

UNIVERSIDAD DE PANAMÁ  
VICERRECTORÍA DE INVESTIGACIÓN Y POSTGRADO  
FACULTAD DE ENFERMERÍA

TRABAJO DE GRADUACIÓN PARA OPTAR POR LA LICENCIATURA EN  
CIENCIAS DE ENFERMERÍA

**EXPERIENCIAS Y SIGNIFICADOS DE LA CONVIVENCIA FAMILIAR EN  
TIEMPOS DE CUARENTENA, DESDE LA PERSPECTIVA DE LA SALUD Y EL  
BIENESTAR DE LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD  
DE PANAMÁ**

ASESORA DE TESIS:  
DRA. LYDIA GORDÓN DE ISAACS

ESTUDIANTE:  
ESTHER MARÍA JAÉN MARTÍNEZ

CÉDULA:  
2-729-704

PANAMÁ, 1 DE DICIEMBRE DE 2020

## **DEDICATORIA**

En el transcurso de nuestras vidas tendremos alegrías, tristezas, triunfos, pérdidas y en cada uno de esos momentos habrá personas que sin importar la circunstancia no nos dejan solo ni nos abandonan. En mi vida esas personas son mis padres, que, con amor, con equivocaciones y aciertos supieron hacer de mí, una mujer de bien. Hoy en día, les dedico esta meta, por todo el apoyo que siempre me han brindado; también a mis hijos que han sido mi mayor motivación y fortaleza en todo momento. A mi esposo por ser mi soporte emocional en mis momentos más débiles. Gracias por su completa comprensión cuando la necesité y su cooperación para llegar a culminar esta ansiada meta.

## **AGRADECIMIENTO**

Primeramente, a Dios, por mantenerme en pie para luchar por mis tan anhelados sueños y por permitirme culminar esta investigación a pesar de tantas dificultades.

A mis padres, a quienes les debo lo que hoy en día soy, por educarme en valores que predominan en mi diario vivir y actuar.

A mis hijos, Juan Esteban y Lucas Daniel, quienes brindan alegría, motivación e inspiración en mi vida, con sus carismas mantienen mi vida iluminada y feliz; a mi esposo, por su apoyo incondicional, amor y esfuerzo para mantenerme centrada en mis objetivos y por la confianza depositada en mí para culminar esta fase.

Un especial agradecimiento a mi profesora asesora de tesis, la Doctora Lydia Gordón de Isaacs, por sus invaluable conocimientos compartidos, su paciencia, consistencia y arduo trabajo que me permitió terminar con mi investigación, sus palabras de aliento y guía lograron que culminara esta meta.

Esther Jaén

## **RESUMEN**

**Introducción:** El presente estudio es de carácter cualitativo con enfoque fenomenológico trascendental descriptivo, el cual conduce a las experiencias vividas con un fenómeno específico. En nuestro caso, el fenómeno es la convivencia familiar durante la cuarentena obligatoria por causa de la pandemia por el COVID 19.

**Objetivo:** El objetivo del mismo es analizar el significado y las experiencias de convivencia familiar de estudiantes de enfermería durante la cuarentena, por el covid-19 desde la perspectiva de la salud y el bienestar.

**Metodología:** Utilizaremos el método fenomenológico trascendental descriptivo propuesto por Husserl que se enfoca en las experiencias de los participantes con el fenómeno estudiado y su respectivo análisis.

**Resultados:** La convivencia familiar de los estudiantes de enfermería de la Universidad de Panamá dentro de sus hogares fue en su totalidad efectiva y armoniosa, logrando una adaptación a la situación de aislamiento domiciliario y la nueva normalidad frente a la pandemia por el COVID 19.

**Conclusiones:** Para los estudiantes de enfermería, la adaptabilidad a la nueva normalidad, cuarentena y convivencia familiar fue posible gracias a sus

conocimientos previos sobre salud y bienestar, enfocado en el correcto manejo de las normas de bioseguridad, donde se busca promover la salud y prevenir la enfermedad.

**Palabras Claves:** Convivencia Familiar, salud, bienestar, cuarentena, estudiantes de enfermería.

## **SUMMARY**

**Introduction:** This research study is of a qualitative nature with Husserl's transcendental phenomenological approach, which leads to the description of the experiences lived during a specific phenomenon, in our case, the mandatory quarantine due to the COVID pandemic.

