa.”

La entrevistada HEV refiere “Si muy afectada porque obviamente el poder adquisitivo de mis pacientes ceso, muchos se quedaron sin trabajo y esto a consecuencia me afecto.”

“La ventaja que tuve es que no soy una persona que acumula deudas y tenía un respaldo económico que me permitió avanzar varios meses, bastantes e ir solventando la necesidad económica de mi familia, sin que yo tuviera trabajo, por ese colchón que tenía, obviamente empecé a tener carencia de cosas importantes, obviamente el alimento no se compra como antes, se compra lo básico, lo esencial, se paga en primer instancia lo básico: la luz, agua, la casa, ese tipo de cosas, lo demás pasa a segundo plano pero si ha sido muy difícil.”

“Primero que todo como le digo la compra del alimento se vio reducida en algunos momentos hasta un 70% se compraba lo básico, solamente lo que se necesitaba nada más, había momentos en los que, si podíamos subir un poco más o así, pero si se vio muy golpeada.”

“El rubro de recreación básicamente se eliminó por completo no sabíamos o no se sabe lo que viene entonces no se puede jugar ese chance cuando no se tiene un salario fijo de agarrar un rubro y decir vamos a ir a comer afuera o vamos a ir a pasear por qué no se sabe si luego vamos a poder reponer ese rubro.”

La entrevistada SQCH indica “Afectada completamente, primero por la reducción de ingresos a nivel familiar, segundo los gastos de alimentación se ha reducido a lo básico y tercero las salidas a comer o pasear se eliminaron para dar prioridad a pagar los gastos.”

La participante KSN comenta “Mejorada, ya que no me faltado el trabajo, ni la comida en mi casa, he podido hacerle arreglos a mi casa.”

El entrevistado MGS refiere “No nos hemos visto afectados. Más bien se mantiene estable los servicios se puedan pagar sin problema, la alimentación no falta y se han podido hacer uno que otro arreglo en la casa.”

La participante DSS expresa “Creo que mejorada: 1. Porque ahorramos dinero en combustible porque antes salíamos mucho; 2. Hemos dejado de hacer gastos innecesarios a la hora de salir, de comer, de ir y venir y aunque son bendiciones, pero para uno, ya nos lo hacíamos y adoptamos la cultura en este tiempo de no comer tanta comida chatarra, de soda ni de esos lugares, sino que decidimos ahorrar platica en eso; 3. Por qué me permitió poder entrar en la universidad y matricular este cuatrimestre.”

La entrevistada LAC indica “Obviamente de ha visto mucho más afectada mi calidad de vida porque no me puedo pagar ni siquiera la universidad, mucho menos un paseo, ni siquiera puedo salir a comer a un lugar muy fino porque tampoco tengo para hacerlo.”

Unidad de estudio: Opinión sobre la economía del futuro.

La participante FRG expresa “Siento que hay una gran deuda con el banco mundial y el fondo mundial y que ahorita lo estamos viendo con la cantidad de impuestos que hay, entonces siento que la calidad de vida en la parte económica va ser muy dura y fuerte para los años que vienen, si anteriormente ya era fuerte con un montón de impuestos de la canasta básica y ya no saben a qué ponerle impuestos, siento que el nivel de vida en costa rica va ser bastante caro bueno ya lo es de por sí, pero en los años que vienen va ser más caro y más difícil para por lo menos poder pagar, un poquito de todo el gasto que han tenido que hacer.”

El entrevistado ARS comenta “Pienso que va hacer un poco critica porque viene un reacomodo a nivel nacional de la persona, tenemos que acomodarnos y adaptarnos a lo que hay hoy en día, pues lamentablemente el turismo se ha visto muy afectado, la economía del país ha bajado debido a que no hay ingresos que ninguna parte del turismo y lo quieren compensar con muchos impuestos, que nos van afectar a futuro, porque van a ver muchos impuestos por pagar pero no se van a ver ingresos entonces la persona se va ver afectada, va a ser una situación muy crítica.”

El participante RMM indica que “Veo un futuro sombrío, me parece que no sean tomado las medidas adecuadas para solventar o suavizar los efectos de esta pandemia, además de que antes de la pandemia ya se venía con un problema financiero, socioeconómico de empleo, etc. Y con la pandemia se ha agravado un poco y espero que todo se pueda mejorar por el bien del país y el mío.”

La entrevistada WVM refiere “La verdad estoy preocupada por la situación económica del país, porque siento que parte de la pandemia el gobierno no ha sido quizá el más dispuesto ayudar a la población en esto, entonces las personas están sin trabajo y pagando impuestos demás y cada día pagando más y recibiendo menos, entonces siento que el país cuando salga de esta pandemia va estar en una crisis económica bastante complicada, así que siento que en lo personal va ser difícil, no sé si me preocupa o me entristece.”

La participante HEV comenta “A nivel país si va a salir a floté, creo que la idiosincrasia del tico tiene eso de poder salir de la adversidad, de ser resiliente de cualquier situación porque a nivel país nos ha costado, porque el tico siempre ha sido trabajador, emprendedor, todo esto. A nivel personal, me he levantado muchas veces e iniciado muchas veces de cero, entonces solo es una vez más.”

La entrevistada SQCH expresa “Esta complicado, uno trata de ser optimista de ver las cosas de una forma positiva, pero si es una realidad un poco complicada no solo para mi familia sino para todo el país porque hasta que no se reactive la economía en muchas aéreas no vamos a obtener los mismo ingresos o la misma calidad de vida que teníamos antes, si veo que no va ser a tan corto plazo como esperábamos es más bien pienso que va ser a largo plazo si nos va bien, ya de hecho uno lo ve en un montón de situaciones que talvez antes no las pensaba o no pensaba que iba a suceder, poco a poco va diciendo esta quincena no me alcanzo para comprar tal cosa, no pude suplir este gasto, no pude comprar las mismas cosas que compraba antes en el supermercado digamos que en la administración de la familia del hogar, pero en la parte del empleo y todo, y yo siento María que nos esperan momentos un poco difíciles en la parte de la economía a nivel país y obviamente a nivel de cada familia.”

La participante KSN indica “No, bueno porque creo que el próximo año va a ser muy duro económicamente porque muchas personas van a quedarse sin trabajo, no solamente por el Covid sino también por problemas económicos que acarrea el país, por problemas del gobierno digamos no por el Covid, pero eso también fue una bomba que explotó y que va ayudar a que el otro año sea muy duro.”

El entrevistado MGS refiere “Ese tema es interesante desde el punto de vista de las medidas que se puedan establecer para reactivar la economía, sin embargo la reactivación económica no va ser un proceso que se va dar en los próximos 2 o 3 meses, es un proceso que lleva una evolución, entonces es muy probable que en los próximos 2 años haya una recuperación o una mejor estabilidad en cuanto a la economía, aunque digamos el tema de la pandemia no define la economía de un país ya que por ejemplo cuando se habla de economía del país entran otros factores en consideración pero por ejemplo en Costa Rica el

tema del déficit fiscal eso es un factor importante pero si a eso usted le suma la pandemia obviamente no ve una muy buena expectativa en los próximos años.”

La participante DSS expresa “Creo que la percepción que se nota o se vive es algo complicada la deuda que ya traía el país y con esto de la pandemia que nadie se lo esperaba y nuestro país no estaba preparado para, creo que viene un tiempo difícil y complicado donde juntos vamos a tener que trabajar para poder sobrellevar.”

La entrevistada LAC comenta “Creo que a todos nos va costar porque por ejemplo yo tengo una deuda con las tarjetas y ahora se aumentó por lo intereses por lo que nos bancos tuvieron que recubrir abrir como posibilidades de pago, obviamente eso nos va afectar a largo plazo porque nos van a meter más intereses y así está todo el país obviamente la deuda fiscal va aumentar después porque van a ver otros impuestos que después vamos a tener que pagar para poder acomodarnos con toda la perdida que hubo en este año.”

CAPITULO V

DISCUSIÓN E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

5.1 DISCUSIÓN E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

En los resultados obtenidos en esta investigación, se observa en los datos demográficos que la mayoría de los participantes son mujeres, en edades de 18 a 50 años, profesionales universitarias o técnicas. El otro porcentaje de la población son hombres en edades de 26 a 61 años, donde se encuentran con secundaria completa y bachillerato universitario.

La llegada del Covid-19 a Costa Rica modifica nuestro estilo de vida por completo al tener que adaptarnos a vivir bajo una serie de medidas de prevención para reducir el contagio del virus, trayendo consigo varias repercusiones en la vida personal, social y económica, por lo que a continuación se muestran los resultados de dicho estudio y como este ha impactado a la población entrevistada.

