



UNIVERSIDAD
NACIONAL
AUTÓNOMA DE
NICARAGUA,
MANAGUA
UNAN - MANAGUA

Instituto politécnico de la salud “Luis Felipe Moncada”

Departamento de Enfermería

**Seminario de graduación para optar al título de licenciatura en Enfermería en
Cuidados Críticos**

Tema: Adulto Mayor

Sub tema:

Efectos en el adulto mayor durante la pandemia COVID-19 en el Barrio Milagro de Dios,
Departamento de Managua, II semestre 2022

Autores:

Bra. Jeymy Olivia Sotelo Zamora

Bra. Vanessa de Lourde Ortiz Navas

Tutor:

Msc. Elizabeth Hernández Castillo
Docente del departamento de Enfermería

Managua, Nicaragua

Año 2022

Resumen

El objetivo principal fue analizar los efectos en el adulto mayor durante la pandemia COVID-19, bajo línea de investigación adulto mayor- aspectos psicosociales. Se trata de un estudio con enfoque cualitativo, de paradigma constructivista, tipo fenomenológico su fin principal es explorar, describir y comprender las experiencias vividas de las personas con respecto a un fenómeno, nuestra muestra son 10 habitantes del Barrio Milagro de Dios, que se encuentra ubicado en el departamento de Managua, siendo adultos mayores entre las edades de 60 a 90 años que en su mayoría padecen de enfermedades crónicas como diabetes mellitus, hipertensión, enfermedades cardíacas y enfermedades reumáticas, se aplicarán dos instrumentos, entrevista y grupo focal, en este estudio se implementó como método la visita casa a casa con el fin de facilitar la participación y la reunión de los sujetos, con la ayuda de los secretarios políticos del barrio, dichos instrumento fueron validados por docentes expertos en redacción y ortografía para la recolección de la información. El tipo de muestra que se utilizó en esta investigación cualitativa es no probabilístico (muestra de participantes voluntarios), el cual está formado por integrantes que fueron seleccionados, se realizó una invitación para colaborar en dicho estudio, a lo que los adultos mayores respondieron por iniciativa propia. Nuestra investigación abarcó los siguientes aspectos de inclusión: adultos mayores de 60 años o más, sexo Femenino y Masculino, habitantes del barrio Milagro de Dios, adultos mayores con enfermedades crónicas, sin problemas de deterioro cognitivo leve o moderado y sin ningún impedimento físico.

Palabras claves: efectos, adulto mayor, pandemia COVID-19, cualitativo, fenomenológico.

Dedicatoria

La presente investigación está dedicada primeramente a Dios por darnos las fuerzas para cursar la carrera de enfermería en cuidados críticos, a nuestros padres; quienes nos brindaron apoyo en todo momento durante este proceso de formación profesional, por darnos apoyo económico, psicológico y moral, para lograr cumplir nuestro sueño de obtener el título, a pesar de todas las dificultades durante el transcurso de la carrera.

A cada uno de mis maestros que fueron fuentes de inspiración para seguir luchando, gracias por su paciencia, confianza y apoyo.

Jeymy Olivia Sotelo Zamora

Vanessa de Lourde Ortiz Navas

Agradecimiento

Agradecemos infinitamente a Dios por la vida, salud y oportunidad de cursar la carrera de enfermería en cuidados críticos, por la vocación y sabiduría para llegar a la meta que tanto anhelamos, al igual dando gracias nuestra tutora Msc. Elizabeth Hernández quien nos brindó de su tiempo y conocimientos para el desarrollo de esta investigación.

También queremos agradecer a nuestros padres, ya que sin su ayuda económica y emocional nunca hubiéramos llegado a este punto, este largo camino que parece que está terminando, pero en realidad este es solo el comienzo de muchos éxitos.

Jeymy Olivia Sotelo Zamora

Vanessa de Lourde Ortiz Navas



**Instituto Politécnico de la salud
Luis Felipe Moncada
Departamento de enfermería**

**AVAL PARA LA ENTREGA DE EJEMPLARES DE SEMINARIO DE
GRADUACIÓN**

Considerando que se han integrado las recomendaciones emitidas por el Honorable tribunal examinador en la presentación y defensa de Seminario de Graduación. Se extiende el presente AVAL, que les acredita para la entrega de los ejemplares finales empastados al departamento de Enfermería.

Carrera: Licenciatura en enfermería en Cuidados Críticos

Tema: Efectos en el adulto mayor durante la pandemia COVID-19 en el Barrio Milagro de Dios, Departamento de Managua, II semestre 2022

Br. Jeymy Olivia Sotelo Zamora

Br. Vanessa de Lourde Ortiz Navas

Tutor: Msc. Elizabeth Hernández Castillo

Sin más a que hacer referencia

Dado en la ciudad de Managua, a los 14 días del mes de febrero del 2023.

Msc. Elizabeth Hernández Castillo
Tutor de Seminario de Graduación

Índice de Contenido

Introducción.....	1
Antecedentes.....	3
Planteamiento del Problema.....	5
Justificación.....	8
Propósitos de investigación.....	9
Perspectiva de investigación.....	10
Enfoque de la investigación.....	10
Según el tiempo.....	11
Tipo de estudio.....	11
Área de estudio.....	11
Población, universo y muestra.....	13
Criterios de inclusión.....	14
Criterios de exclusión.....	14
Método, Técnica e Instrumentos de recolección de datos.....	21
Triangulación de la información.....	22
Procedimiento para aplicar el instrumento.....	23
Aspectos éticos.....	23
Prueba de pilotaje.....	24
Validación de los instrumentos.....	24
Prueba de Jueces.....	24
Plan de Tabulación/ Análisis.....	24
Forma en que se presenta los resultados.....	25
Marco referencial.....	26

I. Caracterización sociodemográfica.....	26
1. 1 Edad.....	27
1.2 Sexo.....	27
1. 3 Nivel académico.....	28
1.4 Estado civil.....	28
1.5 Ocupación laboral.....	28
II. Importancia del contacto social en el adulto mayor.....	29
2.1Concepto: Contacto social.....	29
2.2 Comunicación humana.....	30
2.3 Beneficios del contacto social.....	30
2.4 Interacción comunicativa.....	31
III. Efectos en la salud mental durante la pandemia COVID-19.....	32
3.1 Salud mental durante la pandemia.....	32
3.2 Recomendaciones para mantener una adecuada salud mental.....	32
3.3 Estrés post traumático por pandemia COVID- 19.....	33
IV. Efectos en el adulto mayor relacionado al bienestar físico durante pandemia COVID-19.....	33
4.1 Riesgos de la soledad para la salud.....	33
4.2 Afectaciones en la salud de las personas mayores al sentirse solos o aislados.....	34
4.3 Prevención y cuidados de Salud.....	34
Análisis de los datos.....	36
I. Aspectos sociodemográficos.....	36
II. Importancia del contacto social en el adulto mayor.....	36
III. Efectos en la salud mental del adulto mayor durante la pandemia COVID-19..	39
.....	39

IV. Efectos en el adulto mayor relacionado al bienestar físico durante la pandemia	42
Conclusión.....	44
Recomendaciones.....	46
ANEXOS.....	53
Consentimiento Informado.....	57
Instrumento: Entrevista.....	58
Instrumento: Grupo focal.....	59
Bosquejo de Perspectiva teórica.....	61
Recolección de la información.....	79

Índice de Imágenes

Figura 1. Mapa del distrito V Managua. Mapasalud.minsa (2017).....	12
Figura 2. Mapa del Barrio Milagro de Dios. Google Maps (2022).....	13
Recolección de Información.....	78

Índice de Tablas

Matriz de obtención de información de datos	16
Matriz de descriptores	17
Cronograma de Actividades	54
Presupuesto.....	56
Base de datos	62
Importancia del contacto social en el adulto mayor	64
Base de datos- Grupo focal.....	73
Ficha de opinión de expertos	83

Introducción

A inicios del año 2020 el mundo fue sorprendido por una pandemia originada en China, afectando a todos los países, este virus nombrado SARS-CoV-2 ha ocasionado millones de muertes e infectados. Es por esto que muchos países empiezan un plan de contingencia, decretando aislamiento obligatorio para así prevenir los múltiples contagios. Aquello motivó a tomar medidas sanitarias en base a las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud (OMS).

La enfermedad por coronavirus (COVID-19) afectó de distintas formas a cada grupo etario, exponiendo a los adultos mayores como uno de los grupos más vulnerables. Es muy conocido que el contacto y las actividades en comunidad, son necesarias para las relaciones sociales, así como para la salud física y mental. Debemos tener en cuenta que esta población en particular se caracteriza por ser más propensa a tener múltiples comorbilidades que implican la necesidad de un monitoreo constante, el cual por el contexto de la pandemia no ha sido factible.

En la investigación se aborda una serie de indicadores para evaluar los siguientes puntos planteados: Describir las características sociodemográficas, comprender la importancia del contacto social en el adulto mayor, identificar los efectos en la salud mental y descubrir los efectos relacionados al bienestar físico que han tenido los adultos mayores durante la pandemia del COVID-19, en el cual se emplearon instrumentos de entrevista y grupo focal, con una participación de 10 adultos mayores las cuales fueron seleccionados con ayuda de secretarios políticos del barrio Milagro de Dios.

Esta investigación está basada en la línea de investigación: Adulto mayor – aspectos psicosociales en el que se relaciona con los objetivos de desarrollo sostenible (ODS), poniendo en marcha las metas del objetivo 3: Salud y bienestar para poder alcanzar la meta 3.d, la cual nos implementa: reforzar la capacidad de todos los países, en particular los países en desarrollo en materia de alerta temprana, reducción de riesgos y gestión de los riesgos para la salud nacional y mundial. Del mismo modo con el plan nacional de lucha contra la pobreza y para el desarrollo humano 2022-2026 instaurando en nuestro estudio la línea

estratégica número 4, la cual trata de consolidar bienes y servicios públicos para el bienestar y el buen vivir que garantiza atención con calidad y respeto a nuestros adultos mayores, casa club, brindando amor, cuidado y seguridad, reconociéndolos como legado histórico de nuestra familia y comunidad. Como perspectiva de investigación es de paradigma constructivista, enfoque cualitativo ya que queremos darle sentido o interpretar los efectos durante la pandemia, siendo de carácter retrospectivo y de tipo fenomenológico, ya que su fin principal es explorar, describir y comprender las experiencias vividas de las personas con respecto a un fenómeno.

Antecedentes

Internacionales

(Córdoba, Ceballos, & Angulo, Universidad del Quindío, 2021) Realizaron una investigación denominada “Impacto del aislamiento social por el COVID-19 en adultos mayores en comunidad de Medellín, Armenia y Tumaco”, es una investigación de enfoque cuantitativa de tipo transversal- descriptivo con una población de estudio conformada por 90 adultos mayores, en la que encontró que la gran mayoría de los adultos mayores se sienten preparados para seguir afrontando la situación que se vive con el COVID-19. A pesar de las circunstancias difíciles, su influencia es positiva, incluso un alto porcentaje de los encuestados dicen sentirse “bastante satisfechos” con las personas que viven, sus relaciones interpersonales y el apoyo recibido por la familia.

(Aguilera, 2021) En una investigación llamada: “Percepción de las personas mayores sobre su interacción comunicativa durante el aislamiento social obligatorio tras la emergencia sanitaria por Sars- Cov-2” de enfoque cualitativo, diseño narrativo, pretende comprender el seguimiento de acontecimientos, manifestaciones, y hechos, se utilizó de instrumento la entrevista. Los participantes fueron 10 personas mayores de 60 años que viven en la ciudad de Bogotá. En su resultado se encuentra que influyó en su interacción comunicativa la dimensión emocional, debido que generó sentimientos de tristeza, desesperanza, soledad, angustia y aburrimiento, que primaba el miedo y la desconfianza por entablar una conversación o participar socialmente con los demás.

(Tilburg, Steinmetz, Stolte, der Roest, & de Vries, 2021) Realizó una investigación titulada: “Soledad y salud mental durante la pandemia de COVID-19”. Presumiendo que la reducción en la frecuencia de los contactos sociales, las pérdidas personales y la experiencia de amenazas generales en la sociedad redujo el bienestar. Los datos se recopilaron de 1.679 participantes holandeses que vivían en la comunidad de 65 a 102 años de edad, obteniendo como resultado un aumento de la soledad en las personas mayores. Las preocupaciones sobre la pandemia y la disminución de la confianza en las instituciones sociales se asociaron con un aumento de los problemas de salud mental y, especialmente, la soledad emocional.

(Coaguila Quispe & Velásquez Cahui, 2021) Estudio realizado en adultos mayores que asistían al centro de Salud la Esmeraldas titulado: “Depresión en el adulto mayor por el aislamiento social en el contexto de la pandemia COVID -19”, con un enfoque cuantitativo, diseño no experimental transversal y nivel descriptivo. La población fue de 45 adultos mayores, en la que se recolectó datos con un Cuestionario de Depresión de Yesavage, midiendo la depresión en personas adultas mayores, destacando un 64,44% que evidenciarían rasgos de una probable depresión, y un 26,67% con depresión, siendo principalmente el grupo de adultos mayores con mayor edad (78 a 85 años) y del género femenino quienes padecerían en su mayoría esta afección.

(Oblitas gonzalez & Sempertegui Sánchez, 2020) Realizaron una investigación titulada: “La ansiedad en tiempos de aislamiento social por COVID-19”, estudio descriptivo de corte transversal, usando como instrumento la encuesta, con una población de 142 adultos, la muestra estuvo compuesta por 67 participantes. El estudio revela que 43,3 % de los participantes presentó algún grado de ansiedad, manifiestan que se encuentran más nerviosos y ansiosos de lo normal; sienten temor sin razón alguna, irritabilidad, debilidad, cansancio e intranquilidad; sufren de insomnio, episodios de pánico, temblores de extremidades, cefaleas, molestias estomacales, entre otras.

Nacional

Se realizó la búsqueda de estudios relacionados a los efectos en el adulto mayor durante la pandemia del COVID-19 en cada uno de los repositorios nicaragüenses de distintas universidades, en los que no se logró encontrar ningún tipo de investigaciones.

Planteamiento del Problema

Caracterización del problema

La actualización epidemiológica semanal de la OPS sobre COVID-19 indica que:

Desde el inicio de la pandemia en 2020 y hasta el 27 de septiembre de 2022, se notificó un total acumulado de 612 millones de casos de COVID-19, incluidas 6,5 millones de muertes, en las seis regiones de la OMS. A nivel mundial, se notificaron aproximadamente 3.085.598 nuevos casos de COVID-19 en la SE 38 (18 de septiembre de 2022 - 24 de septiembre de 2022). (Pan America Health Organization , 2022)

La pandemia ha cambiado muchas cosas de nuestra vida cotidiana, afectando nuestra manera de vivir, el ocio, hacer deporte, trabajar o relacionarnos. Ha cambiado nuestras percepciones y comportamientos sobre los demás, otros grupos y el mundo en general, obligando a las personas a ser solitarias, desde el punto de vista psicológico pueden aparecer en algunas personas síntomas de confusión, malestar, ansiedad y enojo. El ser humano es básicamente un ser social, que necesita de otro, tal y como es el caso de los adultos mayores que necesitan aún más de las relaciones interpersonales ya que en su mayoría se encuentran con depresión o sentimientos de inutilidad por su edad, al no poder hacer aportaciones económicas y entre muchas otras que los hacían sentirse tomado en cuenta. Muchos de los adultos mayores se dedicaban a realizar actividades antes de que iniciara la pandemia, entre ellas trabajos para sustentar sus necesidades económicas y que mediante la aparición de esta enfermedad y las nuevas restricciones han tenido que acoplarse al estar en sus hogares realizando actividades.