**Objective:** The objective was to analyze the meaning and experiences of family coexistence of nursing students during the quarantine, due to covid-19 from the perspective of health and well-being.

**Methodology:** We will use the descriptive and transcendental phenomenological method proposed by Husserl that focuses on the experiences of the participants and their respective analysis.

**Results:** The familiar coexistence of nursing students of the University of Panama, within their homes was totally effective and harmonious, achieving an adaptation to the situation of home isolation and the new normal in the face of the COVID 19 pandemic.

**Conclusions:** For nursing students, adaptability to the new normality, quarantine and family coexistence was possible thanks to their previous knowledge about health and well-being, focused on the correct management of biosafety standards, where it seeks to promote health and prevent the illness.

**Key Words:** Family Coexistence, health, well-being, quarantine, nursing students.

## INDICE

<b>DEDICATORIA</b>	
<b>AGRADECIMIENTO</b>	
<b>RESUMEN</b>	
<b>SUMARY</b>	10
<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	
<b>CAPÍTULO I: MARCO CONCEPTUAL</b> .....	13
1.1. Antecedentes.....	14
1.2. Planteamiento del problema.....	17
1.3. Justificación.....	20
1.4. Objetivos.....	23
1.5. Definiciones orientadoras.....	24
<b>CAPÍTULO II: MARCO EMPÍRICO Y TEÓRICO</b> .....	27
2.1. Marco Empírico.....	28
2.2. Marco Teórico: Teoría de Adaptación de Sor Callista Roy.....	40
2.3. Los Temas Fenomenológicos Universales.....	45
<b>CAPÍTULO III: METODOLOGÍA DEL ESTUDIO</b> .....	47
3.1. El Método .....	48
<b>CAPÍTULO IV: ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS</b> .....	52
4.1. Experiencia vivida y significado de la Convivencia Familiar en tiempos de cuarentena, desde la perspectiva de la salud y el bienestar de los Estudiantes de Enfermería de la Universidad de Panamá. Resultados descriptivos.....	53
4.1.1. Tema 1: Explicando la convivencia antes de la cuarentena.....	53
4.1.2. Tema 2: Describiendo la experiencia de la convivencia familiar durante la cuarentena.....	54
4.1.3. Tema 3: Llegando al consenso del Significado Personal de convivencia durante la cuarentena.....	56
4.1.4. Tema 4: Resaltando los efectos de la pandemia en la salud, desde la perspectiva psicológica y física.....	57
4.1.5. Tema 5: Analizando las preocupaciones a raíz de la cuarentena.....	59
4.1.6. Tema 6: Mencionando las opiniones y experiencias personales sobre la cuarentena.....	60
4.1.7. Tema 7: Reflexionando sobre los aspectos positivos y negativos vividos durante la cuarentena.....	62

4.1.8. Tema 8: Enunciando las medidas de prevención más difíciles de acatar y utilizadas en la familia.....	64
4.1.9. Tema 9: Mencionando las recomendaciones de acción en caso de un familiar con COVID 19.....	66
4.1.10. Tema 10: Describiendo como participó el estudiante de enfermería en las medidas de prevención en su casa o fuera de ella.....	68
4.1.11. Explicando cómo fue la adaptación gradual de los estudiantes de enfermería ante la nueva normalidad.....	70
4.1.12. Enunciando recomendaciones realizadas por los estudiantes para mejorar la convivencia familiar.....	72
4.2. Descripción Textural, experiencia vivida y significado de la convivencia familiar en tiempos de pandemia, desde la perspectiva de salud y bienestar.....	73
4.3. Descripción Estructural, experiencia vivida y significado de la convivencia familiar en tiempos de pandemia, desde la perspectiva de salud y bienestar.....	85
4.3.1. Experiencia de la Convivencia antes y durante la cuarentena.....	85
4.3.2. Significado Personal de Convivencia Familiar para los estudiantes de enfermería.....	90
4.3.3. Recomendaciones para mejorar la convivencia, desde las experiencias de los estudiantes de enfermería durante esta cuarentena.....	91
Discusión de Resultados.....	94
Recomendaciones.....	105
Conclusiones.....	107
Referencias Bibliográficas .....	111