Según la primera unidad de estudio nombrada Opinión sobre el proceso de adaptación a las medidas de prevención del Covid-19, se evidencia que la mayoría de entrevistados mencionan que ha sido un proceso muy difícil y complicado debido a que el virus llegó a modificar su vida cotidiana de la noche a la mañana, teniendo que someterse a una serie de medidas de prevención, sin embargo se muestra como apenas la población se está adaptando a vivir bajo protocolos, así lo expresan varios entrevistados:

“Al inicio me costó mucho pensar que ya no podía tocar a las personas, que ya no podía tener ese contacto tan cercano, me costó aceptar que tenía que usar mascarillas, mientras pude solo usaba careta hasta que el ministro nos dijo que había que utilizar mascarilla obligatoriamente, pero si me costó mucho empezar a tener esa lejanía con las personas, tener esa confianza de andar tranquila en los lugares públicos, en mi opinión me costó mucho tratar de comprender lo que estaba pasando.” (Entrevistada FRG, 23 años, Naranjo, 2020).

“Si fue un cambio drástico, brusco fue algo que nunca hemos vivido ni yo con mis 61 años, he tenido que hacer cambios en mi comportamiento por ejemplo a la hora de saludar, para ir al trabajo, acostumbrarme a la mascarilla que ha sido bastante difícil, a las reuniones familiares, que mis papás son adultos mayores” (Entrevistado RMM, 61 años, Naranjo, 2020).

“Ha sido muy difícil por el hecho de la adaptación de uno momento a otro, y para mí fue muy difícil por mi edad de 18 años, ya que alguien tal vez más adulto pudo vivir una experiencia parecida en otro momento, pero ahora salir y ni siquiera saber que se puede respirar bien, adaptarse a las mascarillas, a tener que estarse echando alcohol en gel cada vez que toque algo, andar a cierta distancia con las personas fue muy difícil.” (Entrevistada WVM, 18 años, Naranjo, 2020).

Estos resultados concuerdan con el estudio realizado en Colombia, por lo investigadores Murad et al ² donde mencionan que las mujeres menores de 40 años presentan mayor sufrimiento y adaptación para afrontar el Covid-19, los hombres se muestran más resistentes a la situación, así mismo los jóvenes de 18 a 29 años son quienes más sufren y se resisten la situación y los mayores de 49 años son quienes presentan mayor adaptación.

Lo cual hace relación a las jóvenes FRG de 23 años y WVM de 18 años quienes expresan lo difícil que fue adaptarse a usar una mascarilla por la incomodidad, el mantener medidas de higiene, tener cierto grado de lejanía con las personas. Así mismo expresa don RMM con sus 61 años, lo difícil que fue entender la situación, sin embargo, logró adaptarse a utilizar la mascarilla y todo el protocolo para poder cuidar a los suyos, a su familia.

El conocimiento y aplicación de las medidas de prevención del Covid-19, se muestra como los entrevistados cumplen solamente quince medidas de prevención de las dieciocho planteadas, cabe destacar que la mayoría de la población cumplen más diariamente el lavado de manos, uso de alcohol líquido o en gel, mascarilla al salir de la casa, la distancia de 2 metros, bañarse al llegar a la casa, no tocarse la cara, mantener las burbujas sociales, así lo expresan:

“1,80 o 2 metros de distancia, uso de mascarilla diariamente al salir de la casa, no usar la misma mascarilla más de 3 horas, uso de alcohol líquido o alcohol en gel al tocar superficies o entrar a cualquier lugar público, lavado de manos cada vez que pueda, no tocarse la cara, si sale al llegar a casa, cambiarse la ropa o si es posible bañarse.” (Entrevistada WVM, Naranjo, 2020).

“El uso de mascarilla, no tocarse la cara, lavarse las manos continuamente, usar alcohol en gel o alcohol puro, limpiarse la suela de los zapatos en los lugares públicos que haya, quitarse los zapatos al entrar a la casa, bañarse al llegar a la casa, desinfectar todos los productos que se compren.” (Entrevistada KSN, Naranjo, 2020).

“El lavado de manos con agua y jabón, distanciamiento social, burbujas sociales, uso de alcohol en gel, uso de mascarilla.” (Entrevistado MGS, Naranjo, 2020).

Así lo muestra el estudio realizado por Villegas et al⁹ en Costa Rica donde menciona que la población solo cumple diecinueve de las veintitrés medidas de prevención establecidas para dicho estudio, además se logra destacar que el nivel de escolaridad no tiene relación con el nivel de cumplimiento de las medidas de prevención, ya que la población entrevistada se encuentra distribuida por diferentes niveles de educación.

La experiencia personal de la pandemia y de las medidas de prevención en cada entrevistado ha vivido una serie de emociones negativas de temor, incertidumbre, miedo, al saber que pueden contagiarse, contagiar a los que le rodean y sentirse culpables, e inclusive de sentirse contagiado por tanta psicosis, por lo que esto los ha llevado cumplir las medidas de prevención como se debe, así lo expresa:

“Al inicio no quería salir y todavía no quiero salir, salgo una vez al mes. Al inicio estaba muy paniqueada y creo que me ha costado salir de esa zona de miedo, temor, de que, si me pasa algo o le pasa algo a mi familia, eso fue lo primero que pensé, que, si se contagian por mi culpa al llegar a la casa, pero conforme pasa el tiempo uno se va acostumbrando” (Entrevistada FRG, Naranjo,2020).

“En un par de ocasiones he estado un poco asustadillo porque me he sentido enfermo porque es la psicosis, porque han sido uno o dos días que le dicho a mi esposa que me siento extraño, pero luego se pasa por eso digo que es la psicosis, de tanto estar escuchando que gente cercana se enferma, uno se empieza a sentir como enfermo, pero gracias a Dios todos en mi casa hemos estado sanos.” (Entrevistado RMM, Naranjo,2020).

“Umm si se me hizo fácil acostumbrarme a las medidas por el hecho de que tenía tanto miedo de contagiarme o contagiar a mis papás porque son lo único que tengo y si yo los contagiaba y se me morían es mi única familia, si es incómodo como el hecho de adaptarse de que no puedo respirar, entrar en pánico de que todos andan con mascarilla uno no está acostumbrado y en parte da como nostalgia, sin embargo es una situación que no puedo controlar y se nos sale de las manos solo queda ir poco a poco acostumbrándonos,”(Entrevistada LAC, Naranjo, 2020).

El mayor cumplimiento se ha dado debido al miedo de contagiarse y contagiar a los que le rodean, por lo que esto ha generado problemas emocionales en la población así lo expresa Parrado y León³ donde mencionan que las mujeres, los adultos jóvenes, los estudiantes, los desempleados, el convivir con una persona que tenga riesgo de contagio y cumplir las medidas de prevención son los causantes del malestar emocional. Así mismo, Wanderley et al⁵, indica que hay mayor impacto emocional en las amas de casa, las personas que cuidan y conviven con personas de factores de riesgo.

La experiencia emocional durante la pandemia, en los entrevistados ha reflejado una serie de emociones negativas debido al cumplimiento de las medidas de prevención, en especial por la medida aplicada de la cuarentena, ya que a la población nunca se les había privado la libertad de salir de sus casas, donde muchos no sabían cómo enfrentar la situación por lo que fue generando sentimientos de desesperanza, tristeza, frustración, llanto, estrés, en un estado de melancolía, ansiedad, preocupación, entre otros, así lo expresan varios de los entrevistados:

“Ha empeorado el estrés la verdad, porque ahora tengo que andar pensando en que, el alcohol en gel, el lavarse las manos, el subirse al bus y estar en eso de no toque nada, evite hablar con las personas, básicamente estrés por las medidas de prevención.” (Entrevistado ARS, Naranjo, 2020).

“Llegue un momento que en mi caso muy personal si no hubiera tenido a Dios como un respaldo y mi creencia religiosa no fuera la base fundamental posiblemente hubiera caído en una depresión muy fuerte porque fue muy difícil entender, quedarme en la casa, el no ver a la gente. Algo que me devasto por si decírselo, fue el no poder abrazar a las personas, para mí eso es muy difícil porque el contacto físico para mi es algo sumamente

importante y saber que yo veía a alguien que conozco o, aunque no fuera muy cercano es una necesidad que hay en mí, esta intrínseco a mi persona y yo deseaba abrazar y sabía que tenía que sostenerme. “Aislamiento fue un quebranto para mí, hasta el día de hoy ha sido una lucha constante, una terapia constante que tengo que estarme diciendo esta es la realidad, esto está sucediendo quizás en algún momento varié y todo va a mejorar.” (Entrevistada HEV, Naranjo, 2020).