Delimitación del problema

Los adultos mayores representan un grupo de riesgo ante la presencia del COVID-19, ya que en su mayoría presenta patologías que incrementan el riesgo a ser más vulnerables ante su padecimiento, donde las manifestaciones y complicaciones pueden resultar ser severas. La población en general ha tenido que ajustar cambios en sus estilos de vida y las relaciones interpersonales han cambiado drásticamente desde la pandemia. La salud psicológica y emocional de los adultos mayores se está viendo seriamente afectada.

Conforme a la circunstancia, al realizar la fase exploratoria mediante la observación y comentarios por el secretario político del barrio Milagro de Dios se logró conocer dicha problemática en relación al COVID-19, que tuvo indicios en Nicaragua a partir del 18 de marzo del 2020, en el que mediante la aparición de múltiples casos, los adultos mayores que habitan en este barrio sentían constante temor de ser contagiados ya que ellos tienen presentes que por su edad y patologías crónicas son susceptibles ante esta pandemia, teniendo que tomar medidas como uso de mascarillas, alcohol gel, lavado de manos constantes, el distanciamiento y entre otras restricciones que han modificado a nivel general los estilos de vida. Refiriendo que se han sentido un poco deprimidos y aburridos al no poder tener contacto con las personas, el no poder salir como antes solían hacerlo para poder recrearse al visitar la casa de una de sus amistades o participar en actividades que realizaban en su comunidad al igual limitó la actividad económica que algunos de los adultos mayores realizaban para las aportaciones que hacían en sus hogares, siendo estas necesarias. Algunas de estas personas han tenido que atravesar separación y pérdidas de seres queridos a causa de la pandemia COVID-19, aumentando el sentimiento de soledad de forma transitoria o a largo plazo afectando la salud a nivel físico y psicológico.

Formulación del problema

¿Cuáles son los efectos en el adulto mayor durante la pandemia COVID-19 en el barrio Milagro de Dios, Departamento de Managua, II semestre, ¿2022?

Preguntas directrices

¿Cuáles son las características sociodemográficas de los adultos mayores del barrio Milagro de Dios?

¿Cuál es la importancia del contacto social en el adulto mayor durante la pandemia del COVID-19 en el barrio milagro de Dios?

¿Cuáles son los efectos en la salud mental del adulto mayor durante la pandemia COVID-19 en el barrio Milagro de Dios?

¿Cuáles son los efectos relacionados al bienestar físico en el adulto mayor durante la pandemia COVID-19 en el barrio Milagro de Dios?

Justificación

La presente investigación es de gran importancia ya que la pandemia COVID-19 de distintas formas ha afectado a todos los grupos etarios, siendo los adultos mayores las personas más vulnerables debido a las medidas preventivas que vivieron, es por eso que debemos preocuparnos por los efectos que podrían generarse a corto, mediano y largo plazo, es una población propensa a sufrir, ansiedad, abandono social, desesperanza, estrés, alteración del sueño, hasta depresión.

Por otra parte, esta investigación beneficia a la población en general porque permitirá que la comuna realice cuidados holísticos que intervengan en la salud mental de los adultos mayores, al igual diversos especialistas podrían crear estrategias y guías para contrarrestar el impacto que pueda crear una pandemia, en el adulto mayor, mediante los resultados en este estudio. A nosotros como investigadores nos beneficia con la obtención de nuevos conocimientos sobre la problemática dado que una pandemia provoca un impacto sobre las personas más aún cuando es prolongado, así mismo al adulto mayor y familiares donde quizás ellos no sepan cómo reaccionar ante la situación que se vivió durante la pandemia COVID-19 y que no cree efectos desfavorables en sus vidas para que no repercutan a largo plazo en su diario vivir, concientizando sobre el estado actual a personas de la tercera edad.

De igual forma es viable porque es un asunto actual y una necesidad que se está atravesando, además si este estudio se realiza puede brindar nuevos conocimientos a todo aquel que quiera profundizar cualquier ámbito asociado, de tal manera abrirá nuevo aporte para realizar otras investigaciones relacionadas al tema, inclusive una mirada amplia sobre las necesidades de los adultos mayores durante la pandemia.

Propósitos de investigación

Propósito general

Analizar los efectos en el adulto mayor durante la pandemia COVID-19 en el Barrio Milagro de Dios.

Propósitos específicos

- Describir las características sociodemográficas de los adultos mayores del barrio Milagro de Dios.
- Comprender la importancia del contacto social en el adulto mayor durante la pandemia COVID-19 en el barrio Milagro de Dios.
- Identificar los efectos en la salud mental del adulto mayor durante la pandemia COVID- 19 en el barrio Milagro de Dios.
- Descubrir los efectos relacionado al bienestar físico en el adulto mayor durante la pandemia COVID-19 en el barrio Milagro de Dios.

Perspectiva de investigación

Se menciona que el constructivismo, establece que el conocimiento no se descubre, se construye, y ocurre entre la interacción del sujeto con la realidad, con su mundo. Así mismo, se plantea que a partir de una situación se percibida por diversas personas, por ende, se construyen distintos significados, en donde no hay una verdad absoluta. El constructivismo busca replantear las preguntas y producir teorizaciones sobre el sujeto, la realidad social y el conocimiento, de allí su aporte al campo de las ciencias sociales, en especial en el contexto educativo. (Lorenitha, 2019)

Es por eso que esta investigación es implementada como paradigma constructivista, debido que surge de las comprensiones logradas a partir de los fenómenos que se quieren conocer, es una forma de interpretar la realidad de las cuales su base se construye a través de lo social, vivenciada, local y específica, dependiente de su forma y su contenido, según las personas las construyan.

Enfoque de la investigación

Argumentan que el enfoque cualitativo se selecciona cuando el propósito es examinar la forma en que los individuos perciben y experimentan los fenómenos que los rodean, profundizando en sus puntos de vista, interpretaciones y significados. El enfoque cualitativo es recomendable cuando el tema del estudio ha sido poco explorado o no se ha hecho investigación al respecto en ningún grupo social específico. El proceso cualitativo inicia con la idea de investigación, una vez concebida la idea del estudio, el investigador debe familiarizarse con el tema en cuestión. (Hernandez, Fernandez, & Baptista, 2014)

Por lo tanto, la investigación cualitativa es un proceso interpretativo de indagación basado en distintas tradiciones metodológicas, la biografía, la fenomenología, la teoría fundamentada en los datos, la etnografía y el estudio de casos que examinan un problema humano o social.

Nuestro estudio es de **enfoque cualitativo** ya que a través de este queremos darle sentido o interpretar cuales han sido los efectos en el adulto mayor durante la pandemia COVID-19, basándonos mediante instrumentos que nos faciliten el sentir de estas personas a partir de sus propias percepciones y experiencias vividas.

Según el tiempo

Al igual es de **carácter retrospectivo**, enfocándose en acontecimientos pasados como lo es la pandemia COVID-19, con el fin de poder establecer un análisis cronológico que nos permita comprender lo sucedido y los efectos que ha ocasionado dicho problema.

Tipo de estudio

(Hernandez, Fernandez, & Baptista, 2014) Menciona que: “En la fenomenología empírica el analista hace a un lado en la medida de lo posible sus experiencias para visualizar una nueva perspectiva del fenómeno o problema bajo estudio”.

Esta investigación es **de tipo fenomenológico**, por el cual se quiere conocer el propósito principal que es explorar, describir y comprender las experiencias de las personas con respecto a un fenómeno y descubrir los elementos en común de tales vivencias o los cambios que se han presentado mediante la aparición de esta pandemia, lo que ha conllevado, nuevos hábitos con el fin de no ser contagiados. Siendo de tipo empírica debido a que se enfoca menos en la interpretación del investigador y más en describir las experiencias del participante.

Área de estudio

Macro localización:

El distrito V de Managua se encuentra conformado por los sectores: Sector N.º 1 Centro América, N.º 2 Loma de Valle, N.º 3 Pantasma, N.º 4 Grenada, N.º 5 Carlos Fonseca, N.º 6 Don Bosco, N.º 7 Complejo MAO, N.º 8 Nicarao, N.º 9 Edmundo Matamoros, N.º 10 14 De Septiembre, N.º 11 Anexo Los Jardines, 12 Manuel Casco, N.º 13 Fanabas, N.º 14 Ariel Darce S 1, N.º 15 Ariel Darce 3b, N.º 16 Ariel Darce 4, N.º 17 Adolfo Reyes, N.º 18 Esquipulas, N.º 19 Los Vanegas, N.º 20 Santo Domingo, N.º 21 San Antonio Sur 1, N.º 22 San Antonio Sur 2, N.º 23 San Antonio Sur 3, N.º 24 German Pomares, N.º 25 Augusto C. Sandino, N.º 26 18 de mayo, N.º 27 Walter Ferretti, N.º 28 René Polanco, N.º 29 Enrique Gutiérrez, N.º 30 30 de mayo, N.º 31 14 de mayo, N.º 32 Milagro de Dios, N.º 33 Las Jaguitas, N.º 34 Salomón Moreno, N.º 35 Sócrates Sandino, N.º 36 Las Colinas, N.º 37 Las Enramadas.

El trabajo se realiza en el sector numero 32: Barrio Milagro de Dios del departamento de Managua.

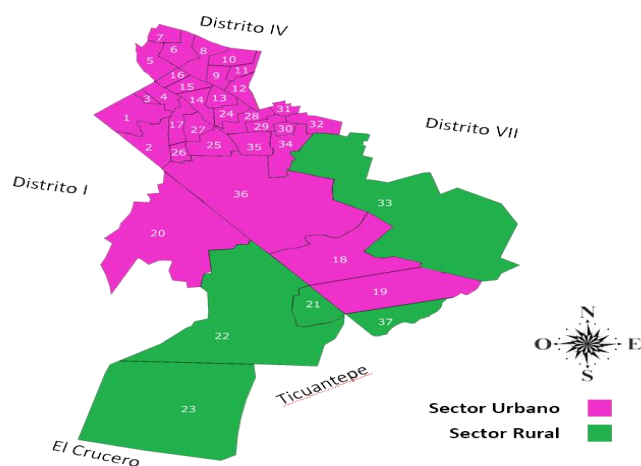


Figura 1. Mapa del distrito V Managua. Mapasalud.minsa (2017)

Micro localización

La Micro localización es la selección de un sitio específico dentro del área geográfica donde se establecerá el domicilio comercial del proyecto para realizar sus actividades comerciales. El estudio de la micro localización sólo indicará cuál es la mejor alternativa de instalación dentro de la región elegida (Bucci, 2020).

Nuestro trabajo se realiza en el barrio Milagro de Dios, el cual está conformado por 3 etapas, se encuentra ubicado en el departamento de Managua, teniendo al norte Ferretería Esquipulas, al sur Iglesia Misionera Casa de Oración Milagro de Dios, al Este pastelería El Capulín, y al oeste Residencial Villa Milagro.

Este barrio ha crecido vertiginosamente en los últimos años, fundado como asentamiento en 1996, y cuyos pobladores con lucha, cooperación y trabajo comunitario han logrado tener beneficios. Don Julián García, uno de los fundadores del barrio, recuerda como si fuese ayer que el terreno donde está el barrio era una propiedad privada, y posteriormente el estado pagó a la dueña, tras la persistencia de más de tres mil familias que en 1995 comenzaron a tomarse la zona. Un año después lograron consolidarse como asentamiento espontáneo, y actualmente ya se le nombra como barrio.

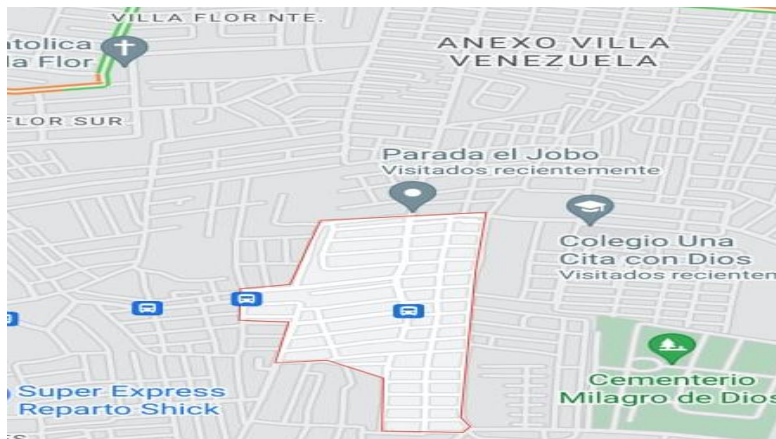


Figura 2. Mapa del Barrio Milagro de Dios. Google Maps (2022)

Población, universo y muestra

Sujeto de estudio

Se refiere que los sujetos de estudio son aquellas personas o grupos de personas que forman parte de los colectivos cuyas características, opiniones, experiencias, condiciones de vida, entre otros rasgos y atributos cobran interés particular para investigaciones con enfoque cuantitativo o cualitativo. (Solis, 2021)

En el presente trabajo nuestro sujeto de estudio son las personas adultas mayores, las cuales tiene la edad entre 60 a 90 años de edad, que en su mayoría padecen de enfermedades crónicas como hipertensión arterial, diabetes, enfermedades reumáticas, enfermedades cardíacas y asma bronquial, entre otras.

Universo de estudio

(Moreno Galindo, 2022) nos manifiesta que “El universo como todo elemento de una determinada área para investigaciones físicas desde el cual se extraerá la información y se generalizarán las conclusiones obtenidas, dicho de otro modo, para aquellas investigaciones abióticas y elementos inanimados”.

Por lo que nuestro universo lo conforman 75 personas adultas mayores, distribuidos desde la etapa 1 a la 3 del barrio Milagro de Dios.

Muestra.

Hernández et al. (2014) Nos indica que: “El tamaño de los grupos varía dependiendo del tema: tres a cinco personas cuando se expresan emociones profundas o temas complejos y de 6 a 10 participantes si las cuestiones versan sobre asuntos más cotidianos”.

El tipo de muestra que se utiliza en esta investigación cualitativa es no probabilístico ya que los procedimientos en este estudio cualitativo responden más al juicio del investigador y la conveniencia (muestra de participantes voluntarios), el cual está formado por integrantes que fueron seleccionados, se realizó una invitación para colaborar en dicho estudio, a lo que los participantes respondieron por iniciativa propia.

Es por eso que nuestro estudio se realiza con 10 personas adultas mayores de las diferentes etapas, con el fin de analizar qué efectos han tenido por la pandemia COVID-19.

Criterios de inclusión

Declaran que los criterios de inclusión son todas las características particulares que debe tener un sujeto u objeto de estudio para que sea parte de la investigación. Estas características, entre otras, pueden ser: la edad, sexo, grado escolar, nivel socioeconómico, tipo específico de enfermedad, estado de la enfermedad y estado civil. Además, cuando la población son seres humanos es conveniente señalar la aceptación explícita de su participación mediante carta de consentimiento informado y, en caso de niños, de carta de asentimiento. (Arias, Villasís, & Miranda, 2016)

Nuestra investigación abarca los siguientes aspectos.