## INTRODUCCIÓN

El ser humano, por su naturaleza social pertenece, vive y se desarrolla dentro del grupo primario denominado “familia” que a su vez es la encargada de proveer individuos capaces de participar activa y sanamente en sociedad. En otra perspectiva se puede apreciar a la familia como un sistema compuesto de subsistemas que en este caso serían sus miembros, los cuales mantienen una estrecha conexión, si uno de sus integrantes es afectado de alguna forma (enfermedad, situaciones dolorosas, crisis) también serán afectados los demás miembros de esta y por ende toda la familia. Es por esto que en situaciones difíciles es necesario mantener la unión familiar, una comunicación eficaz, tolerancia y respeto, para superar los conflictos que surjan en su entorno.

De acuerdo con Herrera (1997), la concepción de la familia como sistema, aporta mucho en relación con la causalidad de los problemas familiares, los cuales tradicionalmente se han visto de una manera lineal (causa-efecto) lo cual es un enfoque erróneo, pues en una familia no hay un "culpable", sino que los problemas y síntomas son debidos precisamente a deficiencias en la interacción familiar, a la disfuncionalidad de la familia como sistema. (P.591)

La autora menciona también que el funcionamiento familiar debe verse de manera circular, es decir que no debe ser solamente causa y efecto si no también que la causa pueda pasar a ser efecto y viceversa; de esta manera se

pueden determinar con mayor facilidad las raíces de una problemática familiar. En la actualidad existen cambios importantes en la estructura, tamaño y organización familiar, lo que conlleva a una convivencia familiar deficiente ya que existen mayores contratiempos (exceso de horas laborales, tráfico, distancia hasta el hogar, tecnología, lugares de ocio, etc.) en el plano de la interacción entre los integrantes de la misma. Siendo la convivencia familiar una parte fundamental del desarrollo integral del ser humano para su adaptación al entorno social, es necesario saber cómo se ha sobrellevado la crisis del COVID -19 en las familias panameñas específicamente en aquellas en donde alguno de sus integrantes pertenece a la facultad de enfermería de la Universidad de Panamá, el bienestar y la salud de esos estudiantes durante la cuarentena, las ventajas y desventajas de mantener un aislamiento domiciliario que propicia a una mayor interacción familiar.

Este trabajo investigativo se dividió en cuatro (4) capítulos: el primer capítulo se denominó marco conceptual, que es donde se abarca el planteamiento del problema, los antecedentes del problema y la justificación, en la que se menciona la necesidad y utilidad de dicha investigación; los objetivos que guiaron al estudio y la definición de variables orientadoras. El segundo capítulo trata sobre el marco empírico que comprenden los antecedentes, en el cual se describen y analizan los estudios realizados anteriormente que guardan estrecha relación con la investigación, además se incluye el marco teórico, donde destacamos una teoría de enfermería con la cual se puede comparar el objeto de

estudio y los supuestos estructurados por la autora, buscando interrelacionarlos con los resultados, abarcando los temas que tratan de explicar las bases teóricas conceptuales. También se incluye un material acerca de los temas fenomenológicos universales. El tercer capítulo abarca el método, utilizaremos el método cualitativo fenomenológico transcendental descriptivo, para realizar la presente investigación. El cuarto capítulo se enfoca en el análisis de datos y presentación de los resultados, en el cual pondremos en práctica el modelo de análisis de Moustakas (1994), modificado por Gordón de Isaacs (2017).