“Pero a nivel personal, emocional si ha sido bastante complicado estar encerrado en la casa, ansiedad, preocupación, pero por lo demás bien.” (Entrevistada DSS, Naranjo, 2020).

“He presentado picos de tristeza hasta uno se mide y hay días en los que uno está completamente desmotivado yo necesito aunque sea ir al centro de Naranjo haber carros porque este me siento agotada de estar en cuatro paredes, de estar en un lugar en confinamiento, de no tener vida social, como le digo son picos emocionales porque hay días que todo está más sereno más tranquilo, hay días en los que uno hasta ha llorado porque me hace falta ver a mis estudiantes, ver gente de la familia porque somos seres sociales y emocionales, entonces si hay días emocionalmente difíciles.” (Entrevistada SQCH, Naranjo, 2020).

El estudio de Johnson et al⁴ concuerdan con las experiencias vividas por los entrevistados donde describen que la población manifiesta sentir sentimientos de incertidumbre, miedo, angustia, así como sentimientos de responsabilidad y cuidado ante las circunstancias que se están viviendo, cabe destacar que el sexo femenino es quien más presenta sentimientos positivos de interdependencia y reflexión. Sin embargo, se va a presentar una variación según el sexo, nivel de educación y el confort en el hogar.

La población como medio de afrontamiento a la cuarentena han desarrollado una serie de nuevas actividades diarias como realizar más ejercicio, salir a correr, realizar rutinas en casa, leer, escuchar audio libros, aprender a cocinar cosas nuevas, hacer repostería, realizar teletrabajo, sembrar plantas, así lo mencionan algunos participantes:

“Tenía mucho tiempo de no salir a correr y lo tuve que reiniciar porque los gimnasios estaban cerrados, las piscinas estaban cerradas entonces correr era la única cosa que se podía hacer e incluso no todo el tiempo no en toda la pandemia se pudo, empecé hacer ejercicio en la casa. Empecé a tomar el cocinar, el empezar hacer repostería, panadería como parte de mi salud mental.” (Entrevistada HEV, Naranjo, 2020).

SQCH comenta que “Me escuché como 100 audiolibros ya perdí la cuenta desde antes ya lo practicaba, pero ahora he tenido como más tiempo” “Otro hobby que he desarrollado es la cocina ahora hago de todo tipo de panes que se pueda imaginar sin harina y sin azúcar. Me he dedicado a investigar sobre alimentos un poco más saludables, a leer, ver videos para tratar de mantenernos un poco saludables en el confinamiento porque obviamente la energía no se gasta ni la cantidad de calorías que uno come al día no se gastan entonces hay que ayudarse un poquito de una u otra forma.”

“El teletrabajo y espacios de meditación.” (Entrevistado MGS, Naranjo, 2020).

“A nivel personal en la casa el sembrar matas, el dedicarle tiempo al jardín porque en algún momento era tan cansado el no tener mucho que hacer solo el oficio de la casa entonces sembré matitas y tengo un jardín hermoso.” (entrevistada DSS, Naranjo, 2020).

La investigaciones de Murat et al² y Parrado y León³ concuerdan con los resultados aplicados en las entrevistas donde se menciona que las personas han optado por buscar

estratégicas para afrontar la cuarentena como planificación diaria de actividades, realizar ejercicio, leer, cocinar, comunicarse con seres queridos, tener una alimentación sana, usar menos redes sociales y estudiar más sobre el virus del Covid 19, han sido de las estrategias que la población ha adoptado como medio para mejorar su estado de ánimo.

La pandemia del Covid-19 lleva a que la población se tenga que adaptar al uso de las tecnologías actuales sin importar si la población estaba familiarizada con plataformas que le permitieran realizar teletrabajo, cumplir con el estudio desde la casa, además de ser un medio para poder comunicarse y verse con las familias, comunicarse con los amigos durante el aislamiento social, convirtiéndose la tecnología como el medio de comunicación más importante durante la pandemia, así lo expresan algunos entrevistados:

SQCH comenta “Yo creo que definitivamente gracias a Dios por la tecnología porque si en este momento no tuviéramos todas las herramientas que tenemos, en este momento sería bastante difícil acceder a la información en tiempo de aislamiento, desde las fuentes oficiales que son el Ministerio de Salud y que a través de redes sociales y la televisión podemos darnos cuenta de lo que está sucediendo a nivel país y mundial. A nivel social es la única forma que podemos comunicarnos con nuestras familias, nuestros amigos, la gente que forma parte de nuestro diario vivir. A nivel de trabajo no podríamos haber desarrollado todo lo que hemos hecho por nuestros estudiantes si no fuera por nuestras herramientas tecnológicas yo por lo menos me conecto todos los días con mis chicos y los veo, de hecho, ya ellos esperan la hora de la conexión, la hora que nos juntamos a dar la clase, si no fuera por las herramientas tecnológicas pues probablemente ellos quedarían rezagados, igualmente la tecnología no lo es todo no hay como la tecnología presencial,

sin embargo es un medio para ir paliando la situación.” (Entrevistada, SQCH, Naranjo, 2020).

“Creo que el avance en tecnologías como zoom dependo 100%, del internet para poder revisar correos y poder conectarme a mi trabajo.” (Entrevistada KSN, Naranjo,2020).

“Ha jugado un papel muy importante porque por el aislamiento podemos por vía zoom comunicarnos con las personas, no puedo estar cerca tuyo, no puedo ir a tu casa, pero puedo verte por zoom por video llamada por WhatsApp o Messenger han sido muy importantes han generado un acercamiento a la distancia y han generado el aprovechamiento masivo de la tecnología. Me ha favorecido en el ámbito iglesia en las reuniones y en el ámbito educativo mis clases virtuales.” (Entrevistado ARS, Naranjo, 2020).

La investigación elaborada por Barboni et al¹ en Argentina, menciona que el 24,3% realiza teletrabajo, lo que concuerda con los resultados obtenidos a través de las entrevistadas donde expresan la importancia de la tecnología como único medio para poder llevar a cabo su trabajo y no perderlo, así mismo poder cumplir con sus demás responsabilidades educativas y sociales de una forma distinta que cada persona tiene en su vida cotidiana, antes de la pandemia.

La experiencia de la pandemia en la sociedad ha llevado a que las personas tengan que modificar sus burbujas sociales, el no poder visitar a la familia, tener que realizar teletrabajo, recibir clases virtuales e inclusive eliminar las salidas en físico y cambiarlas por video llamadas como medio para poder interactuar con la familia, amigos y compañeros de trabajo, así lo expresan varios entrevistados:

“Ha influido para mal, porque me ha aislado de mi familia y aún más de mis amigos no he tenido mucho contacto con ellos, hay amigos que no los veo hace meses, a mi mamá no la veo desde hace aproximadamente 8 meses por la distancia, por el peligro que si viajo en bus puedo contraer el virus o si donde ellos están hay muchas personas contagiadas o donde yo estoy hay muchos contagios, se está evitando por el cuidado a la persona.” (Entrevistado ARS, Naranjo, 2020).

“Claro es obvio si ha influido ya ahora muchas cosas que antes se hacían ya no se hacen como visitar familiares, amigos que durante toda la pandemia no nos hemos visitado ni lo pienso hacer mientras dure la pandemia por el bien de ellos, el mío y el de mi familia. También ha influido en que antes teníamos la costumbre de salir a comer de vez en cuando a un restaurante y no lo hemos vuelto hacer, realizar un paseo familiar, en la iglesia que yo voy hacíamos paseos o eventos no se han vuelto hacer, estamos básicamente confinados.” (Entrevistado RMM, Naranjo, 2020).

“Si mucho porque nosotros éramos personas muy activas socialmente, ya que mi esposo es agente de ventas y también es pastor y ver todo eso afectado, dejar de reunirnos, dejar recibir personas, consejerías y todo, creo que si se ha visto afectada e inclusive tuvimos que entregar un local debido a esto.” (Entrevistada DSS, Naranjo, 2020).

El estudio que realizan Ubillos et al⁸ se relaciona con los resultados expuestos en la investigación donde se menciona que la población presenta bajo bienestar social debido a las medidas aplicadas de distanciamiento físico y social, estas han llevado a establecer nuevas formas de interactuar con las personas que los rodean mediante una herramienta tecnológica de internet.

La afectación en el estatus económico durante la pandemia debido a las normas establecidas por el Ministerio de Salud muestra como la mayoría de los participantes han sufrido reducciones de salario debido a la disminución de días laborales, pérdidas de trabajo por lo que el nivel económico se ha visto afectado teniendo de limitar diversos lujos a los que se estaba acostumbrados como salir a comer, compras, paseos, como lo expresan varios entrevistados:

“Si obvio porque perdí mi trabajo y ya no tengo plata para darme los lujos de salir a comer, comprar ropa, pasear, etc.” (Entrevistada LAC, Naranjo, 2020).