- Adultos mayores con enfermedades crónicas
- Disponibilidad de participación en el estudio

Criterios de exclusión

Nos refieren que los criterios de exclusión son las condiciones o características que presentan los participantes y que pueden alterar o modificar los resultados, que en consecuencia los hacen no elegibles para el estudio. Típicamente estos criterios de exclusión se relacionan con la edad, etnicidad, por la presencia de comorbilidades, gravedad de la

enfermedad, presencia de embarazo, o las preferencias de los pacientes. (Arias, Villasís, & Miranda, 2016)

De la cual son:

- Personas con deterioro cognitivo leve o moderado
- Adultos mayores con discapacidad física

Matriz de obtención de información de datos

Propósitos específicos	Preguntas de investigación	Informante clave	Instrumento a utilizar
Describir las características sociodemográficas de los adultos mayores del barrio Milagro de Dios	¿Cuáles son las características sociodemográficas de los adultos mayores del barrio Milagro de Dios?	Paciente adulto mayor	Entrevista
Comprender la importancia del contacto social en el adulto mayor durante la pandemia COVID-19 en el barrio Milagro de Dios.	¿Cuál es la importancia del contacto social en el adulto mayor durante la pandemia del COVID-19 en el barrio Milagro de Dios?	Paciente adulto mayor	Entrevista
<ul style="list-style-type: none"> • Identificar los efectos en la salud mental del adulto mayor durante la pandemia COVID-19 en el barrio Milagro de Dios. 	¿Cuáles son los efectos en la salud mental del adulto mayor durante la pandemia COVID-19 en el barrio Milagro de Dios?	Paciente adulto mayor	Grupo Focal
<ul style="list-style-type: none"> • Descubrir los efectos relacionado al bienestar físico en el adulto mayor durante la pandemia COVID-19 en el barrio Milagro de Dios. 	¿Cuáles son los efectos relacionados al bienestar físico y económico en el adulto mayor durante la pandemia COVID-19 en el barrio Milagro de Dios?	Paciente adulto mayor	Grupo Focal

Matriz de descriptores

Categoría	Sub-Categoría	Interrogantes	Fuente	Técnica	Instrumento
Caracterización sociodemográfica	Edad	¿Qué edad tiene?	Adulto Mayor	Entrevista	Entrevista en físico
	Sexo	¿Es de sexo Masculino o Femenino?			
	Nivel académico	¿Cuál es su nivel académico?			
	Estado civil	¿Es soltero, casado, divorciado, viudo, o en unión libre?			
	Ocupación laboral	¿A qué se dedica?			
Importancia del contacto social en el adulto mayor	Concepto	¿Qué significa para usted contacto social? ¿Considera importante el contacto social? ¿Por qué?	Adulto Mayor	Entrevista	Equipo para anotaciones (agenda y lápiz) Entrevista en Físico
	Comunicación Humana	¿Con qué personas se comunica en el hogar y fuera del hogar? ¿Qué medios utilizó para comunicarse? ¿Hubo cambios en la forma de comunicarse durante la pandemia COVID-19?			

		<p>¿Consideró necesario modificar la forma de comunicarse con sus familiares, vecinos u amigos durante la pandemia? ¿Por qué?</p>			
	Beneficios del contacto social	¿Considera beneficioso socializar con familiares, amigos, vecinos u otras personas? ¿Por qué?			
	Interacción comunicativa	¿Interactúa a diario con otras personas, cuántas horas al día habla con esa persona?			
Efectos en la salud mental durante pandemia COVID-19	Salud mental durante la pandemia	<p>¿Cómo se ha sentido emocionalmente en el periodo de la pandemia?</p> <p>¿Siente que se agudizaron otras enfermedades durante la pandemia o posterior a esta?</p>	Adulto Mayor	Grupo focal	<p>Equipo para anotaciones (agenda y lápiz)</p> <p>Grabadora de voz</p>
	Recomendaciones para mantener una adecuada salud mental	<p>¿Qué actividades recreativas practica?</p> <p>¿Cambiaron algunas de estas actividades durante la pandemia?</p>			

	Estrés post traumático por pandemia COVID-19	¿Ha tenido pérdidas por muerte de un familiar, conocido, vecino o amigo a causa COVID-19? ¿Cómo se sintió, después de esa pérdida? ¿Cuál ha sido la forma de sobrellevar esta situación de pérdida?			
Efectos en el adulto mayor relacionado al bienestar físico durante pandemia COVID-19.	Riesgos de la soledad para la salud	¿Ha sentido la necesidad de estar solo (a), cuál es el motivo? ¿Qué tipo de pensamientos ha tenido, durante y posterior a la pandemia? ¿Se siente integrado dentro de círculo familiar y de amigos? ¿Por qué?	Adulto Mayor	Grupo focal	Equipo para anotaciones (agenda y lápiz) Grabadora de voz
	Afectaciones en la salud de las personas mayores al sentirse solos o aislados.	¿Ha utilizado sustancias psicotrópicas (alcohol, cigarrillo, cafeína, marihuana, ciertos medicamentos para aliviar el dolor, antidepresivos u otros), para sobrellevar la situación durante la pandemia? ¿Por qué? ¿Se le dificultó conciliar el sueño durante o posterior a la pandemia? ¿Utilizó algún tipo de fármaco o sustancia de medicina tradicional para mejorar el sueño? ¿Afectó o ha afectado su salud la dificultad de conciliar el sueño?			
	Prevención y cuidados de Salud.	¿Utiliza medidas de seguridad al salir de casa? ¿Por qué lo hace?			

		¿Recibe visitas, con qué frecuencia? visitan? ¿Quiénes le vistan? ¿Las personas que le vistan o conviven con usted, toman las medidas para la prevención COVID- 19?			
--	--	---	--	--	--

Método, Técnica e Instrumentos de recolección de datos

Método

(Westreicher, 2020) Señala que: "El método es una forma organizada y sistemática de poder alcanzar un determinado objetivo, se entiende como una serie de pasos que se deben seguir para cumplir una finalidad".

En este estudio se implementa como método la visita casa a casa, con el fin de facilitarle la participación en el estudio y la reunión de los sujetos, la cual consiste en unificar a determinado grupo en las cuales los participantes conversarán a profundidad en torno a un solo tema, en un ambiente relajado bajo la conducción de los investigadores.

Técnica

Se deduce que las técnicas de investigación son el conjunto de herramientas, procedimientos e instrumentos utilizados para obtener información y conocimiento, se utilizan de acuerdo a los protocolos establecidos en una metodología de investigación determinada. Las técnicas de investigación son los recursos disponibles para un investigador, que le permiten obtener datos e información, no garantizan por sí mismas que la interpretación o las conclusiones obtenidas sean correctas, para esto último es necesario que la técnica se aplique en el marco de un método. (Etecè, 2022)

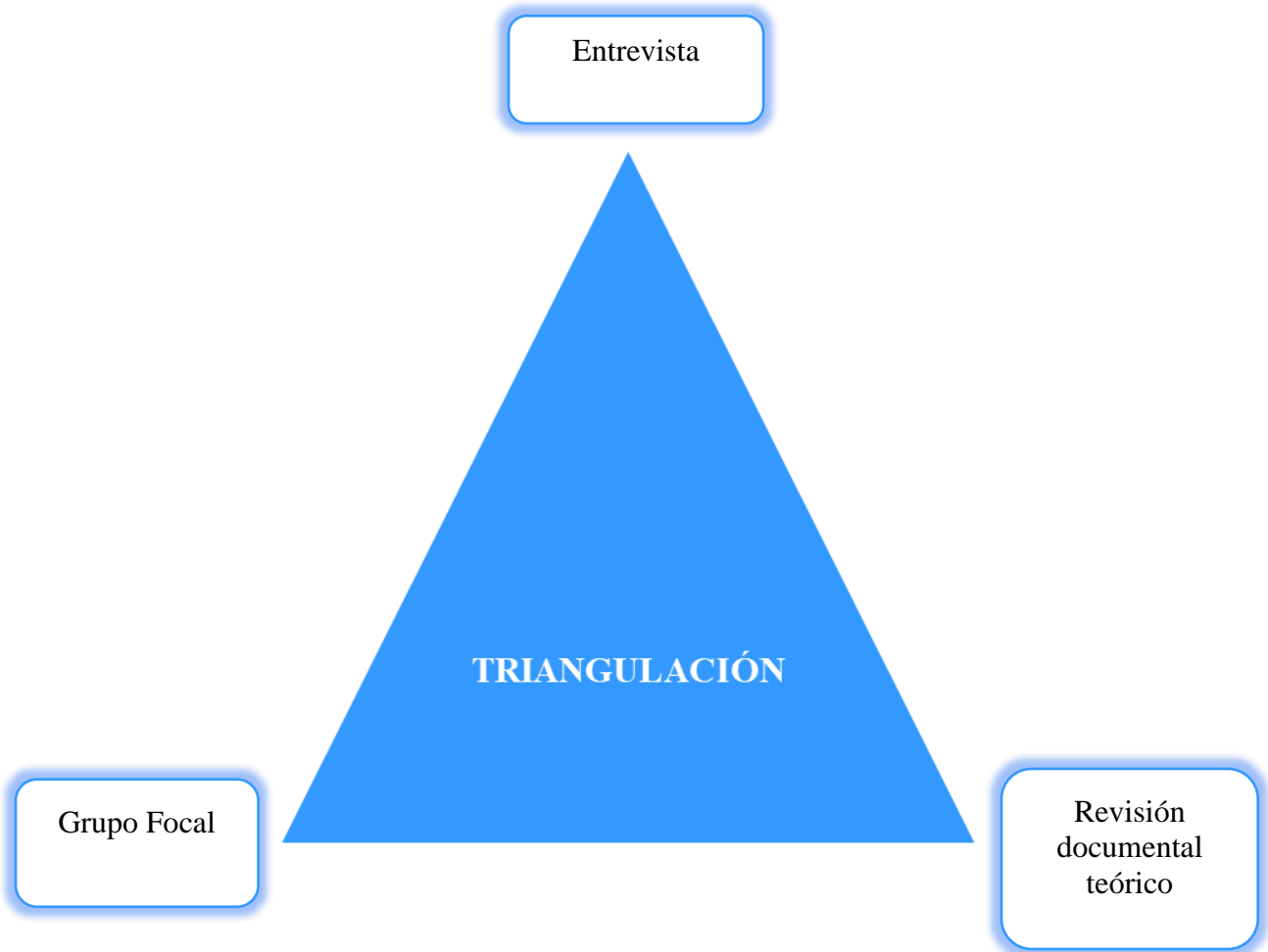
En el desarrollo de este estudio se ejecuta la técnica de grupo focal para la recolección de información, es un método que nos permite captar el pensamiento, sentimiento y experiencias vividas de cada una de las personas que formen parte del trabajo, provocando auto explicaciones para obtener datos cualitativos.

Instrumento

García et al (2020). Refiere que la entrevista permite un acercamiento directo a los individuos de la realidad. Se considera una técnica muy completa. Mientras el investigador pregunta, acumulando respuestas objetivas, es capaz de captar sus opiniones, sensaciones y estados de ánimo, enriqueciendo la información y facilitando la consecución de los objetivos

propuestos. En esta investigación se utiliza como instrumento la entrevista y grupo focal para validez de los resultados, la entrevista consta de 13 ítems de preguntas abiertas y grupo focal 12 ítems de preguntas puntuales para determinar los efectos del aislamiento social en el adulto mayor durante la pandemia COVID-19 en el Barrio Milagro de Dios, estas deben ser aplicadas con o sin ayuda de los investigadores.

Triangulación de la información



Como triangulación de la información se realiza a través de la comparación de los instrumentos aplicados, los cuales fueron entrevista y grupo Focal, haciendo uso de revisión documental, en este caso, marco referencial.

Procedimiento para aplicar el instrumento

Para este trabajo investigativo con título: Efectos en el adulto mayor durante la pandemia COVID-19 en el Barrio Milagro de Dios, Departamento de Managua, II semestre 2022, se crearon 2 instrumentos para cumplir con los propósitos de investigación, describir las características sociodemográficas de los adultos mayores, comprender la importancia del contacto social en el adulto mayor, identificar los efectos en la salud mental del adulto mayor y descubrir los efectos relacionado al bienestar físico en el adulto mayor durante la pandemia. Por lo que el procedimiento para aplicar dichos instrumentos es realizar visita casa a casa con ayuda de encargados de zona, creando un ambiente de confianza para poder ingresar a sus hogares, haciéndole notar la importancia que tiene su cooperación en la realización de la auditoría, produciendo interés con el tema a investigar y al participar se le hace sentir que se le comprende y no será juzgado ni criticado. Al igual se realiza invitación para participar en el grupo focal, se efectúa de manera dinámica con ayuda de medios audiovisuales (mural), en la que se coloca números en sus asientos para poder participar durante las preguntas.

Aspectos éticos

En un estudio cualitativo se utiliza la credibilidad, la auditabilidad y la transferibilidad para evaluar la calidad científica, los cuales, basándose en cada uno de estos aspectos éticos, los resultados de información serán verdaderos para las personas que serán estudiadas y para otros individuos que han experimentado o estado en contacto con el fenómeno investigado (Parra Domínguez & Briceño Rodríguez, 2013).

Por lo que en el transcurso de esta investigación se aplica principios éticos como: elaboración de un consentimiento informado, siendo firmado por el mismo adulto mayor, participando por su espontanea voluntad, en el cual se detalla que toda la información proporcionada en la entrevista y grupo focal se respetará la privacidad y anonimato del entrevistado, sin afectar la autonomía de la persona, esto siendo durante todo el periodo del estudio.

Prueba de pilotaje

Se realiza prueba de pilotaje el día 06 de octubre en el Centro de salud Pedro Altamirano, ubicado contiguo a la delegación de bomberos Distrito V en la avenida Isidro Centeno, se permitió el acceso al programa de crónicos que realizan cada jueves de la semana con el fin de recrearse, realizar viajes y compartir un poco entre ellos de su vida cotidiana, la entrevista se realizó con 4 adultos mayores y el grupo focal con los 12 que asistieron. Durante el llenado de la entrevista se logró determinar que no hubo ninguna dificultad para entender las preguntas siempre y cuando el entrevistador esté pendiente durante el llenado, al igual el grupo focal se realizó de manera dinámica, haciéndolo participativo. Hubo aceptación ya que todos intentaban participar con cada pregunta. Al aplicar los instrumentos se logró concluir que hubo necesidad de modificar las preguntas.

Validación de los instrumentos

Prueba de Jueces

Para el desarrollo de la aplicación de instrumentos, se somete a tres docentes expertos, uno en metodología de la investigación, otro por su experiencia en el campo de docencia y por último un experto en la docencia y ruta crítica, los cuales expresa sus consideraciones en el instrumento de validación y en el trabajo impreso. Lo cual fue retomado e incorporado a cada uno de los instrumentos respectivamente.

Plan de Análisis

Acorde con la esencia del enfoque cualitativo planteado en la investigación, cumpliendo con los objetivos específicos se realiza el análisis de la información mediante matrices creadas a través del programa Microsoft Word, ya que por medio de esta nos facilitó la organización, análisis, interpretación y comparación de la información obtenida al aplicar los instrumentos de investigación, la cual nos ayudó a aprovechar al máximo la información.

Por consiguiente, no se utilizó ningún programa para el procesamiento de la información, se optó por realizar el análisis de forma narrativa debido que era una manera más factible, ya que, se transcribieron grabaciones de grupo focal y respuestas por escrito de entrevista, las cuales fueron representadas a través de matrices que se encuentran agregadas en anexos.

Forma en que se presenta los resultados

El estudio se presenta en forma escrita y expositiva. Para dentro de las cuales se encuentran. Portada, tema, introducción, justificación, propósitos de investigación, diseño metodológico, análisis y discusión de resultados, recomendaciones y conclusiones.

Microsoft Word: Como medio físico para la elaboración del trabajo de seminario de graduación, se realiza análisis de gráficos, tablas y discusión de resultados. El trabajo escrito es presentado con este programa, letra Times New Roman, 12 puntos, interlineado 1.5 y margen superior e inferior de 2.54 cm, exterior de 2.54 cm e interior 2.54 cm.

Microsoft PowerPoint: Como medio visual se utiliza para la presentación de la defensa de seminario de graduación para optar al título de licenciatura en enfermería en cuidados críticos, en este se preparará las diapositivas utilizando: tablas, esquemas, mapas conceptuales, evitando cargar las diapositivas con mucha información.