# **CAPÍTULO I**

## **MARCO CONCEPTUAL**

## 1.1. ANTECEDENTES:

"La familia es el elemento natural y fundamental de la sociedad y tiene derecho a la protección de la sociedad y del Estado" (Declaración Universal de Derechos Humanos de las Naciones Unidas, artículo 16, párrafo 3, 1948); es un grupo unido principalmente por relaciones de filiación o de pareja y es en esta donde la persona adquiere sus valores, sus ideales, comportamientos, se construye su personalidad y se enseñan las responsabilidades u obligaciones para facilitar su incorporación con el entorno social (Morandé, 1998). Hoy en día existen diversos tipos de familia: monoparentales, extensa, nuclear e incluso aquellas en las que no existen relaciones de consanguinidad, si no que los une un vínculo afectivo en el cual la persona se siente protegida, comprendida y amada, como en las adopciones (Vargas, 2014). Actualmente, las familias han dejado de tener su rol de dirección, enseñanza y unidad debido a la división de sus integrantes ante un mundo acelerado en el cual el trabajo excesivo es cada vez más frecuente, la ausencia de las figuras paternas en los hogares es cada vez más habitual y la convivencia familiar es casi nula (Pérez et al., 2008). No obstante, aunque la convivencia debe ser un importante tema en cada familia, puesto que, contribuye a la unión familiar, creando relaciones sólidas entre sus integrantes, no forma parte del dominio de las familias, que poseen una imagen "conceptual" de esta (Barquero, 2014). Esta triste realidad se basa en los altos niveles de exigencias de trabajo y adaptación ante un mundo acelerado y cambiante; cada integrante de la familia mantiene una rutina dependiendo de su

edad y rol dentro de esta; los padres van a sus trabajos, compras para abastecer el hogar, reuniones, mientras que los niños acuden a sus escuelas (Estrada, 2010), actividades recreativas o extracurriculares, círculo de amistades, uso de dispositivos electrónicos, de manera que la convivencia familiar exclusiva de los integrantes de la familia se reducen a unas cuantas horas al día, resaltando la incomunicación que impera en los hogares por el uso irracional de las tecnologías (Samada, 2017).

Un estudio realizado en Costa Rica por (Barquero, 2014), llamado “Convivencia en el contexto familiar: Un aprendizaje para construir cultura de paz”, que aborda la promoción de la convivencia en el contexto familiar; en donde trabajaron con padres de familias de niños de entre tres y diez años, pertenecientes a un centro educativo del área metropolitana de Costa Rica. En sus resultados se destaca que las figuras parentales no se auto perciben como una instancia social protagonista del aprendizaje de la convivencia, ni mucho menos constructora de una cultura de paz debido a las múltiples dificultades que enfrentan al momento de la crianza, lo cual agota y frustra a esa figura parental, haciendo más difícil la convivencia familiar y favoreciendo a la violencia.

Fernández-Henarejos y Prados (2011), en una investigación titulada “Luces y sombras de la Convivencia Familiar”, realizada en Badajoz, España, cuyo objetivo primordial fue analizar los factores que deterioran la convivencia familiar, centrándose en las relaciones paterno-filial para luego ofrecer una serie de

orientaciones pedagógicas para reestablecer una educación familiar saludable y contrarrestar los efectos negativos de las tensiones familiares, se pudo determinar que la familia como toda organización social, atraviesa por diversos episodios de crisis o tensión donde la frecuencia de los conflictos incrementa notablemente y el modo de enfrentar estos conflictos (democrática, autoritario, permisivo, pasivos, indiferente, etc.) pueden contribuir tanto para bien como para mal haciendo más vulnerable la situación familiar. Por esto es necesario apoyarse en guías para el manejo de situaciones de crisis dentro de las familias y de este modo lograr una convivencia familiar armoniosa.

De acuerdo a un estudio realizado por Estrada (2010) en la Ciudad de México, nombrado “Convivencia Forzosa, experiencias familiares durante la emergencia sanitaria por el virus de la influenza humana A(H1N1) en la ciudad de México”, en el cual se estudian las experiencias de un grupo de familias residentes en la Ciudad de México durante la emergencia sanitaria causada por el brote de influenza A(H1N1) de abril de 2009 y aborda la manera en que cambió la vida cotidiana de estas familias cuando se vieron precisadas a establecer una estrecha convivencia, provocada por las medidas de contingencia establecidas por el secretario de Salud, José Ángel Córdoba para mitigar el brote; da como resultado que la tensión generada por el encierro hizo aflorar el enojo de los integrantes de las familias entre sí, adicionalmente al verse alterado la rutina diaria a la que están acostumbradas las familias (trabajo, escuela, compras de víveres) y encapsularse en sus hogares sin haber interacción con otras personas

ni actividades externas, las familias experimentaron un cambio en su organización y se convirtieron en sistemas cerrados, empobreciendo los sistemas familiares, los cuales cayeron en un proceso de entropía.