“Si ha sido muy difícil hemos tenido muchos cambios pero como le digo en algunos momentos fue un asunto de decisión familiar de que íbamos a dejar ir, porque si teníamos un estilo de vida muy estable, estábamos acostumbrados a viajar en tiempo de verano mínimo una vez al mes a la playa son cosas que se terminaron, las marcas de los productos que compraba no son las mismas que compro ahora porque obviamente cuando usted no tiene una certeza de lo que va recibir las prioridades se convierten en una base para todo.” (Entrevistada HEV, Naranjo, 2020).

“Si se ha visto afectado, ya que yo le brindo servicio a una empresa de distribución de productos alimenticios y se me redujo los días que prestó servicio y además se me pidió un 20% de rebaja en los precios por asuntos de la pandemia y se suponía que eran tres meses y todavía vamos no se ocho meses que estamos igual. El ingreso económico ha bajado bastante.” (Entrevistado RMM, Naranjo, 2020).

El estudio realizado por Barboni et al¹ concuerda con la investigación ya que se muestra como la población se ha visto afectada económicamente en cuanto sus ingresos como lo

expresan los estudios realizados en Argentina donde el 42,2% desde que comenzó la cuarentena no labora, el 27,3% ha sufrido reducción de la jornada laboral, el 31,7% no recibe ingresos.

Las medidas de prevención del Covid-19 han generado afectación no solo en la economía de la persona sino también en la de su familia al haber miembros que han sufrido reducciones de salarios, se han quedado desempleados, añadiendo a eso el tener personas que son dependientes al salario de la única persona que tal vez labora en ese hogar como lo expresan los participantes:

“En mi caso personal no, pero en mi burbuja si debido a que mi cuñado en la empresa donde él estaba le disminuyó las horas de trabajo y su salario disminuyo casi que en un 60%, entonces sí se vio afectada la economía a nivel de burbuja familiar.” (Entrevistado ARS, Naranjo, 2020).

“Claro que si, por que el gran aporte que daba ya no estaba y mi papá tiene una discapacidad que le impide poder laboral normal por lo que con la pensión de él y los medios ingresos que nos llegan de los alquileres apenas es que alcanza para comprar y pagar lo necesario.” (Entrevistada WVM, Naranjo, 2020).

“Pues si en nuestra casa realmente ha habido afectación a pesar de que yo estoy recibiendo mi salario de forma completa, otros miembros de mi familia no, de hecho, tres miembros no, entonces me ha tocado asumir algunas responsabilidades con respecto a eso que no esperábamos, ya que me ha tocado suplir muchas necesidades que ellos antes cubrían y pues eso ha venido a afectar la economía familiar.” (Entrevistada SQCH, Naranjo, 2020).

El estudio de Barboni et al¹ indica que el 96,1% cree que el aislamiento obligatorio afectará su economía familiar, el 11,4% convive con personas dependientes, lo cual concuerda con la investigación ya que se evidencia como estos problemas laborales afectarán la economía no solo de la persona si no de las personas que son dependientes a ese salario. Así mismo otro estudio planteado por Wanderley et al⁵ expresa como las familias sufren por falta de trabajo normal, desempleo y suspensión de salarios, son factores que propician la incidencia de presentar problemas emocionales.⁵

La opinión que tiene la población sobre la economía del futuro se describe como aterrador, preocupante, complicada ya que, aunque el Covid no es el causante de tanta deuda fiscal llevo a favorecer el aumento de este, así como el aumento de impuestos y cada día más aumentando de desempleo por falta de ingresos para pagar, así mismo se empieza a ver como cada día empieza a faltar dinero para comprar, pagar, entre otros:

“La verdad estoy preocupada por la situación económica del país, porque siento que parte de la pandemia el gobierno no ha sido quizá el más dispuesto ayudar a la población en esto, entonces las personas están sin trabajo y pagando impuestos demás y cada día pagando más y recibiendo menos, entonces siento que el país cuando salga de esta pandemia va estar en una crisis económica bastante complicada, así que siento que en lo personal va ser difícil, no sé si me preocupa o me entristece.” (Entrevistada WVM, Naranjo, 2020).

“Esta complicado, uno trata de ser optimista de ver las cosas de una forma positiva, pero si es una realidad un poco complicada no solo para mi familia sino para todo el país porque hasta que no se reactive la economía en muchas aéreas no vamos a obtener los mismo ingresos o la misma calidad de vida que teníamos antes, si veo que no va ser a tan

corto plazo como esperábamos es más bien pienso que va ser a largo plazo si nos va bien, ya de hecho uno lo ve en un montón de situaciones que tal vez antes no las pensaba o no pensaba que iba a suceder, poco a poco va diciendo esta quincena no me alcanzo para comprar tal cosa, no pude suplir este gasto, no pude comprar las mismas cosas que compraba antes en el supermercado digamos que en la administración de la familia del hogar, pero en la parte del empleo y todo, y yo siento María que nos esperan momentos un poco difíciles en la parte de la economía a nivel país y obviamente a nivel de cada familia.” (Entrevistada SQCH, Naranjo, 2020).

Mendez¹⁰, explica que el objetivo del estudio es conocer la opinión de la población con respecto a los efectos negativos que ha provocado el Covid 19 a nivel socioeconómico. La población emocionalmente se siente preocupada por el Covid 19, debido a la afectación económica, ya que 46% de las personas tienen algún miembro que ha sido desempleado y 52% le han sufrido reducción laboral, por lo cual el costo de vida se hace más difícil.

CAPITULO VI

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1 CONCLUSIONES

El proceso de adaptación a las medidas de prevención del COVID – 19 ha sido muy difícil para la población, porque nadie se lo esperaba por el hecho de que todos estaban acostumbrados a vivir libres, a no pensar que el contacto físico fuera a contagiar de una enfermedad. La pandemia llegó a establecer cambios en el diario vivir, teniendo que someterse a una serie de medidas de higiene para poder evitar el contagio de sí mismo y de las personas que le rodean. Así mismo, la población tiene edades entre 18 y 61 años, la mayoría son mujeres y son profesionales universitarios.

Las medidas de prevención del Covid-19 en los adultos generó afectación en las condiciones personales debido a que la población experimentó diversas circunstancias donde las emocionales negativas han jugado un papel muy importante a causa de los distintos protocolos establecidos. El tener que modificar el estilo de vida que cada uno lleva a nivel social para evitar el contagio del virus al estar relacionándose con tantas personas en el diario vivir. Y a nivel económico como muchas personas y sus familias se han visto afectadas debido al aislamiento social llevando a que la población pasara por un proceso en el cual todavía están adaptándose a la situación.

La relación entre proceso de adaptación a las medidas de prevención del Covid-19 en los adultos con las condiciones personales, sociales y económicas radica en que al ser la primera pandemia vivida por la población y crearse medidas sanitarias estrictas se vea afectación en todos los ámbitos de la vida de la persona llevando a que este proceso sea llevado y manejado de distintas maneras por cada persona y su experiencia siendo un proceso en el cual apenas están aprendiendo a sobre llevar en la vida cotidiana de cada uno.

6.2 RECOMENDACIONES

- Diseñar programas de atención domiciliar de manera virtual para el manejo holístico del usuario.
- Creación de programas donde se pueda trabajar en estrategias de adaptación para saber cómo manejar de una mejor forma otra eventualidad similar o igual.
- Enseñar a la población la importancia de la planificación diaria para un mejor manejo de las actividades diarias, además que ayuda a reducir emociones que pueden alterar a las personas.
- Crear videos educativos para la población con información actualizada sobre el cuidado de la salud en tiempos de Covid.