Marco referencial

La presente investigación se basa en una perspectiva cualitativa siendo un proceso interpretativo de indagación basado en distintas tradiciones metodológicas, fue tomado para esta investigación debido a que permite analizar los efectos en el adulto mayor durante la pandemia COVID-19, el cual toma en cuenta la importancia del contacto social, identificar y descubrir los efectos en el adulto mayor relacionado a la salud mental, bienestar físico durante la pandemia.

La pandemia se ha extendido por los cinco continentes en solo unos meses tras los primeros casos de COVID-19 aparecidos en China en diciembre de 2019. La respuesta ha sido desigual en las diferentes comunidades autónomas. Definida por la OMS como una pandemia mundial, el COVID-19 afecta a todas las personas, pero no a todas por igual. Existen grandes brechas tanto en los riesgos en la salud como en el acceso al tratamiento asociado a la edad. Las personas mayores son un grupo especialmente vulnerable ante la enfermedad producida por el SARS-CoV-2 que presenta un peor pronóstico, por su comorbilidad, los síndromes geriátricos y la fragilidad asociada al envejecimiento, habiéndose definido la pandemia como una emergencia geriátrica. (Hernandis, 2020).

I. Caracterización sociodemográfica

Mediante la caracterización demográfica se da a conocer los rasgos que dan forma a la identidad de los integrantes a estudio, en este caso se realiza en los adultos mayores que habitan en el Barrio Milagro de Dios que fueron perjudicados durante la pandemia del COVID-19.

Las características sociodemográficas se definen como que es un dato reflejado en una situación social. Esta información puede obtenerse mediante encuestas, censos o cifras registradas de distintas maneras por organismos estatales. Puede decirse que lo sociodemográfico refiere a las características generales y al tamaño de un grupo poblacional. Estos rasgos dan forma a la identidad de los integrantes de esta agrupación. Un perfil sociodemográfico, por otro lado, se traza en base a los conocimientos obtenidos sobre la situación social y la demografía de un conjunto de personas. (Porto J. P., 2021)

Por lo que las características sociodemográficas que se toman en cuenta son las siguientes:

1.1 Edad

En el estudio de los efectos durante la pandemia COVID-19 se toma en cuenta a las personas adultas mayores que oscilan a partir de los 60 años cumplidos, ya que esta población es la más propensa a presentar enfermedades, discapacidades, dificultades económicas, psicológicas y entre muchas otras que son de interés para esta investigación.

Describe la edad como un concepto lineal y que implica cambios continuos en las personas, pero a la vez supone formas de acceder o pérdida de derecho a recursos, así como la aparición de enfermedades o discapacidades. Pero uno de los cambios más relevantes es la llegada a la edad de jubilación y el proceso de adaptación a la nueva etapa es un tema destacado de estudio y aplicación de nuevos programas de formación dirigidos a este colectivo de personas. (Magaña, 2018)

1.2 Sexo

Según el Instituto Nacional de estadísticas (INE, 2019) el "sexo" hace referencia a las características biológicas y fisiológicas que definen a hombres y mujeres, mientras que el "género" se refiere a los roles, conductas, actividades y atributos construidos socialmente que una cultura determinada considera apropiados para hombres y mujeres. De acuerdo con esta descripción, considera que "hombre" y "mujer" son categorías de sexo, mientras que "masculino" y "femenino" son categorías de género.

Se toma en consideración las categorías del sexo de las personas adultas mayores a estudio, siendo de gran valor ya que la perspectiva de una persona puede llegar a ser diferente y entre esto llegar a influir el sexo de la persona. Los hábitos de una mujer y un hombre en el hogar y en otros lugares varía, es por eso que durante el estudio de los efectos durante la pandemia COVID-19 en adultos mayores es de vital importancia la clasificación de las categorías del sexo.

1.3 Nivel académico

(Porto & Gardey, 2022) Refieren que consiste en el reconocimiento de la formación educativa o profesional que una persona posee tras realizar los estudios, es una distinción dada por una por alguna institución educativa. Hace referencia a la evaluación del conocimiento y medida de las capacidades de la persona que expresa lo que ha aprendido a lo largo del proceso formativo.

En este trabajo se quiere conocer el nivel académico de los adultos mayores para comparar y hacer diferencia de la percepción de los ancianos al momento de aplicar los instrumentos, como se expresan y captan lo que queremos preguntar acerca de su experiencia durante la pandemia COVID-19.

1.4 Estado civil

Según Concepto Jurídico (Juridico, 2020) Nos refiere que el estado civil es la situación en la que se encuentra una persona en determinado momento de su vida personal. Las circunstancias determinantes del estado civil pueden ser su edad, su filiación y si es soltero o casado. Estas circunstancias pueden cambiar o durar en el tiempo y determina la capacidad de obrar de esas personas.

El estado Civil de las personas adultas mayores que se estudian en este trabajo es de importancia por lo que se quiere determinar si una persona adulta mayor ya sea soltera, casada, viuda, entre otras, presenta variaciones en los efectos durante la pandemia COVID-19.

1.5 Ocupación laboral

Algunas de las personas adultas mayores en su mayoría no tienen ocupación laboral ya que a su edad no hay disponibilidad de empleos en empresas, es por eso que optan con tener trabajos propios como pulperías, vender ropa, entre otras cosas que les facilita ayuda económica y que les permite distraerse, claro está que los que cuentan con ayuda económica por parte de sus familiares no todas ponen en práctica ocupaciones laborales. En el estudio del efecto en el adulto mayor durante la pandemia COVID-19 es importante conocer si los adultos mayores a estudio tienen una ocupación laboral y si a través de la aparición de esta pandemia hubo variaciones o cambios en su diario vivir.

El cargo u ocupación es el conjunto de tareas laborales determinadas por el desarrollo de la técnica, la tecnología y la división del trabajo comprende la función laboral del trabajador y los límites de su competencia generalmente se utiliza la denominación de cargo para los técnicos y dirigentes. (Alvarez, 2018)

II. Importancia del contacto social en el adulto mayor

2.1 Concepto: Contacto social

La Revista Feminity (social, 2021) menciona que el contacto social es el establecimiento de una mutua consciencia y comunicación entre dos o más personas, es el primer estado en el desarrollo de cualquier tipo de relación social. Mantener y establecer relaciones interpersonales es fundamental para el estado de ánimo del adulto mayor y para que éste pueda vivir en plenitud su día a día.

El aumento de la esperanza de vida según algunos estudios, las personas de la tercera edad que tienen poco o nulo contacto social, tienen más posibilidades de morir en el corto plazo, así como las que mantienen una vida social activa, tienen una mayor esperanza de vida.

El paso de los años inunda a muchos adultos mayores con el temido sentimiento de soledad y es que, aunque mantengan una familia unida, los hijos y nietos hacen sus vidas y ellos se sienten ajenos, sobre todo después de la viudez.

Es por ello que la importancia de la compañía en el adulto mayor es fundamental para que no se sientan solos. El hecho de hacer amigos y fomentar la socialización hace que este sentimiento disminuya y ellos creen su propio mundo, sintiéndose mucho más independientes de las visitas de sus seres queridos. Al forjar relaciones interpersonales con otros adultos mayores comparten experiencias y se dan cuenta que no son los únicos viviendo en esta etapa. (Papalia, 2020)

Del mismo modo, la mente activa, el hecho de sociabilizar, jugar juegos de mesa, poder aconsejar amigos y opinar con ellos sobre distintos temas, los hace mantener su mente activa y por ende se sienten parte de la sociedad, se sienten útiles, independientes, autónomos y

mucho más empoderados. Esto los hace sentirse importantes y por ende mejora su estado anímico a diario, el bienestar tanto físico como emocional, previene ciertas patologías de la esfera psico-social como la ansiedad y depresión, muy comunes en la tercera edad.

Algunos de los adultos mayores durante la pandemia del COVID-19 tuvieron varios cambios en su vida, por lo cual el contacto social pudo ser afectado ya sea por temor al contagio de esta enfermedad.

2.2 Comunicación humana

La comunicación es de vital importancia, ya que a través de esta nos permite expresar ideas, pensamientos y emociones. (Nunez, 2019) Afirma que la comunicación: “Es un proceso de intercambio de información, en el que un emisor transmite a un receptor un mensaje a través de un canal esperando que, posteriormente, se produzca una respuesta de dicho receptor, en un contexto determinado” (p.1). Siendo esta la fuerza de las relaciones sociales ya que permite fijar amistades que influyen de manera positiva en la vida de las personas.

La comunicación humana es una necesidad social básica en los seres humanos, es un acto de interacción humana en la que dos o más participantes intercambian un mensaje mediante un lenguaje o forma de expresión, de forma que este proceso es interactivo y social. Es por eso que, la comunicación humana es muy importante en el ámbito de la relación social siendo la principal forma de desarrollo cultural. (School, 2020)

La pandemia del COVID-19 ha afectado de manera diferencial a los grupos sociales, en el cual las personas adultas mayores son más propensas a adquirir enfermedades y que su organismo no pueda responder de manera correcta, por lo que durante esta pandemia muchos optaron por cortar minuciosamente la comunicación con las demás personas, a como se ha ido reflejando, la comunicación humana es importante para nuestro propio desarrollo y aún más en los adultos mayores, y al no practicarla puede influir ya sea de manera física o mental.

2.3 Beneficios del contacto social

El contacto social en el adulto mayor brinda muchos beneficios a nivel físico, mental, entre muchos otros, ya que, en su mayoría varias de estas personas no cuentan con empleos o medios distractores y la manera en que ellos buscan un pasatiempo es por medio del

contacto social con sus amistades o familiares, que con la aparición de la pandemia del COVID-19 hubo muchos cambios con el simple hecho del uso de medios de protección personal y el distanciamiento físico.

Las buenas amistades nos ayudan a vivir más y mejor. Las relaciones sociales son buenas para la salud, ya que reduce el riesgo de padecer enfermedades neurodegenerativas, las personas que tienen contactos sociales frecuentes y satisfactorios tienen menos riesgo de sufrir demencia o Alzheimer, reduce el estrés, al preocuparse, cuidar de los demás y sentirse parte de un grupo libera hormonas que ayudan a reducir el estrés. Hace más felices a las personas, por lo que la depresión está directamente asociada con la ausencia de amigos. Retrasa el envejecimiento, alargan la vida, facilita la resolución de problemas, ya que hablar con otras personas ayuda a mejorar la capacidad intelectual, así como a ser más resolutivos. (Sibaja, 2017)

2.4 Interacción comunicativa

Carrillo et al. (2017) Nos menciona que:

La interacción comunicativa desde una perspectiva social se entiende como la trama discursiva que permite la socialización del sujeto por medio de sus actos dinámicos, lo que le permite ser partícipe en redes de acción comunicativa y en redes discursivas que hacen posible la aprehensión, comprensión e incorporación del mundo. Dicha interacción permite la codificación y decodificación del lenguaje y sirve para compartir una cultura y los valores que la sustentan pues a través del lenguaje es posible reflexionar sobre las experiencias propias y luego expresar simbólicamente estas experiencias a otros. De esta manera, se puede compartir lo que aprendemos a través de lenguaje e ir más allá de nuestra experiencia individual.

La pandemia COVID-19 ha afectado la interacción comunicativa en el adulto mayor, ya que se han venido haciendo cambios con el fin de proteger su salud física, al igual que a la de su familia, por lo que han requerido cortar de manera voluntaria la interacción con otras personas para no ser contagiados.

III. Efectos en la salud mental durante la pandemia COVID-19

3.1 Salud mental durante la pandemia

A medida que la pandemia del coronavirus se extiende rápidamente por todo el mundo, provoca un grado considerable de miedo y preocupación en la población en general y en ciertos grupos en particular: adultos mayores, proveedores de atención y personas con afecciones de salud subyacentes. La pandemia de la COVID-19 ha cambiado la vida de muchas personas y en particular, sus costumbres diarias. Ha traído: incertidumbre, rutinas diarias alteradas, presiones económicas, aislamiento social y temor a enfermarse. Esta situación se agrava ante el desconocimiento de cuánto tiempo durará la pandemia, y qué puede traer el futuro. (Rodríguez, 2020)

Los adultos mayores son el grupo donde existe la tasa de mortalidad más alta por COVID 19, por lo que esta situación los hace más vulnerables al estrés. Ha provocado que las personas de 60 años o más hayan tenido que abandonar las actividades cotidianas y centrarse solo en las que se pueden realizar dentro del hogar. Dejar de trabajar, el que aún lo hacía, no asistir a sus prácticas religiosas, no visitar a amistades, familiares, vecinos, no poder realizar compras de ninguna clase, etc.

3.2 Recomendaciones para mantener una adecuada salud mental

Al desafío de enfrentar el confinamiento, se suman el miedo al contagio y la incertidumbre por el futuro. A todas las personas y en especial los adultos mayores que están atravesando momentos de estrés en situaciones como estas, es normal sentir emociones como tristeza, enojo, frustración, ansiedad, entre otros.

Se recomiendan monitorear las acciones diarias para evitar alguna afectación de salud. Considera que adoptar rutinas ayuda a recuperar la normalidad de ciclos muy importantes de nuestra vida como el sueño o la alimentación, que han sido afectados por el encierro y el confinamiento sanitario del coronavirus, y que a su vez afectan la estabilidad emocional de los seres humanos. (Michel & Gallegos, 2021)

Alcaraz et al. (2021) Menciona que se han disparado los problemas de depresión y de ansiedad, esto acarrea otro tipo de cuestiones como los reportes de alteraciones de sueño, que se incrementaron, y una serie de efectos como el sedentarismo, el aumento del consumo de

alcohol, los conflictos dentro de casa, las alteraciones alimenticias, el cual brinda tres sugerencias a las personas que se sienten afligidas o ansiosas: aceptar que la situación actual por la pandemia no se puede cambiar, empezar a adoptar rutinas benéficas aún si no se tiene ganas de hacerlas y cubrir las necesidades básicas humanas como la alimentación y el sueño.

3.3 Estrés post traumático por pandemia COVID- 19

El trastorno por estrés postraumático (también conocido como TEPT) es un trastorno que algunas personas presentan después de haber vivido o presenciado un acontecimiento impactante, terrorífico o peligroso. Los problemas habitualmente debutan en los tres primeros meses después del incidente traumático, en relación a los síntomas para poder diagnosticarlo sabemos que deben durar más de un mes y ser lo suficientemente graves como para interferir con las relaciones personales o el trabajo. Los síntomas en el adulto van a ser al menos durante un mes son al menos dos síntomas de hipervigilancia y reactividad (Alarmarse fácilmente, sentirse con tensión, pensamientos catastróficos sobre uno mismo o el mundo, falta de interés en las actividades placenteras, entre otras). (salud, 2020)

IV. Efectos en el adulto mayor relacionado al bienestar físico durante pandemia COVID-19

4.1 Riesgos de la soledad para la salud

Las personas generalmente son sociables por naturaleza y las relaciones sociales de alta calidad pueden ayudarlas a tener una vida más larga y más saludable.

Es difícil medir la soledad de manera precisa, existe una fuerte evidencia de que muchos adultos de 50 años de edad o más están socialmente aislados o se sienten solos en maneras que ponen en riesgo su salud. Las relaciones sociales escasas (caracterizadas por el aislamiento social o la soledad) se asociaron a un aumento del 29 % del riesgo de enfermedad cardíaca y a un aumento del 32 % del riesgo de accidente cerebrovascular. La soledad se asoció a mayores tasas de depresión, ansiedad y suicidio. (enfermedades, 2021)

4.2 Afectaciones en la salud de las personas mayores al sentirse solos o aislados

La soledad y el aislamiento social en los adultos mayores son un riesgo grave de salud. La soledad significa sentirse solo independientemente de la cantidad de contactos sociales en cambio el aislamiento social es la falta de conexiones sociales.

El aislamiento social puede causar soledad en algunas personas, mientras que otras pueden sentirse solas sin estar socialmente aisladas.