Según Rentería y Giraldo (2008), en un artículo denominado “Convivencia Familiar: Una lectura aproximativa desde elementos de la psicología social”, realizado en Cali, Colombia presenta una síntesis reflexiva basada en una investigación sobre Convivencia Familiar realizada dentro de un sector de escasos recursos en esa ciudad. Este estudio demuestra que el principal referente empleado por parte de los participantes para comprender, explicar o construir la convivencia familiar se centra en la violencia como eje, debido a que la convivencia se percibe como resultado de actos. Esto se refleja con mayor magnitud en las relaciones unilaterales en las cuales los padres asumen un papel activo en las relaciones frente a sus hijos (pasivos) como receptores de las acciones de sus padres, lo que genera relaciones de desigualdad, que a su vez tornan la convivencia familiar más violenta.

## **1.2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

En este año 2020, el mundo se ha conmocionado con la aparición de un virus hasta el momento sin cura, nombrado COVID -19, el cual surgió en Wuhan, China. Ningún país esperaba ser foco de transmisión de este virus, ni estaba preparado, para afrontar esta pandemia; por lo tanto, rápidamente fue tomando



fuerza y cobrando vidas inocentes, los más vulnerables, la población de adultos mayores de entre 60 años o más y aquellos con patologías crónicas como la diabetes, enfermedades coronarias, hipertensión arterial, insuficiencia renal, y otras enfermedades crónicas no transmisibles.

Como fuerte medida de prevención adoptada en casi el mundo entero, se tomó el aislamiento domiciliario y el distanciamiento físico para prevenir mayores contagios. De la noche a la mañana el planeta tomó una pausa, las calles desiertas, los negocios cerrados, las personas apartadas en sus hogares. Esta nueva experiencia ha sido bastante compleja ya que solo el hecho de permanecer en casa confinados es todo un desafío y a esto se le añade la convivencia familiar que, en muchos casos, ha sido descuidada y poco apreciada por los integrantes de la familia.

Según González Benítez (2000), entre los recursos familiares más importantes se encuentra la cohesión, que se expresa en el nivel de apoyo mutuo, afecto y confianza entre los miembros de la familia. Cuando la familia puede contar con la posibilidad de tomar decisiones en forma conjunta sin afectar a los miembros de esta, cuenta con un recurso muy positivo para el enfrentamiento a las diferentes problemáticas de la vida. A su vez manifiesta que otro punto importante es la flexibilidad, ya que en la medida que la organización interna de la estructura familiar sea más flexible, permitiendo adoptar nuevos roles y reglas, se facilitarán las soluciones de los conflictos.

Esta capacidad del sistema da lugar al recurso de adaptabilidad, que es la capacidad de amoldarse para afrontar los cambios en las situaciones distintas a las acostumbradas sin reducir su eficacia y compromiso; en otras palabras, no es más que la habilidad de la familia para cambiar la estructura de poder, las relaciones de rol y las reglas en dependencia de la nueva situación.

Después de tres meses, desde el inicio de la pandemia, los medios de comunicación anunciaron que aumentaban los episodios de violencia doméstica, de suicidios y de depresión e irritabilidad. Por todo lo anterior, nos preguntamos ¿en qué forma estará afectando la pandemia a la convivencia familiar desde la perspectiva de la salud y el bienestar de la familia?

Tomando como base los planteamientos presentados anteriormente, así como la importancia que tiene la sana convivencia y unión familiar en tiempos de crisis, se planteó la siguiente pregunta de investigación:

**¿Cuál ha sido la experiencia vivida y significado de la convivencia familiar en tiempos de la cuarentena por el covid-19, desde la perspectiva de la salud y el bienestar, de estudiantes de Enfermería de la Universidad de Panamá?**

### 1.3. JUSTIFICACIÓN

A lo largo de la historia se han podido vivenciar múltiples epidemias o pandemias que han acabado con un gran porcentaje de seres humanos, siendo los virus o bacterias los que las han provocado (Lederman, 2003). Un ejemplo de estas pandemias fue la gripe española, en 1918, la cual arrasó entre el 3 y 6% de la población mundial (Rivero, 2015). Otro claro ejemplo es el virus de la inmunodeficiencia humana (VIH), el cual ha infectado a 74.9 millones de personas desde el comienzo de la epidemia hasta finales del 2018 y si no es tratado a tiempo acaba con la vida de al menos el 80% de los infectados, se expandió hace 4 décadas, afectando principalmente al continente africano (OMS, 2017). Actualmente, existe una nueva epidemia por Coronavirus,

llamada COVID-19, la cual fue declarada pandemia global, por la Organización Mundial de la Salud (OMS) el 11 de marzo del presente año (2020) y para su mitigación y control se han tomado medidas drásticas de contingencia como lo son: la cuarentena y el distanciamiento social, lo cual ha obligado a una mayor convivencia familiar.