BIBLIOGRAFÍA

1. Barboni G, Florio EM, Ibarra FL, Savino JV, Di Pasquale EA. El impacto del aislamiento obligatorio sobre el trabajo, los ingresos y el cuidado [Internet]. 2. Mar de la Plata, Argentina: GrET; 2020 [citado el 15 de julio de 2020]. Disponible en: <http://nulan.mdp.edu.ar/3327/1/info-odil-may2020.pdf>
2. Murad R, Sánchez SM, Rivillas JC, Rivera D, Castaño LM, Royo M. La aceptación, el sufrimiento y la resistencia: las diferentes reacciones para afrontar el Covid- 19 en Colombia. Asociación Profamilia [internet]. 2020 [citado el 15 de julio de 2020]. Disponible en: <https://profamilia.org.co/wp-content/uploads/2020/05/Informe-2-La-aceptacion-el-sufrimiento-y-la-resistencia-Profamilia-Estudio-Solidaridad.pdf>
3. Parrado González A, León Jariego JC. Covid-19: factores asociados al malestar emocional y morbilidad psíquica en población española Rev Esp Salud Pública [Internet]. 2020 [citado el 15 d julio de 2020]; Vol. 94: 1-16. Disponible en: https://www.mscbs.gob.es/biblioPublic/publicaciones/recursos_propios/resp/revista_cdr_om/VOL94/ORIGINALES/RS94C_202006058.pdf
4. Johnson MC, Saletti Cuesta L, Tumas N. Emociones, preocupaciones y reflexiones frente a la pandemia del COVID-19 en Argentina. Ciênc Saúde Coletiva [Internet]. 2020 [Citado el 15 de julio de 2020]; 25:2447-2456. Disponible en: <https://www.scielo.org/article/csc/2020.v25suppl1/2447-2456/#>
5. Wanderley F, Losantos M, Tito C, Arias AM. Los impactos sociales y psicológicos del covid-19 en Bolivia [Internet]. N3. Bolivia; 2020 [Citado el 15 de julio de 2020]. Disponible en: http://repositorio.ucb.edu.bo/xmlui/bitstream/handle/UCB/247/iisec_3.pdf?Sequence=1

6. Mejía CR, Rodríguez-Alarcón JF, Garay-Ríos L, Enríquez-Anco M de G, Moreno A, Huaytan-Rojas K, et al. Percepción de miedo o exageración que transmiten los medios de comunicación en la población peruana durante la pandemia de la COVID-19. Rev Cuba Investig Bioméd [Internet]. 2020 [citado el 15 de julio de 2020];39(2). Disponible en: <http://www.revibiomedica.sld.cu/index.php/ibi/article/view/e698>

7. Herbas Torrico BC, Veizaga Arevalo R, Canaza Fernández J. Informe de resultados sobre la encuesta de Opinión sobre covid-19 en Bolivia [internet]. Bolivia; 2020 [Citado el 15 de julio de 2020]. Disponible en: https://www.researchgate.net/profile/Boris_Herbas_Torrico/publication/340580506_INFORME_DE_RESULTADOS_ENCUESTA_DE_OPINION SOBRE COVID-19 EN BOLIVIA/links/5e91f51b92851c2f5296ce65/INFORME-DE-RESULTADOS-ENCUESTA-DE-OPINION-SOBRE-COVID-19-EN-BOLIVIA.pdf

8. Ubillos Landa S, González Castro JL, Puente Martínez A, Gracia Leiva M. Afrontando el impacto del Covid-19 [Internet]. España; 2020 [citado el 15 de julio de 2020]. Disponible en: https://riubu.ubu.es/bitstream/handle/10259/5302/Afrontando_el_impacto_del_COVID19-2.pdf?Sequence=1

9. Villegas Barahona G, Arias Le Claire H, González García N, González Sánchez A, León González I, Salazar Obando J, Alvarado Prado F. Informe percepción de riesgo de contagio COVID en CR [Internet]. Universidad Estatal a Distancia. 2020 [citado el 16 de julio de 2020]. Disponible en: <https://investiga.uned.ac.cr/wp->

[content/uploads/2020/04/Informe-percepcion%CC%81n-de-riesgo-de-contagio-COVID-19-en-CR.pdf](https://www.ucr.ac.cr/content/uploads/2020/04/Informe-percepcion%CC%81n-de-riesgo-de-contagio-COVID-19-en-CR.pdf)

10. Méndez Montero A. Desempleo y reducción de ingresos agobian a costarricenses durante la crisis del COVID-19 [Internet]. Universidad de Costa Rica. 2020 [citado el 16 de julio de 2020]. Disponible en: <https://www.ucr.ac.cr/noticias/2020/04/28/desempleo-y-reduccion-de-ingresos-agobian-a-costarricenses-durante-la-crisis-del-covid-19.html>
11. ASALE R. Percepción [Internet]. Diccionario de la lengua española - Edición del Tricentenario. [citado el 20 de julio de 2020]. Disponible en: <https://dle.rae.es/percepción>
12. Morris GC, Maisto AA. Introducción a la psicología [Internet]. 13a ed. México: Pearson Educación; 2011 [citado el 20 de julio de 2020]. Disponible en: <http://ebooks7-24.com.uh.remotexs.xyz/stage.aspx?il=&pg=&ed=>
13. Universidad de la Murcia. La percepción [Internet]. Repositorio institucional. [citado el 20 de julio de 2020]. Disponible en: <https://www.um.es/docencia/pguardio/documentos/percepcion.pdf>
14. ASALE R. Proceso [Internet]. Diccionario de la lengua española - Edición del Tricentenario. [citado el 20 de julio de 2020]. Disponible en: <https://dle.rae.es/proceso>
15. Universidad de Jaén. Proceso [Internet]. Repositorio institucional. [citado el 20 de julio de 2020]. Disponible en:

https://www.ujaen.es/servicios/archivo/sites/servicio_archivo/files/uploads/Calidad/Criterio5.pdf

16. Mier Estrada ME. Adaptación y motivación en escuela tradicional y escuela Montessori [Internet]. México: Universidad de las Américas Puebla; 2017 [citado el 20 de julio de 2020]. Disponible en: http://catarina.udlap.mx/u_dl_a/tales/documentos/lps/mier_e_me/capitulo1.pdf
17. Organización Mundial de la Salud. Que es Covid 19 [Internet]. 2020 [citado el 20 de julio de 2020]. Disponible en: <https://www.who.int/news-room/q-a-detail/q-a-coronaviruses>
18. Ministerio de Salud. Protocolos COVID-19 [Internet]. [citado 25 de julio de 2020]. Disponible en: <https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/centro-de-informacion/material-comunicacion/protocolos-ms/coronavirus/4794-detenga-el-contagio-de-covid-19/file>
19. Ministerio de Salud. Protocolos Covid 19 [Internet].2020 [citado el 20 de julio de 2020]. Disponible en: <https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/centro-de-informacion/material-comunicacion/protocolos-ms/coronavirus>
20. Ministerio de Salud. LS-CS-005. Lineamientos generales para reactivar actividades humanas en medio del COVID-19 [Internet]. 2020 [citado el 20 de julio de 2020]. Disponible en: https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre_ministerio/prensa/docs/LS_CS_005_actividades_humanas.pdf

21. Gifford R, Nilsson A. Personal and social factors that influence pro-environmental concern and behaviour: A review [Internet]. International journal of psychology. 2014 [Citado el 22 de mayo de 2020]. 49 (3):141-57. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/262266669_Personal_and_social_factors_that_influence_pro-environmental_concern_and_behaviour_A_review#:~:text=The%20personal%20factors%20include%20childhood,age%2C%20gender%20and%20chosen%20activities.
22. Factores personales [Internet]. UTC. 2012 [citado 19 de junio de 2020]. Disponible en: <https://es.slideshare.net/arrohconbacalao/factores-personales>
23. Betts P. Cultural, Political and Social Factors Influence the Meaning of Translations [Internet]. Globalization Partners International. 2016 [citado el 22 de julio de 2020]. Disponible en: <https://www.globalizationpartners.com/2016/06/09/cultural-political-and-social-factors-influence-the-meaning-of-translations/>
24. Social factor [Internet]. BusinessDictionary.com. [citado 26 de julio de 2020]. Disponible en: <http://www.businessdictionary.com/definition/social-factor.html>
25. Social and Economic Factors [Internet]. County Health Rankings & Roadmaps, Universidad de Wisconsin – Madison, Fundación Robert Wood Johnson. [citado 26 de julio de 2020]. Disponible en: <https://www.countyhealthrankings.org/explore-health-rankings/measures-data-sources/county-health-rankings-model/health-factors/social-and-economic-factors>

26. Phelps BE, Brown W. Labour economics | Definition & Facts [Internet]. Encyclopedia Británica. 2017 [citado 26 de julio de 2020]. Disponible en: <https://www.britannica.com/topic/labour-economics>
27. Health Factors [Internet]. County Health Rankings & Roadmaps, Universidad de Wisconsin – Madison, Foundation Robert Wood Johnson. [Citado el 22 de julio de 2020]. Disponible en: <https://www.countyhealthrankings.org/explore-health-rankings/measures-data-sources/county-health-rankings-model/health-factors>
28. What Influences Health? [Internet]. Public Health Institute Of Western Massachusetts. [Citado el 22 de julio de 2020]. Disponible en: <https://www.publichealthwm.org/what-health-equity/what-influences-health>
29. Goldhamer A. The Four Major Factors of Health [Internet]. True North Health Center. 2010 [Citado el 22 de julio de 2020]. Disponible en: <https://www.healthpromoting.com/learning-center/article-learning-centers/four-major-factors-health>
30. Modelo de adaptación - Sor Callista Roy.pdf | Enfermería | Planificación [Internet]. Scribd. 2016 [citado el 23 de julio de 2020]. Disponible en: <https://es.scribd.com/doc/313099096/Modelo-de-adaptacion-Sor-Callista-Roy-pdf>
31. Grajales Meza E. Sor Callista Roy [Internet]. 2013 [citado 27 de julio de 2020]. Disponible en: <http://modelosenfermerosucaldas.blogspot.com/2013/06/modelo-de-adpatacion.html>

