



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**Hábitos culturales preventivos y autocuidado familiar en adultos de 40 a 55 años ante la pandemia Coronavirus Lima Perú 2020.**

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE  
LICENCIADA EN ENFERMERÍA**

**AUTORA:**

Vicente Tauma, Kelly Alicia (ORCID:0000-0001-6685-5747)

**ASESORA:**

Dra. Jiménez de Aliaga, Kelly Myriam (ORCID:0000-0002-8959-265X)

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Políticas y Gestión en Salud

**LIMA – PERÙ**

**2020**

## Dedicatoria

A mis padres por haberme forjado como la persona que soy en la actualidad; muchos de mis logros se los debo a ellos, quienes me motivaron para alcanzar mis anhelos.

### Agradecimiento

A Dios, a mi familia por la inmensa ayuda que me dan día a día; a su vez, a mi asesora la Dra. Kelly Jiménez por su constante apoyo, sin ellos no hubiese logrado satisfactoriamente mis objetivos.

## ÍNDICE DE CONTENIDOS

Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Índice de contenidos	iv
Índice de tablas	v
Resumen	vi
Abstract	vii
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	5
III. METODOLOGÍA	
3.1 Tipo y diseño de investigación	15
3.2. Categorías, Subcategorías y matriz de categorización	16
3.3 Escenario de estudio	16
3.4 Participantes	17
3.5 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	18
3.6 Procedimiento	19
3.7 Métodos de análisis cualitativo de información	20
3.8 Aspectos éticos	20
IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN	21
V. CONCLUSIONES	33
VI. RECOMENDACIONES	34
VII. CONSIDERACIONES FINALES	35
REFERENCIAS	
ANEXOS	

## ÍNDICE DE TABLAS

CUADRO DE CARACTERIZACIÓN DE SUJETOS	18
CUESTIONARIO ORIENTADOR	20
CUADROS DE RESULTADOS	21

## RESUMEN

El objetivo de esta investigación: determinar los hábitos culturales preventivos y autocuidado familiar de los adultos de 40 a 55 años ante pandemia de Coronavirus. Material y métodos: estudio cualitativo, fenomenológico basado en experiencia vividas, nivel descriptivo/exploratorio, muestreo intencional y saturación de información recibida previa al consentimiento informado, a través de entrevista semiestructurada, organización, análisis de contenidos, con triangulación de datos obtenidos, estudios previos y concepto de interculturalidad. Resultados: Se constató, conocimiento parcial sobre medidas de bioseguridad, (des) interés al comportamiento social establecido, sistema educativo (in) previsto virtual, in (estabilidad) económica; autocuidado familiar con medidas preventivas (in) formales, adopción parcial de hábitos relacionados al distanciamiento social, alimentación basada en costumbres familiares para la prevención del virus. Conclusiones: Los hábitos culturales de sujetos de estudios determinan la decisión de respeto a normativa sobre distanciamiento social y confinamiento; el conocimiento sanitario parcial vulnera el autocuidado familiar, normativa de gestión sanitaria de cuidado preventivo in (eficaz) por prioridad recuperativa de equipamiento de protección, confinamiento con impacto que vulnera la economía, que obliga el empleo informal; educación virtual (in) sostenible por falta de recursos para conectividad, incertidumbre por saturación de información in (formal).

Palabras Clave: Hábitos culturales, autocuidado familiar, prevención de Covid\_19, Enfermería.

## **ABSTRACT**

The objective of this research: to determine the preventive cultural habits and family self-care of adults aged 40 to 55 in the face of a Coronavirus pandemic. Material and methods: qualitative, phenomenological study based on lived experience, descriptive / exploratory level, intentional sampling and saturation of information received prior to informed consent, through semi-structured interview, organization, content analysis, with triangulation of data obtained, previous studies and the concept of interculturality. Results: It was found, partial knowledge about biosafety measures, (dis) interest in the established social behavior, virtual (in) planned education system, economic in (stability); Family self-care with (in) formal preventive measures, partial adoption of habits related to social distancing, food based on family customs for the prevention of the virus. Conclusions: The cultural habits of study subjects determine the decision to respect the regulations on social distancing and confinement; partial health knowledge violates family self-care, in (effective) preventive care health management regulations due to recovery priority of protective equipment, confinement with an impact that violates the economy, which forces informal employment; virtual education (in) sustainable due to lack of resources for connectivity, uncertainty due to saturation of in (formal) information.

Keywords: Cultural habits, family self-care, Covid\_19 prevention, Nursing.

## I. INTRODUCCIÓN

En la actualidad, el mundo cruza una pandemia denominada COVID-19, originado a fines del año 2019 en China. Dicha enfermedad luego de estudios realizados, se identifica como un nuevo tipo de virus llamado coronavirus que puede generar diversas enfermedades, desde un resfriado simple hasta dificultades respiratorias graves, según la OMS, hasta la fecha noviembre de 2020 se desconoce el origen del brote, existe una suposición que el origen se dio en mercado de mariscos en la ciudad de Wuhan provincia de Hubei-China, pero tras estudios de la Academia de Ciencia de China lograron descartar dicho supuesto, concluyendo que se propagó por ese lugar pero aún no está claro si el virus mutó en un animal antes de hacerlo en un humano<sup>1</sup>. Lo que conlleva cuestionar: ¿Será que las autoridades correspondientes lograrán investigar sobre el origen de este virus?

Al inicio de la pandemia según la OMS se evidenciaron síntomas que suelen presentarse mediante problemas respiratorios (tos seca y disnea - dificultad para respirar), fiebre y fatiga<sup>1</sup>; en la actualidad, en el décimo mes de haberse reportado el primer caso de coronavirus la OMS registra dos síntomas más que son dificultad para hablar y moverse, a su vez manifiesta que hay otros síntomas menos frecuentes como dificultad respiratoria, producción de esputo (33,4%), dolor de garganta (13,9%), dolor de cabeza (13,6), mialgia (12,8%), escalofrío (11,4%), náuseas y vómito (5%) y congestión nasal (4,8%) con el pasar de los días se ha evidenciado la pérdida del gusto y olfato<sup>2</sup>. Lo que conlleva cuestionar: ¿será que los pacientes Covid-19 manifiesten nuevas sintomatologías?

La OMS, detalla que el coronavirus COVID-19 deja más de 76,5 millones casos y 1,6 millones de muertos a nivel mundial<sup>3</sup>, a su vez da a conocer las medidas y acciones que se tomaron desde el inicio de la pandemia, el 31 de diciembre del 2019 La Comisión Municipal de Salud de Wuhan (China) notificó 44 pacientes con neumonía en la ciudad, el 4 y 5 de enero la OMS publica informe sobre brotes epidémicos que especifica información del brote y recomendaciones, el 12 de enero China hace pública el origen genética del virus causante del COVID-19, el 13 de enero se anuncia el primer caso en Tailandia, al exterior de China, el 21 se registra primer caso en Estados Unidos y el 27 en Canadá, el 30 de enero la OMS anuncia



el brote de COVID-19 como una Emergencia de Salud Pública de Importancia Internacional (ESPII), del 3 al 24 de febrero la OMS publica el Plan Estratégico de Preparación y Respuesta donde se reúnen distintos expertos de varios países, el 26 de febrero Brasil confirma el primer caso en Latinoamérica, el 5 se confirma primer caso en Perú, el 11 de marzo la OMS declara la propagación del COVID-19 como pandemia, el 8 de septiembre de 2020, en el panorama de la OMS sobre las vacunas candidatas contra la COVID-19 se incluyen 34 vacunas candidatas en fase de evaluación clínica y 145 en fase de evaluación preclínica<sup>4,5</sup>. Lo que conlleva a cuestionar: ¿será que las autoridades logren crear la vacuna y obtener resultados deseables?

En el día 355 desde el primer caso registrado en China, la OMS declara que en América del Norte, el país con mayores casos de infectados es Estados Unidos con 17 736 942 de casos y 317 043 muertes, el siguiente país es Brasil con infectados 7 213 155 y 186 356 fallecidos; en Europa, el país con mayores casos de infectados es España con 1 797 236 y 48 926 fallecidos, Italia con 1 953 185 infectados y 68 799 fallecidos; en Asia se encuentra Irán con 1 158 384 casos y 53 625 fallecidos, China con 86 829 infectados y 4 634 fallecidos; en el continente de Oceanía, en el país de Australia presenta un total de 28 172 casos positivos y 908 fallecido, Nueva Zelanda con un total de 2 116 casos y 25 fallecidos; por último, en África, el país con mayor casos es Sudáfrica con un total de 921 922 y 24 691 fallecidos y Egipto con un total de 124 891 casos positivos y 7 069 fallecidos<sup>6</sup>. Según estos datos se cuestiona: ¿será que seguirá aumentando los casos a nivel mundial?

En el Perú, según el Ministerio de Salud (MINSA), en el día 275 del estado de emergencia, se están realizando un total de 5 361 432 muestras de las cuales se han registrado un total de 995 899 casos positivos, mediante las pruebas PCR un total de 224 190 positivos y mediante la prueba rápida un total de 771 709 positivos, a su vez se ha registrado 37 034 fallecidos. Se tiene hospitalizado un total de 3 961 pacientes con Covid-19, de los cuales 1 083 se encuentran ocupadas con pacientes Covid19 ventilación mecánica. Por otro lado, los pacientes diagnosticados con Covid-19 que cumplieron su período de aislamiento, 15 066 fueron dados de alta. En las distintas regiones del Perú se ha registrado casos de Covid-19 siendo los más afectados: Arequipa (47 516), Piura (42 222), Callao (42 537), La Libertad (36 734), entre otras regiones y considerándose Pasco con menos

contagio (6 447)<sup>7</sup>, lo que conlleva a cuestionar: ¿será que las medidas que establece el estado, no son acatadas de forma correcta por la población, y seguirían aumentando los casos de contagio?

Lima, según MINSA, en el día 275 de emergencia sanitaria se ha registrado 409 316 casos confirmados. Por otro lado, la Dirección Regional de Gestión del Riesgo de Desastres y Defensa Nacional de Salud (DIGERD) puso a disposición al inicio de la emergencia, hospitales móviles en diferentes nosocomios de Lima y uno en el aeropuerto Jorge Chávez, ante la alta demanda de pacientes Covid-19, Digerd anunció mejoras en cinco hospitales como Santa Rosa, Cayetano Heredia, Dos de Mayo, Hipólito Unanue y San Juan de Lurigancho. Lo que conlleva a cuestionar: ¿será que se necesite más establecimientos de salud con requerimientos adecuados ante un posible aumento de casos COVID-19?

En el tercer mes (mayo) de la cuarentena, la Resolución Ministerial N°270-2020 MINSA, resuelve en el artículo 1 del Documento Técnico: Diagnóstico, Prevención y Tratamiento de pacientes afectadas por Covid-19 en el Perú, aprobado por Resolución Ministerial N°193-2020, que estipula lo siguiente: como tratamiento de primera instancia en casos leves de COVID-19 se administra Hidroxicloroquina, azitromicina e Ivermectina, los médicos tendrán que evaluar los casos de forma individual para indicar el tratamiento; en la actualidad en el sexto mes (setiembre) de cuarentena la Ministra de salud Pilar Mazzeti, informó que el tratamiento que se administraba en pacientes covid no causaban beneficio alguno, por ende deciden retirar la hidroxicloroquina, azitromicina e ivermectina<sup>10</sup>. En base a esta información, nos lleva a cuestionar: ¿será que el tratamiento no fue evaluado antes de administrarlos en los pacientes?

En el presente estudio de investigación se planteó el siguiente objeto de estudio: Hábitos culturales preventivos y el autocuidado familiar en adultos de 40 a 55 años ante la pandemia de Coronavirus. Este estudio es pertinente y se justifica de forma teórica: debido al incremento diario de los casos en el Perú, MINSA declara que en el día 275 de estado de emergencia se cuenta con 995 899 casos confirmados siendo un 48.4% mujeres y un 51.6% varones, a su vez el 56% del total son adultos maduros de 30 a 59 años<sup>7</sup>, cuyos casos siguen en aumento debido a que la población no toma conciencia de la realidad y no cumple con medidas preventivas. Se justificó de forma metodológica en que se debe enfocar en la

educación de la correcta ejecución de las medidas preventivas ante la pandemia, centrarse en las familias que son la base de la población y así evitar la propagación del contagio, registrado por el MINSA, en Lima se concentra la mayor parte de pacientes con Covid-19 siendo un total de 409 316 con una letalidad de 3.85% en el día 275 de la emergencia sanitaria<sup>7</sup>.

Se justifica de manera práctica, debido a una revisión retrospectiva, en el 2018 la población vulnerable en el Perú alcanzó un 34.2% de la población total de 3.2 millones de peruanos, según el Instituto de Economía y Desarrollo Empresarial (IEDEP) de la Cámara de Comercio de Lima (CCL), población de urgente atención y cuidado orientado a la educación y apoyo por la carencia de recursos básicos sanitarios, que dificulten el manejo sanitario de las medidas preventivas ante la pandemia; a su vez, se justifica socialmente debido al (in) válido conocimiento de medidas preventivas, exacerba el aumento de casos conforme los reportes constatados por el MINSA que 3.45% (9 333 casos positivos) en Lima específicamente en el distrito de Carabayllo. Por ende, es de vital importancia que los gobiernos se enfoquen decididamente intervenciones sanitarias en estas comunidades proporcionándoles la educación y prevención acorde a los nuevos lineamientos por parte del personal de salud para evitar propagación de esta enfermedad.

Esta investigación toma relevancia porque en el día 275 de la emergencia sanitaria los casos van en aumento con un total de 995 899 en los reportes del Ministerio de Salud en Perú, que cuestiona el autocuidado familiar ante una situación de crisis sanitaria, que se agudizó con el desempleo – trabajo in (formal), la incertidumbre que lleva a reflexionar “ la realidad de la situación en la que se encuentra el mundo, y como están implementando los diversos Estados las normas sanitarias en las poblaciones”. La contribución de la investigación en el área asistencial, la enfermera logrará posicionarse en prevención y educación ante la pandemia en la comunidad; en la docencia, a raíz de la pandemia obtendrá actualizaciones en su desarrollo profesional; en el área de investigación logrará realizar diversos estudios que aporten al área de salud en base a la emergencia sanitaria mundial y en gestión se logrará aportar conocimientos de los hábitos culturales preventivos y autocuidado familiar de una comunidad para educar ciertas medidas de prevención que disminuyan la alta demanda de pacientes contagiados.

Así mismo, se estableció como objetivo general: Determinar los hábitos culturales preventivos y el autocuidado familiar de los adultos de 40 a 55 años ante la pandemia de Coronavirus.

Objetivos Específicos:

Caracterizar los hábitos culturales preventivos de los adultos de 40 a 55 años ante la pandemia de Coronavirus, 2020.

Describir el autocuidado familiar de los adultos de 40 a 55 años ante la pandemia de Coronavirus, 2020.

## II. MARCO TEÓRICO

Se consideró como *antecedentes nacionales* a: Aquino C., quien realizó un estudio exploratorio “Coronavirus COVID-19 y su repercusión en la Odontología en Perú”, refiere que el SARS-CoV-2 fue hallado en el paciente en su saliva, ya que el mecanismo de contagio es de contacto directo, mediante las gotitas de Flugge, el personal de salud y más aún los odontólogos están expuestos a una gran variedad de microorganismos como bacterias, hongos y virus como SARS-CoV-2. Concluyeron, que se recomienda reforzar las medidas de protección durante la atención odontológica, el uso de bata, guantes, gorros, lentes protectores y así disminuir y contrarrestar el contagio<sup>11</sup>. Este estudio aporta, concientizar sobre los cuidados preventivos (equipos de protección personal) del personal de salud, por la exposición directa con los pacientes.

Leguía D., Niño J. y Quino M., realizaron un estudio “Coronavirus causante del síndrome respiratorio (MERS-coV)” de tipo descriptivo en Hospital Dos de Mayo, Lima Perú, cuyo objetivo fue demostrar cual es el tratamiento de primera instancia en paciente con COVID-19, se administra oxigenoterapia suplementaria en pacientes con IRA grave y signos de dificultad respiratoria, hipoxemia o choque. Concluyeron, que se debe supervisar estrechamente a los pacientes con IRA grave para detectar signos de insuficiencia respiratoria y realizar intervenciones de apoyo<sup>12</sup>. La contribución de este estudio es que se debe analizar de manera específica la sintomatología para así administrar el tratamiento adecuado

Lizaraso F., Del Carmen S., en su estudio descriptivo transversal “Coronavirus y las amenazas a la salud mundial” con el objetivo de detallar la situación de la pandemia que, al inicio del año nuevo 2020, la OMS mediante las

autoridades, China fue informada de 27 casos de Neumonía de desconocida procedencia en la ciudad de Wuhan, provincia de Hubei, que afectaba a personas que trabajaban en el mercado de productos marinos<sup>13</sup>. La contribución de este estudio es que se debe detallar el estado actual de la pandemia desde su origen para lograr entender el proceder y su forma de transmisión.

Maguiña C. 2020, realizó un estudio “Reflexiones sobre el COVID-19, el Colegio Médico del Perú y la Salud Pública” de tipo básica en Lima, donde especificaba que el Colegio Médico del Perú, asumió su rol y que ante las autoridades exigían mayor presupuesto para costear las pruebas de diagnóstico para el COVID-19 en el Perú, a su vez pidieron aplazar el tiempo estimado de cuarentena y el toque de queda. El CMP concluyó, que se debe exigir a las autoridades sanitarias presupuestos para implementar más pruebas rápidas para la ayuda de la detección de casos COVID-19<sup>14</sup>. El aporte de este estudio a la presente investigación es conocer la realidad, que una vez pasada la epidemia se exigirá al estado peruano el inicio de una reforma sanitaria, con una visión de un sistema único y universal de salud.

Quiroz C., Pareja A. y Valencia E., realizaron un estudio descriptivo en Lima “Un nuevo coronavirus, una nueva enfermedad: COVID-19”, con el objetivo otorgar perspectivas sobre el virus; por otro lado, que no es la primera ni la última vez que la humanidad pasará por una pandemia, y que este suceso traerá pérdidas económicas, problemas políticos, médicos y hasta sociales. Concluyeron, que la investigación de búsqueda de nuevos fármacos para combatir dicha enfermedad debe ser constante<sup>15</sup>. Este estudio contribuye en explicar las consecuencias a corto y largo plazo, que conllevan una pandemia de esta magnitud.

Cabe resaltar que el uso de mascarillas se debe utilizar de manera adecuada, como lo especifica el Benitez J., en su estudio “Sobre el uso o no de mascarillas, tan cierto como el nuevo coronavirus realizado en Lima”, que las mascarillas N95 es uso del personal de salud que laboran en primera línea y que para un entorno clínico usarán las mascarillas quirúrgicas, en lo que corresponde a la población deber usar mascarilla cuando acuda a lugares de concurrencia. Concluye que la prevención del COVID-19 radica en la higiene de manos y distancia social, un adecuado uso de mascarillas<sup>16</sup>. Con este estudio lograron dar a conocer

el uso correcto de mascarillas de acuerdo a la situación que se encuentre y el rol que desempeñe.

Gozzer E., Canchihuamán F. y Espinoza R., realizaron un estudio descriptivo “COVID-19 y la necesidad de actuar para mejorar las capacidades del Perú frente a las pandemias” en Lima, cuyo objetivo fue describir la capacidad del Perú en seguridad sanitaria e identificar acciones para su mejora. Concluyeron que el mundo no está preparado para prevenir este tipo de pandemia que afecta no solo al área de salud sino al área económico, político y social<sup>17</sup>. La contribución de este estudio fue dar a conocer la inestabilidad que genera la pandemia, incluso en países de gran potencia mundial, colapsando el sistema de salud, en la mayoría de casos ordenaron cuarentena nacional y cierre de fronteras.

Se considera como *antecedentes internacionales* a: Lauer S., Grantz K., Jones F, realizaron titulado “El periodo de incubación de la enfermedad por coronavirus 2019 (COVID-19) de casos confirmados notificados públicamente: estimación y aplicación”, mediante un estudio exploratorio cuyo objetivo fue estimar la duración del periodo de incubación del virus, cuya muestra estuvo conformada por 181 pacientes positivos, del 4 de enero al 24 de febrero del 2020, se obtuvo como resultado que el 40% eran mujeres y el 60% eran hombres, la edad media fue de 44.5 años y el periodo de incubación es 5.5 días, solo un 2.5% de personas infectadas mostraron síntomas dentro de 2.2 días de exposición y el 97.5% presentarán síntomas dentro de 11.5 días<sup>18</sup>. Concluyeron que el periodo de incubación medio para el virus COVID-19 es de 5 días en el organismo. Este estudio contribuyó en reconocer el periodo de incubación del virus y la aparición de los síntomas.

En el estudio realizado por Xian P., Xin X, Yuqing L y Lei C., realizaron un estudio para determinar las rutas de transmisión del virus COVID-19 en China, mediante un estudio descriptivo, determinaron que genera de forma directa, como tos, transmisión por inhalación de gotas, estornudos y el contacto con las membranas mucosas orales, oculares y nasales; a su vez, se determinó que también se trasmite por la saliva, la sangre y otros fluidos corporales. Concluyeron sobre las posibles rutas de transmisión de Covid-19 en estomatología, como la propagación por contacto, propagación en el aire y la propagación de la superficie contaminada<sup>19</sup> por otro lado, la contribución de este estudio fue establecer y poner

en práctica estrategias para bloquear la transmisión del virus durante el diagnóstico y tratamiento bucal.