Pero hay que destacar que esta convivencia conlleva muchos inconvenientes al momento de ponerla en práctica, algunos autores hacen alusión a ello:

Según Palomino y Torro (2014), dos razones explican el por qué se dificulta esta convivencia. La primera porque, sin excepción, todos los seres humanos

tenemos discrepancias en cuanto a lo que sentimos, pensamos y actuamos; de esta forma repercute en el actuar cotidiano. Por esta razón, cualquier relación interpersonal que se establece será difícil de algún modo. La segunda razón se explica desde lo biológico ya que existe un determinismo “genético” que nos liga a la familia, pues ésta no se elige, es una relación impuesta. De esta manera los subsistemas familiares crean determinados valores, normas, límites y acciones que enmarcan a los sujetos, tanto en lo individual como en lo situacional.

De acuerdo con Estrada (2010), la armonía e integración en la familia no se logra solamente atendiendo las recomendaciones de convivencia de los conoedores, ni aunque los integrantes de esta tengan toda la voluntad para hacerlo; es el resultado de procesos que se han desarrollado a lo largo de la historia de la familia (vivenciando sus alegrías, sus derrotas, sus momentos de crisis y la soluciones de ello) y que se sustentan en las características de las relaciones que establecen sus miembros entre sí. La convivencia productiva, no consiste en estar juntos; se basa en la capacidad de ejercer las jerarquías y respetarlas, de reconocer las necesidades propias y las de aquellos con quienes se convive, de utilizar los recursos materiales, sociales y personales con el fin de beneficiar a los integrantes en lo individual y al grupo como tal.

Se espera que al tener conocimientos en salud, la preocupación por la familia es mayor, y mucho más, cuando uno de ellos debe salir a cumplir con su deber laboral; se espera también que se pueda poner en práctica todos los

conocimientos adquiridos a lo largo de la carrera de estudio en cuanto a los métodos de barrera y técnicas asépticas, de igual forma ser educadores de nuestros familiares para que puedan cumplir con las medidas requeridas para evitar un contagio pero, cómo ha sido realmente esa convivencia familiar? Cómo ha sido esa experiencia, cuál ha sido su significado para los estudiantes de enfermería.

Este estudio es de relevancia ya que nos enfocamos en una situación nueva para el país e incluso para el mundo, en donde las familias tienen que convivir juntas, algo no practicado en nuestra sociedad puesto que se acostumbra a mantener una rutina laboral exigente desatendiendo el “pasar tiempo con la familia”, siendo de gran interés indagar sobre los modos en que cada familia ha sobrellevado la convivencia familiar. Se espera que los resultados de este estudio sirvan para evidenciar cuales fueron las experiencias de los estudiantes de enfermería con respecto a su convivencia familiar durante la cuarentena obligada y el distanciamiento social, propuestos como medida de prevención para evitar contagios por coronavirus.

Por otra parte, esperamos que los resultados de esta investigación permitan a los profesionales de la salud y a los educadores de Enfermería, conocer y entender mejor este fenómeno, por su relevancia en la salud física, mental, y social de los estudiantes de enfermería en el período post covid-19.

## **1.4. OBJETIVOS**

### **General:**

Analizar el significado y las experiencias de convivencia familiar de estudiantes de enfermería durante la cuarentena, por el covid-19 desde la perspectiva de la salud y el bienestar.

### **Específicos:**

1. Describir la convivencia familiar de estudiantes de Enfermería durante la cuarentena por el covid-19, desde la perspectiva de la salud y el bienestar.
2. Determinar el significado de la convivencia familiar para los estudiantes de enfermería durante la cuarentena por el covid-19.
3. Determinar las implicaciones de los resultados para la salud y el bienestar de los estudiantes.