Las consecuencias psicológicas de la soledad en el adulto mayor pueden llevarlo desde el aislamiento hasta la psicosis. Pueden empezar a confundir los nombres y rostros de las personas, así como los lugares donde se encuentran. Surgen enfermedades como el Alzheimer, demencia senil, mal de Parkinson, entre otros. Aunque la soledad no produce síntomas externos graves, quienes la padecen afirman que se trata de una experiencia desagradable y estresante, asociada con un importante impacto emocional, sensaciones de nerviosismo y angustia, sentimientos de tristeza, irritabilidad, mal humor, marginación social, creencias de ser rechazado, etc. (Echevarria, 2016)

4.3 Prevención y cuidados de Salud

Tras la pandemia de COVID-19 se consideró clave promover herramientas, información y recomendaciones para el cuidado de la salud mental. Pensar en salud como una construcción colectiva nos coloca como sujetos en un lugar activo, un rol protagónico en la construcción de la misma, asumiendo un compromiso y responsabilidad consigo mismo y con los otros.

Se señala que las medidas de prevención y cuidados de salud mental en el adulto mayor en los tiempos de pandemia, entre ellas están las siguientes: Puede comunicarse regularmente, ya sea telefónicamente o por videollamada con la familia, amigos, y vecinos y cercanos, para saber su situación actual y hacerlos sentir acompañados. En caso de que se viva con un adulto mayor en un hogar sin ninguna persona contagiada, acercarse a él a conversar regularmente y escuchar cómo se siente. Usar medios de comunicación cercanos, como videos, audios o llamadas telefónicas, preguntar a los adultos mayores cómo se sienten, cómo su rutina ha cambiado, y que cosas están haciendo para poder sobrellevar la situación actual, incentivar que los adultos mayores sigan realizando o inicien nuevas actividades que

estén permitidas según su localidad y que no tengan riesgo de contagio. (Somarriva & Sunkel, 2020)

Análisis de los datos

I. Aspectos sociodemográficos

Comúnmente, se cree que las mujeres son más conscientes emocionalmente y más expresivas que los hombres. Y, de hecho, una investigación reciente encontró que las mujeres tienden a exhibir una mayor concordancia de respuesta emocional en comparación con sus pares masculinos (Alonso, 2020).

Gran mayoría de los adultos mayores son casados por lo tanto el estrés provocado por la pandemia pudo ser un factor externo a la relación, tener una pareja que se perciba como alguien que realmente te entiende, en su forma de pensar y actuar, puede facilitar la comunicación y ayudar a sobrellevar los sentimientos de ansiedad y reforzar los sentimientos de seguridad en la relación.

Otro punto es que no todos los adultos mayores tenían un nivel académico completo por lo que a algunos se le dificultó la comprensión durante la entrevista y la manera de expresarse al momento de realizar el grupo focal.

La percepción es de vital importancia para dar inicio al aprendizaje y para comprender y reconocer nuestro medio o contexto. Al ser un proceso relevante, la existencia de alguna alteración puede afectar significativamente el proceso cognitivo que permite aprender (Briceño, 2021).

Ahora bien, los adultos mayores entrevistados son jubilados, el único cambio que tuvieron fue que, al salir a retirar su pensión, tomaban medidas extremas de bioseguridad para preservar su vida.

II. Importancia del contacto social en el adulto mayor

La socialización resulta importante en cada una de las etapas de la vida, tal y como lo menciona (Sanitas, parte de Bupa, 2020) que: “El fomento de la socialización y el establecimiento de relaciones interpersonales en las personas mayores resultan imprescindibles para evitar su aislamiento social y, en consecuencia, mejorar su bienestar físico y emocional”, así lo refieren:

“Ser humanitario, unido con las personas” (Adulto mayor Femenino)

“Agruparnos en grupo para dialogar, compartir, desestresarnos” (Adulto mayor Masculino)

“Compartir con nuestra familia y nuestros vecinos” (Adulto mayor Masculino)

Los seres humanos somos principalmente seres sociales. Tener contacto y la conexión con otras personas, es importante a lo largo de todo el ciclo de la vida.

Por ende, poder establecer vínculos de calidad con otras personas tiene un impacto positivo en nuestra salud física y mental, ya que al contar con una persona nosotros lo interpretamos como una base de apoyo en momentos difíciles que se presentan a lo largo de la vida. El contacto social es importante porque de esa manera crean lazos de amistades que pueden ser eternas y sinceras, así lo afirman los adultos mayores:

“Sí, porque no hay más felicidad que tener amigos y el dinero no lo es todo” (Adulto mayor masculino)

“Claro que sí, porque si no, nos deprimimos, solo se piensa en los problemas, se siente como prisionero” (Adulto mayor masculino)

“Sí, porque me puedo desahogar con alguien” (Adulto mayor femenino)

Si bien es cierto, somos seres sociales por lo tanto necesitamos estar en contacto con los demás para poder sobrevivir y por ende dependemos del contacto para desarrollarnos y aprender de las experiencias que nos dejan el relacionarse con los demás, no solo para mantener la salud emocional, sino para mantener el cerebro lo más activo posible, así lo refiere:

“Llamadas y voy a casas de amigos a visitarlos” (Adulto mayor femenino)

“Platicar, salimos a pasear en familia” (Adulto mayor masculino)

Copyright Seguro (Sura, 2021) menciona: mantener distancia física para prevenir el contagio por COVID-19, modificó la manera de relacionarnos con los demás y con nosotros mismos en todos los ámbitos (laboral, educativo, afectivo). Para adaptarnos al confinamiento y que la vida siguiera su curso, nuevos sistemas de interacción fueron implementados, como es la comunicación virtual, sin embargo, los adultos mayores adujeron:

“Platicar con mis vecinos por llamadas en teléfono” (Adulto mayor masculino)

“Llamadas y voy a casas de amigos a visitarlos” (Adulto mayor femenino)

Por tanto, casi todos los entrevistados mencionaron que dentro del hogar solo se comunican con su familia y en su círculo social solamente con vecinos. Durante el tiempo de pandemia los medios que utilizaron para comunicarse con familiares y amigos que habitan fuera de su hogar fue hablar por teléfono de tal manera nos hicieron saber que, si hubo cambios en su forma de comunicarse porque tenían que vivir un poco aislados de la sociedad, todo por el temor a ser contagiado o por petición de sus propios familiares con el fin de preservar su salud. En su mayoría todos optaron por decisión propia aislarse, pero no completamente de la sociedad, ya que se presentaban circunstancias que ameritaban salir de casa, tomando siempre en cuenta las medidas de seguridad. Lo refieren:

“No salía, me mantenía encerrada y no venían a visitarme” (Adulto mayor femenino)

“Sí, porque no salía y me dio COVID, estuve 21 días en el Alemán” (Adulto mayor masculino)

“Hubo muchos cambios porque no podíamos acercarnos a las personas, ni visitarlas” (Adulto mayor masculino)

Cualquier proceso de socialización nos proporciona beneficios para nuestra salud emocional y nos genera estímulos para nuestro cerebro. Estos procesos son vitales, en cualquier etapa de nuestra vida, porque ayuda a prevenir enfermedades mentales causadas por la baja actividad mental. (Cuenca, 2021)

Es por eso que consideraron necesario modificar la manera de comunicarse con su familiares o amigos por miedo al contagio o porque sus familiares le impedían poder salir a como acostumbraban antes de la pandemia, ya que ponía en riesgo su vida y de las personas

que habitan a su alrededor, tomando en cuenta que todos tuvieron en común, que, sí es beneficioso tener contacto social porque todos se necesitan los unos a los otros, ya sea para platicar o para hacerse favores. Así lo expresan:

“Si, porque mis familiares no dejaban que saliera” (Adulto mayor masculino)

“Lo considere algo necesario para evitar enfermarse” (Adulto mayor masculino)

“Si, perdí contacto social por cuidarme y no enfermarme” (Adulto mayor femenino)

Así pues, con quien interactúan a diario es con su pareja y algunos con nietos e hijos que al igual viven en sus casas, relacionándose como máximo una hora en los tiempos de comida. Lo señalan:

“Con mi esposa hablo diario cuando estamos cenando, una hora” (Adulto mayor masculino)

“Platico con mis nietos como una media hora” (Adulto mayor masculino)

III. Efectos en la salud mental del adulto mayor durante la pandemia COVID-19

Es evidente cómo la pandemia ha impactado en la vida y en la salud de las personas en todo el mundo. Estar viviendo durante tanto tiempo en pandemia ha perturbado la vida cotidiana en todos los sectores, incluidas a las personas que viven con dolor crónico. Y no solo afecta el área física, también tiene importantes repercusiones por factores estresantes psicosociales por períodos prolongados de contacto interpersonal limitado, aislamiento, miedo a la enfermedad, preocupación financiera e incertidumbre futura. (Franceschi, 2021)

Así lo afirma un adulto mayor:

Participante 1: “Me sentí afligida, pero al mismo tiempo nos consolamos porque no nos morimos”

La salud mental incluye el bienestar emocional psicológico y social de la una persona la cual determina como el ser humano maneja el estrés y se relaciona con otros, cuando una persona tiene problemas de salud mental muchas veces se siente aislada frustrada y

abrumada. Todas las áreas de su vida se ven afectadas incluso su forma de pensar, sentir y actuar.

Es decir, que la estabilidad emocional, psicológica y social es importante, ya que influye en la manera en cómo nos sentimos, pensamos y actuamos, por ende, la inestabilidad de esta, puede afectar la salud física y aumentar el riesgo de problemas de salud como: accidente cerebro vascular, diabetes tipo II, enfermedades cardíacas, depresión, etc. Así lo refieren los adultos mayores:

Participante 1: “*Si, porque hubo varios que se complicaron*”

Participante 2: “*Yo como político del sector, yo no me mantuve encerrado, más bien anduve visitando los barrios para llevarles el mensaje que indica el sector de la salud que asistieron a los centros de salud si se sentían mal, dándoles un apoyo moral para que ellos no se sintieran mal y acudieran a la hora de un percance, sobre algún síntoma que presentaran*”

Participante 3: “*Si se agudizaron porque hubieron personas que anduvieron dando información falsa y por eso hubo gente que murieron por hacerle caso a esa mala información y conocí un caso que incluso dijo que estaba bien de salud solo por no ser atendido en algún centro por temor a que lo mataran y al final murió, llegaron policías y personas encapuchadas para sacarlo de su casa para llevarlo al hospital, donde murió solo por esas malas informaciones de las vacunas con chip y muchas cosas más que se miraban en los canales y periódicos, recurriendo a medicamentos caseros*”

Por otro lado, la actividad física puede aliviar el estrés, la ansiedad, la depresión y el enfado, la mayoría de las personas se sienten mejor con el tiempo, cuando la actividad física se convierte en una práctica cotidiana, al contrario, el cuerpo sin actividad regular pierde la fuerza y resistencia para funcionar correctamente. Así manifiestan los siguientes adultos mayores:

Participante 3: “*Caminatas*”

Participante 1: “*Caminar, voy donde mi hija y voy a la iglesia*”

Es por eso que realizar ejercicio y practicar actividades recreativas mejora el estado de ánimo y reduce los sentimientos de depresión, pero durante la pandemia COVID-19 muchas de estas actividades tuvieron que cambiar por el temor a ser contagiados. Así lo expresan los siguientes participantes mayores:

Participante 1: *“Si, ya no podía ir a la iglesia como antes, no me dejaba mi hija y también porque las iglesias se cerraron”*

“Fui la primera que me vacuné de aquí, aunque algunos estaban diciendo que esa vieja ya se va a morir, que para que me había vacunado”

Se debe agregar que, la pérdida de un ser querido en estos tiempos tan distintos, en los que las noticias llegan por un teléfono o las despedidas suceden de manera muy distinta a los tiempos anteriores, causa bastantes impresiones emocionales. Esto produce procesos de negación, ira y tristeza demorado; es un duelo difícil en el cual la etapa de aceptación toma buen tiempo, tal y como fue el caso del siguiente adulto mayor:

Participante 1: *“Se murió un amigo, vivía enfrente de mi casa, era el papá del vecino y éramos bastantes cercanos”*

“Me sentí triste y afligida porque no podía ir a verlo, porque era prohibido eso, y no lo pude ver porque se lo llevó la policía y pasó directo al cementerio”

(Unicef, 2020) refiere que: La pandemia ha provocado en la población distintos duelos paralelos, no solo se trata de la pérdida de un ser querido o conocido, sino que también sufren la distancia con los seres queridos, amigos y familiares, o la pérdida de bienes materiales, del hogar o del trabajo. Cuesta mucho asumir la muerte, y aún más cuando no se ve, no se toca, y no se acompaña a la persona que ya no está.

Con respecto a esto, un adulto mayor menciona que:

Participante 1: *“Oraba por él y por todos los enfermos”*

En otras palabras, la pandemia ha generado grandes daños en la tercera edad, uno de ellos ha sido la aparición de la soledad y el aumento de este sentimiento en personas que la han estado viviendo a lo largo de sus años. Así lo expresan los siguientes participantes:

Participante 5: “Claro que sí, porque mis hijos se fueron todos y murió mi marido que era con quien pasaba bastante tiempo”

Participante 6: “Lo que he tenido que le doy gracias a Dios que ahora casi no hay muertos y si mueren, mueren de otra cosa”

Participante 7: “Yo le doy gracias a Dios que ninguno de mis familiares y amigos se han muerto”

IV. Efectos en el adulto mayor relacionado al bienestar físico durante la pandemia

(Proyecto 3-Psicólogos , 2022) hacen mención que: Las relaciones personales a lo largo de nuestra vida influyen de manera positiva en nuestra salud mental y física. Los beneficios para nuestra salud son numerosos, siempre y cuando estas relaciones sean saludables y no tóxicas, es necesario buscar la compañía y el apoyo social, es decir hay que hacer un esfuerzo por buscar esas cualidades emocionalmente sostenibles, que nos dan las relaciones sociales, como son: la sensación de que uno es amado, cuidado y escuchado.

Los siguientes participantes mencionan que:

Participante 9: “No me siento excluido, me siento normal”

Participante 4: “Estamos bien con ellos”

Participante 10: “Yo me siento feliz cuando llegan mis nietecitos a visitarme, yo los quiero, es cierto que son necios, pero me alegro cuando estoy con ellos, porque ellos ya llegan abrazándolo a uno y los hijos solo lo saludan a uno”

En otros, durante la pandemia muchas personas optaron por aislarse, con el fin de no ser contagiado y preservar su salud y la de su familia, por lo que las únicas relaciones que tenían durante ese periodo fue con las personas que habitan en sus hogares, en su mayoría familiares, lo cual ayudó a que ellos no se sintieran solos, ya que intercambiaban conversaciones y realizaban actividades entre ellos, ayudándolos a no sentirse del todo aislados del entorno e incluso los ayudo a unirse más como familia.