Zhonghua L, y Bing. X. , realizaron un estudio sobre las características epidemiológicas de un brote de nuevas enfermedades por coronavirus 2019 (COVID-19) en China, donde tuvieron como objetivo determinar mediante un análisis exploratorio descriptivo todos los casos positivos a partir del 11 de febrero del año 2020. Obtuvieron como resultado un total de 72 314 registros de pacientes de los cuales el 61.8% (44 672) fueron casos confirmados, el 22.4% (16 186) casos sospechosos, 14.6% (10 527) fueron casos con diagnóstico clínico y 1.2% (889) casos sospechosos. Concluyeron que la epidemia de COVID-19 se extendió muy rápido, solo bastó 30 días para expandirse desde Hubei al resto de China<sup>20</sup>. Mediante el estudio determinaron la rápida propagación de contagio en poco tiempo.

Largo C., Xu H, y Shen Q. realizaron un estudio exploratorio en China, “Diagnóstico de la enfermedad por Coronavirus” cuyo objetivo fue evaluar el diagnóstico de la tomografía computarizada (TC) y la reacción en cadena de la transcriptasa-polimerasa inversa en tiempo real (rRT-PCR) para neumonía por COVID-19. Método: Se incluyó a 36 pacientes con sospechosos de COVID-19, examinados por TC y rRT-PCR. Resultados: 35 pacientes tenían hallazgos anormales de TC y un paciente con TC normal. Mediante el rRT-PCR, 30 pacientes dieron positivo, con 6 casos omitidos al inicio. Dentro de estos 6, dieron positivos 3 de ellos en el segundo ensayo de rRT-PCR a los 2 días del primero, y los otros 3 dieron positivo al 5to día. Concluyeron que la prueba de rRT-PCR puede producir un falso negativo al inicio, por ende, sugieren que pacientes con resultado atípico en TC y negativo en rRT-PCR deben aislarse y repetirse el segundo examen para evitar diagnósticos erróneos<sup>21</sup>. Mediante este estudio contribuyeron, que la prueba de rRT-PCR no es exacta, debido a la débil carga viral que se encuentre dentro del organismo y se recomienda hacer dos pruebas, para así obtener un resultado exacto.

Giovanetti M., Benvenuto D., Angeletti S. y Ciccozzi M., en Italia realizaron un estudio analítico titulado “Dos primeros casos de 2019-nCoV en Italia: ¿de dónde vienen?” cuyo objetivo fue investigar el origen de los casos de coronavirus en China y sobre su expansión de forma rápida por el mundo, incluida Europa, recientemente

Italia. Mediante el estudio determinaron que el contagio en Italia se debió al ingreso de dos turistas chinos a Italia el 23 de enero. Concluyeron que la propagación de la epidemia 2019-nCoV fue por la movilidad humana y que la cuarentena es útil para prevenir una mayor propagación<sup>22</sup>. El aporte de este estudio fue determinar que una herramienta útil para disminuir los contagios, es analizar la dinámica de transmisión y ejecutar las acciones preventivas.

Jhonson M, Saletti L., Tumas N., realizaron un estudio cualitativo con un diseño transversal, con el propósito de dar a conocer las emociones, preocupaciones y reflexiones frente a la pandemia del COVID-19 en Argentina, obtuvieron como resultado que la población en la fase inicial de la pandemia sufrió un gran impacto emocional donde destaca el miedo, incertidumbre y angustia. Concluyendo que la situación que se vive durante la pandemia ha generado un gran impacto en la salud mental de las personas además de emerger un sentido de responsabilidad y cuidado como consecuencia positiva de la pandemia<sup>23</sup>. Contribuyeron con este estudio, que se debe priorizar la salud mental de la población de una manera integral y crear un diseño de medidas para el afrontamiento de la pandemia.

Santa B., Santana Y y Martín J., llevaron a cabo un estudio titulado: "Creencias y actitudes de trabajadores sanitarios y estudiantes de Enfermería de una región de España ante una pandemia de gripe" en España, con el objetivo de caracterizar las actitudes y creencias de trabajadores de salud y estudiantes de Enfermería de Las Palmas de Gran Canaria en España, realizando una encuesta durante marzo-mayo del 2017, siendo un estudio transversal, descriptivo, con una muestra de 277 personas. Resultado: Se encontró que el 86,1% de los trabajadores (183) y el 75% (42) de los estudiantes de Enfermería creen probable que ocurra una pandemia de gripe. Concluyeron que se debe iniciar actividades de promoción para reducir el absentismo y a su vez crear un plan de contingencia ante una pandemia de gripe<sup>24</sup>. Contribuyeron al dar a conocer que tanto como estudiantes y personal de salud son conscientes que una pandemia puede ocurrir, que se deben ejecutar medidas preventivas y educar a la población.

La presente investigación, analizó los hábitos culturales y el autocuidado familiar en adultos de 40 a 55 años y a su vez muestra la realidad en la que la población ejecuta medidas de prevención ante la pandemia de Coronavirus; la base



*teórica* que dio soporte al trabajo de investigación es la teoría de Nancy Roper (1918), quien se basó en el modelo de vida y establece 12 actividades vitales que configuran el proceso de vivir tales como: mantenimiento del entorno seguro, ingesta/comida, comunicación, respiración, eliminación, limpieza personal, control de temperatura corporal, trabajo y ocio, movilidad, expresión de la sexualidad y sueño. Aguilar R. manifestó que según la Teoría de Roper, comprende de tres metaparadigmas, persona: es el centro del modelo de Enfermería, la persona dentro de un contexto con factores socioculturales, psicológicos, biológicos, ambientales y políticos-económicos; salud: es independencia, donde una persona puede sentirse sana aun padeciendo alguna enfermedad, entorno: comprende todo aquello que esta de forma externa de la persona<sup>25</sup>.

La función de la enfermera es ayudar a las personas a prevenir, mitigar, resolver y afrontar de forma positiva los problemas reales y potenciales relacionadas con las actividades de la vida. El rol de la enfermera está basado en la colaboración con el paciente, quien es dueño de sus decisiones, es decir, la enfermera ayuda a prevenir, resolver e investigar para afrontar las dificultades relacionados con las Actividades Vitales<sup>25</sup>, este modelo se puede adaptar ante cualquier situación de la Salud en Enfermería y se puede aplicar como objetivo de prevención de alguna enfermedad que prevalece. En la investigación se pudo observar que la situación que aqueja al mundo y específicamente a la población en estudio ha modificado el estilo de vida, y se han visto afectadas las actividades vitales que menciona la teoría de Roper, por ello, se describió y analizaró los diferentes hábitos culturales preventivos y autocuidado familiar en adultos de 40 a 55 años que manejan ante la pandemia Coronavirus en la comunidad Santa Luisa de Carabaylo. (Anexo N°1)

### *Unidades temáticas*

Los *hábitos culturales preventivos* se consideraron como un conjunto de bienes culturales que se mantienen y se transmiten a las nuevas generaciones, a su vez, son costumbres específicas que ante sucesos de riesgo o de cambios, se vuelve complicado ser modificados, aun siendo necesario mejorar aquellas costumbres, como lo manifiestan Cogollo R., Amador C. y Villadiego M., que el cuidado familiar y del sujeto como un ser integral, tiene su función dentro de la

familia y sociedad, es decir, un buen cuidado familiar permite implementar estrategias de promoción en la salud y previenen enfermedades tanto dentro de la familia o como ejemplo en la sociedad<sup>26</sup>. Según Lujhon G. y Flórez G. uno de los hábitos beneficiosos para la salud, son las actividades como medidas preventivas para fortalecer el sistema inmunológico, como: tomar decisiones alimentarias, el consumo de frutas y verduras, realizar actividades físicas, manejo del estrés mediante técnicas de respiración, yoga entre otros, y consumir suplementos de Vitamina C, Vitamina D que tiene un efecto regulador de componentes del sistema inmune y Zinc que puede acortar la duración de los síntomas del resfriado.<sup>27</sup>

Debido a la situación que aqueja a nivel mundial, los países tomaron medidas de bioseguridad, que se les denominaría como hábitos culturales preventivos, con respecto a las costumbres relacionadas a los viajes ya sea por negocios, turismo entre otros motivos, todos los países tomaron ciertas medidas, por ejemplo, según Bedregal P. Besoain C. Reinoso A. manifestaron que el Ministerio de Relaciones Exteriores / Gobierno de Chile, para prevenir la propagación de Covid-19, cerraron las fronteras marítimas, terrestres y áreas de Chile y aquellas personas que no cumplan, se les aplicaría una multa y penas de cárcel que establecen en el Código Sanitario y Código Penal, según el artículo 318 del Código Penal que señala “el que pusiese en riesgo la salud de los demás por no cumplir las reglas de salubridad”<sup>28</sup>. En el Perú, el presidente Vizcarra, dio a conocer una medida preventiva estricta el 15 de marzo al anunciar cuarentena que se ha extendido hasta la actualidad, mes de setiembre del 2020, que ha afectado parte de los hábitos de las familias como la distracción, trabajo, estudios entre otros, con esta medida se espera disminuir los casos de contagio<sup>29</sup>.

Por otro lado, parte de un hábito cultural es la educación, que se ha visto afectada por esta pandemia, debido al acúmulo de personas que se generan al asistir a estudiar y que sería un gran foco contagioso para la propagación del virus, y así lo explica Atarama T. el estado peruano como muchos países se han visto en la necesidad de implementar un sistema educativo virtual, que se acomode a la situación que se presenta, la mayoría de colegios ya iniciaron cursos virtuales y lograr una comprensión mutua entre profesores y alumnos con la finalidad de cumplir los objetivos de aprendizaje; también se debe resaltar que no toda la población peruana cuenta con un dispositivo electrónico para acceder a aquellas

clases, por ende han implementado canales televisivos con contenido educativo y que aún se debate la modalidad y que pueda estar dirigido a los estudiantes en general, una buena opción para apoyar a la educación de la población y que se espere tener buenos resultados, aun siendo difícil la evaluación de los estudiantes para poder ascender de grado, se ira evaluando al pasar del tiempo los resultados obtenidos<sup>30</sup>.

Con respecto al comportamiento social, Morales O. manifestó que distintos hábitos culturales se han visto afectados durante esta pandemia, los cambios en los comportamientos de las personas como por ejemplo, el estilo del saludo, ya que en muchos países el saludo se daba mediante un contacto físico como un abrazo o un apretón de manos, ahora se recomienda mantener una distancia de uno a dos metros entre las personas, por otro lado tenemos el soporte emocional ya que existe el distanciamiento entre las familias, que muy aparte de que vivan distanciados, por motivos de la pandemia no se puede realizar visitas ni viajes; a su vez uno de los hábitos culturales más afectado ha sido el momento de saber que no asistirá al sepelio de un familiar, por la misma situación que sucede no se puede realizar la costumbre de velar a un difunto por no realizar aglomeración de personas y se ha optado por incinerar al fallecido y por ende no se puede realizar la despedida correspondiente como parte de un hábito de la población<sup>31</sup>.

Se sabe que cada familia u hogar tienen ciertos hábitos culturales que ponen en práctica y debido a situaciones ajenas que afectan la estabilidad de las familias se ven afectados, Jonathan M. manifestó que en la actualidad las familias se ven obligadas a cumplir ciertas medidas de seguridad como parte de un hábito que está generando en ellos, como realizar compras de las necesidades básicas ciertos días y una persona por familia, contando con medidas de bioseguridad como mascarilla, alcohol en gel, protectores visuales, además de un lavado de manos continuo, no salir a las calles de manera innecesaria, contar con un botiquín de emergencia para eventos adversos en casa, materiales para realizar chequeos en casa como un termómetro, por otro lado tener una adecuada asepsia como desinfectar las compras, el suelo, los baños, la higiene personal y el continuo lavado de manos con la técnica correcta, para poder disminuir la propagación del virus<sup>32</sup>. (Anexo N°2)

El *autocuidado familiar* comprende el bienestar personal, físico y emocional, que vendría ser uno de los pilares de la salud, el autocuidado es una acción o

decisión que una persona ejecuta en beneficio de la misma persona y que influye como ejemplo en la familia, y se orienta es una alimentación adecuada, actividades físicas, tiempo libre, adaptación a cambios y manejo del estrés; Perez J. manifestó que el autocuidado es tomar medidas preventivas para cuidar de nosotros, de nuestras necesidades emocionales, mentales, físicas, financieras, ambientales y espirituales y se inicia con aceptar que nosotros somos los responsables de nuestro propio bienestar y no solo individual sino de la familia y comunidad<sup>33</sup>.

El Centro para el control y la Prevención de Enfermedades de España definió que el autocuidado de higiene personal, es esencial, ya que ayuda a prevenir la propagación de enfermedades, además se debe mantener un adecuado baño e higiene bucal para evitar enfermedades odontológicas. Ante presencia de enfermedades en expansión se enfatiza mucha más la higiene personal, para crear una barrera de protección ante posibles propagaciones y así disminuir el riesgo de contagio<sup>34</sup>; por otro lado, la Escuela Cántabra de salud de España, manifiesta que dentro de los hábitos de higiene básicos está: una ducha con regularidad, lavado de manos, lavado de dientes, cortarse las uñas, una adecuada higiene de los pies, afeitado y depilación y además dormir y una adecuada alimentación para reforzar el sistema inmunológico y así prevenir diversas enfermedades y contrarrestar algún tipo de contagio<sup>35</sup>.

Unas de las medidas como parte del autocuidado es ejecutada por el MINSA, a través de Dirección Regional de Salud (DIRESA) en Moquegua se realizó de manera permanente diversas actividades con el fin de promover los hábitos saludables e higiene con el objetivo de prevenir diversas enfermedades en la población con gran énfasis en niños y niñas. En este caso el personal de los establecimientos desempeñó una gran labor desarrollando campañas de sensibilización relacionadas con el correcto lavado de manos con agua y jabón, además de la conservación y manipulación de los alimentos y la eliminación de los desechos y excretas<sup>36</sup>; MINSA recomienda que el lavado de manos es compromiso de todos que implica a las autoridades y la población, las familias y escuelas son claves para promover esta práctica saludable y así prevenir el contagio de diversas enfermedades, es de suma importancia que a los niños se les inculque una higiene diaria como un hábito, y así prevenir enfermedades

respiratorias, estomacales y algunas de la piel, que son mayormente transmitidas por contacto de personas con diversas enfermedades<sup>37</sup>.

Al hablar del autocuidado en la alimentación en tiempo de crisis como la emergencia sanitaria que el mundo vive, según la IESA se debe priorizar en alimentos básicos que contengan adecuadas fuentes de nutrientes, debido a la inflación de precios de los productos, además recomienda distribuir el presupuesto familiar en base a diseñar menús de la semana, evitar compras compulsivas, eliminar de la lista de compras alimentos que contengan poco valor nutricional<sup>38</sup>. (Anexo N°3)

La Resolución Ministerial N°240-2020-MINSA, dispuso que el Ministerio de Salud, en cumplimiento de su función rectora, es el encargado de planificar, dirigir, coordinar, supervisar y evaluar todas las acciones orientadas a la prevención, protección y mitigación de la enfermedad producida por el Covid-19. La Resolución Ministerial N°239-2020-MINSA, modifican el Documento Técnico: Preventivo Diagnóstico y Tratamiento de personas afectadas por Covid-19 en el Perú aprobado por R.M. N°193-2020-MINSA. La Resolución Ministerial N°231-2020-MINSA, Aprobar la Directiva Sanitaria N°095-MINSA-2020-DIGEMID: Directiva Sanitaria para el control y vigilancia de los dispositivos de diagnóstico in vitro: Pruebas rápidas y moleculares para COVID-19, la Resolución Ministerial N°255-2020-MINSA establece la reorganización de los recursos humanos para atender a pacientes no infectados por Covid-19, entrega de medicamentos a domicilio y en caso de gestantes se implementará atención domiciliaria. Resolución Ministerial N° 363-2020-MINSA, establece el Plan de Salud Mental en contexto Covid-19 – Perú, 2020 – 2021<sup>39</sup>.

La Resolución Ministerial N° 239-2020- MINSA, aprueba documento técnico: “Lineamientos para la vigilancia de la salud de los trabajadores con riesgo a exposición a COVID-19”, D.S. N°101-2020-PCM Aprueba la fase 2 de la Reanudación de actividades económicas dentro de emergencia sanitaria<sup>39</sup>.

Los supuestos teóricos son: el adulto de 40 a 55 años tiene una forma particular de realizar sus hábitos culturales preventivos vitales de acuerdo a su cultura, lo que constituyó el autocuidado familiar individualidad vital ante la pandemia de Coronavirus; los hábitos culturales preventivos son independientes e ideales en los adultos de 40 a 55 años, pero ante el Coronavirus la dependencia al

autocuidado preventivo no limita la dignidad de la familia; el autocuidado familiar de los adultos de 40 a 55 años dentro de sus actividades de vida son influenciados por sus hábitos culturales preventivos tanto psicológicos, ambientales y socio culturales; la forma en que cada adulto de 40 a 55 años realiza su autocuidado familiar puede variar según sus hábitos culturales; las enfermeras que atienden a los adultos de 40 a 55 años deben educar e influenciar en el autocuidado familiar respetando sus hábitos culturales preventivos.

### III. METODOLOGÍA

#### 3.1 Tipo y diseño de investigación

Esta investigación es de enfoque cualitativa, que hace recolección de información basada en la observación de comportamientos naturales, de tipo básica, es un estudio intencional con un diseño fenomenológico basada en experiencia vivida desde el punto de vista de las personas, de nivel descriptivo/exploratorio, analiza a los sujetos de estudio expuestos y la relación de ellos, se utilizó la técnica de entrevista semiestructurada. Por ende, Bedregal P, Besoain C, Reinoso A, Zubarew T. 2017, definen que mediante una investigación cualitativa en servicios de salud se logra comprender con profundidad el problema, ya que siendo investigado fenómenos sociales se necesita ir más allá que un resultado numérico y ser de forma explicativa, vivencial que se manifestó mediante opiniones, actitudes, creencias frente al problema relacionada en la salud<sup>28</sup>; Avilán J. 2017, especificó que el enfoque cualitativo se basa en el contacto directo entre el investigador y el grupo de estudio, durante un período de tiempo y se analiza las situaciones vivenciales dentro del contexto estudiado, estos datos se recolectan de forma narrativa de las preguntas abiertas realizadas al grupo focal<sup>42</sup>. Cadena P., Rendón R. y Aguilar J. describieron las ventajas de una investigación cualitativa como un análisis subjetivo, inferencias de sus datos, es orientada al proceso, bajo percepción holística y mantiene una comunicación horizontal entre el investigador y los investigados<sup>43</sup>.

El método cualitativo es un enfoque más profundo, ya que los resultados obtenidos son de forma directa y específica, y logra así una investigación en base

a análisis de datos y observación de diferentes sucesos de las vivencias y experiencias en esta pandemia.

### 3.2. Categorías, Subcategorías y matriz de categorización.

Esta investigación está compuesta por dos unidades temáticas y siete sub unidades temáticas; la primera unidad temática titulada Hábitos culturales preventivos compuesta por 4 sub unidades: resistencia de medidas de bioseguridad, hábitos familiares afectados, cambio de modalidad educativa, (in) estabilidad en el sustento económico; la siguiente unidad temática titulada: Autocuidado familiar está compuesta por 3 sub unidades: déficit de autocuidado personal, resistencia forzada al aislamiento social y recuperación de alimentos nativos.

### 3.3 Escenario de estudio.

#### *Internacional/ nacional*

El 31 de diciembre de 2019 La Comisión Municipal de Salud de Wuhan (China) notificó 44 pacientes con neumonía en la ciudad, el 13 de enero se registró el primer caso fuera de China, en Tailandia, el 21 de enero se registró el primer caso en Estados Unidos y el 27 de enero en Canadá, el 30 de enero la OMS declaró el brote de COVID-19 como una Emergencia de Salud Pública de Importancia Internacional (ESPII), del 3 al 24 de febrero la OMS publica el Plan Estratégico de Preparación y Respuesta donde se reúnen distintos expertos de varios países, 26 de febrero Brasil confirmó el primer caso en Latinoamérica, el 5 de marzo se evidenció el primer caso en Perú, el 11 de marzo la OMS declaró la propagación del COVID-19 como pandemia, el 15 de marzo el Gobierno Peruano anunció estado de emergencia nacional por un plazo de 15 días.

El 17 de marzo el gobierno realizó la entrega del primer bono económico para las familias vulnerables y el segundo bono se realizó el 28 de abril, el 18 de marzo el presidente decretó inmovilización social obligatoria a nivel nacional, el 6 de abril el gobierno optó por iniciar las clases a distancia; el gobierno habilitó 1000 camas en la Villa Panamericana y 274 camas más en los distintos hospitales del Ministerio de Salud el 18 abril, el día 22 de mayo el gobierno amplió el estado d emergencia hasta el 30 de junio, 4 de junio Perú aprueba fase 2 de la reanudación de

actividades económicas, desde el agosto rige inmovilización social de 23:00 a 4:00 horas, 9 de setiembre iniciaron los ensayos clínicos de las vacunas contra el Covid-19 en 6 mil voluntarios, en octubre se reanuda la cuarta fase de la reactivación económica.<sup>5, 44</sup>

Lima, según MINSA, en el día 275 de emergencia sanitaria se ha registrado 409 316 casos confirmados<sup>7</sup>, la presente investigación será realizada en la Asociación Santa Luisa ubicada en el Distrito de Carabayllo, las personas del sector rural se enfrentan todos los días con la incertidumbre acerca de la pandemia Covid19 debido a que su área no cuenta con servicios básicos para las medidas de prevención frente a dicha enfermedad. La crisis en la que se encuentra dicha población obligan al sector a buscar nuevos métodos de prevención en su mayoría erróneas, esta localidad se ubica en una zona rural con presencia de contaminación ambiental por acúmulos de desechos en las canaletas aledañas usadas como desembocadero de desagüe, en su gran mayoría son familias de escasos recursos, consta alrededor de 32 viviendas, se evidenció presencia de adultos de 40 a 55 años expuestos al contagio debido que son los responsables de realizar las compras para el abastecimiento en el hogar, cuyo objetivo de la investigación fue caracterizar las medidas de prevención que realizan ante la pandemia de Coronavirus mediante sus hábitos culturales y autocuidado familiar.