32. Sor Callista Roy [Internet]. Información sobre Enfermería. 2015 [citado el 23 de julio de 2020]. Disponible en: <https://www.congresohistoriaenfermeria2015.com/sor.html>
33. Modelo De Callista Roy, Adaptación, Revista Enfermería [Internet]. encolombia.com. 2013 [citado el 23 de julio de 2020]. 16:4. Disponible en: <https://encolombia.com/medicina/revistas-medicas/enfermeria/ve-164/callista-roy/>
34. Díaz de Flores L, Durán de Villalobos MM, Gallego de Pardo P, Gómez Daza B, Gómez de Obando E, González de Acuña Y, et al. Análisis de los conceptos del modelo de adaptación de Callista Roy. Aquichan. diciembre de 2002;2(1):19-23.
35. Hernández Sampieri R, Fernández Collado C, Baptista Lucio P. Metodología de la investigación [Internet]. 6.^a ed. México: McGRAW-HILL / Interamericana Editores, S.A. de C.V.; 2014 [citado el 06 de abril de 2020]. Disponible en: <http://www.e-libro.com/ayuda>
36. Censo. 2011. Población total por zona y sexo, según provincia, cantón y distrito | Instituto Nacional de Estadística Y Censos [Internet]. 2011[Actualizado el 06 de febrero de 2017, citado el 06 de agosto de 2020]. Disponible en: <https://www.inec.cr/documento/censo-2011-poblacion-total-por-zona-y-sexo-segun-provincia-canton-y-distrito>
37. Tipos de prevención y sus objetivos | MSD Salud [Internet]. 2019 [citado 29 de agosto de 2020]. Disponible en: <https://www.msdsalud.es/cuidar-en/prevencion/quieres-saber-mas/tipos-prevencion-sus-objetivos.html>

38. Torres FM. Condiciones Personales Y Sociales Relacionadas Con La Lectura De Lo Escrito En Jóvenes Rurales [Internet]. Universidad Pedagógica Nacional. 2017 [Citado el 29 de agosto de 2020]. Disponible en: <http://repositorio.pedagogica.edu.co/bitstream/handle/20.500.12209/7808/TO-21366.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
39. Definición de situación social - Qué es, Significado y Concepto [Internet]. 2016 [citado 29 de agosto de 2020]. Disponible en: <https://definicion.de/situacion-social/>
40. Yáñez L. Diferencias entre situación económica y financiera [Internet]. Universidad de Alicante y Universidad d´Alacant. [Citado el 29 de agosto de 2020]. Disponible en: <https://www.unniun.com/diferencias-entre-situacion-economica-y-financiera-leonardo-yanez-master-en-direccion-y-gestion-de-empresas-mde/>
41. Ministerio de Salud. Burbuja social [Internet]. Costa Rica; 2020 [Citado el 9 de febrero de 2020]. Disponible en: <https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/centro-de-informacion/material-comunicacion/protocolos-ms/coronavirus/4749-afiche-burbuja-social/file>
42. Instituto Nacional del Cáncer. Virus [Internet]. 2020 [Citado el 9 de febrero de 2020]. Disponible en: <https://www.cancer.gov/espanol/publicaciones/diccionario/def/virus>
43. Del Aguila R. Promoción de estilos de vida saludable y prevención de enfermedades crónicas en el adulto mayor. Organización Panamericana de la Salud [Internet]. [Citado el 9 de febrero de 2020]. Disponible en: <http://www.paho.org/blogs/chile/?p=111>

44. Ministerio de Salud. Financiero [Internet]. Costa Rica; Ministerio de Salud: 2016 [Actualizado en enero 2021; citado el 9 de febrero de 2020]. Disponible en: https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php?option=com_content&view=article&layout=edit&id=1105
45. Romero Y. Modelos y Teorías de Enfermería [Internet]. Venezuela: 2013 [Citado el 9 de febrero de 2020]. Disponible en: <https://www.monografias.com/trabajos89/modelos-y-teorias-enfermeria/modelos-y-teorias-enfermeria.shtml>
46. Clínica Barcelona. Hospital Universitari. ¿Qué es el Coronavirus SARS-CoV-2? [Internet]. 2020 [Citado el 9 de febrero de 2020]. Disponible en: <https://www.clinicbarcelona.org/asistencia/enfermedades/covid-19/definicion>
47. Munizaga R. Microsoft Teams: qué es, cómo funciona y para qué sirve [Internet]. 2020 [Citado el 9 de febrero de 2020]. Disponible en: <https://laboratorio.latercera.com/laboratorio/noticia/microsoft-teams-como-funciona/1015159/>
48. Ministerio de Salud. ¿Qué es teletrabajo? [Internet]. Costa Rica; 2016 [Actualizado en enero 2021; citado el 9 de febrero de 2020]. Disponible en: <https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/teletrabajo/que-es-teletrabajo>
49. Tillman M. Willings A. ¿Qué es Zoom y cómo funciona? Además de consejos y trucos [Internet]. 2020 [Citado el 9 de febrero de 2020]. Disponible en: <https://www.pocket-lint.com/es-es/aplicaciones/noticias/151426-que-es-el-zoom-y-como-funciona-ademas-de-consejos-y-trucos>

GLOSARIO Y ABREVIATURAS

Burbuja social: Se entiende por burbuja social el grupo de personas que conviven regularmente en el mismo hogar.⁴¹

COVID-19: Enfermedad respiratoria muy contagiosa causada por el virus SARS-CoV-2. Se piensa que este virus se transmite de una persona a otra en las gotitas que se dispersan cuando la persona infectada tose, estornuda o habla.⁴²

Estilo de vida: hacen referencia a un conjunto de comportamientos o actitudes cotidianas que realizan las personas, para mantener su cuerpo y mente de una manera adecuada.⁴³

Ministerio de Salud: Entidad de salud pública encargada de garantizar la protección y el mejoramiento del estado de salud de la población, mediante el ejercicio efectivo de la rectoría y el liderazgo institucional, con enfoque de promoción de la salud y participación social inteligente, mediante los principios de transparencia, equidad, solidaridad y universalidad.⁴⁴

Modelos y teorías: pretenden describir, establecer y examinar los fenómenos que conforman la práctica de la Enfermería.⁴⁵

SARS-COV2: Es un nuevo tipo de coronavirus que puede afectar a las personas y la enfermedad que causa se denomina COVID-19.⁴⁶

Teams: Es una plataforma donde hay chat, reuniones, notas y adjuntos, que tiene integrado el Office 365, el cual se ha convertido durante la pandemia en una herramienta muy importante para las empresas que están en modo teletrabajo.⁴⁷

Teletrabajo: Teletrabajo es trabajo a distancia. Consiste en la utilización de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) para elaborar tareas, asignaciones o proyectos desde el lugar, la jornada y el horario que mejor le convenga al trabajador y su jefatura.⁴⁸

Virus: un microorganismo muy simple que infecta células y puede causar enfermedades. Debido a que los virus solo se pueden multiplicar dentro de una célula infectada, se entiende que no tienen vida propia.⁴²

Zoom: Es una aplicación software de videoconferencia líderes que permite interactuar de forma virtual con compañeros de trabajo cuando las reuniones en persona no son posibles, y también en la realización de eventos sociales.⁴⁹

ANEXOS

ANEXO 1: INSTRUMENTO PARA LA RECOLECCION DE INFORMACIÓN.

Instrumento de investigación para optar por el grado de Licenciatura en Enfermería.

La presente entrevista pretende recopilar información acerca de la investigación que lleva por nombre “Percepción del proceso de adaptación a las medidas de prevención del COVID 19 en adultos y su relación con condiciones personales, sociales y económicas en el Cantón de Naranjo, II Cuatrimestre, 2020”. El objetivo de la investigación es adquirir información necesaria que será utilizada para el trabajo de investigación, con el fin de optar por el Grado Académico de Licenciatura de la estudiante María José Suárez Sequeira de la Universidad Hispanoamericana. Toda la información recolectada es de carácter confidencial y serán utilizados únicamente para fines de la investigación.