Otro punto es, que la ansiedad puede afectar la salud, en ocasiones problemas para conciliar el sueño, todas las personas experimentan el estrés y la ansiedad de diferentes maneras, por lo que muchas personas para afrontar el estrés, utilizan sustancias psicotrópicas que tiene más a su alcance en el hogar, entre esta está el uso de la cafeína, té de tilo, valeriana entre otros. Así lo afirman:

Participante 3: “Yo solamente bebí café”

Participante 9: “Yo nunca tuve vicios y solo bebía café una vez al día”

Participante 1: “Solo té hacía porque el café poco me gusta”

Participante 7: “Pues fíjese que no, colgaba una hamaca y ahí me dormía”

Participante 9: “Yo más dormía, no podíamos salir, no podíamos trabajar, era lo único que podía hacer”

La prevención y el autocuidado es la primer y mayor estrategia de protección contra el COVID-19, las personas adultas mayores, especialmente las más frágiles, están predispuestas a ser contagiados y desarrollar formas más graves y severas. El propio envejecimiento, la coexistencia de una o más enfermedades debilitantes y la fragilidad lo favorecen. (Savio, 2021)

Es evidente que el uso de las medidas de prevención ha sido un factor muy importante para evitar el contagio del COVID-19 y aún más en los adultos mayores, ya que por su edad tienden a desarrollar enfermedades crónicas las cuales los hacen más propensos a correr más riesgo de salud. Familiares de estos adultos mayores tuvieron que optar por medidas de prevención estrictas fuera del hogar e incluso dentro como: restricción de la entrada a sus hogares o usos de medidas de seguridad antes de ingresar a sus casas, el lavado de manos, uso de alcohol gel y mascarillas, con el fin de proteger a sus seres queridos. Los adultos mayores adujeron:

Participante 2: “Casi no, antes venían unos viejitos a visitarme, pero unos murieron”

Participante 6: “Sí siempre uso las medidas de prevención”

Participante 10: “Sí mis hijos por cuidarme”

Conclusión

La realización de esta investigación ha sido beneficiosa, porque nos han proporcionado datos adecuados acerca de los efectos en el adulto mayor durante la pandemia COVID-19.

Referente a eso se va a presentar a través de cuatro acápites relacionados a los propósitos de investigación.

Los resultados demuestran que los participantes en este estudio son adultos mayores de edades que oscilan entre 60- 90 años de edad, de ambos sexos, que en su mayoría fueron personas de sexo masculino, con estado civil casado y una minoría son solteros, viudos y divorciados y una gran parte son jubilados, con nivel académico primaria incompleta, ya que solamente uno de los entrevistados tiene estudios a nivel universitario.

De manera que, todos concluyeron que es importante mantener el contacto social para ser felices, compartir experiencias vividas y siempre tener alguien en quién refugiarse o desahogarse en momentos difíciles. Durante la pandemia COVID-19 se vieron afectados, pero de uno u otro modo lograron refugiarse en sus familiares, ya que la mayoría en este estudio son personas que habitan en compañía de ellos, lo cual fue una base fundamental en sus vidas durante este trayecto.

Por otra parte, la pandemia afectó la salud mental de algunos adultos mayores, porque en el transcurso de esta enfermedad muchos perdieron amigos cercanos, con quienes compartían un vínculo fuerte, otros fueron ellos los que se enfermaron, por lo cual tuvieron que atravesar esos momentos duros de la estancia hospitalaria. En ocasiones, las costumbres religiosas tuvieron que suspenderse debido al aislamiento impuestos por ellos mismos y sus familiares, incluso muchas iglesias se dieron a la tarea de suspender todas las actividades con el fin de salvaguardar la vida y la de sus visitantes, siendo esto un efecto predominante en el estudio ya que hubo sentimientos negativos como tristeza, estrés, ansiedad y preocupación, por ende, incluyendo que actualmente se sienten con miedo por contagiarse siendo este punto a favor de la inestabilidad emocional de los adultos mayores.

Finalmente, la estrategia de protección por la que optaron fue utilizar las medidas de preventivas que recomendó el MINSA, es por eso que los familiares que habitan con estas

personas fueron los que tomaron la decisión de practicar todas las medidas con el fin de proteger a todos sus seres queridos, quedando estas prácticas preventivas como un hábito que se sigue realizando actualmente.

Recomendaciones

Entre las recomendaciones se pueden indicar:

- **A los secretarios políticos o dirigentes del barrio:**

Es necesario que creen un listado con todos los datos personales de los adultos mayores que conforman el barrio, con el fin de obtener la información como: si habitan en compañía de familiares, conyugues o solos, su edad, ocupación, ya que así, al momento de realizar actividades comunitarias sean tomados en cuenta sin excepción alguna.

- **A familiares de los adultos mayores:**

Se recomienda que siempre mantenga un vínculo afectivo cercano para que ellos se sientan queridos, tomados en cuenta e incluido en el círculo familiar, ya que por su edad avanzada han tenido que realizar cambios en sus prácticas cotidianas, debido a la pandemia y los cambios físicos que deja la edad.

- **A los directivos inmediatos del barrio, en conjunto con el centro de salud:**

Es importante que creen puntos de reunión donde empleen actividades recreativas donde se fomenten y realicen servicios de ayuda psicológica para disminuir problemas en su salud mental, por lo que, en las personas de edad avanzada normalmente sufren depresión y otras enfermedades que pueden afectar hasta su salud física.

- **Al centro de salud encargado de esta zona:**

Se sugiere que continúen promoviendo a través de distintas actividades, el uso de las medidas preventivas contra el COVID-19, para seguir salvaguardando la vida de los habitantes de dicho barrio, no dejando por fuera a ningún grupo etario.

Bibliografía

- Aging, N. I. (14 de Enero de 2021). National Institute on Aging. Obtenido de <https://www.nia.nih.gov/espanol/soledad-aislamiento-social-consejos-mantenerse-conectado>
- Aguilera, K. A. (Diciembre de 2021). Obtenido de <https://repositorio.ecr.edu.com>
- Alvarez. (2018). Ocupación laboral. *Wiki estudiantes.org*. Obtenido de <https://www.gestiopolis.com/cargos-ocupaciones-puesto-trabajo>
- Arias, Villasís, & Miranda. (2016). El protocolo de investigación III: la población de estudio. *revistaalergia*.
- Cabanillas Campos, A. L. (2018). *Repositorio de Perú*. Obtenido de https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/25217/cabanillas_ca.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Cano, C. (2022). Por que se deben vacunar los adultos mayores. *La salud es de todos minsalud*. Recuperado el 2022, de <https://www.minsalud.gov.co/Paginas/Por-que-se-deben-vacunar-los-adultos-mayores.aspx>
- Coaguila Quispe, F., & Velásquez Cahui, A. (2021). Repositorio Universidad César Vallejo. Obtenido de <https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle>
- Córdoba, Z. (2021). Obtenido de <https://bdigital.uniquindio.edu.com>
- Córdoba, Z., Ceballos, M., & Angulo, C. (2021). Universidad del Quindio. Obtenido de <https://bdigital.uniquindio.edu.co>
- Corvo, H. (2021). Macrolocalización. *Lifeder*. Obtenido de <http://mapasalud.minsa.gob.ni/sectores-de-distrito-v-managua/>
- COVID19, L. a. (2021). La atención a las personas mayores durante y después de la COVID19. *Organizacion panamericana de la salud*. Recuperado el 2022, de

<https://www.paho.org/es/eventos/atencion-personas-mayores-durante-despues-covid19-que-deben-saber-profesionales-salud>

Cuenca, N. D. (04 de junio de 2021). Nuestras relaciones sociales nos aportan grandes beneficios. Obtenido de <https://www.muyssegura.com/nuestras-relaciones-sociales-nos-aportan-grandes-beneficios/>

Domínguez, I. R. (2021). Ciencia Latina. Obtenido de <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/1620/2274>

Echazarreta, S. (2022). ¿Qué es un estudio transversal? *QuestionPro*. Obtenido de <https://www.questionpro.com/blog/es/estudio-transversal>

Echevarria, A. J. (13 de Marzo de 2016). FIAPAM. Obtenido de <https://fiapam.org/la-soledad-en-el-adulto-mayor/>

enfermedades, C.-C. p. (7 de Mayo de 2021). CDC-Centros para el control y la prevención de enfermedades. Obtenido de <https://www.cdc.gov/aging/spanish/features/lonely-older-adults>

Eteçè, E. (2022). técnicas de investigación. *concepto*. Obtenido de <https://concepto.de/tecnicas-de-investigacion>

Franceschi, C. (11 de Mayo de 2021). Consecuencias de la pandemia en la salud mental. Obtenido de <https://www.teknon.es/blog/es/salud-az/consecuencias-pandemia-salud-mental-recomendaciones-reducir>

Hernandez, Fernandez, & Baptista. (2014). Metodología de la investigación.

Hernandez, G., & et al. (s.f.). La entrevista. Obtenido de <https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci>

Hernandis, S. P. (2020). Impacto psicosocial de la covid 19 en las personas mayores . *National Library of Medicine*.

INE. (2019). Glosarios de conceptos. *Instituto Nacional de Estadísticas*. Obtenido de <https://www.ine.es/DEFIne/es/concepto>.

- Instituto de Salud Global Barcelona. (07 de Agosto de 2020). Obtenido de <https://www.isglobal.org/-/cuales-son-las-prioridades-de-salud-de-las-personas-mayores-en-tiempos-de-pandemia->
- Juridico, C. (2020). Concepto Juridico. *concepto juridico.com*. Obtenido de <https://www.conceptosjuridicos.com/estado-civil/>
- Lorenitha. (2019). Enfoque Constructivista de La Investigacion Cualitativa. *Scribd*, 3. Obtenido de <https://es.scribd.com/document/409404603/Enfoque-Constructivista-de-La-Investigacion-Cualitativa>
- Magaña, G. M. (2018). Envejecimiento: Edad, Salud y Sociedad. *Scielo*. Obtenido de <http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci>
- Michel, C. V., & Gallegos, A. (08 de Octubre de 2021). Iteaso, Universidad Jesuita de Guadalajara . Obtenido de <https://iteso.mx/web/general/detalle>
- Moreno Galindo, E. (2022). Metodologia de la investigacion para hacer tesis. *Blogger*. Obtenido de <https://tesis-investigacion-cientifica.blogspot.com/2022/>
- Naranjo-Hernández, Mayor-Walton, Rivera-García, & González-Berna. (26 de Febrero de 2021). Revista Informatica Cientifica. Obtenido de <https://docs.bvsalud.org/bibliore/estados-emocionales-de-adultos-mayores.pdf>
- Naranjo-Hernández, Y., Mayor-Walton, S., Rivera-García, O., & González-Bernal, R. (Marzo-Abril de 2021). SciELO. Obtenido de <http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci>
- Naruedom. (2019). *Google Chrome*. Obtenido de (Imagen): Recuperado de <https://es.123rf.com/photo>
- Nunez, V. (2019). El lenguaje y la comunicacion. *juntadeandalucia.es*, 1. Obtenido de <https://www.unprofesor.com/lengua-espanola/diferencias-entre-lenguaje-y-comunicacion>

- Oblitas gonzalez, a., & Sempertegui Sánchez, N. (2020). revistas unal. Obtenido de <https://revistas.unal.edu.co/index.php/avenferm/article>
- Pan America Health Organization . (2022). Actualizacion epidemiologica semanal OPS sobre COVID-19.
- Papalia, D. (20 de Diciembre de 2020). Home Wastch Care Givers. Obtenido de <http://chile.hwcglat.com/2017/12/20/socializacion-en-la-tercera-edad/>
- Parra Domínguez, M. L., & Briceño Rodríguez, I. I. (2013). Aspectos éticos en la investigación cualitativa. *Enf Neurol (Mex)*, 4.
- Perez Porto , J., & Gardey , A. (2021). Defincion de procedencia. *Deninifion.de*. Obtenido de <https://definicion.de/procedencia/>
- Perez Porto, J. A. (2022). Definicion de rendimiento academico. Obtenido de <https://definicion.de/rendimiento-academico/>
- Porto, J. P. (2021). Definición de Sociodemográfico. *Definición. De*. Obtenido de <https://definicion.de/sociodemografico/>
- Porto, P., & Gardey, J. (2022). Definicion de rendimiento academico. Obtenido de <https://definicion.de/rendimiento-academico/>
- Proyecto 3-Psicólogos . (2022). Importancia de las relaciones personales en nuestra salud mental.
- Ramos, C. A. (2015). Los paradigmas de la investigacion cientifica. *Unife*. Obtenido de http://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2015_1/Carlos_Ramos.pdf
- Rodríguez, J. H. (Septiembre de 2020). SCiELO. Obtenido de <http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci>
- salud, P. c. (12 de Mayo de 2020). Psicología clínica de la salud. Obtenido de <https://www.copmadrid.org/wp/estres-post-traumatico-despues-del-covid-19-un-acercamiento/>

- Sanitas, parte de Bupa. (2020). Beneficios de la socialización en la tercera edad.
- Savio, P. D. (2021). Consejos para adultos mayores ante la pandemia por coronavirus. Obtenido de <https://www.geriatria.hc.edu.uy/index.php/13-noticias/79-consejos-ante-la-pandemia-de-coronavirus-covid19-personas-adultas-mayores-2>
- School, E. B. (2020). Euroinnova Business School. Obtenido de <https://www.euroinnova.mx/comunicacion-humana>
- Sibaja, M. A. (17 de Febrero de 2017). Obtenido de <http://diazsibaja.casosclnicosensaludmental.es/index.php/los-beneficios-unas-buenas-relaciones-sociales/>
- social, L. i. (2021). La importancia del contacto social. *Revista Feminity*. Obtenido de <file:///C:/Laimportanciadelcontactosocial.pdf>
- Solis, L. D. (2021). Los sujetos de estudio. *investigaliacr.com*. Obtenido de <https://investigaliacr.com/investigacion/los-sujetos-de-estudio>
- Somarriva, F., & Sunkel, R. (2020). Sonepsyn. Obtenido de [https://www.sonepsyn.cl/web/docs/PREVENCIÓN_SALUD_MENTAL_ABUELO S.pdf](https://www.sonepsyn.cl/web/docs/PREVENCIÓN_SALUD_MENTAL_ABUELO_S.pdf)
- Sura. (2021). ¿Cómo cambiaron las relaciones humanas debido a la pandemia?
- Tesini, B. (2022). Covid 19. *Manual MSD*. Obtenido de <https://www.msdmanuals.com/es/professional/enfermedades-infecciosas/covid-19/covid-19>
- Tilburg, Steinmetz, S., Stolte, E., der Roest, H., & de Vries, D. (Septiembre de 2021). *The Journals of Gerontology*. Obtenido de <https://academic.oup.com/psychsocgerontology/article>
- Unicef. (2020). “El COVID-19 no sólo cambió nuestra forma de vivir, sino también la forma de morir”.