### 3.4 Participantes.

En el presente trabajo de investigación, el sujeto de estudio son los adultos de 40 a 55 años de la comunidad Santa Luisa de Carabayllo. Se utilizó la técnica del muestro no aleatorio, Porrás A. explica que el investigar se basa en esta técnica tomando en cuenta las restricciones que limitan al realizar el proyecto como la economía y la factibilidad del muestreo<sup>45</sup>, García L. refiere los sujetos elegidos mediante esta técnica generalmente son seleccionados de acuerdo a la accesibilidad o al criterio intencional o personal del investigador<sup>46</sup>, a su vez, Jauregui M. manifiesta que un muestreo no aleatorio no se seleccionan a los sujetos al azar, sino se realizó un estudio de mercado (población) para la selección que pueden ser representativos del grupo a estudiar<sup>47</sup>.



Muestreo no aleatorio, se refiere a una técnica de muestreo que implica que la elección sea en base al juicio del investigador debido a una falta económica o de factibilidad.

**Cuadro de caracterización de sujetos**

	Edad	Sexo	Hijos	Antecedentes patológicos	Procedencia	Grado Instrucción	Servicios básicos sí o no	Días a la semana que realiza compras	N° de personas en domicilio	Cuenta con Seguro de Salud
E1	50	F	3	No	Cusco	Prim.	A veces	2	4	No
E2	40	F	2	No	Pucallpa	Sec.	Si	1	4	Sí
E3	50	F	2	Hipertensión arterial	Lima	Sec.	a veces	1	5	Sí
E4	50	F	2	Hipertensión arterial	Piura	Sec.	Si	1	6	Sí
E5	48	F	4	Hipertensión arterial	Ancash	Sec.	Si	2	7	Si
E6	40	M	0	Discapacidad Física.	Chachapoyas	Sub. De Mar 2da	Si	1	2	No
E7	48	M	3	No	Piura	Sec.	Si	1	5	Si
E8	53	M	2	Hipertensión arterial	Chachapoyas	Militar Tec. 2da	Si	2	4	Si

Fuente: Elaboración propia

Se evidenció que la edad de los sujetos de estudio oscila entre 40 a 55 años, 75% son mujeres y 25% son varones, a su vez el número de hijos oscila de 0 a 4 hijos, la mayoría sufre de hipertensión considerándose personas de riesgo, son de procedencia tanto de la región costa, sierra y selva del Perú; la mayoría cursaron la secundaria, se evidencia a su vez, que carecen de servicios básicos permanentes, debido a la pandemia circulan de 1 a 2 veces por semana para realizar el abastecimiento del hogar, los miembros de cada familia son entre 2 a 7 personas, la mayoría cuenta con seguro integral de salud.

### 3.5 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

#### *Entrevista semi – estructurada:*

En esta investigación se utilizó la técnica: entrevista semi – estructurada, que facilita al entrevistador realizar preguntas tanto estructuradas como espontáneas para lograr tener una mejor información, así como Folgueiras P., manifestó que se establece un guion de preguntas de forma abierta que permite recoger información con más matices que la estructurada<sup>48</sup>, a su vez, Barroso G., refirió que al realizar la entrevista semi estructurada se determina cual es la información relevante que

se quiere conseguir, se realizaron preguntas abiertas con el fin de obtener mayor información<sup>49</sup>; Mata L., manifestó que una entrevista semi estructurada presenta un mayor grado flexibilidad ya que parten de preguntas planeadas y se modifican en el transcurso de la entrevista con el fin de aclarar, identificar ambigüedades y reducir formalismos<sup>50</sup>. Por eso, en la investigación se utilizó como técnica con el fin de profundizar la información requerida en base a preguntas planeadas con posibilidad de ser modificadas con tal de obtener mayor información.

*Entrevistador*, se configuró como el instrumento de recolección de datos, como el intermediario para la recopilación de información, según Troncoso C, y Amaya A., concluyeron que un entrevistador capacitado permitirá la recopilación de información auténtica con el fin de obtener datos reales proveniente del relato de las personas<sup>51</sup>, con ello se dedujo que el entrevistador durante la técnica de la entrevista mantiene una buena relación con el entrevistado logrando mantener su interés y colaboración con el objetivo de recopilar la información necesaria.

#### Questionario orientador para el entrevistador

1. ¿qué características tienen los hábitos culturales de los adultos de 40 a 55 años durante la pandemia?
2. ¿Cómo se auto cuidan la familia de los adultos de 40 a 55 años para prevenir la pandemia?
3. ¿Cómo los hábitos culturales del adulto de 40 a 55 años determinan el autocuidado familiar para prevenir la pandemia?

### 3.6 Procedimiento

Ante la situación actual a nivel mundial, se vio complicada la salud de la población; se ha registrado una gran demanda de pacientes contagiados por Coronavirus, donde la prevención se basa en realizar adecuadas medidas de bioseguridad, desde protección corporal hasta un distanciamiento social para evitar la propagación del contagio, en la presente investigación se tuvo en cuenta la selección de los participantes siendo una comunidad afectada ante la pandemia debido que cuentan con escasos recursos y dificulta en la práctica de medidas de bioseguridad, por otro lado, se les otorgó un consentimiento informado y mediante la entrevista semi - estructurada se pudo recopilar información y datos necesarios

que se complementaron con la observación participante con el fin de relacionarse con los adultos de 40 a 55 años en la población de Santa Luisa de Carabayllo, y se logró caracterizar los hábitos culturales preventivos y autocuidado familiar que mantienen la comunidad, cumpliendo con los aspectos éticos y el anonimato de los participantes.

Toda la información recopilada estuvo basada en la realización de la entrevista semi estructurada y fundamentada con fuentes teóricas que, con la finalidad que el investigador pueda determinar el objeto de estudio.

### 3.7 Método de análisis cualitativo de información

Los datos recolectados mediante la entrevista semi estructurada se deben realizar mediante el análisis de contenido, según Monje C. especifica que se trata de un análisis de la realidad social y análisis de documentos que se crean en ella, es un método utilizado con el fin de descubrir el mensaje de la investigación<sup>52</sup>, Marín L., Hernández E., Flores J. definen que es un conjunto de operaciones conceptuales que se basan en construir los datos con un el fin de interpretar y llegar al objetivo<sup>53</sup>, así como López N., Sandoval I. explican que este método es una técnica de la investigación para una descripción subjetiva y logran complementar la finalidad de la investigación<sup>54</sup>. Este método tiene como base la interpretación de una reconstrucción de información recopilada mediante la técnica e instrumentos.

### 3.8 Aspectos éticos

Para la realización de esta investigación se contó con la autorización firmada por el presidente de la población Santa Luisa de Carabayllo y el consentimiento informado (Anexo N°6) de los adultos de 40 a 55 años; según Viorato N., Reyes V., indican que la ética en la investigación consiste en realizar el consentimiento informado al entrevistado, tener en cuenta la confidencialidad, la utilización de pseudónimos durante el proceso y si fuese necesaria la presentación de imágenes y/o videos se corrobore la autorización previa del grupo o individuo participante<sup>55</sup>. Por ello, es necesario ejecutar los principios bioéticos ya que los resultados obtenidos tienen un fin académico, los cuatro principios éticos son: la autonomía en la investigación se relaciona con el consentimiento informado para tomar la decisión de participar o no; la beneficencia por que los adultos lograrán expresar y contar

sus hábitos culturales y autocuidado familiar con el fin de educarlos y mejorar sus acciones, la no maleficencia porque no se realizó el estudio con el fin de juzgarlos sino de ayudarlos en la prevención de la pandemia y la justicia ya que el investigador será equitativo en la elección de los entrevistados en estudio sin ninguna discriminación.

#### IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

De las entrevistas que se realizaron a los adultos de 40 a 55 años con preguntas abiertas se obtuvieron los siguientes resultados de los hábitos culturales y autocuidado familiar ante la pandemia Coronavirus Lima Perú 2020.

Unidades Temáticas	Sub unidades temáticas
Hábitos Culturales	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Resistencia de medidas de bioseguridad</li> <li>• Hábitos familiares afectados</li> <li>• Cambio de modalidad educativa</li> <li>• (In) estabilidad en el sustento económico.</li> </ul>
Autocuidado Familiar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Déficit de autocuidado personal</li> <li>• Resistencia forzada al aislamiento social</li> <li>• Recuperación de alimentos nativos</li> </ul>

#### ENTREVISTAS ORGANIZADAS Y ANALIZADAS:

*Unidad temática: Hábitos culturales preventivos*

*Sub unidad temática:*

*Resistencia de medidas de bioseguridad*, de los testimonios recogidos de los sujetos de estudio se constata: pasan por un estado emocional depresivo; han tomado parcialmente medidas de bioseguridad, para su autoprotección, como en la desinfección de alimentos e insumos adquiridos; optaron por el lavado de manos y distanciamiento social como medio de prevención; un buen uso de mascarillas para

salir de casa, se evidencia una aceptación familiar respecto al autocuidado en el hogar.

si aún tengo mis costumbres como mis reuniones familiares con mis hermanos que es la única parte de mi familia que me queda y ahora no los puedo ver por el Coronavirus, verlos pronto. E1 ...en mi familia sí, de parte de mi papa su hermano acaba de fallecer ... así es, me siento triste por no poder ir a verlos, E2...si prevenimos bastante, mis hijos mismos también se cuidan andan con su mascarilla, ... eh, si parte de mi mamá su primo falleció, y mucha pena me dio, nos afectó porque no se pudo ir a verlo, ... sí, si nos afectó bastante, lo sacaron del hospital a enterrarlo de frente, no nos dejaron despedir, E3...algunos días iba mi hija o a veces yo, pero vamos bien protegidas con nuestra mascarilla y nuestro protector facial y nuestra botella de alcohol. E4...algo delicado lo que estamos viviendo, con miedo a contagiarnos, ahora para Salir hacer compras tenemos que usar mascarillas, protectores faciales, mi hija es enfermera y siempre nos educa sobre nuestros cuidados. E5... siempre que llegaba mi tío le mandábamos que se bañe, lavado de ropa, cambio de zapatos, los productos echábamos alcohol a las bolsas, E6...bueno señorita es preocupante, da miedo a veces, la consecuencia que puede tener todo esto, tratamos de protegernos con lavado de manos, desinfectarnos cuando regresamos a casa, lavar...si, señorita desde que empezó la cuarentena, todos los cuidados que se ha podido manejar en mi familia. E7...bueno en primer lugar, acatamos la cuarentena, la inmovilización, y me quede sin trabajo, yo hago taxi porque soy jubilado, bueno mi esposa iba una vez a la semana al mercado con su mascarilla, su protector facial, alcohol y su guante. E8

Las actividades habituales de las personas han sido afectadas debido a las restricciones del estado con el fin de disminuir los riesgos que están ocasionando el virus COVID-19, Jhonson M, Saletti L., Tumas N. manifestaron que la población, en la fase inicial de la pandemia sufrió un gran impacto emocional donde destaca el miedo, incertidumbre y angustia; Jonathan M., las familias se ven obligadas a cumplir las medidas de seguridad como parte de un hábito que se está generando en ellos (23) (32). Con respecto a las medidas de bioseguridad, el sujeto de estudio ha tomado las medidas necesarias, para la desinfección tanto de ellos al regresar de hacer las compras y los insumos adquiridos, utiliza mameluco para movilizarse al mercado y al regresar rosea con lejía, a su vez rosea alcohol a las bolsas de compras, Benitez J. en su estudio concluye que la prevención del COVID-19 radica en la higiene de manos y distanciamiento social, además de un buen uso de mascarillas en lugar de aglomeración de personas; habiendo pasado alrededor de 6 meses del inicio de la cuarentena en el Perú, se deben considerar y ejecutar como parte de un hábito diario en la población, pero en la realidad según los casos registrados según MINSA día 275 de la cuarenta en la última semana ha registrado 2 139 casos nuevos; MINSA recomienda que el lavado de manos es compromiso

de todos que implica que, las familias y escuelas son claves para promover esta práctica saludable y así prevenir el contagio de diversas enfermedades (16) (7) (37). Debido a la crisis en la que se vive, las familias optan como parte de sus hábitos, medidas de protección durante las actividades cotidianas, MINSA recomienda que el lavado de manos es compromiso de todos que implica a las autoridades y la población, las familias y escuelas (37), distinto fuese la situación si gran parte de la población acatara las medidas establecidas, se lograría la disminución de la propagación del virus. El sujeto de estudio justo a su familia acata restricciones del estado debido a la pandemia, al realizar sus actividades de la casa como abastecimiento, asiste un miembro de la familia con medidas de bioseguridad, relacionado al estudio de Jonathan M. las familias se vieron en la obligación de cumplir ciertas medidas de seguridad creándose un hábito en ellos con el fin de disminuir el contagio del Covid (23). Cada familia está generando sus propias medidas de bioseguridad para la protección de su hogar, se evidencia una aceptación por parte de los padres de familia respecto al autocuidado en su hogar.

*Unidad temática: Hábitos culturales preventivos*

*Sub unidad temática:*

*Hábitos familiares afectados*, de los testimonios recogidos de los sujetos de estudio se constata: siguen los protocolos establecidos como medidas preventivas para evitar el contagio del virus; el sujeto de estudio tiene como un hábito cotidiano, el distanciamiento social, evitando el contacto físico con las personas allegadas a ella, que ha afectado parte de los hábitos de las familias como la distracción, trabajo, estudios entre otros, con esta medida se espera disminuir los casos de contagio.

yo trato de desinfectarme cada que regreso de la calle, y no recibo visitas en mi casa así sea mi propia familia, evito que vengan, mi esposo no sale mucho pero igual le digo le recalco, el no hace mucho caso en lavarse las manos seguido, E1...ahora con puño nomás (risas) ya no nos podemos saludar como antes con las amigas con beso, abrazo, ya todo ha cambiado con esto del virus, E2...si, los domingos nos reuníamos con mi familia y venían a mi casa y ahora no podemos reunirnos, o nos íbamos al mercado los domingos para el almuerzo familiar. E3...allá en el norte no se sale mucho, los domingos no se sale para nada, guardábamos como día de fiesta los domingos no se trabajaba, días de semana se iba a la chacra a trabajar,E4...bueno señorita, mi costumbre en casa era

reuniones familiares fines de semana, cosa que ya no se puede hacer, y salir a lugares campestres cada que se podía, eso extrañamos,E5 ...yo soy de chachapoyas en Amazonas, y por motivo de trabajo vivo en Lima, debido a mi condición, solía asistir a lugares recreativos como parte de mi terapia y realizarlos, ahora por la pandemia se me suspendieron las terapias de rehabilitación, sumándole que no puedo salir a las calles por miedo a contagiarme,E6...creo que lo típico, estar en familia, salir algún lugar a pasear, y lo que sí extraño es trabajar, sin trabajo no mantenemos la familia, E8

La madre cumple con los protocolos establecidos como medidas preventivas para evitar el contagio del virus, evitando recibir visitas en casa y realizando medidas de asepsia en su hogar, Morales O. manifiesta que distintos hábitos culturales se han visto afectados durante esta pandemia, el estilo del saludo, ahora se recomienda mantener una distancia de uno a dos metros entre las personas (31). Cogollo R., Amador C. y Villadiego M., refieren que el cuidado familiar permite implementar estrategias de promoción de salud y previenen enfermedades tanto dentro de la familia o como ejemplo en la sociedad (26), tal y como lo cumple el sujeto de estudio y así se suma a la minoría de personas que toman consciencia de la magnitud de la situación y deciden por mejor los hábitos culturales de su familia por el bien de ellos y de los demás. Toman consciencia de los riesgos que conlleva no acatar las medidas de protección tanto para ella como su familia, Perez J. manifiestan en su estudio que la persona es responsable de su propio bienestar y no solo individual sino de la familia y de la comunidad (33), ha afectado parte de los hábitos de las familias como la distracción, trabajo, estudios entre otros, con esta medida se espera disminuir los casos de contagio (29). Las autoridades del estado, disponen medidas preventivas con el fin de disminuir la propagación del virus, ya que se considera el contacto físico como la primera ruta de contagio y mediante las medidas establecidas se espera disminuir los casos de contagio. El sujeto de estudio sufrió un impacto en su salud debido a la pandemia, por motivo de sus terapias físicas por su discapacidad, la cual no ha podido continuar por la cuarentena, El presidente Vizcarra dio a conocer una medida preventiva estricta el 15 de marzo al anunciar cuarentena que se ha extendido hasta la actualidad, mes de octubre del 2020, que ha afectado parte de los hábitos de las familias como la distracción, trabajo, entre otros (29). El estado dispone medidas preventivas con el fin de disminuir la propagación del virus, Morales O. manifiesta que distintos hábitos

culturales se han visto modificados durante esta pandemia (31), ya que se considera el contacto físico como la primera ruta de contagio y con el cumplimiento de las medidas se estima disminuir el contagio.

*Unidad temática: Hábitos culturales*

*Sub unidades temáticas:*

*Cambio de modalidad educativa*, de las expresiones analizadas en los sujetos de estudio se constata que los hijos de los adultos de 40 a 55 años, se han visto en la obligación de optar por las clases virtuales, debido a que las actividades escolares se han visto suspendidas a raíz de la Pandemia; los padres buscan soluciones para la adaptación del método de estudio en la actualidad con la finalidad de que sus hijos no pierdan el año escolar.

mis hijas señoritas están llevando clases virtuales, ellas estudian en colegio estatal, pero la verdad yo no se manejar bien el celular, solo tengo ese celular que no tiene internet, mi hermano le había regalado una Tablet antigua a mi hija la mayor y tuve que pedir prestado el internet de mi vecina E1...está llevando sus clases virtuales. ... Ahorita a mi hija la estoy mandando a mi vecina, protegida para que le enseñe y le ayude porque yo no se mucho de eso. ...cómo te puede decir, yo quisiera que regresen a las clases en el colegio, porque ahí aprenden mejor a lo que están ahora E2...ahora está un poquito afectado porque les dejan demasiada tarea, a veces tienen clases en las mañanas y también en las tardes y eso se les acumula y un poquito que les incomoda, ...ellos extrañan ir al colegio a sus profesores,...ellos si sabían manejar Tablet y su computadora, yo también como estuve trabajando en un negocio subiendo videos, aprendí a manejar la computadora, cositas que no sabían ya yo les enseñaba, E3...bueno mi nietita lo está haciendo así de forma virtual y sus tareas, su mama se encarga de enseñarle, E4...bueno señorita, mi nieto es ayudado por sus tías con sus clases, al inicio como que no entendía bien me imagino porque extrañaba su aula, pero ahora si realiza sus tareas.E5...mis tres hijos están el colegio estatal, y llevan clases virtuales, pero no veo que sea igual que ir al colegio, porque los profesores entran cuando pueden, dejan más tareas, pero veo que ni dan clases, E7

Las actividades escolares se han visto suspendidas a raíz de la Pandemia, para evitar la propagación del virus, considerándose los colegios como lugar de aglomeración de personas. (30) Es por ello que las hijas de la entrevistada llevan cursos virtuales desde casa, esta modalidad no ha sido impedimento para que su menor hija continúe con su educación. A pesar que la entrevistada no tiene conocimiento sobre el manejo adecuado de los aparatos tecnológicos, busca soluciones para la adaptación del método de estudio en la actualidad (virtual).



Atarama T. manifiesta que el estado peruano se ha visto en la necesidad de implementar un sistema educativo virtual con la finalidad de cumplir los objetivos de aprendizaje (30), los hijos del sujeto de estudio, vienen realizando clases virtuales, con el fin de no dejar de lado la educación, a pesar del desconocimiento de la madre con respecto a la tecnología, busca alternativa para que su hija lleve sus clases, tomando como opción que su vecina ayuda a su hija con el uso del celular para sus clases, debido a que llevan clases en las mañanas y en las tardes, y las tareas se les sobrecarga, además de no entender bien las clases y los profesores no cuentan con tantas horas disponibles, la medida de educación virtual tomada por el estado, se podría deducir que es una buena opción para disminuir el contagio ya que el colegio se considera como un lugar de foco infeccioso, en el estudio de Giovanetti M., Benvenuto D., Angeletti S. y Ciccozzi M., determinaron que la propagación del Covid-19 se da por la movilidad humana (aglomeración de personas) y que una medida preventiva es la cuarentena (22), por ende, el estado peruano así como el resto del mundo, optaron por la modalidad de la educación virtual.