Instrucciones generales: Responda de manera completa únicamente lo que se le pregunta, de manera sincera. Si tiene una duda, tiene la libertad de preguntar al entrevistador.

I CATEGORIA: DATOS DEMOGRÁFICOS

1. ¿Cuál es su sexo?
2. ¿Cuántos años tiene usted?
3. ¿Cuál es el nivel de educación más alto que ha completado?

II CATEGORÍA: PERCEPCIÓN DEL PROCESO DE ADAPTACIÓN A LAS MEDIDAS DE PREVENCIÓN DEL COVID-19.

4. ¿Cuál es su opinión sobre el proceso de adaptación a las medidas de prevención del Covid-19?

5. ¿Indique las medidas de prevención del Covid - 19 establecidas por el Ministerio de Salud que usted conoce y aplica diariamente?
6. Considera usted, ¿Que las medidas aplicadas por el Ministerio de salud son efectivas o no para contrarrestar el Virus del Covid -19?
7. De cara a los próximos meses ¿Cuál es su percepción entorno a las medidas por aplicar por parte del Ministerio de Salud?

Percepción personal.

8. ¿Describa su experiencia personal en torno a la pandemia desde el inicio de la aplicación de las medidas de prevención del Covid-19?
9. Según su experiencia con la pandemia, a nivel emocional, ¿Qué aspectos considera que han contribuido a mejorar o perjudicar su estado de ánimo?
10. ¿Qué nuevas actividades diarias a incluido dentro de su itinerario común en torno a la pandemia?
11. Si tuviera que escoger entre un nivel bajo, medio o alto, ¿Cuál es su sentido de control sobre su salud? Justifique su respuesta.

Percepción social.

12. ¿Cómo se encuentra constituida su burbuja social?
13. ¿Cuál es el papel que cumplen las tecnologías actuales, para sobrellevar el aislamiento social? Refiérase a nivel laboral y familiar.
14. Considera usted, ¿Qué el vivir en una zona rural permite que haya un mayor cumplimiento de las medidas de prevención del Covid -19, con respecto a una zona Urbana?

15. Según su experiencia, ¿La pandemia del Covid-19, ha influido en su entorno social?
Refiérase a la familia, trabajo, amigos, etc.

Percepción económica.

16. ¿Se ha visto afectado su estatus económico a raíz de la pandemia? Explique su respuesta.
17. ¿Con respecto, a los cambios que ha presentado en sus ingresos económicos como se ha visto afectado usted y su familia?
18. Haciendo referencia a su condición económica actual, ¿Considera que su calidad de vida se ha visto afectada o mejorada durante la pandemia? Brinde 3 ejemplos.
19. Tomando en cuenta las medidas aplicadas por el Ministerio de Salud, ¿Qué percepción tiene acerca de su situación económica de cara al futuro?

ANEXO 2: CODIFICACIÓN DE DATOS DEL PLAN PILOTO.

Los siguientes resultados son los obtenidos mediante la prueba piloto realizada a dos participantes sobre su opinión sobre tema Percepción del proceso de adaptación a las medidas de prevención del COVID-19 y su relación con condiciones personales, sociales y económicas. El siguiente cuadro muestra la clasificación de las preguntas según criterio experto de las participantes.

I Parte. Conceptos: A continuación, se presentan las definiciones de cada variable implementada en el instrumento:

5. Proceso de adaptación a las medidas de prevención del COVID 19: se define como el conjunto de etapas a las que el ser humano se adapta o inadapta en el medio ambiente para alcanzar la meta de prevenir el progreso de una enfermedad que está afectando a la sociedad.^{14,15,37}

6. Condiciones personales: Es el conjunto de experiencias en los seres humanos y su forma de vivir.³⁸

7. Condiciones sociales: Es la posición que ocupa una persona en la sociedad. Es decir, al estado de la persona respecto al contexto o al entorno.³⁹

8. Condiciones económicas: Es el conjunto de bienes que integran el patrimonio de una persona.⁴⁰

II Parte. Instrucciones: En el siguiente cuadro se muestra las preguntas planteadas en la entrevista, por favor marque con una equis en el recuadro de la derecha según la categorización que considere correcta. Cada variable se encuentra identificada con un número.

1. Percepción del proceso de adaptación a las medidas de prevención del Covid-19.	2. Condiciones (percepción) personales.	3. Condiciones (percepción) sociales.	4. Condiciones (percepción) económicas.
--	--	--	--

ENTREVISTADO 1: E.B.A.				
Pregunta	1	2	3	4
¿Con respecto, a los cambios que ha presentado en sus ingresos económicos cómo se ha visto afectado usted y su familia?				x
¿Cuál es su opinión sobre el proceso de adaptación a las medidas de prevención del Covid-19?		x		
¿Cómo se encuentra constituida su burbuja social?		x		
Tomando en cuenta las medidas aplicadas por el Ministerio de Salud, ¿Qué percepción tiene acerca de su situación económica de cara al futuro?				x
¿Si tuviera que escoger entre un nivel bajo, medio o alto, ¿cuál es su sentido de control sobre su salud? Justifique su respuesta.		x		
De cara a los próximos meses, ¿Cuál es su percepción entorno a las medidas por aplicar por parte del Ministerio de Salud?		x		
Considera usted, ¿Qué el vivir en una zona rural permite que haya un mayor cumplimiento de las medidas de prevención del COVID -19, con respecto a una zona urbana?	x			
¿Describa su experiencia personal en torno a la pandemia desde el inicio de la aplicación de las medidas de prevención del Covid-19?		x		
Según su experiencia, ¿La pandemia del Covid-19, ha influido en su entorno social? Refiérase a la familia, trabajo, amigos, etc....			x	
¿Indique las medidas de prevención del COVID - 19 establecidas por el Ministerio de Salud que usted conoce y aplica diariamente?		x		
Haciendo referencia a su condición económica actual, ¿Considera que su calidad de vida se ha visto afectada durante la pandemia? Brinde 3 ejemplos.		x		
¿Qué nuevas actividades diarias a incluido dentro de su itinerario común en torno a la pandemia?			x	
¿Cuál es el papel que cumplen las tecnologías actuales, para sobrellevar el aislamiento social? Refiérase a nivel laboral y familiar.			x	
Considera usted, ¿Que las medidas aplicadas por el Ministerio de salud son efectivas o no para contrarrestar el virus del COVID -19?		x		
¿Se ha visto afectado su estatus económico a raíz de la pandemia? Explique su respuesta.				x
Según su experiencia con la pandemia, a nivel emocional, ¿Qué aspectos considera han contribuido a mejorar o perjudicar su estado de ánimo?		x		

ENTREVISTADO 2: M.P.R.				
Pregunta	1	2	3	4
¿Con respecto, a los cambios que ha presentado en sus ingresos económicos como se ha visto afectado usted y su familia?				X
¿Cuál es su opinión sobre el proceso de adaptación a las medidas de prevención del Covid-19?	X			
¿Cómo se encuentra constituida su burbuja social?			X	
Tomando en cuenta las medidas aplicadas por el Ministerio de Salud, ¿Qué percepción tiene acerca de su situación económica de cara al futuro?				X
¿Si tuviera que escoger entre un nivel bajo, medio o alto, ¿cuál es su sentido de control sobre su salud? Justifique su respuesta.		X		
De cara a los próximos meses, ¿Cuál es su percepción entorno a las medidas por aplicar por parte del Ministerio de Salud?	X			
Considera usted, ¿Qué el vivir en una zona rural permite que haya un mayor cumplimiento de las medidas de prevención del COVID -19, con respecto a una zona Urbana?	X			
¿Describa su experiencia personal en torno a la pandemia desde el inicio de la aplicación de las medidas de prevención del Covid-19?		X		
Según su experiencia, ¿La pandemia del Covid-19, ha influido en su entorno social? Refiérase a la familia, trabajo, amigos, etc....			X	
¿Indique las medidas de prevención del COVID - 19 establecidas por el Ministerio de Salud que usted conoce y aplica diariamente?		X		
Haciendo referencia a su condición económica actual, ¿Considera que su calidad de vida se ha visto afectada durante la pandemia? Brinde 3 ejemplos.				X
¿Qué nuevas actividades diarias a incluido dentro de su itinerario común en torno a la pandemia?		X		
¿Cuál es el papel que cumplen las tecnologías actuales, para sobrellevar el aislamiento social? Refiérase a nivel laboral y familiar.	X			
Considera usted, ¿Que las medidas aplicadas por el Ministerio de salud son efectivas o no para contrarrestar el Virus del COVID -19?	X			
¿Se ha visto afectado su estatus económico a raíz de la pandemia? Explique su respuesta.				X
Según su experiencia con la pandemia, a nivel emocional, ¿Qué aspectos considera han contribuido a mejorar o perjudicar su estado de ánimo?		X		

ANEXO 4: DECLARACIÓN JURADA.