Westreicher, G. (2020). Método. *economipedia.com*. Obtenido de <https://economipedia.com/definiciones/metodo.html>

ANEXOS

Cronograma de Actividades

ACTIVIDADES	SEPTIEMBRE				OCTUBRE				NOVIEMBRE			DICIEMBRE			
	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	Semana 5	Semana 6	Semana 7	Semana 8	Semana 9	Semana 10	Semana 11	Semana 12	Semana 13	Semana 14	Semana 15
Realización de correcciones para la validación de instrumentos															
Validación de Instrumentos															
Retiro de carta en sub dirección para autorización de aplicación de instrumentos															
Autorización concebida para realizar estudio y aplicar instrumentos															
Recolección de información															
Ordenar información con esquemas para un mejor análisis															
Realización de análisis de información															
Elaboración de recomendaciones y conclusión															
Entrega de trabajo impreso para correcciones															
Realización diapositivas para pre defensa															
Ensayo de pre defensa Pre defensa															
Correcciones finales seminario de graduación para optar al título															
Entrega y exposición seminario de															

graduación para optar al título de enfermería en cuidados críticos																		
---	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Presupuesto

Concepto	Unidad	Precio Unitario	Cantidad	Precio Total
A. Gastos fijos				18,470.4
Internet	Meses	1,708.8 1,200	4	11,635.2
B. Gastos Variables				25,356
Alimentación	Días	150	10	1,500
Transporte	Meses	Bus: 2.50 Caponera: 10	4	250
Computadoras	Unidades	11,036 10,000	2	21,036
Agenda	Unidades	110	1	110
Lapiceros	Unidades	20	2	40
Fotocopias de libro Sampieri	Unidades	120	4	220
Fotocopias de avances del protocolo		1		
Impresiones de avances del protocolo para correcciones	Unidades	5	5	200
Imprevistos	Unidades	-----	-----	2,000
TOTAL, GASTOS				43,826.4



UNIVERSIDAD
NACIONAL
AUTÓNOMA DE
NICARAGUA,
MANAGUA
UNAN-MANAGUA



Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua UNAN- Managua

Consentimiento Informado

Yo _____ de _____ años de edad de sexo _____ con grado académico _____ de ocupación _____ identificado con número de cédula _____ número de teléfono _____, en mi calidad y pleno uso de mis facultades mentales y de mis derechos, en cumplimiento con la ley N°.787: Ley de protección de datos personales, que toma en consideración que los Nicaragüenses tienen derecho, a su vida privada, familia, a la inviolabilidad de su domicilio, al respeto de su honra y reputación, así como a saber por qué y con qué finalidad se tiene información personal, declaro haber recibido y entendido el informe de manera respetuosa y con claridad por las Br. Jeymy Olivia Sotelo Zamora y Vanessa de Lourde Ortiz Navas, sobre la realización del estudio con nombre Efectos en el adulto mayor durante la pandemia COVID-19 en el Barrio Milagro de Dios, que tiene como objetivo describir las características sociodemográficas, comprender la importancia del contacto social, identificar los efectos en la salud mental, descubrir los efectos en el adulto mayor relacionado al bienestar físico durante la pandemia COVID-19, por lo que este trabajo beneficia a la población en general porque puede permitir que la comuna realice cuidados holísticos que intervengan en la salud mental de los adultos mayores, al igual diversos especialistas podrían crear estrategias y guías para contrarrestar el impacto que pueda crear una pandemia en el adulto mayor mediante la información brindada en este estudio. Por lo que autorizo colaborar en facilitar información personal mediante la entrevista que será evidenciada a través de grabadora de voz y grupo focal el que tendrá una duración de 30 minutos a través de dinámicas de las cuales se guardaran evidencia de su participación, en la que su participación no tendrá fines de lucro ni remuneración de ninguna índole.

Firma del sujeto de estudio _____

Firma de los estudiantes _____



UNIVERSIDAD
NACIONAL
AUTÓNOMA DE
NICARAGUA,
MANAGUA
UNAN-MANAGUA



Instrumento: Entrevista

Estimado participante, esta entrevista tiene como objetivo Analizar los efectos en el adulto mayor durante la pandemia COVID-19 en el Barrio Milagro de Dios, Departamento de Managua, II semestre 2022.

Los datos proporcionados se utilizarán únicamente para fines educativos así mismo que las respuestas son importantes y formales por lo que pedimos franqueza al responder las interrogantes, según sea su opinión.

A continuación, procedemos con las preguntas.

I. Caracterización sociodemográfica

1. ¿Qué edad tiene?
2. ¿Es de sexo Masculino o Femenino?
3. ¿Cuál es su nivel académico?
4. ¿Es soltero, casado, divorciado, viudo, o en unión libre?
5. ¿A qué se dedica?

II. Importancia del contacto social en el adulto mayor

6. ¿Qué significa para usted contacto social?
7. ¿Considera importante el contacto social? ¿Por qué?
8. ¿Con qué personas se comunica en el hogar y fuera del hogar?
9. ¿Qué medios utilizó para comunicarse?
10. ¿Hubo cambios en la forma de comunicarse durante la pandemia COVID-19?
11. ¿Consideró necesario modificar la forma de comunicarse con sus familiares, vecinos u amigos durante la pandemia? ¿Por qué?
12. ¿Considera beneficioso socializar con familiares, amigos, vecinos u otras personas? ¿Por qué?
13. ¿Interactúa a diario con otras personas, cuántas horas al día habla con esa persona?



UNIVERSIDAD
NACIONAL
AUTÓNOMA DE
NICARAGUA,
MANAGUA
UNAN-MANAGUA



Instrumento: Grupo focal

Estimado participante, este grupo focal tiene como objetivo Analizar los efectos en el adulto mayor durante la pandemia COVID-19 en el Barrio Milagro de Dios, Departamento de Managua, II semestre 2022.

Los datos proporcionados se utilizarán únicamente para fines educativos así mismo que las respuestas son importantes y formales por lo que pedimos franqueza al responder las interrogantes, según sea su opinión.

Este ejercicio consiste en realizar las preguntas de manera verbal, la cual usted debe de responder voluntariamente a la interrogante levantando su mano para poder participar.

A continuación, procedemos con las preguntas.

III. Efectos en la salud mental del adulto mayor durante la pandemia COVID-19

- 1) ¿Cómo se ha sentido emocionalmente en el periodo de la pandemia?
- 2) ¿Siente que se agudizaron otras enfermedades durante la pandemia o posterior a esta?
- 3) ¿Qué actividades recreativas practica? ¿Cambiaron algunas de estas actividades durante la pandemia?
- 4) ¿Ha tenido pérdidas por muerte de un familiar, conocido, vecino o amigo a causa COVID-19? ¿Cómo se sintió, después de esa pérdida? ¿Cuál ha sido la forma de sobrellevar esta situación de perdida?

IV. Efectos en el adulto mayor relacionado al bienestar físico durante la pandemia

- 5) ¿Ha sentido la necesidad de estar solo (a), cuál es el motivo?
- 6) ¿Qué tipo de pensamientos ha tenido, durante y posterior a la pandemia?
- 7) ¿Se siente integrado dentro de círculo familiar y de amigos? ¿Por qué?

- 8) ¿Ha utilizado sustancias psicotrópicas (alcohol, cigarrillo, cafeína, marihuana, ciertos medicamentos para aliviar el dolor, antidepresivos u otros), para sobrellevar la situación durante la pandemia? ¿Por qué?
- 9) ¿Se le dificultó conciliar el sueño durante o posterior a la pandemia? ¿Utilizó algún tipo de fármaco o sustancia de medicina tradicional para mejorar el sueño?
- 10) ¿Afectó o ha afectado su salud la dificultad de conciliar el sueño?
- 11) ¿Utiliza medidas de seguridad al salir de casa? ¿Por qué lo hace?
- 12) ¿Recibe visitas, con qué frecuencia? ¿visitan? ¿Quiénes le visitan? ¿Las personas que le visitan o conviven con usted, toman las medidas para la prevención COVID-19?

Bosquejo de Perspectiva teórica

- I. Caracterización sociodemográfica
 - A. Edad
 - B. Sexo
 - C. Nivel académico
 - D. Estado civil
 - E. Ocupación laboral
- II. Importancia del contacto social en el adulto mayor
 - A. Concepto
 - B. Comunicación humana
 - C. Beneficios del contacto social
 - D. Interacción comunicativa
- III. Efectos en la salud mental del adulto mayor durante la pandemia COVID-19
 - A. Salud mental durante la pandemia
 - B. Recomendaciones para mantener una adecuada salud mental
 - C. Estrés post traumático por pandemia COVID-19
- IV. Efectos en el adulto mayor relacionado al bienestar físico durante la pandemia COVID-19
 - A. Riesgos de la soledad para la salud
 - B. Afectaciones en la salud de las personas mayores al sentirse solos o aislados
 - C. Prevención y cuidados de Salud

Base de datos

Tabla 1: Caracterización sociodemográfica

Categoría	Pregunta	Adulto Mayor (Femenina)	Adulto Mayor (Masculino)
Caracterización sociodemográfica	¿Qué edad tiene?	<ul style="list-style-type: none"> a) <i>“Tengo 74 años”</i> b) <i>“65 años”</i> c) <i>“63 años”</i> 	<ul style="list-style-type: none"> a) <i>“Tengo 78 años de edad”</i> b) <i>“Tengo 66 años”</i> c) <i>“72 años”</i> d) <i>“69 años”</i> e) <i>“61 años”</i> f) <i>“74 años”</i> g) <i>“90 años”</i>
	¿Es de sexo Masculino o Femenino?	<ul style="list-style-type: none"> a) <i>“Femenino”</i> b) <i>“Femenino”</i> c) <i>“Femenino”</i> 	<ul style="list-style-type: none"> a) <i>“De sexo Masculino”</i> b) <i>“Masculino”</i> c) <i>“De sexo Masculino”</i> d) <i>“Masculino”</i> e) <i>“Masculino”</i> f) <i>“Masculino”</i> g) <i>“Masculino”</i>

Caracterización sociodemográfica	¿Es soltero, casado, viudo, o en unión libre?	<ul style="list-style-type: none"> a) <i>“Viuda”</i> b) <i>“Casada”</i> c) <i>“Soltera”</i> 	<ul style="list-style-type: none"> a) <i>“Divorciado”</i> b) <i>“Casado”</i> c) <i>“Casado”</i> d) <i>“Casado”</i> e) <i>“Casado”</i> f) <i>“Casado”</i> g) <i>“Viudo”</i>
	¿A qué se dedica?	<ul style="list-style-type: none"> a) <i>“Soy ama de casa”</i> b) <i>“Ama de casa”</i> c) <i>“Jubilada”</i> 	<ul style="list-style-type: none"> a) <i>“Jubilado”</i> b) <i>“Comerciante”</i> c) <i>“Jubilado”</i> d) <i>“Jubilado”</i> e) <i>“Jubilado”</i> f) <i>“Jubilado”</i> g) <i>“Jubilado”</i>

Importancia del contacto social en el adulto mayor

Tabla nro.1

Categoría	Pregunta	Adulto Mayor (Femenino)	Adulto Mayor (Masculino)
Importancia del contacto social en el adulto mayor	¿Qué significa para usted contacto social?	<ul style="list-style-type: none"> a) <i>“Ser sociable con las personas”</i> b) <i>“Comunicarse con los demás por algún problema”</i> c) <i>“Ser humanitario, unido con las personas”</i> 	<ul style="list-style-type: none"> a) <i>“Tener comunicación con la gente, con la sociedad”</i> b) <i>“Platicar, ser sociable”</i> c) <i>“Relacionarse, tener buenas relaciones con los vecinos”</i> d) <i>“Cuando nos ponemos a platicar con otras personas”</i> e) <i>“Cuando hay aglomeración de personas, como cuando se va al banco o al super, se tiene contactos sociales”</i> f) <i>“Agruparnos en grupo para dialogar, compartir, desestresarnos”</i> g) <i>“Compartir con nuestra familia y nuestros vecinos”</i>

Tabla nro. 2

Categoría	Pregunta	Adulto Mayor (Femenino)	Adulto Mayor (Masculino)
<p>Importancia del contacto social en el adulto mayor</p>	<p>¿Considera importante el contacto social? ¿Por qué?</p>	<p>a) <i>“Sí, porque algunos son buenos amigos y nos ayudan cuando hay alguna necesidad”</i></p> <p>b) <i>“Sí, porque me puedo desahogar con alguien”</i></p> <p>c) <i>“Porque es importante ser amable y unidos con las demás personas”</i></p>	<p>a) <i>“Sí, lo considero importante porque el acercamiento social divierte y así uno se divierte”</i></p> <p>b) <i>“Sí, porque no hay más felicidad que tener amigos, el dinero no es todo”</i></p> <p>c) <i>“Sí, porque así no se siente solo y sería insociable”</i></p> <p>d) <i>“Sí, es una comunicación que es importante porque así se tiene beneficios”</i></p> <p>e) <i>“Sí, no podría hacer actividades y no se tendría lazos de amistades”</i></p> <p>f) <i>“Claro que sí, porque si no, no nos deprimimos, solo se piensa en los problemas, se siente como prisionero”</i></p> <p>g) <i>“Es muy importante porque distraemos nuestras mentes”</i></p>

Tabla nro. 3

Categoría	Pregunta	Adulto Mayor (Femenino)	Adulto Mayor (Masculino)
<p>Importancia del contacto social en el adulto mayor</p>	<p>¿Con que personas se comunica en el hogar y fuera del hogar?</p>	<p>a) “Con mis hijas, nietas y vecinos, doña Blanca y Uriel”</p> <p>b) “Con mis hijos, mis nietos y vecinos”</p> <p>c) “Con mis hijos, nietos y vecinos”</p>	<p>d) “Con mis hijas y mis vecinos”</p> <p>e) “Con mi esposa, mis hijos y vecinos”</p> <p>f) “Con mis nietos, hijos y yernos”</p> <p>g) “Con mis hijos propios, nietos y vecinos”</p> <p>h) “Con mi esposa y mis nietos cuando me llegan a visitar y mis vecinos”</p> <p>i) “Fuera del hogar con mis hijos y vecinos, y en la casa con mi esposa”</p> <p>j) “Con mis vecinos y amigos”</p>

Tabla nro.4

Categoría	Pregunta	Adulto Mayor (Femenino)	Adulto Mayor (Masculino)
<p>Importancia del contacto social en el adulto mayor</p>	<p>¿Qué medios utilizo para comunicarse?</p>	<p>a) <i>“Por teléfono y visitas a casas”</i> b) <i>“Llamadas y voy a casas de amigos a visitarlos”</i> c) <i>“Por teléfono y visitas”</i></p>	<p>a) <i>“Hablar por teléfono”</i> b) <i>“Celular, cantando, señas, silbando”</i> c) <i>“Visitas casa a casa y por el celular”</i> d) <i>“Vienen a visitarme”</i> e) <i>“Visita casa a casa y celular”</i> f) <i>“Platicar, salimos a pasear en familia”</i> g) <i>“Platicar con mis vecinos por llamadas en teléfono”</i></p>

Tabla nro.5

Categoría	Pregunta	Adulto Mayor (Femenino)	Adulto Mayor (Masculino)
<p>Importancia del contacto social en el adulto mayor</p>	<p>¿Hubo cambios en la forma de comunicarse durante la pandemia COVID-19?</p>	<p>a) <i>“No hubo cambios, todo normal”</i></p> <p>b) <i>“No salía, me mantenía encerrada y no venían a visitarme”</i></p> <p>c) <i>“No sentía muchos cambios, pero en algunos aspectos si porque venían a visitarme pocas veces”</i></p>	<p>a) <i>“Sentí cambios porque uno tenía que vivir aislado un poco de la sociedad”</i></p> <p>b) <i>“Si, porque no salía y me dio COVID, estuve 21 días en el alemán”</i></p> <p>c) <i>“No, pero a veces solo por el celular me comunicaba porque no permitían visitas en la casa”</i></p> <p>d) <i>“No cambio mucho, siempre lo mismo”</i></p> <p>e) <i>“No hubo cambios, todo lo sentí igual”</i></p> <p>f) <i>“Bastante porque en ese momento no salíamos a ningún lado”</i></p> <p>g) <i>“Hubo muchos cambios porque no podíamos acercarnos a las personas, ni visitarlas”</i></p>

Tabla nro.6

Categoría	Pregunta	Adulto Mayor (Femenino)	Adulto Mayor (Masculino)
<p>Importancia del contacto social en el adulto mayor</p>	<p>¿Considero necesario modificar la forma de comunicarse con sus familiares, vecinos u amigos durante la pandemia? ¿Por qué?</p>	<p>a) <i>“La verdad que no, pero algunas personas ya no les gustaba recibir visitas”</i></p> <p>b) <i>“Si perdí contacto social por cuidarme y no enfermarme”</i></p> <p>c) <i>“No, todo igual”</i></p>	<p>a) <i>“Si, porque es más beneficioso para no contagiarse”</i></p> <p>b) <i>“Si, porque mis familiares no dejaban que saliera”</i></p> <p>c) <i>“No lo considere necesario”</i></p> <p>d) <i>Si, por la contaminación y el miedo al contagio”</i></p> <p>e) <i>“Lo considere algo necesario para evitar enfermarse”</i></p> <p>f) <i>“Creo que no, lo único que seguimos cuidándonos”</i></p> <p>g) <i>“Así es porque tenemos que cuidarnos”</i></p>