*Unidad temática: Hábitos culturales preventivos*

*Sub unidad temática:*

*(In) estabilidad en el sustento económico*, de los testimonios recogidos de los sujetos de estudio se constata: la crisis en la que se vive en la actualidad ha afectado la parte económica de su familia; debido a la pandemia se han quedado sin empleo, y muestra angustia y preocupación al tratar de buscar soluciones para mantener su hogar; la gran mayoría de personas no solo están teniendo pérdidas familiares sino económicas, que les tomará esfuerzo volver a resarcirse para tener una estabilidad económica familiar estable.

no tenía ahorros ni plata para poder mantenernos sin trabajar, mi esposo con lo que recibe tuvimos que mantenernos ese tiempo y ajustarnos en lo que es comida y ya no comprar cosas que no nos servían. E1...recién ahora en estos días trato de salir a vender en la puerta de mi casa con las medidas de seguridad recomendadas, mi salchipapa para poder tener plata para mis hijas, de esa forma trato de salir adelante. E2...antes salía a trabajar en la casa de mi prima hermana, ahora me ha chocado un poco, porque deje de trabajar...no, no me ha llegado a tocar ningún bono hasta el día de hoy, eso me hubiese ayudado bastante, porque, por ejemplo, yo antes vendía salchipapa, broaster, pero ahora las personas no quieren comprar, ya se desconfía de todo, entonces no vendo, nos afectó bastante a nosotros...gracias a Dios mi hija mayor es quien nos apoya

con sus trabajos eventuales que tiene. E3...yo vendía desayuno señorita en puente piedra, pero con respecto a la pandemia prácticamente deje de ir a trabajar para no contagiarme, y de todas maneras prefiero mantenerme en casa hasta que se arregle la situación E4...Bueno señorita yo me dedicaba a decoración de eventos, tengo mi local, ahora en pandemia ya no he podido hacer mis eventos, pero tenemos ingresos de mi esposo y mis hijas, el bono no nos ha tocado aún, E5...el sustento de la casa era por parte de un familiar, debido a mi condición yo no puedo trabajar, E6...bueno con mi esposo vendíamos bocaditos, pancitos en el mercado, tenemos nuestro horno y con eso teníamos ingreso y ahora en pandemia ya no podemos salir a vender porque nadie compraría, entonces mi esposo trata de manejar moto taxi en la zona, E7...Bueno soy militar jubilado, pero antes de la pandemia hacía taxi con mi carrito y sacaba mi semana, E8

El sujeto de estudio considera que la crisis en la que se vive en la actualidad ha afectado la parte económica de su familia, en la cual tenía un pequeño negocio de comida rápida, que servía como soporte para mantener a sus dos hijas, con respecto al estudio de Quiroz C., Pareja A. y Valencia E., consideran que la magnitud de esta situación en la que se vive generará grandes pérdidas económicas, médicos y sociales y afectará a toda la población (17), La persona entrevistada tiene sus hijas a cargo, por las que tiene que salir adelante, debido a la pandemia se ha quedado sin empleo, y muestra angustia y preocupación al tratar de buscar soluciones para mantener su hogar; mientras los casos de contagio sigan en aumento, menor será la posibilidad de que la población se recupere de la situación económica en la que vive debido al riesgo de contagio en la que se exponen al movilizarse a trabajar o buscar un tipo de empleo, la persona entrevistada tiene su familia a cargo, ... Gozzer E., Canchihuamán F. y Espinoza R., en su estudio determinaron que la inestabilidad que genera la pandemia no solo afecta el área de salud sino también la economía en la población y que el Perú tiene la necesidad de actuar para mejorar las capacidades frente a la pandemia (23), la gran mayoría de personas no solo están teniendo pérdidas familiares sino económicas, que les tomará esfuerzo volver a resarcirse para tener una estabilidad económica familiar estable. El sujeto de estudio en la actualidad, trata de buscar la manera de solventar sus gastos familiares, vendiendo en la puerta de su casa, lo que solía vender antes de la pandemia, a su vez Perez J. manifestó que el autocuidado es tomar medidas para cuidar de nosotros, de nuestras necesidades emocionales, mentales, físicas y financieras (33). El área laboral y económico se ha visto afectado en las familias vulnerables en esta pandemia, el sujeto de estudio

dejó de trabajar debido a la inmovilización social y generó un desbalance económico en su hogar, Cogollo R., Amador C. y Villadiego M., manifestaron que el cuidado familiar y del sujeto como un ser integral, tiene su función dentro de la familia y sociedad, es decir, un buen cuidado familiar permite implementar estrategias de promoción en la salud además de buscar estrategias para el financiamiento del hogar (26). Se vienen activando a nivel nacional las actividades mediante la reactivación económica, por ende, la población retoma sus labores, buscando generar ingresos para su familia.

*Unidad temática: Autocuidado familiar*

*Sub unidad temática:*

*Déficit de autocuidado personal*, se constata: toman consciencia de la importancia de un adecuado y constante lavado de manos; realizan ciertas actividades como la asepsia en los insumos adquiridos, los baños, el suelo, la higiene personal; acatan el distanciamiento social, en su mayoría evitan realizar gestos que comprometan un contacto físico y así mantienen sus medidas de protección.

con todo lo que ha sucedido me doy cuenta que nos podemos enfermar de cualquier cosa no solo de coronavirus, cuando salía a la calle o en el carro por ejemplo cuantas personas tosen, estornudan, hay no señorita Kelly, por eso la mascarilla y el facial protege bastante, es necesario usarlo, E1...Desinfectarnos, lavarnos bien las manos, bañarnos y desinfectar a las cosas que se compran en el mercado también, porque no sabemos si la persona que nos atendió este infectado y traigamos el virus a nuestra casa. E2... nos lavamos las manos con jabón desinfectante a cada ratito, si venimos de afuera, tengo un trapo con alcohol en la puerta y de afuera nos desinfectamos, con alcohol todo y nos quitamos la ropa, y como ahora hace frío quizás no lo lavo de inmediato, pero lo dejo afuera para que se aérea un poco antes de lavarlo. E3... Haya, cuando llegamos a la casa lo primero que hacemos es tratar de descontaminarnos, primero nos roseamos de alcohol, los zapatos, la ropa, ...de ir al mercado, sí de todas maneras se realiza de forma quincenal, las compras no diario para evitar el contagio y todo E4...lo realizamos una vez por semana y a veces voy yo o también mi hija la mayor, utilizamos mascarilla y el facial para poder salir, y al regresar nos desinfectamos, dejamos los zapatos afuera, nos bañamos, desinfectamos las compras también, ya se tiene miedo de todo, E5...Por ejemplo, siempre un buen lavado de manos a pesar que no salgo, y soy adicto a echarme alcohol cada hora si es posible, a pesar que no salgo, y a mi tío siempre que se lave las manos seguido ya que el es quien sale más, E6...: bueno mi esposo es quien sale más al mercado o acá a las tiendas que hay cerca, tengo que estar presionándolo para que se lave las manos o se desinfecte porque no quiere hacer caso, E7 en sí mi esposa es quien se va al mercado y mantenemos cuidado, al salir se pone mascarilla, protector facial, mameluco para proteger la

ropa, cuando llega en la puerta tenemos lejía para los zapatos, lavamos la ropa y echamos alcohol a las bolsas, E8

El sujeto de estudio, tomando en cuenta la situación en la que se vive, toma consciencia de la importancia de un adecuado y constante lavado de manos, no solo para prevenir este virus, sino otro tipo de enfermedades, deducción que concuerda con el estudio de Benitez J. donde refiere que la prevención del Covid-19 radica en la higiene de manos, distanciamiento social y de un adecuado uso de mascarilla en lugares de mayor concurrencia de personas (16). Estando en el sexto mes de cuarentena en Perú, la población debe realizar las medidas de bioseguridad como hábito diario en ellos, pero las cifras de registro con 788 930 de casos de contagio en el día 194 de cuarentena según el MINSA (7), se ve un aumento diario, siendo la realidad de que no toman consciencia de la magnitud de la situación en la que se encuentra el mundo. Se espera que toda la población cree hábitos establecidos, aprendidos durante la pandemia con el fin de beneficiar la salud y prevenir diversas enfermedades (33), esta responsabilidad se inicia con aceptar que nosotros somos los responsables de nuestro propio bienestar y no solo individual sino de la familia y comunidad. La familia del sujeto de estudio son conscientes que los medios de transmisión del virus es por contacto directo, por eso evitan realizar gestos que comprometan un contacto físico y así mantienen sus medidas de protección, información relacionada con el estudio de Xian P., Xin X, Yuqing L y Lei C donde determinaron que la transmisión se genera de forma directa, como tos, transmisión por inhalación de gotas, estornudos y el contacto con las membranas mucosas orales y por ende se debe evitar el contacto físico(19). Ante la situación que se vive, la familia tiene en claro que se debe mantener aislamiento social para evitar contraer la enfermedad en su familia, han acatado las medidas preventivas dadas por el estado desde el 15 de marzo del 2020, si la población tomara consciencia de la magnitud de la crisis que se vive en la actualidad, pondrían de su parte para realizar de manera correcta las medidas de protección manteniendo el distanciamiento social y evitar así el aumento de casos de contagio. Gran parte de la población no cumple con las medidas preventivas, y crean mayor porcentaje de contagiados.

*Unidad temática: Autocuidado familiar*

*Sub unidad temática:*

*Resistencia forzada al aislamiento social*, se constata: han sufrido cambios en su comportamiento como, por ejemplo, el estilo del saludo; la mayor parte de la población no acatan las medidas preventivas y se evidencia con el incremento de casos registrados según Minsa en el día 182 del estado de emergencia existe 722 832 casos confirmados

una vecina venía a preguntarme algo les atendía de la ventana de mi casa, pero me ponía mi mascarilla que tengo y ya no nos saludamos como antes (entre risas). E1...cuando salimos también nos echamos bastante alcohol y llevamos una botellita de alcohol y ya con la mascarilla y protector facial y cuando regresamos realizamos la limpieza igual, E2...nosotros, lo que hago con ellos en la mañana estamos haciendo un poco de ejercicios les hago correr un rato afuera de la casa porque es libre no hay gente, para que ellos no se aburran, como vivimos alejados, hay pocas personas y la mayoría somos familias, E3...yo si seguiría como estamos ahora con los cuidados, pero yo pienso que otras personas no, porque ahora en mi barrio donde vivo no respetan las medidas porque siguen tomando reuniéndose, no hacen caso, yo pienso que pasando esta pandemia ellos van a seguir igual, ellos no van a respetar nada, yo en mi opinión si seguiré igual, ya que aprendimos a tener más higiene, más cuidado con los niños también,...bueno, mantengo la distancia mayormente, no estar tan pegados, guardar el metro de distancia, E4...mantenemos la decisión que solo se encarga uno al salir, y que utiliza las medidas de protección necesarios para no infectarnos y al regresar a casa desinfectamos a mi hija la mayor y a las cosas que compran, E5...Bueno ya no se puede realizar las visitas, antes por mi condición mis amigos me visitaban, mis promociones de marina, la familia, y ahora nadie puede visitarme para no contagiarnos, E6...si, aparte que mi familia vive lejos, no nos movemos, nos extrañamos, sí, eso sí, pero sabemos que pasando todo esto nos volveremos a ver, eso ...E7

Las costumbres del sujeto de estudio se han visto afectadas debido a la pandemia, en el sexto mes dada la cuarenta se ha debido establecer los nuevos hábitos en la población, sin embargo ante el aumento de casos de contagios se evidencia que la población no cumple con las medidas preventivas, Morales O. manifiesta que la pandemia conllevó a los cambios en los comportamientos de las personas como por ejemplo, el estilo del saludo, ya que en muchos países el saludo se daba mediante un contacto físico como un abrazo o un apretón de manos (31). La persona entrevistada tiene arraigo cultural, a su vez, debido al distanciamiento social, sus hábitos culturales se han visto modificados durante esta pandemia, Jonathan M. manifiesta que en la actualidad las familias se ven obligadas a cumplir ciertas medidas de seguridad como parte de un hábito que está generando en ellos

(32), la mayor parte de la población no acatan con las medidas preventivas y se evidencia con el incremento de casos registrados según Minsa en el día 182 del estado de emergencia existe 722 832 casos confirmados(7), mientras la minoría de la población acata los nuevos hábitos de prevención para su salud, la mayoría aun no toma consciencia, que siendo portadores asintomáticos, aumentan el riesgo de contagio perjudicando la salud de los demás. Ante esta situación el labor de la enfermera cumple una gran función mediante la promoción y prevención, si el estado apoyaría a la enfermera comunitaria, cambiaríamos el patrón de conducta de la población y beneficiaría los resultados en una disminución de contagios.

*Unidad temática: Autocuidado familiar*

*Sub unidades temáticas:*

*Recuperación de alimentos nativos*, de los testimonios recogidos de los sujetos de estudio se constata: en su mayoría se han visto afectadas diversas familias en el área económica, que a su vez afecta la adquisición de insumos para la alimentación diaria; por otro lado, desconocen de los alimentos con nutrientes necesarios para el organismo y fortalecer el sistema inmunológico; optan por consumir alimentos de tradición cultural que beneficien su salud.

trato de darles cosas naturales como hierbas para que no se me enfermen ...  
Trato de darles cosas nutritivas, compro lentejas, quinoa, avena, papa, hígado, no les doy nada de fritura, y cuando puedo compro frutas, a veces no me alcanza por eso no compro frutas, pero trato a la semana de comprarlo.  
E1...no normal, siempre he cocinado lo que mis hijos comen, una sopa o segundo, normal. E2 ...si, ha cambiado bastante los alimentos que consumimos tienen que tener vitaminas, antes preparábamos refresco eso de sobre o comprábamos gaseosa, ahora ha cambiado eso, ahora hago bebidas de hierbas calientes o limonadas tibiecita, no es como antes. E3...si, tomamos hierbas, varias clases de infusión, y tratar de comer sano para estar fuertes ante esta situación E4...como mi hija es enfermera, ella se encarga de orientarme, además mis hijas mi nieto están acostumbrados a toda la comida saludable que les doy, y sigo las creencias de mi mamá sobre algunas hierbas que nos ayude a respirar mejor. E5...la verdad señorita, compramos para la semana lo que se pueda, no se mucho de que nutrientes contengan la comida, pero lo que si sé que debemos consumir frutas, verduras, menestras, y también lo que estamos tomando es agua calentita con naranja miel y ajos, nos recomendaron familiares para prevenir la enfermedad, E6...eso sí trato de dar de comer a mis hijos full menestras, pescado, bueno depende señorita si me alcanza, pero trato de comprar cosas que le ayuden y hierbas full infusiones calientes, E7

El sujeto de estudio opta por brindar a su familia alimentos con nutrientes necesarios para fortalecer su sistema inmune, siguiendo sus costumbres en una buena alimentación, en relación al estudio de Lujhon G. y Flórez G. refieren que uno de los hábitos beneficiosos para la salud, son las actividades físicas, alimentación saludable, consumo de verduras y frutas, manejo del estrés y consumir suplementos de Vitamina C para fortalecer el sistema inmunológico y prevenir enfermedades (27), si la mayoría de la población tomase consciencia de la realidad en la que se vive, ejecutaría las medidas de prevención necesarias para evitar la propagación del virus. El sujeto de estudio, desconoce de los alimentos con nutrientes necesarios para el organismo y fortalecer el sistema inmunológico, y solo se basa en comidas básicas debido al poco ingreso que genera su familia debido a la pandemia, con respecto a la nutrición adecuada que requiere el organismo en esta pandemia, en el estudio de Lujhon G. Flórez G., recalca que uno de los hábitos beneficiosos para la salud y fortalecer el sistema inmunológico consta de consumir alimentos con nutrientes esenciales entre frutas, verduras además de suplementos de vitamina C (27). Durante la pandemia se han visto afectadas diversas familias en el área económica, que a su vez afecta la adquisición de insumos para la alimentación diaria, conllevando a un déficit de nutrientes que requiere el organismo, que en tiempos de crisis como en la actualidad, se es necesario fortalecer el sistema inmunológico para evitar complicaciones en la salud. Las familias ante la crisis actual, han tomado consciencia del tipo de alimentación que llevaban en su familia y se han resarcido en buscar métodos que a pesar de la crisis económica que se vive debido a la pandemia, tratan de adquirir alimentos ricos en nutrientes que puedan otorgar a su familia.

## V. CONCLUSIONES:

1. Los hábitos culturales preventivos y autocuidado familiar de los adultos de 40 a 55 años se han visto afectadas durante la pandemia, generando un (in) apropiado cuidado preventivo ante el contagio del virus; lo que conlleva a generar un impacto negativo a nivel económico, en la salud, en la educación, recreación entre otros.
2. Los hábitos cotidianos culturales de los adultos de 40 a 55 años al ser tan arraigados, ofrecen resistencia a las medidas de bioseguridad cambiantes, como: uso de mascarillas, distanciamiento social, confinamiento, educación virtual de los hijos; acceso a la conectividad, implementación con equipos tecnológicos y ausencia de competencias tecnológicas de los padres entre otros; generadoras de dificultades emocionales, por temor al contagio, por los gastos para: la compra de sustancias antibacterianas, de subsistencia familiar, de conectividad, así como por temor a la pérdida del año escolar de los hijos; en un escenario de desempleo, lo que no garantiza cumplir los lineamientos preventivos de manera progresiva.
3. En el autocuidado familiar de los adultos de 40 a 55 años toman consciencia de forma parcial con respecto a una adecuada asepsia personal y de insumos adquiridos, a su vez tratan de acatar el distanciamiento social, viéndose en la obligación de salir en la búsqueda de un sustento económico; por otro lado, los sujetos de estudio carecen de una adecuada adquisición de alimentos de primera necesidad, que a su vez desconocen que alimentos cuentan con nutrientes necesarios y acuden a sus hábitos alimenticios nativos que previenen de enfermedades.



## VI. RECOMENDACIONES

Se recomienda que:

1. Que se realicen investigaciones cualitativas o de cualquier enfoque, a fin de continuar investigando sobre esta temática tan importante que incide en la salud integral de la población vulnerable.
2. Seguir investigando a profundidad, sobre la coherencia entre los lineamientos gubernamentales emitidos, y la realidad social en este escenario de pandemia.
3. Que este estudio sea el punto de partida de otros para ser aplicado en otros escenarios.
4. Los hábitos culturales y autocuidado familiar generado durante la pandemia en los adultos, sean ejecutados en su vida cotidiana para evitar diversas enfermedades.
5. Se refuerce en el sistema de salud el área comunitaria para la promoción y prevención de enfermedades y promover así un autocuidado familiar adecuado.

## VII. CONSIDERACIONES FINALES

1. Se logró caracterizar los hábitos culturales preventivos.
2. Se logró describir el autocuidado familiar.
3. Los indicadores de los resultados de cada subunidad temática, ayudarán a elaborar propuestas disciplinarias e interdisciplinarias para optimizar la salud integral de las familias de los sujetos de estudios.
4. Las enfermeras al tener contacto directo con las familias de los sujetos de estudios, son conocedoras de la realidad sanitaria, social política, lo que hará que sean implementadoras de las políticas sanitarias en esta pandemia.

## Referencias

1. Qué se sabe del coronavirus de Wuhan | Multitask Technology (Multitask, S.A.) [Internet]. 2020 [citado 2020 agosto 06]. Disponible en: <https://bit.ly/2Fcl6cV>
2. OMS actualiza lista de síntomas del COVID-19 y agrega dos de carácter grave. [Internet]. Canal N. mayo 2020 [citado 01 octubre 2020]. Disponible en: <https://bit.ly/3ITvN4S>
3. Covid-19 – Perú. [publicación periódica en línea]. 2020 [citado 2020 octubre 01]. Disponible en: <https://bit.ly/35grtqr>
4. COVID-19: cronología de la actuación de la OMS. Organización Mundial de la Salud. [Internet]. 2020 [citado 30 noviembre 2020]. Disponible en: <https://bit.ly/35bILWN>
5. Coronavirus: Cronología del COVID-19 en el Perú. [Internet]. 2020 [citado 30 noviembre 2020]. Disponible en: <https://bit.ly/2R126R9>
6. Coronavirus, la pandemia se está “acelerando”: la advertencia de la OMS ante el creciente número de casos de covid-19. [Internet]. 2020 [citado 2020 junio 17]. Disponible en: <https://bit.ly/3IVuG4E>
7. Sala Situacional COVID-19 Perú. Ministerio de Salud. [publicación periódica en línea]. 2020 [citado 2020 diciembre 3]. Disponible en: <https://bit.ly/2ZfT5YS>
8. Coronavirus: “Minsa supervisó los cinco hospitales priorizados para la atención ante posibles casos de coronavirus”. [Internet]. 2020. [citado 2020 abril 15]. Disponible en: <https://bit.ly/2FdKf6M>
9. Minsa: 5 hospitales de Lima mejorarán su capacidad de atención frente al COVID-19. Canal N. [Internet]. 2020 [citado 2020 mayo 25]. Disponible en: <https://bit.ly/2F9CbUI>
10. Resolución Ministerial 270-2020MINSa. Ministerio de Salud. [Internet]. 2020 [citado 2020 setiembre 01]. Disponible en: <https://bit.ly/2EWf68s>
11. Aquino CR. Coronavirus COVID-19 and its repercussion in Dentistry. Cuban Rev. Estomatol. [Internet]. 2020 [citado 2020 Abril 6]; 57(1): [aprox. 0 p.]. Disponible en: <https://bit.ly/357prsK>
12. Leguía D., Niño J. y Quino M. Coronavirus causante del síndrome respiratorio de Oriente Medio (MERS-coV). Revistaa Médica Carriónica 2019

- [Internet]. 2020 [citado 2020 abril 6]; 1(1): 8-11. Disponible en: <https://bit.ly/2F3ONwY>
13. Lizaraso F., Del Carmen S. Coronavirus y las amenazas a la salud mundial. Horiz. Med. [Internet]. 2020 [citado 2020 Abril 16] ; 20( 1 ): 4-5. Disponible en: <https://bit.ly/33jqdjZ>
  14. Maguiña C. Reflexiones sobre el COVID-19, el Colegio Médico del Perú y la Salud Pública. Acta Médica Peruana. [Internet]. 2020 [citado 2020 abril 22]. Disponible en: <https://bit.ly/3h7uQT1>
  15. Quiroz C., Pareja A. y Valencia E. Un nuevo coronavirus, una nueva enfermedad: COVID-19. [publicación periódica pura]. 2020 [citado 2020 abril 22]. Disponible en: <https://bit.ly/2Fdrh02>
  16. Benitez J. Sobre el uso o no de mascarillas, tan cierto como el nuevo coronavirus. Revista exp. Médica. [Internet]. 2020 [citado 2020 abril 22]; 6(1). Disponible en: <https://bit.ly/35bW5Jz>
  17. Gozzer E., Canchihuamán F. y Espinoza R. COVID-19 y la necesidad de actuar para mejorar las capacidades del Perú frente a las pandemias. Rev. Perú Med. Exp. Salud Pública. [Internet]. 2020 [citado 2020 abril 22]; 37. Disponible en: <https://bit.ly/3lUC1Bv>
  18. Lauer S., Grantz K., Jones F, at all. The incubation period of Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) from publicly reported confirmed cases: estimation and application. [Internet]. Mayo2020 [citado 2020 Mayo 27]; 172 (9): 577-582. Disponible en: <https://bit.ly/2DzE8cA>
  19. Xian P., Xin X, Yuqing L y Lei C., Transmission routes of 2019-nCoV and controls in dental practice. International journal of oral science. [Internet]. Febrero 2020 [citado 2020 Abril 5], (12):9. Disponible en: <https://go.nature.com/2R0wgnx>
  20. The epidemiological characteristics of an outbreak of 2019 novel coronavirus diseases (COVID-19) in China. [Publicación periódica en línea].2020 [Citado 2020 Abril 5]; 41 (2): 145-151. Disponible en: <https://bit.ly/2FgTSBC>
  21. Largo C., Xu H, y Shen Q. Diagnosis of Coronavirus disease (COVID-19): rRT-PCR or CT?. [Internet]. 2020 [citado 2020 Abril 6]; 126, 108961. Disponible en: <https://bit.ly/2DzysiL>