DECLARACIÓN JURADA

Yo María José Suárez Sequeira, mayor de edad, portador de la cédula de identidad número 207650572 egresado de la carrera de Enfermería de la Universidad Hispanoamericana, hago constar por medio de éste acto y debidamente apercibido y entendido de las penas y consecuencias con las que se castiga en el Código Penal el delito de perjurio, ante quienes se constituyen en el Tribunal Examinador de mi trabajo de tesis para optar por el título de Licenciatura en Enfermería, juro solemnemente que mi trabajo de investigación titulado: Percepción del proceso de adaptación a las medidas de prevención del COVID 19 en adultos y su relación con condiciones personales, sociales y económicas en el cantón de Naranjo, II cuatrimestre, 2020, es una obra original que ha respetado todo lo preceptuado por las Leyes Penales, así como la Ley de Derecho de Autor y Derecho Conexos número 6683 del 14 de octubre de 1982 y sus reformas, publicada en la Gaceta número 226 del 25 de noviembre de 1982; incluyendo el numeral 70 de dicha ley que advierte; artículo 70. Es permitido citar a un autor, transcribiendo los pasajes pertinentes siempre que éstos no sean tantos y seguidos, que puedan considerarse como una producción simulada y sustancial, que redunde en perjuicio del autor de la obra original. Asimismo, quedo advertido que la Universidad se reserva el derecho de protocolizar este documento ante Notario Público.

En fe de lo anterior, firmo en la ciudad de San José, a los 12 días del mes de febrero del año dos mil veintiuno.

M^a José Suárez Sequeira
Firma del estudiante

ANEXO 5: CARTA DE TUTORÍA.

CARTA DE LA TUTORA

San José, 14 de febrero de 2021

Máster Vanessa Aguilar Zeledón
Sub-Directora Carrera Enfermería
Universidad Hispanoamericana

Estimada señora:

La estudiante María José Suárez Sequeira, cédula 207650572 me ha presentado, para efectos de revisión y aprobación, el trabajo de investigación denominado: "PERCEPCIÓN DEL PROCESO DE ADAPTACIÓN A LAS MEDIDAS DE PREVENCIÓN DEL COVID-19 EN ADULTOS Y SU RELACIÓN CON CONDICIONES PERSONALES, SOCIALES Y ECONÓMICAS EN EL CANTÓN DE NARANJO, II CUATRIMESTRE, 2020", el cual ha elaborado para optar por el grado académico de Licenciatura en Enfermería.

En mi calidad de tutora, he verificado que se han hecho las correcciones indicadas durante el proceso de tutoría y he evaluado los aspectos relativos a la elaboración del problema, objetivos, justificación; antecedentes, marco teórico, marco metodológico, tabulación, análisis de datos; conclusiones y recomendaciones.

De los resultados obtenidos por el postulante, se obtiene la siguiente calificación:

a)	ORIGINAL DEL TEMA	10%	10
b)	CUMPLIMIENTO DE ENTREGA DE AVANCES	20%	18
c)	COHERENCIA ENTRE LOS OBJETIVOS, LOS INSTRUMENTOS APLICADOS Y LOS RESULTADOS DE LA INVESTIGACION	30%	29
d)	RELEVANCIA DE LAS CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	20%	19
e)	CALIDAD, DETALLE DEL MARCO TEORICO	20%	19
	TOTAL		95

En virtud de la calificación obtenida, se avala el traslado al proceso de lectura.

Atentamente,



MSc. Marisel Picado Monge
Cédula identidad 304080459
Carné Colegio Profesional E-12171

ANEXO 6: CARTA DE LECTORIA.

CARTA DE LA LECTORA

San José, 16 de marzo 2021.

Máster Vanessa Aguilar Zeledón
Directora Carrera Enfermería
Universidad Hispanoamericana


Estimada señora:

La estudiante *María José Suárez Sequeira*, cédula de Identidad 2-0765-0572, me ha presentado, para efectos de revisión y aprobación, el trabajo de Investigación denominado: " *Percepción del proceso de adaptación a las medidas de prevención del Covid 19 en adultos y su relación con condiciones personales, sociales y económicas en el cantón de Naranjo, II cuatrimestre, 2020*" el cual ha elaborado para optar por el grado académico de Licenciatura en Enfermería.

En mi calidad de lectora, he verificado que se han hecho correcciones indicadas durante el proceso de lectoría y he evaluado aspectos relativos a la elaboración del problema, objetivos, justificación; antecedentes, marco teórico, marco metodológico, tabulación, análisis de datos; conclusiones y recomendaciones. En el proceso con el filólogo se debe de corregir aspectos de redacción.

Por consiguiente, se avala el traslado al proceso de lectura al filólogo(a).

Atentamente,

MARIA MARCELA  Firmado digitalmente por
MARIA MARCELA CASTRO
MENDEZ (FIRMA)
(FIRMA) Fecha: 2021.03.16 21:10:37
-05'00'

MSc. Marcela Castro Méndez
Cédula Identidad 1-1034-0377
Carné Colegio Profesional E-4705

ANEXO 7: CARTA AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN.

BIBLIOTECA UNIVERSIDAD HISPANOAMERICANA

CARTA DE AUTORIZACIÓN DE LOS AUTORES PARA LA CONSULTA, LA REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL Y PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA DE LOS TRABAJOS FINALES DE GRADUACIÓN

San José, 06 de mayo de 2021.

Señores:
Universidad
Centro de Información Tecnológico (CENIT)

Estimados Señores:

El suscrito (a) María José Suárez Sequeira, con número de identificación 2-0765-0572 autor (a) del trabajo de graduación titulado "*Percepción del proceso de adaptación a las medidas de prevención del COVID-19 en adultos y su relación con condiciones personales, sociales y económicas en el cantón de Naranjo, II cuatrimestre 2020*", como requisito para optar por el grado de Licenciatura en Enfermería; Si autorizo a la Biblioteca de la Universidad Hispanoamericana para que con fines académicos, muestre a la comunidad universitaria la producción intelectual contenida en este documento.

De conformidad con lo establecido en la Ley sobre Derechos de Autor y Derechos Conexos N° 6683, Asamblea Legislativa de la República de Costa Rica.

Cordialmente,

Me José Suárez Sequeira / 207650572
Firma y Cédula de Identidad

ANEXO 8: DEDICATORIA.

A Dios

Por ser el centro de mi vida, por chinearne tanto, por recordarme siempre que debía “Esforzarme y ser valiente”, por darme la sabiduría, el entendimiento y la fuerza para finalizar mi carrera con éxito, por mostrarme en todo momento su gracia, favor y fidelidad en cada paso que daba. Por eso siempre “Deléitate en el señor y él te concederá los deseos de tu corazón” Salmo 37:5.

A mi familia

A mi mamá, hermanos, cuñadas, a mi tío Luis, a mi cuñado Dennis porque sin ellos no hubiera sido posible lograr este sueño, gracias por creer en mí, por darme siempre lo mejor y correr conmigo para que nunca me faltara nada. Por hacerme saber siempre lo orgullosos que están de mí, por su amor y apoyo incondicional. A mi abuelo que está en el cielo porque mucho de lo que hoy soy en día es gracias a él, porque, aunque te fuiste antes y no pudiste verme graduarme siempre te prometí que iba ser la mejor por ti. Y a mis bebés Reichell y Nicole porque me he perdido muchos momentos a sus lados por estar luchando por este sueño y aun así ellas siempre me han mostrado su apoyo y amor.

ANEXO 9: AGRADECIMIENTOS

A mis amigos incondicionales que siempre han estado ahí a lo largo de mi carrera mostrándome su amor, compañía, apoyo incondicional para vencer los obstáculos, por creer, confiar en mí siempre y hacerme sentir lo orgullosos que están de mí.

A mi tutora Marisel Picado por su tiempo, amabilidad, dedicación y comprensión por siempre estar para mí y ayudarme a culminar con éxito mi carrera de Enfermería.

A mis compañeras y amigas de carrera que han sido un soporte a lo largo de carrera que nos hemos apoyado en todo momento y crecido juntas alegrándonos por los triunfos de cada una.

A cada profesor que marco en mí su conocimiento, por siempre inspirarme a dar lo mejor de mí para poder desarrollarme como una excelente profesional en Enfermería.

A las personas que participaron en mi entrevista porque sin ellos hubiera sido imposible poder lograr llevar a cabo esta investigación, gracias por sacar de su tiempo y contarme un poco de su experiencia durante la pandemia.