Tabla nro. 7

Categoría	Pregunta	Adulto Mayor (Femenino)	Adulto Mayor (Masculino)
<p>Importancia del contacto social en el adulto mayor</p>	<p>¿Considera beneficioso socializar con familiares, amigos, vecinos u otras personas? ¿Por qué?</p>	<p>a) <i>“Si, porque a veces necesitamos de ellos”</i></p> <p>b) <i>“Si porque nos podemos hacer favores y platicamos de cosas”</i></p> <p>c) <i>“Porque nos cuidamos unos con otros y se siente bien consigo misma al desahogarse”</i></p>	<p>a) <i>“Claro que sí, porque nos distraemos”</i></p> <p>b) <i>“Por supuesto, porque Dios bendice al que da a los demás, y me siento alegre”</i></p> <p>c) <i>“Si, porque los lazos no se pueden cortar, sino es así, es muy frustrante las relaciones distantes”</i></p> <p>d) <i>“Si, porque divierte platicar y más cuando se dan bromas con otros”</i></p> <p>e) <i>“A veces si, a veces no, por cualquier”</i></p>

			<p><i>enfermedad, prestan el vehículo cuando hay que pasar consultas, y así uno saca beneficios de las amistades”</i></p> <p>f) <i>“Si es beneficioso porque no nos sentimos solos”</i></p> <p>g) <i>“Si, porque uno se siente alegre el poder hablar y desahogarse con las demás personas”</i></p>
--	--	--	---

Tabla nro. 8

Categoría	Pregunta	Adulto Mayor (Femenino)	Adulto Mayor (Masculino)
<p>Importancia del contacto social en el adulto mayor</p>	<p>¿Interactúa a diario con otras personas? ¿Cuántas horas al día habla con esa persona</p>	<p>a) <i>“De una a dos horas con mis hijas”</i> b) <i>“Con mi esposo, media hora”</i> c) <i>“Con la familia a cada momento”</i></p>	<p>a) <i>“Hablo más con mi amigo y las hermanas de la iglesia por momentos”</i> b) <i>“Solo con mi esposa y hablo poquito como una hora”</i> c) <i>“Platico con mis nietos como una media hora”</i> d) <i>“Con mi esposa, como media hora”</i> e) <i>“Con mi esposa hablo diario cuando estamos cenando, una hora”</i> f) <i>“Por lo general no platico mucho”</i> g) <i>“Si, con mis vecinos, pero no por mucho tiempo”</i></p>

Base de datos- Grupo focal

Categoría	Pregunta	Adulto mayor
<p>Efectos en la salud mental durante pandemia COVID-19</p>	<p>¿Cómo se ha sentido emocionalmente en el periodo de la pandemia?</p> <p>¿Siente que se agudizaron otras enfermedades durante la pandemia o posterior a esta?</p>	<p><i>Participante 1: “Me sentí afligida, pero al mismo tiempo nos consolamos porque no nos morimos”</i></p> <p><i>Participante 1: “Si, porque hubo varios que se complicaron”</i></p> <p><i>Participante 2: “Yo como político del sector, yo no me mantuve encerrado, más bien anduve visitando los barrios para llevarles el mensaje que indica el sector de la salud que asistieron a los centros de salud si se sentían mal, dándoles un apoyo moral para que ellos no se sintieran mal y acudieran a la hora de un percance, sobre algún síntoma que presentaran”</i></p> <p><i>Participante 3: “Si se agudizaron porque hubieron personas que anduvieron dando información falsa y por eso hubo gente que murieron por hacerle caso a esa mala información y conocí un caso que incluso dijo que estaba bien de salud solo por no ser atendido en</i></p>

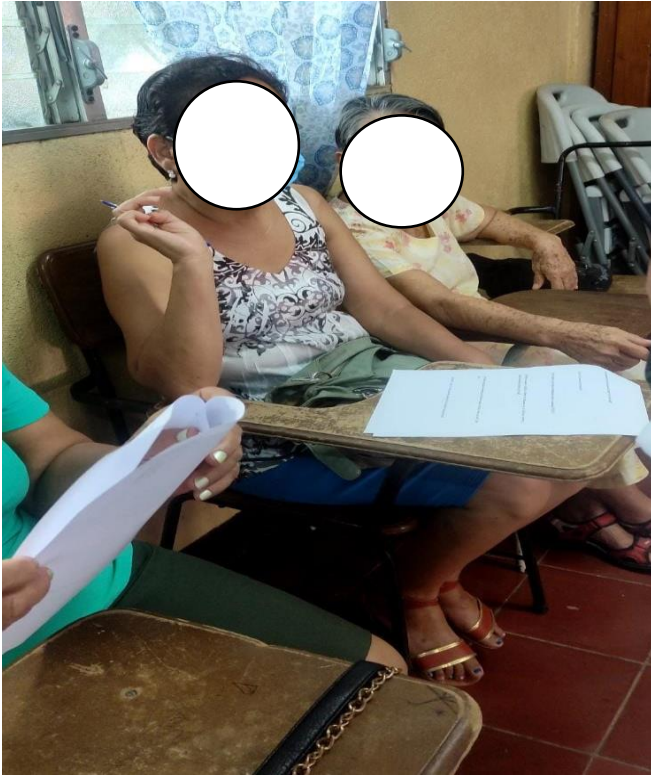
	<p>¿Qué actividades recreativas practica?</p> <p>¿Cambiaron algunas de estas actividades durante la pandemia?</p> <p>¿Ha tenido pérdidas por muerte de un familiar, conocido, vecino o amigo a causa de COVID-19?</p>	<p><i>algún centro por temor a que lo mataran y al final murió, llegaron policías y personas encapuchadas para sacarlo de su casa para llevarlo al hospital, donde murió solo por esas malas informaciones de las vacunas con chip y muchas cosas más que se miraban en los canales y periódicos, recurriendo a medicamentos caseros”</i></p> <p>Participante 1: <i>“Caminar, voy donde mi hija y voy a la iglesia”</i></p> <p>Participante 3: <i>“Caminatas”</i></p> <p>Participante 1: <i>“Si, ya no podía ir a la iglesia como antes, no me dejaba mi hija y también porque las iglesias se cerraron”</i></p> <p><i>“Fui la primera que me vacuné de aquí, aunque algunos estaban diciendo que esa vieja ya se va a morir, que para que me había vacunado”</i></p> <p>Participante 1: <i>“Se murió un amigo, vivía enfrente de mi casa, era el papá del vecino y éramos bastantes cercanos”</i></p>
--	---	--

	<p>¿Cómo se sintió después de esa pérdida?</p> <p>¿Cuál ha sido la forma de sobrellevar esta situación de pérdida?</p>	<p>Participante 1: “Me sentí triste y afligida porque no podía ir a verlo, porque era prohibido eso, y no lo pude ver porque se lo llevó la policía y pasó directo al cementerio”</p> <p>Participante 1: “Oraba por él y por todos los enfermos”</p>
<p>Efectos en el adulto mayor relacionado al bienestar físico durante pandemia COVID-19.</p>	<p>¿Ha sentido la necesidad de estar solo (a), cuál es el motivo?</p> <p>¿Qué tipo de pensamientos ha tenido durante y posterior a la pandemia?</p> <p>¿Se siente integrado dentro del círculo familiar y de amigos? ¿Por qué?</p>	<p>Participante 5: “Claro que sí, porque mis hijos se fueron todos y murió mi marido que era con quien pasaba bastante tiempo”</p> <p>Participante 6: “Lo que he tenido que le doy gracias a Dios que ahora casi no hay muertos y si mueren, mueren de otra cosa”</p> <p>Participante 7: “Yo le doy gracias a Dios que ninguno de mis familiares y amigos se han muerto”</p> <p>Participante 9: “No me siento excluido, me siento normal”</p> <p>Participante 4: “Estamos bien con ellos”</p>

	<p>¿Ha utilizado sustancias psicotrópicas (alcohol, cigarrillo, cafeína, marihuana, ciertos medicamentos para aliviar el dolor, antidepresivos u otros), para sobrellevar la situación durante la pandemia? ¿Por qué?</p> <p>¿Se le dificultó conciliar el sueño durante o posterior a la pandemia? ¿Cuál fue la forma de sobrellevar esta situación?</p>	<p>Participante 10: “Yo me siento feliz cuando llegan mis nietecitos a visitarme, yo los quiero, es cierto que son necios, pero me alegro cuando estoy con ellos, porque ellos ya llegan abrazándolo a uno y los hijos solo lo saludan a uno”</p> <p>Participante 3: “Yo solamente bebí café”</p> <p>Participante 9: “Yo nunca tuve vicios y solo bebía café una vez al día”</p> <p>Participante 1: “Solo té hacía porque el café poco me gusta”</p> <p>Participante 7: “Pues fíjese que no, colgaba una hamaca y ahí me dormía”</p> <p>Participante 9: “Yo más dormía, no podíamos salir, no podíamos trabajar, era lo único que podía hacer”</p>
--	---	--

	<p>¿Utilizó algún tipo de fármaco o sustancia de medicina tradicional para mejorar el sueño?</p> <p>¿Afectó o ha afectado su salud la dificultad de conciliar el sueño?</p> <p>¿Utiliza medidas de seguridad al salir de casa?</p> <p>¿Por qué lo hace?</p> <p>¿Recibe visitas, con qué frecuencia? ¿visitan?</p> <p>¿Quiénes le visitan?</p> <p>¿Las personas que le visitan o conviven con usted, toman las medidas para la prevención COVID-19?</p>	<p>Participante 1: “Bebía té de manzanilla con miel de jicote”</p> <p>Participante 1: “La verdad no”</p> <p>Participante 2: “Nosotros somos dirigentes y a veces nos agarran a quema ropa y se nos olvida y más que ya estamos de edad”</p> <p>Participante 6: “Sí siempre uso las medidas de prevención”</p> <p>Participante 2: “Casi no, antes venían unos viejitos a visitarme, pero unos murieron”</p> <p>Participante 10: “Sí mis hijos por cuidarme”</p>
--	--	--

Recolección de Información



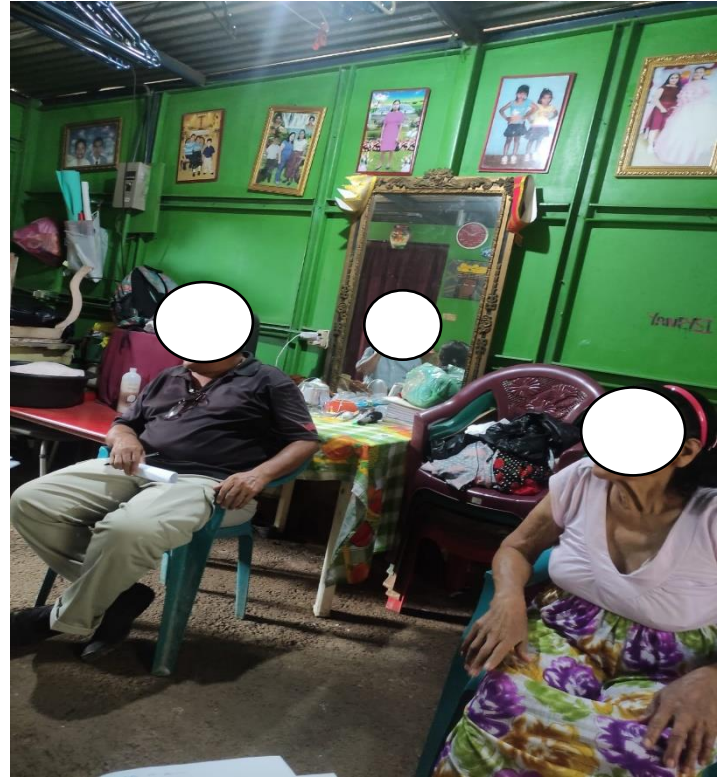
Recolección de la información





Re







UNIVERSIDAD
NACIONAL
AUTÓNOMA DE
NICARAGUA,
MANAGUA
UNAN - MANAGUA



Sub Dirección Docente

"2022: Vamos Por más Victorias Educativas"

Managua, 13 de octubre 2022

Cra. Johana Lira
Secretaria Política 5.2 FSLN
Barrio Milagro de Dios, Managua

Estimada Cra. Lira:
Reciba saludos fraternos del Instituto Politécnico de la Salud.

A través de la presente y con todo respeto, solicitamos de manera formal su apoyo y gestión en autorizar que dos estudiantes de la carrera de Licenciatura en Enfermería Cuidados Críticos V año, se les permita el acceso de poder realizar investigación con el tema: **Efectos en el adulto mayor durante la pandemia COVID-19, en el Barrio Milagro de Dios, Departamento de Managua, II semestre 2022.** Dicho estudio consiste en hacer visita casa a casa para conocer los efectos causados por covid-19 en adultos mayores, los autores son: Br. Jeymy Olivia Sotelo Zamora, Br. Vanessa de Lourdes Ortiz Navas.

Adjuntamos perfil e instrumentos.

Agradeciendo su amable atención a la presente, le saludo.

*V. B. Johana Lira
Contacto
Cra. Johana Lira
Secretaria Política
Barrio Milagro de Dios*

Cordialmente.

PhD. Zeneyda Quiroz Flores
Sub Dirección Docente



Cc
Archivo
ZQF/mar

¡A la Libertad por la Universidad!

Rotonda Universitaria Rigoberto López Pérez, 150 Metros al Este, Código Postal: 663 - Managua, Nicaragua
Teléfonos 505 22770267 | 22770269, Ext. 6109, 6126
Correo: ips@unan.edu.ni | www.unan.edu.ni



UNIVERSIDAD
NACIONAL
AUTÓNOMA DE
NICARAGUA,
MANAGUA
UNAN-MANAGUA

INSTITUTO POLITÉCNICO DE LA SALUD “LUIS FELIPE MONCADA”
DEPARTAMENTO DE ENFERMERÍA
ENFERMERÍA EN CUIDADOS CRÍTICOS

Ficha de opinión de expertos

Datos generales del experto

1. Nombres y apellidos _____
Cargo e institución _____
2. donde labora _____
3. Especialidad _____

Datos del trabajo

1. Título delimitado del trabajo _____

6. Autor (es) _____

#	Indicadores de evaluación	Criterios cualitativos y cuantitativos	Deficiente	Regular	Buena	Muy buena	Excelente
			1	2	3	4	5
1	Claridad	El instrumento esta formulado con lenguaje apropiado al tipo de usuario que lo aplicará (auto) administrado o por entrevista)					
2	Actualidad	Los conceptos, clasificaciones y lenguaje técnico son adecuados al avance de la ciencia y la tecnología					
3	Organización	En el instrumento existe una organización lógica.					

#	Indicadores de evaluación	Criterios cualitativos y cuantitativos	Deficiente	Regular	Buena	Muy buena	Excelente
			1	2	3	4	5
4	Suficiencia	El instrumento comprende los aspectos en cantidad y calidad.					
5	Consistencia	El instrumento está basado en aspectos teóricos, científicos.					
6	Coherencia	Existe coherencia entre las variables y los indicadores					
7	Metodología	Existe coherencia metodológica entre el planteamiento del problema, el objetivo general, la hipótesis y el diseño metodológico.					
8	Objetividad	El instrumento evidencia que fue creado evitando ser influenciado por creencias, tendencias ideológicas, orientación sexual o afinidad política de los investigadores.					
9	Validez de contenido	El instrumento mide adecuadamente las principales dimensiones de la variable principal en cuestión.					
10	Evidencia relacionada con el constructo	En las páginas entregadas adjuntas a los instrumentos se explica cómo opera el instrumento además de qué significan las puntuaciones.					
Total							

Debe sumar todos los puntajes obtenidos por cada criterio.

Puntaje	Deficiente	Regular	Buena	Muy buena	Excelente
	Igual a 10 pts.	11 – 20 pts.	21 – 30 pts.	31 – 40 pts.	41 – 50 pts.
	•	•	•	•	•

Resumen de observaciones

Firma del experto evaluador: _____