22. Giovanetti M., Benvenuto D., Angeletti S. y Ciccozzi M. The first two cases of 2019-nCoV in Italy: ¿where do they come from? Journal of medical virology. [Internet]. 2020 [citado 2020 Abril 6]; 92 (5): 518-521. Disponible en: <https://bit.ly/3IYX0TB>
23. Johnson M., Saletti L. y Tumas N. Emociones, preocupaciones y reflexiones frente a la pandemia del COVID-19 en Argentina. [Internet]. 2020 [citado 2020 setiembre 20]. Disponible en: <https://bit.ly/3hOI5bw>
24. Santa B., Santana Y y Martín J. Creencias y actitudes de trabajadores sanitarios y estudiantes de Enfermería de una región de España ante una pandemia de gripe. Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública. [Internet]. 2019 [citada 2020 abril 7] 36(3). Disponible en: <https://bit.ly/2FdMEhO>
25. Aguilar R. El Modelo de Enfermería Roper-Logan Tierney en el Adulto Mayor. [Internet]. 2015 [citado 2020 abril 9]. Disponible en: <https://bit.ly/3IW1Hxv>
26. Cogollo R., Amador C. y Villadiego M. El cuidado de la salud en la familia. Duazary. [Internet]. 2020 [citado 2020 abril 22]. 16(2): 345-355. Disponible en: <https://bit.ly/2Fbwu8K>
27. Lujhon G. Flórez G. Pandemia Covid-19: ¿Qué más puedo hacer? Revista Facultad Humana. [Internet]. 2020 [citado 2020 abril 29]; 20(2): 175-177. Disponible en: <https://bit.ly/2EVHpDX>
28. Bedregal P, Besoain C, Reinoso A, Zubarew T. La investigación cualitativa: un aporte para mejorar los servicios de salud. Revista médica Chile. [Internet] 2017; 145 (373-379). Disponible en: <https://bit.ly/2F4DHrA>
29. Gobierno extiende hasta el 24 de mayo el estado de emergencia por el coronavirus. Diario Gestión. [publicación periódica en línea]. 2020 [citado 2020 mayo 13]. Disponible en: <https://bit.ly/3bG8sz2>
30. Atarama T. La migración a la educación virtual en tiempos de pandemia. El peruano. [Internet]. 2020 [citado 2020 mayo 13]. Disponible en: <https://bit.ly/331BjK4>
31. Morales O. Valores culturales: Cambios globales a raíz de la crisis causada por el coronavirus. Conexiónsan. [Internet]. 2020 [citado 2020 mayo 13]. Disponible en: <https://bit.ly/3lQJbqm>

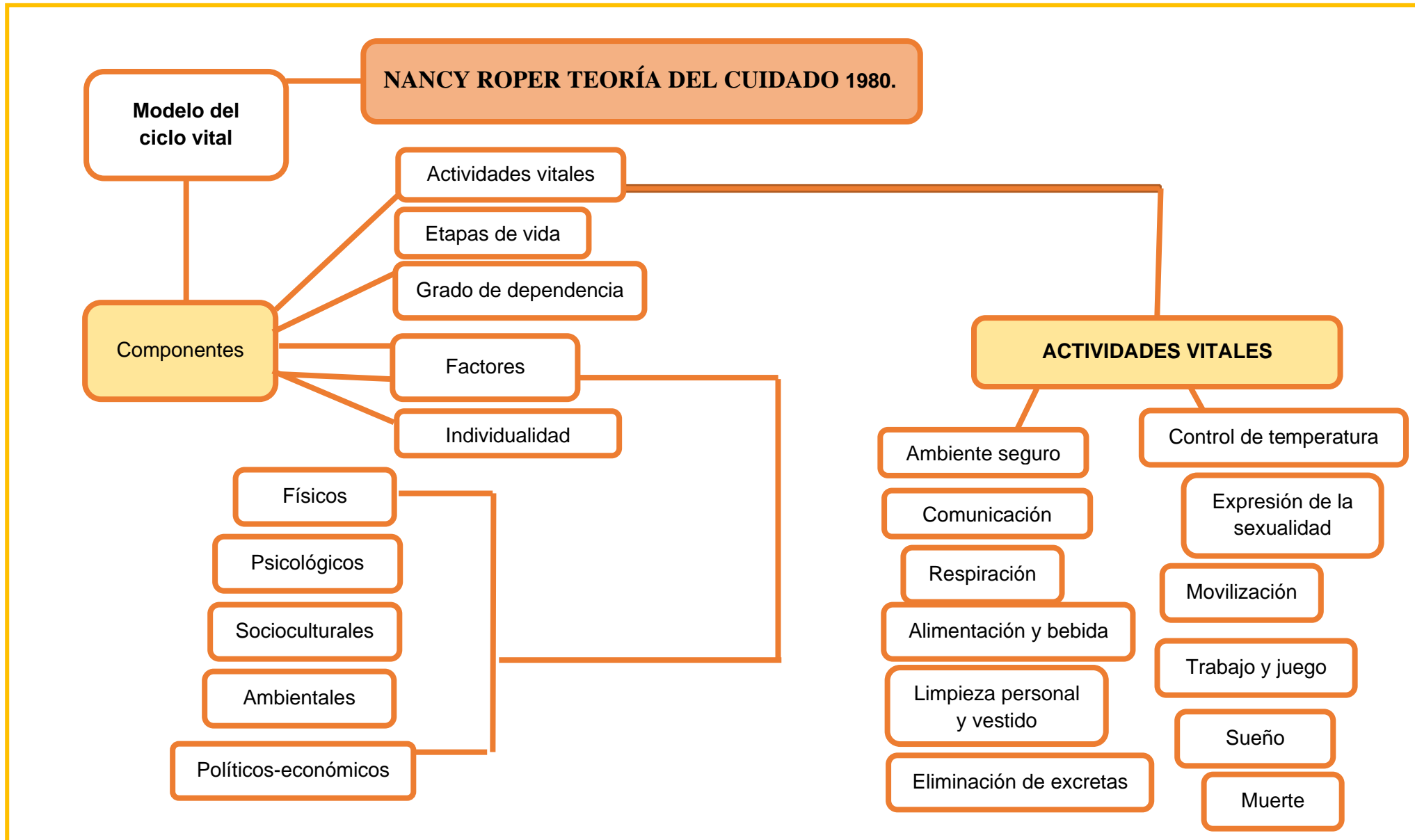
32. Jonathan M. Coronavirus (COVID-19): How Your Family Can Stay Prepared. Kids Health. [Internet]. 2020 [citado 13 mayo 2020]. Disponible en: <https://bit.ly/3i6SG2n>
33. Pérez J. Manual para el diplomado de Enfermería (ATS/DUE) [Internet]. España: Editorial MAD, S.L.; 2003 [Citado: 2019 agosto 15]. Disponible en: <https://bit.ly/3jPmZLB>
34. Natural Disasters and Severe Weather/Personal Hygiene After a Disaster. Centers for Disease Control and Prevention. [Internet]. 2020 [citado 2020 Abril 9]. Disponible en: <https://bit.ly/3i1sFS6>
35. Escuela cántabra de salud. Hábitos de higiene. [Internet]. 2020 [citado 2020 abril 9]. Disponible en: <https://bit.ly/3i7jpMr>
36. Ministerio de Salud, promueven hábitos de higiene para evitar enfermedades diarreicas en Moquegua. [publicación periódica en línea]. 2017 [citado 2020 abril 7]. Disponible en: <https://bit.ly/35b3CbA>
37. Nuñez C. La higiene familiar. [Internet]. 2017 [citado 2020 abril 7]. Disponible en: <https://bit.ly/3i7s7Km>
38. CORONAVIRUS: Minsa recomienda alimentos para fortalecer sistema inmune. Andina. [Internet]. 2020 [citado 2020 setiembre 20]. Disponible en: <https://2FCAQ9J>
39. Normativa sobre coronavirus (COVID-19). Ministerio de Salud. [Internet]. 2020 [citado 2020 abril 29]. Disponible en: <https://bit.ly/2QZAhZk>
40. Hay casi un millón de peruanos en riesgo de regresar a la pobreza, afirma la CCL. Diario Perú21. [Internet]. 2020 [citado 2020 mayo 6]. Disponible en: <https://bit.ly/2Zb9PAM>
41. Covid-19 – Perú. [publicación periódica en línea]. 2020 [citado 2020 noviembre 01]. Disponible en: <https://bit.ly/2F8fJLU>
42. Avilán J. Investigación cualitativa en salud pública. Gac Méd Caracas [Internet]. 2005 [citado 2020 Abr 18]; 113(3):301-303. Disponible en: [http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0367-47622005000300001&lng=es](http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0367-47622005000300001&lng=es)
43. Cadena P, Rendón R., Aguilar J, Salinas E., De la Cruz F., Sangerman, D., Métodos cuantitativos, métodos cualitativos o su combinación en la investigación: un acercamiento en las ciencias sociales. Revista Mexicana

- de Ciencias Agrícolas [Internet]. 2017; 8 (7): 1603-1617. Disponible en: <https://bit.ly/3jVJkr0>
44. Cronología del coronavirus en el Perú. Andina. [publicación periódica en línea]. 2020 [citado 2020 junio 20]. Disponible en: <https://bit.ly/2R3R8KN>
  45. Porras A. Tipos de muestreo. Conacyt. [Internet]. 2017 [citado 2020 junio 14]. Disponible en: <https://bit.ly/3h7emtQ>
  46. García L. Muestreo probabilístico y no probabilístico. Gestipolis. [Internet]. 2017 [citado 2020 junio 14]. Disponible en: <https://bit.ly/3jQYduw>
  47. Jauregui M. Qué es una muestra: Definición y tipos de muestreo. Aprendiendo Administración. [Internet]. 2016 [citado 2020 junio 14]. Disponible en: <https://bit.ly/3k5C387>
  48. Folgueras P. Técnica de recogida de información: La entrevista. Documents de treball. [Internet]. 2016 [citado 2020 mayo 13]. Disponible en: <https://bit.ly/2F9U5qn>
  49. Barroso L. Entrevista Estructurada y semiestructurada. Técnicas de recolección de información. [Internet]. 2015 [citado 2020 mayo 14]. Disponible en: <https://bit.ly/3byDU1R>
  50. Mata L. La entrevista en la investigación cualitativa. Investigalia. [Internet]. 2020 [citado 2020 mayo 14]. Disponible en: <https://bit.ly/2FbzGkK>
  51. Troncoso C, Amaya A. Entrevista: guía práctica para la recolección de datos cualitativos en investigación de salud. Revista Facultad Médica. [Internet]. 2017 [citado 2020 mayo 20]; 65 (2): 329-32. Disponible en: <https://bit.ly/3h459Td>
  52. Monje C. Metodología de la investigación cuantitativa y cualitativa. [Internet]. 2017 [citado 2020 mayo 23]. Disponible en: <https://bit.ly/323g4ls>
  53. Marín A., Hernández E., Flores J. Metodología para el análisis de datos cualitativos en investigaciones orientadas al aprovechamiento de fuentes renovables de energía. Rev. Koinoia. [Internet]. 2016 [citado 2020 mayo 24]. Disponible en: <https://bit.ly/35dVRSb>
  54. López N., Sandoval I. Métodos y técnicas de investigación cuantitativa y cualitativa. Documento de trabajo, Universidad Guadalajara, México. [Internet]. 2017 [citado 2020 mayo 25]. Disponible en: <https://bit.ly/3i8M3wx>

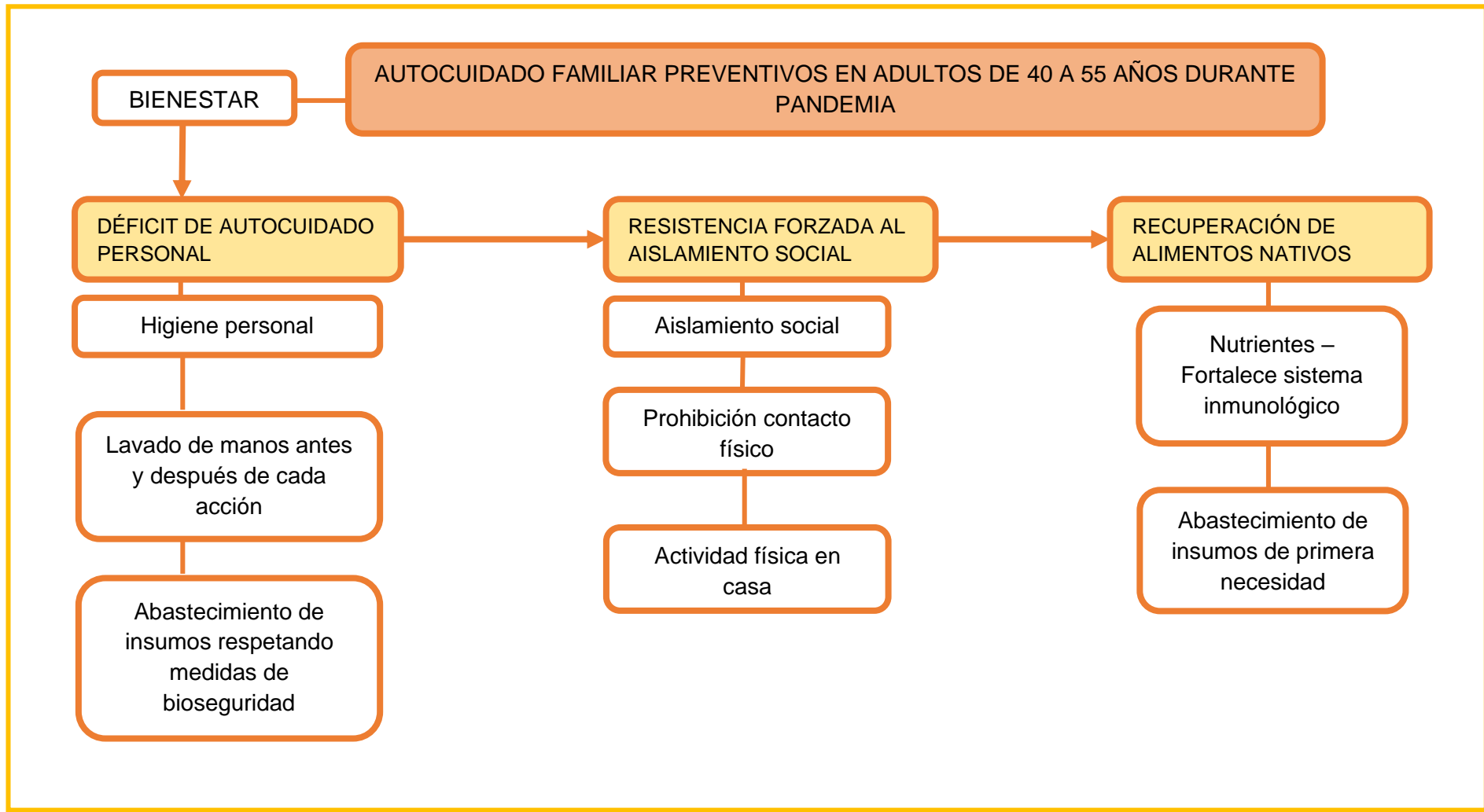
55. Viorato N., Reyes V. La ética en la Investigación Cualitativa. CuidArte. [Internet]. Agosto 2019 [citado 2020 mayo 20]; 8(6): 35-43. Disponible en: <https://bit.ly/2F60qTZ>



**ANEXOS  
ANEXO 1**







**ANEXO N°2**

OPERACIONALIZACIÓN ANALÍTICA DE UNIDADES TEMÁTICAS: Sub unidades Temáticas o dimensiones					
UNIDAD TEMÁTICA	CONCEPTO	SUBUNIDADES TEMÁTICAS O DIMENSIONES	INDICADORES	CONTEXTO	CUESTIONARIO
<b>HÁBITOS CULTURALES PREVENTIVOS</b>	Los hábitos culturales familiares se consideran como un conjunto de bienes culturales que se mantienen y se transmiten a las nuevas generaciones, a su vez, son costumbres específicas que ante sucesos de riesgo o de cambios, se vuelve complicado ser modificados, aun siendo necesario mejorar aquellas costumbres.	Resistencia de medidas de bioseguridad	-Uso de protección personal	Social: las personas más vulnerables son adultos maduros (40 a55 años), sujetos de este estudio. Político: dada la situación de la pandemia actual, existen normas cambiantes, dinámicas conforme van descubriéndose formas de abordaje de esta enfermedad. Económico: en el escenario de estudio, las familias son de condición económica, carente, la mayoría a pesar de la cuarentena, deben salir a trabajar por no tener recursos para su subsistencia. Sanitario: este PI se desarrolla en el contexto de la pandemia COVID-19.	1. ¿qué características tienen los hábitos culturales de los adultos de 40 a 55 años durante la pandemia?  2. ¿Cómo se autocuidan la familia de los adultos de 40 a 55 años para prevenir la pandemia?  3. ¿Cómo los hábitos culturales del adulto de 40 a 55 años determinan el autocuidado familiar para prevenir la pandemia?
		Hábitos familiares afectados	-Visitas familiares prohibidas		
		Cambio de modalidad educativa	-Educación virtual		
		(In) estabilidad en el sustento económico	-Suspensión laboral -Subsidio económico		
<b>AUTOCUIDADO FAMILIAR</b>	El autocuidado familiar comprende el bienestar personal, físico y emocional, que vendría ser uno de los pilares de la salud, el autocuidado es una acción o decisión que una persona ejecuta en beneficio de la misma persona y que influye como ejemplo en la familia.	Déficit de autocuidado personal	-Lavado de manos -Desinfección en casa		
		Resistencia forzada al aislamiento social	-Prohibición de contacto físico		
		Recuperación de alimentos nativos	-Alimentos naturales para prevención de enfermedades.		

MATRIZ DE CONSISTENCIA

OBJETO DE ESTUDIO	OBJETIVOS	DISEÑO TEÓRICO	SUPUESTOS	METODOLOGÍA
<p>Hábitos culturales preventivos y autocuidado familiar en adultos de 40 a 55 años ante la pandemia Coronavirus.</p>	<p>Objetivo general: Caracterizar los hábitos culturales preventivos y el autocuidado familiar de los adultos de 40 a 55 años ante la pandemia de Coronavirus.</p> <p>Objetivos Específicos: Identificar los hábitos culturales de los adultos de 40 a 55 años ante la pandemia de Coronavirus, 2020.</p> <p>Describir el autocuidado familiar de los adultos de 40 a 55 años ante la pandemia de Coronavirus, 2020.</p>	<p>Base teórica: El presente proyecto de investigación se basa en la Teoría de Nancy Roper (1918), quien se basa en el modelo de vida y establece 12 actividades vitales.</p> <p>Unidades temáticas: Hábitos culturales preventivos: se consideran como un conjunto de bienes culturales que se mantienen y se transmiten a las nuevas generaciones, a su vez, son costumbres específicas que ante sucesos de riesgo o de cambios</p> <p>Autocuidado familiar: comprende el bienestar personal, físico y emocional, que vendría ser uno de los pilares de la salud, el autocuidado es una acción o decisión que una persona ejecuta en beneficio de la misma persona.</p>	<p>. El adulto de 40 a 55 años tiene una forma particular de realizar sus hábitos culturales preventivos vitales de acuerdo a su cultura, lo que constituye el autocuidado familiar individualidad vital ante la pandemia de Coronavirus</p> <p>. Los hábitos culturales preventivos son independientes e ideales en los adultos de 40 a 55 años, pero ante el Coronavirus la dependencia al autocuidado preventivo no limita la dignidad de la familia.</p> <p>. El autocuidado familiar de los adultos de 40 a 55 años dentro de sus actividades de vida es influenciado por sus hábitos culturales preventivos tanto psicológicos, ambientales y socio culturales.</p> <p>. La forma en que cada adulto de 40 a 55 años realiza su autocuidado familiar puede variar según sus hábitos culturales; las enfermeras que atienden a los adultos de 40 a 55 años deben educar e influenciar en el autocuidado familiar respetando sus hábitos culturales preventivos.</p>	<p>Tipo y Diseño de investigación: Investigación de enfoque cualitativo tipo básica, de diseño descriptivo/exploratorio, nivel fenomenológico.</p> <p>Sujeto de estudio: adultos de 40 a 55 años.</p> <p>Escenario de estudio: Comunidad Santa Luisa, Carabayllo – Lima.</p>

## **ANEXO N°3**

### **HISTORIA DE APROXIMACIÓN TEMÁTICA:**

A fines del año 2019 se registró el primer caso de un tipo neumonía llegando a un total de 44 pacientes en China, pasaban los días y las noticias sobre ese brote de enfermedad se volvía un noticia continua con mayores casos en expansión en exteriores de China, científicos investigaban el origen de la enfermedad deduciendo diversas hipótesis, descartándolas conforme pasaba los días, el 13 de enero se registra el primer caso en Tailandia, el 26 de febrero se registra el primer caso en Latinoamérica en Brasil, el 5 de marzo se registró el primer caso en Perú, el gobierno dispuso estado de emergencia sanitaria nacional ejecutando una cuarentena el 15 de marzo, se vienen realizando pruebas rápidas y PCR comenzó el incremento de casos a nivel nacional y hospitales empezaron a colapsar, la mayoría de casos sintomáticos llaman a los hospitales y se realiza toma de muestras en casa. El gobierno viendo el mayor número de casos en Lima, dispuso ciertos hospitales para la atención de pacientes covid-19 e implementarlos para una adecuada atención, con el pasar de los días por la alta demanda implementó otros hospitales para el apoyo en la atención de aquellos pacientes. Andrea, una enfermera analiza una comunidad en Carabayllo donde se percata que existe un gran acumulo de basura alrededor de las viviendas, además no contaban con servicios básicos como agua y desagüe, aunque agua contaban por ciertas horas, en la pandemia actual la prevención se basa en un adecuado lavado de manos e higiene y dificultaría su ejecución por la deficiencia del agua. por otro lado, la enfermera se percata que no tienen un adecuado almacenamiento de agua, La enfermera coordina con el resto de personal de salud de la campaña para poder realizar sesiones educativas enfocadas en la problemática más visual, y poder orientar a la población sobre una medida de higiene, para combatir la propagación del virus Covid-19.

### **30 SUPUESTOS:**

1. Será que las autoridades correspondientes lograrán investigar sobre el origen de este virus
2. Será que los pacientes Covid-19 manifiesten nuevas sintomatologías

3. Será que la población nunca recibió orientación del personal de salud sobre adecuada higiene a pesar de la escasez de servicios básicos.
4. Será que la población se niega en recibir orientación del personal de salud para sus sesiones educativas.
5. Será que la población responderá adecuadamente a las medidas preventivas establecidas por la OMS y los gobiernos a nivel mundial
6. será que seguirá aumentado los casos a nivel mundial
7. Será que la población se niega a realizarse chequeos médicos por motivos de trabajo u otros motivos.
8. Será que la población no tiene a sus hijos con las vacunas y control necesario en la cual se vuelven susceptibles ante cualquier enfermedad transmisible.
9. Será que las costumbres que tienen la población hacen que hagan caso omiso a las indicaciones médicas para curar y controlar las enfermedades transmisibles.
10. Será que se necesite más establecimientos de salud con requerimientos adecuados ante un posible aumento de casos COVID-19
11. Será que la falta de higiene de la población generará enfermedades transmisibles.
12. Será que la población presenta alguna enfermedad transmisible pero no son conscientes de tenerlo.
13. Será que las medidas que establece el estado, no son acatadas de forma correcta por la población, y seguirían aumentando los casos de contagio
14. Será que la población desconoce sobre los signos y síntomas del virus y desconocen si padecen alguno.
15. Será que algún miembro de la familia padezca de alguna enfermedad y no es consciente de la complicación que puede padecer a causa del virus.
16. Será que la población realiza quema de basura, por la acumulación, pero no es consciente que al realizar la quema de basura ocasiona otro tipo de contaminación que es mediante la vía respiratoria y causar complicaciones.
17. Será que la población por la falta de servicios básicos, no tiene una adecuada higiene en sus alimentos, como consecuencia también se tiene enfermedades transmisibles.
18. Será que la población no tiene un adecuado manejo de almacenamiento del agua en depósitos y atrae vectores que pueden causar diversas enfermedades.
19. Será que la municipalidad y autoridades son indiferentes ante las medidas del estado.

20. Será que la población no es escuchada ante las quejas frente a las autoridades sobre la necesidad que padecen a causa de esta pandemia.
21. Será que las autoridades no tienen una adecuada organización para la repartición d víveres a las familias de la comunidad.
22. Será que a las autoridades no les importa el riesgo en el que se encuentra la población.
23. Será que la población no ha realizado ninguna queja ante las autoridades sobre el estado en el que viven con respecto a las necesidades que los aqueja.
24. Será que las autoridades y la población no se ponen de acuerdo en alguna solución para disminuir el contagio del virus.
25. Será que la población hace caso omiso a las medidas de bioseguridad.
26. Será que los centros de salud aledaños no realizan campañas de salud para informar y educar a la población sobre las medidas de prevención de las enfermedades transmisibles y no transmisibles.
27. Será que los camiones de basura pasan por las calles, pero no recogen en su totalidad los deshechos.
28. Será que la población no tiene un cuidado adecuado de sus hijos y dejan que manipulen o jueguen cerca al acúmulo de basura y están más expuestos al riesgo de contraer enfermedades transmisibles.
29. Será que las autoridades y la municipalidad no está realizando su trabajo que es velar por el bienestar de la población y buscar alternativas de solución.

## **1. MAPEAMIENTO Y DISCRIMINACIÓN DE LOS CONCEPTOS PRINCIPALES:**

- 1.1 Falta de consciencia
- 1.2 Desconocimiento sobre el virus Covid-19
- 1.3 Falta de orientación sobre salud
- 1.4 Negativa ante apoyo del centro de salud
- 1.5 Déficit de conocimiento sobre enfermedades
- 1.6 Ausencia de chequeos médicos
- 1.7 Ausencia de CRED en niños
- 1.8 Cultura y costumbres
- 1.9 Desinterés
- 1.10 Enfermedades transmisibles



- 1.11 Desconocimiento de padecer enfermedades
- 1.12 Presencia de roedores
- 1.13 Manipulación de superficies contaminadas
- 1.14 Falta de compromiso por población
- 1.15 Desconocimiento sobre signos y síntomas de Covid-19
- 1.16 Complicación de enfermedades
- 1.17 Falta de higiene
- 1.18 Inadecuada higiene en alimentos
- 1.19 Almacenamiento de agua
- 1.20 Indiferencia por parte de las autoridades
- 1.21 Reclamos no escuchados
- 1.22 Falta de coordinación
- 1.23 Riesgo de la población
- 1.24 Falta de reclamos
- 1.25 Falta de supervisión en niños por parte de los padres
- 1.26 Falta de compromiso por parte de las autoridades.
- 1.27 Falta de organización con los pobladores
- 1.28 Ausencia de campañas de salud
- 1.29 Falta de cumplimiento de la municipalidad

## **2. RELACIONANDO, SE CREA 20 SUPUESTOS:**

- 2.1 Falta de consciencia y desconocimiento sobre Covid-19.
- 2.2 Falta de orientación sobre salud y negativa de la población.
- 2.3 Déficit de conocimientos sobre enfermedades y ausencia de chequeos médicos.
- 2.4 Falta de interés y ausencia de CRED en niños.
- 2.5 Enfermedades transmisibles y desconocimiento de sus signos y síntomas
- 2.6 Manipulación de basura y presencia de roedores
- 2.7 Quema de basura y complicación en la salud
- 2.8 Inadecuada higiene en los alimentos y contaminación ambiental
- 2.9 Falta de reclamo y la indiferencia por las autoridades
- 2.10 Inadecuada coordinación con autoridades y la ausencia de compromiso
- 2.11 Ausencia de campañas de salud y el riesgo que se encuentran

- 2.12 Ausencia de compromiso por parte de autoridades y el riesgo de la población
- 2.13 Desorganización de la población y autoridades.
- 2.14 Quema de basura y presencia de roedores.
- 2.15 Ausencia de chequeos médicos y complicación de la salud.
- 2.16 Desconocimiento sobre reciclaje y quema de basura.
- 2.17 Ausencia de CRED en niños y descuido de los padres.
- 2.18 Coordinación de la municipalidad y la población.
- 2.19 Falta de conocimientos sobre el riesgo de la contaminación y chequeos médicos.
- 2.20 Negativa ante apoyo del Centro de Salud y desconocimiento de la población.

## **ANEXO N°4**

### **TÉRMINO DE CONSENTIMIENTO ÉTICO LIBRE Y CLARO**

La investigación se tituló: Hábitos culturales preventivos y autocuidado familiar en adultos de 40 a 55 años ante la Pandemia Lima – Perú 2020 de autoría de: Vicente Tauma Kelly Alicia sobre la orientación de la Dra. KELLY MYRIAM JIMÉNEZ DE ALIAGA - teniendo como objeto de estudio-

El objetivo general: Caracterizar los hábitos culturales preventivos y el autocuidado familiar de los adultos de 40 a 55 años ante la pandemia de Coronavirus Lima Perú 2020.

El procedimiento utilizado será la entrevista semi-estructurada, que contiene preguntas abiertas y cerradas. En cuanto a los riesgos y beneficios esperados, cabe destacar que las entrevistas serán realizadas por la autora, respetando la clínica y horario escogido por los entrevistados. En relación a los beneficios, las entrevistas son de gran valor y mérito para la discusión sobre la participación de las enfermeras y la familia.

Las entrevistas tienen una duración de media hora, siendo garantizado el anonimato de las personas citadas durante la entrevista y se respeta su rechazo en participar o retirar su consentimiento, en cualquier fase de la investigación, dado que su participación es voluntaria; así mismo, no se utilizarán las informaciones en perjuicio de las personas, inclusive en términos de autoestima, de prestigio y/o economía- financiera. Después de la entrevista, presentaré la transcripción de la cinta de grabación para su revisión y aprobación, para fines de investigación.

Lima 22 de setiembre del 2020

**Entrevistado**

**Entrevistadora**

**Firma y DNI**

**Estudiante de Enfermería –  
Universidad César Vallejo  
Nombre y DNI**

## ANEXO N°5

### Entrevistas transcritas y mapeadas

#### ENTREVISTA N°1

Entrevistadora: E1

Entrevistada: E2

E1: Buenos días señora Rosa Colos, quien le habla Kelly Vicente Tauma estudiante de Enfermería de la Universidad César Vallejo, quisiera contar con su participación en esta entrevista con el fin de recolectar información para mi proyecto de investigación titulado Hábitos culturales preventivos y autocuidado familiar en adultos de 40 a 55 años ante la pandemia Coronavirus Lima Perú 2020, se le otorgara un consentimiento informado donde usted autorice su participación y se le asegura que su identidad será protegida. E2: está bien señorita Kelly acepto participar en su entrevista y también quisiera que me enseñe un poco más sobre ese tema. E1: Señora ¿usted cuenta con servicios básicos?, ¿está asegurado en algún seguro? E2: mire señorita aquí no tenemos desagüe solo agua y luz, pero al agua viene por ratos, no tenemos seguro señorita, E1: Como usted sabe estamos viviendo una situación complicada a nivel mundial, estamos cruzando una pandemia que está afectado la salud de la mayoría de personas, usted ¿qué opina de la situación que estamos viviendo? E2: Hay señorita, todo ha sido complicado, hemos salido afectado la mayoría, le comento yo soy sustento de mi casa **tengo dos hijas una de 18 años que es sordomuda y una pequeña de 5 años que me preocupa que les pueda pasar algo, yo vendía comida en carretilla y además vendo salchipapas los fines de semana, y con esta pandemia se ha tenido que dejar de lado las ventas, no hay plata, no me ha tocado ningún bono que ha dado el presidente, ya no sé qué más hacer para dar de comer a mis hijas.** E1: le entiendo señora Rosa, la mayoría de personas trabajadores independientes han salido afectadas con este suceso y dígame ¿en casa cuenta con personas adultas o personas que padezcan de alguna enfermedad? E2: en casa vivo con mi esposo que es retirado de la policía y mis dos hijas, gracias a Dios no sufrimos de alguna enfermedad solo mi hija que es sordomuda. E1: ¿Cuándo se dio inicio de la cuarentena, ustedes acataron las restricciones dadas por el estado como el aislamiento social? E2: Creo señorita que nos agarró de sorpresa las restricciones que se dieron, porque le digo la verdad señorita **yo no estaba bien informada, no veía noticias tan seguido, y cuando las vecinas empezaron a comentar sobre eso de la cuarentena, comencé a mirar noticias y no entendía mucho lo que pasaba.** E1: Y cuando pudo entender un poco más lo que pasaba que medidas tomó en casa. E2: bueno señorita **no**

tenía ahorros ni plata para poder mantenernos sin trabajar, mi esposo con lo que recibe tuvimos que mantenernos ese tiempo y ajustarnos en lo que es comida y ya no comprar cosas que no nos servían.

E1: Usted se refiere a cosas innecesarias como ropa, utensilios que no sean de necesidad. E2: si señorita, menos mal mis hijas tenían sus chompas del año pasado porque pronto empezó el frío, y nosotros somos mayores también y tenemos dolencias por el frío yo tengo 44 años y mi esposo 48 años. E1: ¿Cuándo inicio la cuarentena que decisión tomaron en casa con respecto al abastecimiento de insumos de primera necesidad? E1: Y dígame señora Rosa, tengo entendido que usted es de provincia, ¿de que parte exactamente? E2: Soy de la sierra de Cusco.

E1: me imagino que con respecto a sus costumbres todo lo sucedido ha sido afectado la rutina que tenía.

E2: la verdad señorita llevo años viviendo aquí en Carabayllo y si aún tengo mis costumbres como mis reuniones familiares con mis hermanos que es la única parte de mi familia que me queda y ahora no los puedo ver por el Coronavirus, solo ruego a Dios que nos le pase nada y pueda verlos pronto.

E1: ¿Le comprendo señora Rosa, dígame si hablamos de hábitos culturales que mantiene en su familia se han visto afectadas muchas de ellas? Por ejemplo, la educación con respecto a sus hijas, el abastecimiento de alimentos, el trabajo, ¿Cómo se ha visto afectado? E2: mis hijas señoritas están llevando clases virtuales, ellas estudian en colegio estatal, pero la verdad yo no se manejar bien el celular, solo tengo ese celular que no tiene internet, mi hermano le había regalado una Tablet antigua a mi hija la mayor y tuve que pedir prestado el internet de mi vecina y su hija mayor de la vecina fue quien le enseñó a usar a mi hija para que pueda entrar a sus clases, yo trato de enseñarle lo que es tarea pero no se manejar eso, para hacer las compras soy yo quien va al mercado trato de tener mucho cuidado al salir de casa mas que nada por mis hijitas señorita, si yo me enfermo ¿Quién vera a mis hijas? (persona triste) no llevo una buena relación con mi esposo, yo sola veo a mis hijas, recién ahora en estos días trato de salir a vender en la puerta de mi casa con las medidas de seguridad recomendadas, mi salchipapa para poder tener plata para mis hijas, de esa forma trato de salir adelante.

E1: Y cuando llega a su casa como desinfecta sus compras realizas, y como se desinfecta usted al ingresar a su casa. E2: He tratado de comprar alcohol señorita para echarme cuando salgo de compras, y cuando regreso a casa afuera saco mis zapatos y en la entrada me saco mi mameluco ese saco que nos ponemos encima de la ropa y me hecho un líquido que arme de lejía de color con agua, que me recomendaron, entro a la cocina a echar alcohol a mis bolsas y luego me entro a bañar.

Y así realizo los días que salgo señorita. E1: ¿señora rosa coménteme, usted ha

respetado el distanciamiento social? E2: La verdad señorita trato de no salir de casa solo ha comprar lo necesario, hasta ahora no se han enfermado mis hijas, **trato de darles cosas naturales como hierbas para que no se me enfermen**, y hasta ahora no me he juntado con personas ni en mi casa ni en otro lado, aunque unos días **una vecina venía a preguntarme algo les atendía de la ventana de mi casa, pero me ponía mi mascarilla que tengo y ya no nos saludamos como antes (entre risas)**. E1: señora Rosa y ¿en que consiste su alimentación diaria a pesar que no se cuente con posibilidades como antes, como ha tratado de distribuir sus alimentos? E2: **Trato de darles cosas nutritivas, compro lentejas, quinoa, avena, papa, hígado, no les doy nada de fritura, y cuando puedo compro frutas, a veces no me alcanza por eso no compro frutas, pero trato a la semana de comprarlo**. E1: con todo lo que esta sucediendo señora Rosa ¿qué ha logrado entender o que lección le ha enseñado esta pandemia? E2: **mire señorita antes yo no daba mucha importancia a lavarme las manos a cada rato o a veces no sabía de todas las enfermedades que uno puede contagiarse por no tener una buena higiene, con todo lo que ha sucedido me doy cuenta que nos podemos enfermar de cualquier cosa no solo de coronavirus, cuando salía a la calle o en el carro por ejemplo cuantas personas tosen, estornudan, hay no señorita Kelly, por eso la mascarilla y el facial protege bastante, es necesario usarlo**, aunque no salgo mucho de todas maneras cuando salgo lo trato de usar, más bien quería preguntarle ¿qué mascarilla es buena usar? Han salido tantas que hasta con diseños bonitos tienen. E1: justo eso quería comentarle, en la actualidad han salido distintos tipos de mascarillas, pero hay que tener cuidado al comprarlas, por que no cuentan con los filtros necesarios para la protección, las de tela no te cubren de los gérmenes, virus, solo del polvo y eso, no son adecuadas, las mascarillas de protección deben ser las quirúrgicas las venden en farmacias o las mascarillas KN95 son recomendables. E1: ¿Con todo lo hablado, como es su autocuidado familiar en la actualidad señora Rosa? E2: **A mis hijas les enseño y hasta les obligo a lavarse bien las manos cada rato, las baño dejando un día porque está haciendo mucho frío, yo trato de desinfectarme cada que regreso de la calle, y no recibo visitas en mi casa así sea mi propia familia, evito que vengan, mi esposo no sale mucho pero igual le digo le recalco, el no hace mucho caso en lavarse las manos seguido**, pero yo con mis hijas nos cuidamos, espero pase todo esto pronto señorita para poder seguir trabajando por mis hijas darles algo mejor. E1: Me parece bien señora las acciones que realiza, recalcarle que todo lo que usted esta realizando es por el bien de su familia, de usted, de sus hijas, con ello usted las esta protegiendo, la felicito y la incentivo en no decaer ante esta situación, seguir luchando que todo pasará, mientras nosotros desde

casa hagamos las cosas bien no permitiremos que el virus entre a casa y mantendremos nuestra familia sana. Muchas gracias señora Rosa por su participación. E2: Gracias señorita Kelly Cuídese.

## ENTREVISTA N°2

Entrevistadora: E1

Entrevistada: E2

E1: Buenos días señora Leira (40años), quien le habla Kelly Vicente Tauma estudiante de Enfermería de la Universidad César Vallejo, quisiera contar con su participación en esta entrevista con el fin de recolectar información para mi proyecto de investigación titulado Hábitos culturales preventivos y autocuidado familiar en adultos de 40 a 55 años ante la pandemia Coronavirus Lima Perú 2020, se le otorgara un consentimiento informado donde usted autorice su participación y se le asegura que su identidad será protegida. E2: Si, está bien señorita. E1: Señora ¿usted cuenta con servicios básicos?, ¿está asegurado en algún seguro? E2: si señorita tengo servicios básicos, pero viene por momentos el agua, y si tengo SIS y mis hijas también, E1: Como usted sabe estamos viviendo una situación complicada a nivel mundial, estamos cruzando una pandemia que está afectado la salud de la mayoría de personas, usted ¿qué opina de la situación que estamos viviendo? E2: Bueno, yo acá con mis hijas, no salen mucho, si salen a la puerta, pero con mascarilla, así como yo si salgo o mi esposo, nos ponemos mascarilla y el facial, E1: ¿protegidas? E2: si claro bien protegidas, pero no salen mucho, soy la que sale al mercado, nada más aquí en casa protegidas mientras nos cuidamos no hay problema. E1: Claro, y dígame en casa quienes viven, ¿los miembros de la familia quiénes son? E2: Somos 4 personas mis dos hijas, mi esposo y yo. E1: ¿De qué edades son sus hijas? E2: Una de 7 años y una de un año y 10 meses. E1: ¿Señora Leira cuando dio inicio la cuarentena usted acató las restricciones dadas por el estado, como el aislamiento social? E2: Si nos chocó, porque no había trabajo ni mi esposo, y solos no se puede no. E2: ¿Claro, y a que se dedicaba antes de la cuarentena? E2: ¿Quién yo? Pues soy ama de casa, dos semanas antes de la cuarentena inicié un pequeño negocio en casa, y gracias a Dios por lo menos pudimos sobresalir, como era mi esposo quien trabajaba y yo no, el dejó de trabajar e inicié este negocio. E1: Y cuando inicio la cuarentena, ¿Qué decisión tomaron en casa con respecto al abastecimiento de insumos de primera necesidad? ¿Cómo se dividieron las tareas para poder conseguir o comprar las cosas? Al inicio no se podía salir más que una sola persona por familia. E2: Mi esposo nomás iba al mercado.

E1: ¿Haya y que medidas tenían al momento de ir a comprar y regresar a casa? E2: Desinfectarnos, lavarnos bien las manos, bañarnos y desinfectar a las cosas que se compran en el mercado también, porque no sabemos si la persona que nos atendió este infectado y traigamos el virus a nuestra casa. E1: ¿Y dígame antes de la pandemia ustedes tenían planes? ¿Como así les afectó? E2: No, aquí en mi casa tranquilos, no acostumbro a viajar, solo me quedo en casa. E1: Con respecto a su hijita de 7 años, ¿estaba estudiando en un colegio estatal, privado? E2: Estatal, E1: Y como así cambió la rutina en su educación en su hija, ya que suspendieron las clases y luego se retomaron en forma virtual. E2: Bueno nos choco tanto a mi como a mi hija, ahora mi hija todo pedía y es mucho, a diferencia del año pasado, E1: ¿Y ahora está llevando sus clases virtuales? E2: Sí, si está llevando sus clases virtuales. E1: ¿Cómo se divide su tiempo usted para poder ayudarla? E2: Ahorita a mi hija la estoy mandando a mi vecina, protegida para que le enseñe y le ayude porque yo no se mucho de eso. E1: ¿Cómo cree que les ha afectado a sus hijas las clases virtuales? E2: cómo te puede decir, yo quisiera que regresen a las clases en el colegio, porque ahí aprenden mejor a lo que están ahora, E1: ¿de manera virtual no prestan la misma atención que en forma presencial? E2: ajá, exactamente, porque conmigo no quieren hacer nada en cambio allá si hacen. E1: Si hablamos en la parte económica ¿Cómo le afecto en su familia? Por ejemplo, el estado otorgo un subsidio monetario, llamado bono familiar y universal, ¿Le tocó algún bono? E2: Si, gracias a Dios me tocó el primer bono, E1: ¿y eso le ayudo en casa?, E2: sí eso nos ayudó bastante para poder comprar los alimentos, más que nada para mis hijas tengan que comer. E1: Y, dígame que hábitos culturales tenía antes, por ejemplo, usted ¿de donde pertenece? E2: yo soy de Pucallpa, E1: y en la selva que hábitos tenía, por ejemplo, algún tipo de celebración que realizaba, reuniones familiares, ¿o algún día festivo que realizaban? E2: mira para empezar, yo en Pucallpa no he vivido mucho, más he estado en Lima con mis hijos, me separé de mi primer compromiso y me volví a comprometer. E1: Entiendo señora Leira, y ante esta situación algún pariente suyo ha sido afectado por este virus, E2: sí, en mi familia sí, de parte de mi papa su hermano acaba de fallecer, E1: y obviamente por esta pandemia no se ha podido realizar la visita o velarlo como se acostumbra, E2: así es, me siento triste por no poder ir a verlo, mis primos también están mal por esto del covid, no puedo, me siento mal por no poder ir a verlos, E1: lo siento mucho señora Leira, y si hablamos del contacto físico, con lo del aislamiento social, por ejemplo usted que tiene un pequeño negocio, las personas cuando ingresan, no es lo mismo a como antes estábamos acostumbrados del saludo, ¿ahora usted como lo está ejecutando? E2: ahora



con puño nomás (risas) ya no nos podemos saludar como antes con las amigas con beso, abrazo, ya todo ha cambiado con esto del virus, E1: ahora se realiza ese gesto, E2: aja, si exacto (risa), E1: ¿Dígame en casa su alimentación, para poder fortalecer el sistema inmunológico, de los niños, de ustedes, y si consume algún tipo de infusiones, alimentos nutritivos y si la economía también ha afectado y quizás no puede adquirir los alimentos que acostumbraba a comprar? E2: no normal, siempre he cocinado lo que mis hijos comen, una sopa o segundo, normal. E1: y en lo que es la higiene ¿usted le ha dado una mayor importancia al lavado de manos, higiene en los alimentos? Antes quizás no realizaban tanto el lavado de manos y ahora con la pandemia se debe realizar de forma continua. E2: sí, mis hijas a cada rato quieren lavarse las manos, a cada rato piden jabón, dicen mano, mano, porque quieren lavarse la mano, en esa parte sí, todos, E1: y usted para poder salir ahora abastecer su negocio, ¿Qué medidas toma para realizar las compras? E2: cuando llego a casa lavarme las manos desinfectarme. E1: con todo lo que está sucediendo señora Leira, ¿Qué ha logrado entender, o que lección le deja esta pandemia? E2: tener mas cuidado en todo E1: quizás también valorar más a la familia porque uno no sabe lo que puede suceder y más en esta situación. E2: ajá, exactamente, eso sí, estar más unido a la familia. E1: Bueno señora Leira está bien las acciones que realiza e inculca en su familia con respecto a las medidas preventivas, recalcarle que todas esas acciones es por el bien de sus hijas, de usted de su esposo, le recomiendo el lavado de manos, desinfección de alimentos, de la ropa al regresar de la calle, no sabemos si las personas en lugares de aglomeración puedan estar infectadas, y para ello se debe tomar medidas para prevenir el contagio, E2: si señorita Kelly, en mi casa tendremos mucho cuidado y gracias por la información. E1: cuídese mucho y gracias por su colaboración. Hasta luego.

### ENTREVISTA N°3

Entrevistadora: E1

Entrevistada: E2

E1: Buenos días señora Lili (50años), quien le habla Kelly Vicente Tauma estudiante de Enfermería de la Universidad César Vallejo, quisiera contar con su participación en esta entrevista con el fin de recolectar información para mi proyecto de investigación titulado Hábitos culturales preventivos y autocuidado familiar en adultos de 40 a 55 años ante la pandemia Coronavirus Lima Perú 2020, se le otorgará un consentimiento informado

donde usted autorice su participación y se le asegura que su identidad será protegida. ¿está de acuerdo señora Lili? E2: Si, está bien estoy de acuerdo. E1: Señora ¿usted cuenta con servicios básicos?, ¿está asegurado en algún seguro? E2: si señorita tengo servicios básicos, pero a veces sufrimos por el agua, viene por ratos, y si tengo SIS y mis hijos también, E1: Como usted sabe estamos viviendo una situación complicada a nivel mundial, estamos cruzando una pandemia que está afectado la salud de la mayoría de personas, usted ¿qué opina de la situación que estamos viviendo? E2: Acá en mi casa, estamos protegiéndonos, al igual que a mis niños los cuido bastante, asi como dicen los doctores o en la televisión en cuanto a la limpieza y no salir de casa, E1: Cuando dio inicio la cuarentena ¿ustedes acataron las restricciones dadas por el estado como el aislamiento social? E2: si, si, acatamos todo hasta hoy en día estamos aislados con nuestra familia nos comunicamos por teléfono por videollamada, E1: ¿y como medidas de bioseguridad que está optando que medidas de protección utiliza? Por ejemplo, mascarillas, alcohol, protector facial, ¿Cuál utiliza para dirigirse al mercado o salir por alguna emergencia? E2: cuando voy al mercado me pongo mi mascarilla doble y mi protector facial y a veces guantes, pero mejor lavado mi mano y alcohol en mi botellita, E1: ¿qué medidas tuvieron al abastecer insumos necesarios, durante esta pandemia, que medidas tomaron con respecto al abastecimiento de insumos en casa?, E2: bien iba yo o mi esposo, cuando salía era bien protegida con mi mascarilla doble y protector facial, y respetando el metro de distancia con las demás personas E1: ¿y dígame usted de donde es? E2: Lima, lima, E1: ¿Qué costumbres o que hábitos tenían en su familia, que actitudes se han visto afectadas en su familia? E2: sí, los domingos nos reuníamos con mi familia y venían a mi casa y ahora no podemos reunirnos, o nos íbamos al mercado los domingos para el almuerzo familiar. E1: claro le comprendo, si hablamos de hábitos que se hayan visto modificados ahora, de repente en casa, la higiene en casa, regresábamos de la calle y nos sentábamos en el sillón o cosas así, ¿ahora que acciones realizan ante estas situaciones? E2: ahora ya es muy distinto, nos lavamos las manos con jabón desinfectante a cada ratito, si venimos de afuera, tengo un trapo con alcohol en la puerta y de afuera nos desinfectamos, con alcohol todo y nos quitamos la ropa, y como ahora hace frío quizás no lo lavo de inmediato, pero lo dejo afuera para que se aérea un poco antes de lavarlo. E1: ¿señora Lili cuantos hijos tiene y de que edades son? E2: tengo dos menores uno de 13 y el otro de 12 años, E1: ¿y dígame como ha tomado usted la medida de la educación virtual? ¿en qué colegio estuvieron y como están llevando sus clases ahora? E2: ahora esta un poquito afectado porque les dejan demasiada tarea, a veces tienen

clases en las mañanas y también en las tardes y eso se les acumula y un poquito que les incomoda, E1: ¿y cómo ve que ellos lo están asimilando? E2: un poquito que no entienden, hay cosas que les explican y es poco tiempo que tienen los profesores para explicarles y no entienden bien, E1: ¿y ellos que opinan? E2: ellos extrañan ir al colegio a sus profesores, E1: ¿Se le hizo difícil a usted el manejo de la tecnología o sus hijos algún problema con ello, o ya sabían manejar lo que es la computadora, celular o Tablet? E2: ellos si sabían manejar Tablet y su computadora, yo también como estuve trabajando en un negocio subiendo videos, aprendí a manejar la computadora, cositas que no sabían ya yo les enseñaba, E1: ¿y dígame usted a que se dedicaba antes de la pandemia o mantiene el mismo trabajo? E2: antes salía a trabajar en la casa de mi prima hermana, ahora me ha chocado un poco, porque deje de trabajar. E1: por ejemplo, el estado ha otorgado subsidios monetarios llamados bono familiar y universal, ¿a usted le ha tocado alguno? E2: no, no me ha llegado a tocar ningún bono hasta el día de hoy, eso me hubiese ayudado bastante, porque, por ejemplo, yo antes vendía salchipapa, broaster, pero ahora las personas no quieren comprar, ya se desconfía de todo, entonces no vendo, nos afectó bastante a nosotros. E1: ¿y en la actualidad quien es el apoyo en la familia usted, su esposo o hijos mayores? E2: gracias a Dios mi hija mayor es quien nos apoya con sus trabajos eventuales que tiene. E1: y dígame, usted o su esposo al movilizarse de su casa algún lugar ¿Qué medidas de protección usan para salir? E2: cuando salimos también nos echamos bastante alcohol y llevamos una botellita de alcohol y ya con la mascarilla y protector facial y cuando regresamos realizamos la limpieza igual, E1: en la actualidad la mayoría de personas le estamos dando más énfasis en el lavado de manos, usted y su familia lo están realizando de manera adecuada, sus hijos ya tomaron esa medida de manera cotidiana? E2: si, ellos ya se han acostumbrado, primero no lo hacían, ahora sí, si van a agarrar su cuaderno para que estudien van se lavan las manos, si van al baño o tienen que comer van se lavan las manos antes y después, al inicio si tenia que estar diciéndoles a cada rato, pero ahora ya lo hacen solos. E1: y dígame como opinión personal ¿ha tenido que pasar esto para que en casa tomen conciencia que no solo el covid se contagie sino otro tipo de enfermedades y realicen las medidas de higiene correcta? E2: claro, a mi opinión ha tenido que pasar este virus para que todos tengamos más cuidado y no contagiarnos y tener más cuidado E1: ¿con respecto al contacto físico como se he visto modificado?, antes estábamos acostumbrados que si encontrábamos a alguien saludábamos con mano o beso ¿ahora como usted es que lo realiza es decir un saludo? E2: acá en casa, con la familia ya no es lo mismo un beso o abrazo, aunque con

mis hijos aquí en casa si porque estamos aquí dentro, pero cuando regreso de la calle ellos me quieren abrazar yo les digo esperen voy a desinfectarme, más que nada porque como adultos somos quienes más salimos y no vaya ser que vengamos con el virus entonces primero a desinfectarnos lavado de manos y recién, con la familia con el puño nos saludamos.

E1: señora Lili y con respecto al abastecimiento de alimentos ha priorizado en lo que se pueda comprar cosas necesarias y alimentos nutritivos que fortalezcan su sistema inmunológico o al menos trata de hacerlo? E2: si, ha cambiado bastante los alimentos que consumimos tienen que tener vitaminas, antes preparábamos refresco eso de sobre o comprábamos gaseosa, ahora ha cambiado eso, ahora hago bebidas de hierbas calientes o limonadas tibiecita, no es como antes.

E1: ¿usted quizás incentiva a sus hijos alguna actividad física en casa, ya que los niños no deben estar expuestos en la calle? E2: nosotros, lo que hago con ellos, en la mañana estamos haciendo un poco de ejercicios les hago correr un rato afuera de la casa porque es libre no hay gente, para que ellos no se aburran, como vivimos alejados, hay pocas personas y la mayoría somos familias.

E1: ¿Aquí en Carabayllo existe algún déficit de abastecimiento de recursos que dificulten el hábito de higiene? E2: sí, hay momentos que no hay agua, no llega y eso nos afecta porque cuando no hay, tenemos familia que tiene agua de pozo y para ir a traer de ahí es un poco lejitos y eso nos dificulta.

E1: ¿y dígame cerca de la vivienda se encuentra cequias y acumulo de basura, que opina sobre ello? E2: si, si es más riesgoso porque ahora por la situación no pasa el agua como antes y se acumula más y esa contaminación afecta más que nada a los niños.

E1: y con respecto a su almacenamiento de agua que a veces se ve obligada a realizar por el déficit de agua, ¿cómo almacena esa agua? E2: juntamos bastante agua echamos un poco de lejía y limpiamos los baldes y después tapamos con bolsas y ahora por el clima que está cambiando está apareciendo moscas también.

E1: ¿En casa hay algún miembro de la familia que padezca de alguna enfermedad de riesgo? E2: eh... yo que soy hipertensa y además estoy subidita de peso a veces me da temor el virus, es lo único que tengo yo, después mis niños están sanos mi esposo también.

E1: ¿si le pediría que me resuma cual es el autocuidado que está manejando en su familia ante esta pandemia que me diría? E2: por ejemplo, la limpieza, que se laven las manos tenemos jabón desinfectante, mi mesa, limpio seguido con trapito con lejía, limpiarse los zapatos al ingresar y desinfectamos la ropa antes de ingresar, ha cambiado bastante, bastante.

E1: ¿y dígame que extraña del estilo de vida que se tenía antes de la pandemia? E2: ah, salir a trabajar, salir en la mañana o la tarde a vender algo y se traía algo a casa, pero ahora ya no se

puede, reunirme, por ejemplo, nosotros somos tres hermanos, y nos reuníamos semanal, quincenal, y a mi mamá a veces visitábamos tres veces por semana ahora ya no se puede,

E1: ¿Qué enseñanza le deja esta pandemia? ¿sus hábitos que han sido modificados en esta pandemia, usted cree que seguirán siendo así o regresará a realizar las mismas acciones de antes? E2: yo si seguiría como estamos ahora con los cuidados, pero yo

pienso que otras personas no, porque ahora en mi barrio donde vivo no respetan las medidas porque siguen tomando reuniéndose, no hacen caso, yo pienso que pasando esta pandemia ellos van a seguir igual, ellos no van a respetar nada, yo en mi opinión si seguiré igual, ya que aprendimos a tener más higiene, más cuidado con los niños también

E1: y prevenimos más enfermedades no solo el covid-19, si no de otras enfermedades

E2: si, si prevenimos bastante, mis hijos mismos también se cuidan andan con su mascarilla, su facial. E1: señora Lili y ¿algún miembro de su familia se ha visto afectado por este virus? E2: eh, si parte de mi mamá su primo falleció, y mucha pena me dio, nos

afectó porque no se pudo ir a verlo, E1: claro ya que un hábito cultural que tenemos es ir a velar al familiar y asistir al entierro, E2: sí, si nos afectó bastante, lo sacaron del hospital a enterrarlo de frente, no nos dejaron despedir, y eso que solo dejan estar 5 personas en el entierro más no.

E1: muy bien señora Lili le agradezco toda la información que me ha brindado, veo que las acciones que realizan se ven beneficiadas a su familia, recalcarle seguir con esas medidas, no decaiga en esta situación, siga siendo el soporte de su familia y brinde mucha fuerza a sus hijos para seguir adelante. E2: si señorita Kelly seguiré realizando las medidas preventivas para cuidar a mi familia, muchísimas gracias. E1: cuídese mucho, hasta luego.

E1: muy bien señora Lili le agradezco toda la información que me ha brindado, veo que las acciones que realizan se ven beneficiadas a su familia, recalcarle seguir con esas medidas, no decaiga en esta situación, siga siendo el soporte de su familia y brinde mucha fuerza a sus hijos para seguir adelante. E2: si señorita Kelly seguiré realizando las medidas preventivas para cuidar a mi familia, muchísimas gracias. E1: cuídese mucho, hasta luego.

#### ENTREVISTA N°4

Entrevistadora: E1

Entrevistada: E2

E1: Buenos días señora Pilar (50años), quien le habla Kelly Vicente Tauma estudiante de Enfermería de la Universidad César Vallejo, quisiera contar con su participación en esta entrevista con el fin de recolectar información para mi proyecto de investigación titulado Hábitos culturales preventivos y autocuidado familiar en adultos de 40 a 55 años ante la pandemia Coronavirus Lima Perú 2020, se le otorgará un consentimiento informado donde usted autorice su participación y se le asegura que su identidad será protegida. ¿está de acuerdo señora Pilar? E2: Si, está bien estoy de acuerdo. E1: Como usted sabe estamos viviendo una situación complicada a nivel mundial, estamos cruzando una

E1: Como usted sabe estamos viviendo una situación complicada a nivel mundial, estamos cruzando una

pandemia que está afectado la salud de la mayoría de personas, usted ¿qué opina de la situación que estamos viviendo? E2: Bueno acá, nosotros estamos viviendo, tratando de protegernos, tener cuidado que no nos vayamos a contagiar, utilizando las medidas correctas de bioseguridad, E1: ¿y la información que usted tiene, la adquirió por medios de comunicación o algún centro de salud? E2: por la radio y el televisor. E1: ¿Quiénes son los que conforman su hogar? ¿Y de que edades son? E2: somos 6 personas, mis dos hijos mayores y dos nietas de 10 años y de 3 años, E1: ¿Cuándo inició la cuarentena ustedes acataron las medidas de protección como aislamiento social? E2: si, hemos hecho eso desde el primer día que se inició la cuarentena. E1: Señora ¿usted cuenta con servicios básicos?, ¿está asegurado en algún seguro? E2: si señorita tengo servicios básicos pero el agua viene por ratos, y si tengo SIS, E1: ¿Cuándo inicia la cuarentena que decisión tomaron con respecto al abastecimiento de insumos necesarios para el hogar? E2: algunos días iba mi hija o a veces yo, pero vamos bien protegidas con nuestra mascarilla y nuestro protector facial y nuestra botella de alcohol. E1: Dígame señora Pilar, ¿Dónde nació? E2: yo soy de la provincia de Ayabaca de Piura en el Norte, E1: ¿y dígame que costumbres tenía, en el norte que seguía realizándolos en Lima y que actualmente ya no lo puede seguir ejecutando por la pandemia? E2: allá en el norte no se sale mucho, los domingos no se sale para nada, guardábamos como día de fiesta los domingos no se trabajaba, días de semana se iba a la chacra a trabajar, E1: ¿y usted a que se dedicaba antes de la pandemia? E2: yo vendía desayuno señorita en puente piedra, pero con respecto a la pandemia prácticamente deje de ir a trabajar para no contagiarme, y de todas maneras prefiero mantenerme en casa hasta que se arregle la situación, E1: si le pediría resumir cuales son las medidas de prevención que tiene en casa al momento de salir a abastecerse de insumos ¿Cuál sería esas medidas que ejecutan? E2: Haya, cuando llegamos a la casa lo primero que hacemos es tratar de descontaminarnos, primero nos roseamos de alcohol, los zapatos, la ropa, E1: dígame señora Pilar, ¿debido a la pandemia se ha visto afectadas quizás actividades cotidianas como viajes que quizás realizaba antes de la pandemia? E2: bueno si, a veces viajaba, ahora no puedo salir ni a la esquina, E1: con respecto a la educación, usted me comenta que tiene una nieta de 10 años, y las clases vienen siendo virtual, ¿Cómo ve la aceptación de su nieta con respecto a esta modalidad? E2: bueno mi nietita lo está haciendo así de forma virtual y sus tareas, su mama se encarga de enseñarle, E1: si hablamos de la parte económica, el estado otorgó un subsidio monetario ¿usted se vio beneficiada con este bono? E2: si, si he sido beneficiada con un bono y me sirvió bastante para ayudar en la casa, E1: que bueno

señora Pilar, cuénteme cuando usted se tiene que movilizar al mercado o un centro de salud o algún sitio por motivo de emergencia, ¿Qué medidas toma? E2: si, cuando salgo llevo mis guantes, mi mascarilla, mi facial, mi alcohol le hecho a las monedas cuando recibo vuelto al comprar algo, para las manos, E1: y en casa quién se encargó de enseñar a las menores el lavado de manos como hábito cotidiano, E2: mi hija es quien se encarga de protegerlas a mis dos nietas, ellas se encarga de enseñarles y realizarles su limpieza, E1: ¿sigue habiendo una persona nada más que se encarga del abastecimiento de insumos? E2: de ir al mercado, sí de todas maneras se realiza de forma quincenal, las compras no diario para evitar el contagio y todo eso, E1: claro, y dígame que es lo que extraña del estilo de vida que se tenía antes, como visitas familiares, E2: lo que más extraño es no poder ir a mi trabajo, trabajar como antes E1: me imagino ya que eso era su apoyo, su soporte, E2: claro, claro, es lo que más extraño, no tener esa libertad de ir a hacer las compras, salir, pasear, regresar tranquilos, extraño bastante, E1: la comprendo señora Pilar, y con respecto a la alimentación en casa, ¿divide bien los alimentos que sean nutritivos, tienen alguna costumbre de tomar bebidas de hierbas? E2: si, tomamos hierbas, varias clases de infusión, y tratar de comer sano para estar fuertes ante esta situación E1: me parece bien señora Pilar, y con respecto a las visitas familiares, ¿cómo está manejando la situación?, ¿mantiene el aislamiento social? E2: bueno, mantengo la distancia mayormente, no estar tan pegados, guardar el metro de distancia, E1: haya, ¿si le pregunto qué enseñanza le deja esta pandemia que me respondería? E2: bueno la enseñanza es de estar protegidos mayormente, mantener las medidas de protección, yo pienso que esta situación va a seguir mas tiempo y tenemos que seguir protegiéndonos, en todo sentido, E1: entonces de forma particular, ¿usted si seguiría ejecutando las medidas de bioseguridad en su vida cotidiana? E2: si, eso si señorita, porque hasta ahora no hay un tope de la pandemia, porque no sabemos si vamos a seguir contagiándonos, y tenemos que seguir cuidándonos, no se debe confiar en eso aun, E1: cabe resaltar que las medidas de protección que esta optando no solo protege del contagio del virus, sino de otro tipo de enfermedades, E2: bueno señora Pilar, por la información brindada puedo ver que si tienen conocimientos sobre las medidas de protección, sigan realizándolo así, para proteger a su familia y a los pequeños, E2: si, señorita por los pequeños y por nosotros mismos también, E1: me parece bien señora Pilar, muchas gracias por su colaboración, cuídese mucho, hasta luego, E2: hasta luego señorita Kelly.

ENTREVISTA N°5

Entrevistadora: E1

Entrevistada: E2

E1: Buenos días señora Ninfa (48 años), quien le habla Kelly Vicente Tauma estudiante de Enfermería de la Universidad César Vallejo, quisiera contar con su participación en esta entrevista con el fin de recolectar información para mi proyecto de investigación titulado Hábitos culturales preventivos y autocuidado familiar en adultos de 40 a 55 años ante la pandemia Coronavirus Lima Perú 2020, se le otorgará un consentimiento informado donde usted autorice su participación y se le asegura que su identidad será protegida. ¿está de acuerdo señora Ninfa? E2: Buenos días señorita Kelly, si está bien estoy de acuerdo. E1: Señora ¿usted cuenta con servicios básicos?, ¿está asegurado en algún seguro? E2: si señorita tengo servicios básicos, y si tengo SIS y mis hijas también, E1: Como usted sabe estamos viviendo una situación complicada a nivel mundial, estamos cruzando una pandemia que está afectado la salud de la mayoría de personas, usted ¿qué opina de la situación que estamos viviendo? E2: Bueno señorita la verdad, es algo delicado lo que estamos viviendo, con miedo a contagiarnos, ahora para Salir hacer compras tenemos que usar mascarillas, protectores faciales, mi hija es enfermera y siempre nos educa sobre nuestros cuidados. E1: que bueno señora Ninfa, teniendo un miembro de salud en casa, les puede educar y evitar el contagio. E2: si, señorita mi hija es quien nos proporciona mascarillas, alcohol, todo lo necesario para la casa, E1: y cuénteme señora Ninfa usted de dónde es? E2: yo soy de Áncash y parte de mi familia también, E1: y cuénteme ¿qué costumbres familiares tenía en casa, que se haya visto afectado en pandemia? E2: bueno señorita, mi costumbre en casa era reuniones familiares fines de semana, cosa que ya no se puede hacer, y salir a lugares campestres cada que se podía, eso extrañamos. E1: entiendo señora Ninfa, todo tiene un buen propósito que es disminuir la propagación del virus, y ahora, ¿Cómo se están distribuyendo con respecto al abastecimiento de insumos del hogar? E2: mantenemos la decisión que solo se encarga uno al salir, y que utiliza las medidas de protección necesarios para no infectarnos y al regresar a casa desinfectamos a mi hija la mayor y a las cosas que compran. E1: me parece adecuado las reglas que están cumpliendo, y dígame, cuántos miembros son en su familia, E2: en casa somos 7 personas contando a mi nieto de 8 años, E1: señora Ninfa con respecto a su nieto, ¿como está llevando la parte de la educación, se acopla a sus clases virtuales? E2: bueno señorita, mi nieto es ayudado por sus tías con sus clases, al inicio como que no entendía bien me imagino porque extrañaba su aula, pero ahora si realiza sus tareas. E1: ¿Entiendo señora Ninfa y dígame



en el aspecto económico como ha sido afectada su situación? ¿ha sido beneficiada con el bono? E2: Bueno señorita yo me dedicaba a decoración de eventos, tengo mi local, ahora en pandemia ya no he podido hacer mis eventos, pero tenemos ingresos de mi esposo y mis hijas, el bono no nos ha tocado aún, E1: Y dígame, para el abastecimiento de insumos, ¿Quién se responsabiliza en adquirirlos? Y ¿Qué medidas toma para salir a realizarlas? E2: lo realizamos una vez por semana y a veces voy yo o también mi hija la mayor, utilizamos mascarilla y el facial para poder salir, y al regresar nos desinfectamos, dejamos los zapatos afuera, nos bañamos, desinfectamos las compras también, ya se tiene miedo de todo, E2: y al momento de realizar las compras, ¿ha priorizado alimentos que contengan mayores nutrientes, conoce que alimentos serían? E2: como mi hija es enfermera, ella se encarga de orientarme, además mis hijas mi nieto están acostumbrados a toda la comida saludable que les doy, y sigo las creencias de mi mamá sobre algunas hierbas que nos ayude a respirar mejor. E1: ¿usted quizás incentiva a sus hijos alguna actividad física en casa, ya que los niños no deben estar expuestos en la calle? E2: bueno a mi nieto trato de que haga juegos en mi sala, ya que no lo sacamos por nada de casa, y mis hijas no lo hacen prefieren estar con el celular que hacer ejercicio, E1: ¿y con respecto a la familia, como han manejado ese distanciamiento por pandemia? E2: bueno la mayor parte de mi familia está en Ancash así que realizamos videollamadas, y los pocos que están en Lima, nos hemos mantenido con distancia para evitar el contagio, ya que yo soy hipertensa. E1: claro señora Ninfa debe tener mucho cuidado, tanto usted como su esposo son personas de riesgo y están más propensos a contraer el virus, ¿si le preguntara que le deja esta pandemia que me respondería? E2: nos deja una lección de autocuidado sobre la familia y de uno mismo, para prevenir distintas enfermedades, además que estas medidas se volverán cotidianas en las familias o al menos en la mía sí. E1: bueno señora Ninfa muchas gracias por su participación, y su tiempo, E2: no se preocupe señorita Kelly, cuídese.

## ENTREVISTA N°6

Entrevistadora: E1

Entrevistada: E2

E1: Buenos días señora José ( 40 años), quien le habla Kelly Vicente Tauma estudiante de Enfermería de la Universidad César Vallejo, quisiera contar con su participación en esta entrevista con el fin de recolectar información para mi proyecto de investigación titulado Hábitos culturales preventivos y autocuidado familiar en adultos de 40 a 55 años

ante la pandemia Coronavirus Lima Perú 2020, se le otorgará un consentimiento informado donde usted autorice su participación y se le asegura que su identidad será protegida. ¿está de acuerdo señora José? E2: Buenos días señorita, si está bien. E1: Señor ¿usted cuenta con servicios básicos?, ¿está asegurado en algún seguro? E2: si señorita tengo servicios básicos, y no tengo seguro, sufrí negligencia en la marina y me retiran y hasta me dejaron sin seguro, E1: Como usted sabe estamos viviendo una situación complicada a nivel mundial, estamos cruzando una pandemia que está afectado la salud de la mayoría de personas, usted ¿qué opina de la situación que estamos viviendo? E2: La verdad, al inicio estaba asustado, por que es algo nunca antes visto, y saber que complica la salud de mi familia y tengo una discapacidad que me podría complicar más, E1: ¿Cuándo inició la cuarentena ustedes acataron las medidas de protección como aislamiento social? E2: Sí, por que, nos ha sorprendido las noticias nos dieron más miedo y creo que a la gran mayoría de personas por el temor del virus, E1: cuantas personas viven en su hogar, E2: Dos personas, mi tío que sufre de presión alta y yo que tengo una discapacidad en movilidad debido a un accidente que tuve en la marina, E1: ¿y dígame de que lugar pertenece y que costumbres tenía, realizándolos en Lima y que actualmente ya no lo puede seguir ejecutando por la pandemia? E2: yo soy de chachapoyas en Amazonas, y por motivo de trabajo vivo en Lima, debido a mi condición, solía asistir a lugares recreativos como parte de mi terapia y realizarlos, ahora por la pandemia se me suspendieron las terapias de rehabilitación, sumándole que no puedo salir a las calles por miedo a contagiarme, E1: ¿y usted a que se dedicaba antes de la pandemia? E2: el sustento de la casa era por parte de un familiar, debido a mi condición yo no puedo trabajar, E1: si le pediría resumir cuales son las medidas de prevención que tiene en casa al momento de que un familiar salga a abastecerse de insumos ¿Cuál sería esas medidas que ejecutan? E2: siempre que llegaba mi tío le mandábamos que se bañe, lavado de ropa, cambio de zapatos, los productos echábamos alcohol a las bolsas y lavar los productos con unas gotitas de lejía con agua, E1: dígame señor José, si hablamos de hábitos que se hayan visto modificados ahora, de repente en casa, la higiene en casa, regresábamos de la calle y nos sentábamos en el sillón o cosas así, ¿ahora que acciones realizan ante estas situaciones? E2: Por ejemplo, siempre un buen lavado de manos a pesar que no salgo, y soy adicto a echarme alcohol cada hora si es posible, a pesar que no salgo, y a mi tío siempre que se lave las manos seguido ya que el es quien sale más, E1: ¿ha tenido que pasar esto para que en casa tomen conciencia que no solo el covid se contagie sino otro tipo de enfermedades y realicen las medidas de higiene correcta?

E2: La verdad que antes no se hacía eso como ahora, antes de hacer cualquier cosa lavado de manos, que llegue de la calle mi tío, a lavarse, bañarse, las bolsas señorita que llegue a casa desinfectarlo cosa que antes no se realizaba, y después de este virus, tomaremos consciencia, viendo todos los casos de los hospitales como mueren las personas, no me gustaría pasar por ese momento, ya que tengo experiencia en hospital por mi accidente, E1: ¿con respecto al contacto físico como se he visto modificado? E2: Bueno ya no se puede realizar las visitas, antes por mi condición mis amigos me visitaban, mis promociones de marina, la familia, y ahora nadie puede visitarme para no contagiarnos, E1: y dígame como opinión personal ¿ha tenido que pasar esto para que en casa tomen conciencia que no solo el covid se contagie sino otro tipo de enfermedades y realicen las medidas de higiene correcta? E2: la verdad que si, por que antes por ejemplo en lo personal a veces comía o hacia algo sin lavarme las manos y al salir a la calle tanto contaminación que existe no le tomaba tanta atención, y darse cuenta que estamos expuestos a tantas enfermedades nos hace tomar consciencia y tener cuidados en la familia, E1: tiene toda la razón señor José, y es bueno que haya tomado consciencia y de ahora en adelante ejecute bien sus actividades con las medidas correspondientes, si hablamos de la alimentación en su familia, ¿han sabido seleccionar los alimentos con mayor nutriente o no tiene conocimiento de ello? E2: la verdad señorita, compramos para la semana lo que se pueda, no se mucho de que nutrientes contengan la comida, pero lo que si sé que debemos consumir frutas, verduras, menestras, y también lo que estamos tomando es agua calentita con naranja miel y ajos, nos recomendaron familiares para prevenir la enfermedad, E1: entiendo señor José, bueno mientras sea cosas naturales y no en exceso, si estaría bien que lo consuman como cuidado personal, E2: si señorita nada en exceso e informándome bien con las noticias sobre la situación actual en nuestro país, E1: entonces de forma particular, ¿usted si seguiría ejecutando las medidas de bioseguridad en su vida cotidiana? E2: claro señorita, ya seria inconsciente no poner en práctica todo lo que hemos venido haciendo para evitar esta terrible enfermedad, creo que queda como enseñanza de vida, a nadie le gustaría ver un familiar así mal o uno mismo, E1: me parece bien señor José, y espero siga ejecutando todas las medidas de bioseguridad posible, y su familia se encuentre bien, muchas gracias por su participación cuídese mucho, E2: no se preocupe señorita Kelly espero le haya servido mi participación y que le vaya bien, E1: muchas gracias, cuídese.

ENTREVISTA N°7

Entrevistadora: E1

Entrevistada: E2

E1: Buenos días señor Emiliano ( 48 años), quien le habla Kelly Vicente Tauma estudiante de Enfermería de la Universidad César Vallejo, quisiera contar con su participación en esta entrevista con el fin de recolectar información para mi proyecto de investigación titulado Hábitos culturales preventivos y autocuidado familiar en adultos de 40 a 55 años ante la pandemia Coronavirus Lima Perú 2020, se le otorgará un consentimiento informado donde usted autorice su participación y se le asegura que su identidad será protegida. ¿está de acuerdo señor Emiliano? E2: Buenos días señorita, si estoy de acuerdo. E1: Señor ¿usted cuenta con servicios básicos?, ¿está asegurado en algún seguro? E2: si señorita, pero el agua se va por ratos, luz si tenemos, pero desagüe no, y si tengo SIS y mis hijos también, mi esposo no tiene, E1: Entiendo, como usted sabe estamos viviendo una situación complicada a nivel mundial, estamos cruzando una pandemia que está afectado la salud de la mayoría de personas, usted ¿qué opina de la situación que estamos viviendo? E2: bueno señorita es preocupante, da miedo a veces, la consecuencia que puede tener todo esto, tratamos de protegernos con lavado de manos, desinfectarnos cuando regresamos a casa, lavar E1: ¿Quiénes son los que conforman su hogar? ¿Y de que edades son? E2: somos 5 personas, mis tres hijos de 13, 8, 6 años y mi esposa de 45 años, E1: ¿Cuándo inició la cuarentena ustedes acataron las medidas de protección como aislamiento social? E2: si, señorita desde que empezó la cuarentena, todos los cuidados que se ha podido manejar en mi familia. E1: ¿Cuándo inicia la cuarentena que decisión tomaron con respecto al abastecimiento de insumos necesarios para el hogar? E2: empecé a hacer las compras, mi esposo se quedó sin trabajo, menos mal una vecina nos daba fiado y con eso trataba de cocinar, E1: Dígame señor Emiliano, ¿Dónde nació? E2: yo soy de la provincia de Piura, E1: ¿y dígame que costumbres tenía, en el norte que seguía realizándolos en Lima y que actualmente ya no lo puede seguir ejecutando por la pandemia? E2: bueno en Piura siempre iba de viaje cuando podía, y normalmente son las reuniones familiares si o si y comer comidas típicas, obvio ahora ya no se puede por el contagio, E1: ¿y usted a que se dedicaba antes de la pandemia? E2: bueno con mi esposa vendíamos bocaditos, pancitos en el mercado, tenemos nuestro horno y con eso teníamos ingreso y ahora en pandemia ya no podemos salir a vender porque nadie compraría, entonces mi esposo trata de manejar moto taxi en la zona, E1: si le pediría resumir cuales son las medidas de prevención que tiene en casa al momento de salir a abastecerse de insumos ¿Cuál sería esas medidas que ejecutan?

E2: bueno mi esposa es quien sale más al mercado o acá a las tiendas que hay cerca, y ella se desinfecta al entrar, pero la verdad yo no mucho hago eso, es que para que si igual vamos a contagiarnos todos así me lave las manos, E1: pero señor, todos debemos mantener las medidas preventivas, para protegerse usted y a su familia, ¿al ver la realidad del país no le da miedo contagiarse? E2: no señorita es que para ser cierto todos nos vamos a contagiar. E1: dígame señor Emiliano, ¿debido a la pandemia se ha visto afectadas quizás actividades cotidianas como viajes que quizás realizaba antes de la pandemia? E2: bueno salir a vender bocaditos, eso más que nada porque sin trabajo no se puede sobrevivir, E1: con respecto a la educación, usted me comenta que tiene tres hijos, y las clases vienen siendo virtual, ¿Cómo ve la aceptación de sus hijos con respecto a esta modalidad? E2: mis tres hijos están el colegio estatal, y llevan clases virtuales, pero no veo que sea igual que ir al colegio, porque los profesores entran cuando pueden, dejan más tareas, pero veo que ni dan clases, E1: bueno señor Emiliano sería un tema que sería bueno intentar dialogar con el director o persona encargada, y dígame, si hablamos de la parte económica, el estado otorgó un subsidio monetario ¿usted se vio beneficiado con este bono? E2: nada señorita no nos ha tocado ningún bono eso me da colera, todos mis vecinos han recibido y yo nada, E1: y dígame que es lo que extraña del estilo de vida que se tenía antes, como visitas familiares, E2: lo que más extraño es no poder ir a mi trabajo, trabajar como antes E1: la comprendo señor Emiliano, y con respecto a la alimentación en casa, ¿divide bien los alimentos que sean nutritivos, tienen alguna costumbre de tomar bebidas de hierbas? E2: eso sí trato mi esposa es quien da de comer a mis hijos full menestras, pescado, bueno depende señorita si nos alcanza, pero trato de comprar cosas que le ayuden y hierbas full infusiones calientes, E1: me parece bien señor Emiliano, y con respecto a las visitas familiares ¿mantiene el aislamiento social? E2: si, aparte que mi familia vive lejos, no nos movemos, nos extrañamos, pero tengo que trabajar de algo salgo en moto a trabajar y mi esposa me manda alcohol y si me hecho. E1: haya, ¿si le pregunto qué enseñanza le deja esta pandemia que me respondería? E2: bueno en mi familia hemos aprendido que se debe realizar medidas para cuidarnos como lavarnos bien las manos, al salir a la calle protegerse bien, las cosas que compramos también, con cuidado, E1: cabe resaltar que las medidas de protección que está optando su esposa en recalcarle a usted, previene de muchas enfermedades y espero tome consciencia en las consecuencias que puede tener no llevar una buena medida de prevención, bueno señor Emiliano, gracias por la información brindada, E2: está bien señorita, hasta luego.

## ENTREVISTA N°8

Entrevistadora: E1

Entrevistada: E2

E1: Buenos días señor Máximo ( 53 años), quien le habla Kelly Vicente Tauma estudiante de Enfermería de la Universidad César Vallejo, quisiera contar con su participación en esta entrevista con el fin de recolectar información para mi proyecto de investigación titulado Hábitos culturales preventivos y autocuidado familiar en adultos de 40 a 55 años ante la pandemia Coronavirus Lima Perú 2020, se le otorgará un consentimiento informado donde usted autorice su participación y se le asegura que su identidad será protegida. ¿está de acuerdo señor Máximo? E2: Buenos días señorita, si estoy de acuerdo. E1: Señor ¿usted cuenta con servicios básicos?, ¿está asegurado en algún seguro? E2: si señorita, pero el agua se va por ratos, luz si tenemos, pero desagüe no, y si tengo seguro militar, E1: Entiendo, como usted sabe estamos viviendo una situación complicada a nivel mundial, estamos cruzando una pandemia que está afectado la salud de la mayoría de personas, usted ¿qué opina de la situación que estamos viviendo? E2: bueno señorita, la situación es muy complicada, cuantas personas vienen siendo víctimas de este virus, en provincia mis hermanos se han contagiado, pero están bien gracias a Dios, E1: entiendo señor Máximo, ¿y cuénteme quienes son los que conforman su hogar? E2: en mi casa somos cuatro, mi esposa y mis dos hijos mayores E1: ¿Cuándo inició la cuarentena ustedes acataron las medidas de protección como aislamiento social? E2: si, de todas maneras, iniciamos en casa, es que yo sufro del corazón y mi esposa es hipertensa, y tenemos mucho cuidado al salir, E1: ¿Cuándo inicia la cuarentena que decisión tomaron con respecto al abastecimiento de insumos necesarios para el hogar? E2: bueno en primer lugar, acatamos la cuarentena, la inmovilización, y me quede sin trabajo, yo hago taxi porque soy jubilado, bueno mi esposa iba una vez a la semana al mercado con su mascarilla, su protector facial, alcohol y su guante. E1: Haya señor le entiendo. E1: Dígame señor Máximo, ¿Dónde nació? E2: Bueno yo soy de Amazonas, Chachapoyas, E1: ¿y dígame que costumbres tenía, que seguía realizándolos en Lima y que actualmente ya no lo puede seguir ejecutando por la pandemia? E2: creo que lo típico, estar en familia, salir algún lugar a pasear, y lo que sí extraño es trabajar, sin trabajo no mantenemos la familia, E1: ¿y usted a que se dedicaba antes de la pandemia? E2: Bueno soy militar jubilado, pero antes de la pandemia hacía taxi con mi carrito y sacaba mi semana, E1: si le pediría resumir cuales son las medidas de prevención que tiene en casa al momento de salir a abastecerse de insumos ¿Cuál sería esas medidas que ejecutan? E2: en sí mi esposa es quien se va al mercado y mantenemos cuidado, al salir se pone mascarilla, protector facial, mameluco para proteger la ropa, cuando llega en la puerta tenemos lejía para los zapatos, lavamos la ropa y echamos alcohol a las bolsas, E1: y dígame que es lo que extraña del estilo de vida que se tenía antes, como visitas familiares, E2: bueno señorita, creo que todos extrañamos más que nada a la familia, viven lejos, y no se puede visitar, además de salir a trabajar, o irse de viaje con la familia, E1: entiendo señor Máximo, y con respecto a la alimentación en casa, ¿divide bien los alimentos que sean nutritivos, tienen alguna costumbre de tomar bebidas de hierbas? E2: sí señorita, mi esposa es quien sabe más de eso, y siempre nos da comida balanceada, frutas, verduras,

menestras, ensaladas, bueno ahora nos medimos más al comprar, pero tratamos de alimentarnos bien, E1: me parece bien señor Máximo, y con respecto a las visitas familiares ¿mantiene el aislamiento social? E2: mi familia y yo tenemos mucho cuidado, como le digo yo sufro del corazón mi esposa también, no podemos exponiéndonos, aunque extrañemos a la familia es mejor lejos, E1: haya, lo comprendo y cuénteme, usted sabe que el gobierno está entregando subsidios monetarios, ¿su familia ha sido beneficiada con este bono? E2: en este caso no señorita, no hemos sido beneficiados me imagino porque yo registro como jubilado militar, por eso quizás no nos toca, al menos con mi pensión podemos subsistir estos meses, E1: entiendo señor Máximo y ¿si le pregunto qué enseñanza le deja esta pandemia que me respondería? E2: creo que nos enseña a ser más consciente de nuestros cuidados, el estar tanto tiempo fuera de casa, no sabía que estamos expuestos a tantas enfermedades, por que no solo es este virus señorita, uy, cuantas enfermedades más nos asecha, y mi familia hemos aprendido, una a lavarnos bien las manos, para cada cosa nos lavamos, otra los protectores que usamos, pues señorita el mundo ha tenido que vivir esta experiencia para recién protegernos, E1: me parece bien su concepto señor, espero que su familia y usted sigan teniendo esos cuidados, para el bienestar de su hogar y de los hijos, muchas gracias señor Máximo por su participación, E2: de nada señorita cuídese.