## 1.5. DEFINICIONES ORIENTADORAS:

Latorre y otros (2005) menciona que la definición conceptual de la variable es la que se propone explicar y desarrollar el contenido del concepto; es la definición del "libro". Es una entidad abstracta supuesta, bien definida y articulada, que consideramos que existe, aunque no sea estrictamente observable y que sirve para explicar determinados fenómenos (P.210)

Para lograr una mayor comprensión de lo que el investigador quiere resaltar o perseguir con el estudio, se definen algunos conceptos principales que están contemplados dentro de la investigación.

A continuación, presentaré las siguientes definiciones:

**Convivencia Familiar:** En su acepción más amplia, se trata de un concepto vinculado a la coexistencia pacífica y armoniosa de grupos humanos en un mismo espacio. De acuerdo a Palomino- Leiva (2014) es un acoplamiento constante con un vínculo afectivo que se sustenta en valores, normas, diálogo, y sobre todo la interacción mutua entre sus miembros (P.66)

**Familia:** Es el grupo de personas entre quienes existe un parentesco de consanguinidad por lejano que fuere. (De Pina Vara, R. 2005. P. 287).

Gómez (2014) nos dice que familia es la unidad interna de dos o más elementos del grupo humano -padres e hijos-, que se constituyen en comunidad a partir de

la unidad de una pareja, siendo uno de los grupos sociales que requieren con prioridad de una atención especial (P.14)

**Coronavirus (COVID-19):** Los coronavirus son una extensa familia de virus que pueden causar enfermedades tanto en animales como en humanos. En los humanos, se sabe que varios coronavirus causan infecciones respiratorias que pueden ir desde el resfriado común hasta enfermedades más graves como el síndrome respiratorio de Oriente Medio (MERS) y el síndrome respiratorio agudo severo (SRAS). El coronavirus que se ha descubierto más recientemente causa la enfermedad por coronavirus COVID-19. La COVID-19 es la enfermedad infecciosa causada por el coronavirus que se ha descubierto más recientemente. (OMS, 2019)

**Cuarentena:** Para Núñez (2020), es para personas que han estado expuestas a una enfermedad contagiosa, pero que no están enfermas. Estas son separadas de otras mientras que muestran señales de la enfermedad y contagio. Se les puede pedir a las personas que se mantengan en sus casas para evitar la posible propagación de enfermedades a otras personas. La decisión de poner a un individuo en aislamiento o cuarentena se hace cuando está claro que el individuo o grupo de individuos posee un significativo riesgo de transmitir una enfermedad o agente contagioso a otros y afectar potencialmente la salud pública. (P.3)



**Bienestar:** De acuerdo con Blanco (2005), el bienestar subjetivo se inscribe como la felicidad, satisfacción con la vida, aspectos positivos y negativos que se desprenden de las condiciones en las que se desenvuelve nuestra existencia; “la satisfacción con la vida es el grado en el que una persona evalúa la calidad global de su vida en conjunto de forma positiva” (P. 582).

## CAPÍTULO II

### MARCO EMPÍRICO Y TEÓRICO

## 2.1. MARCO EMPÍRICO:

Según Gordón de Isaacs (2005), el marco empírico se refiere a los estudios realizados por otros investigadores, en relación al tema que se pretende estudiar, ya sea con otro enfoque, o relacionando otras variables, o sencillamente utilizando otro entorno. (P.59)

En este punto de la investigación se busca determinar las investigaciones realizadas previamente, que se relacionan con la que se está realizando y de este modo facilitar el análisis de los hallazgos encontrados, esto se hace al final del estudio.

Existe una amplia literatura enfocada en desarrollar temas relacionados a convivencia familiar, aislamiento y familia que presentaré a continuación:

La primera investigación encontrada fue un artículo realizado en el año 2000, por Marlene Montes, en nuestro hermano país Colombia (Cali) y nombrado "*Viviendo la Convivencia*", se pone de manifiesto la importancia de la convivencia en la vida diaria familiar. El propósito de este artículo investigativo es el de llevar a reflexionar sobre los aspectos básicos de la convivencia, que tienen importancia en nuestro diario vivir. La autora menciona que toda convivencia debe estar fundamentada en el amor; esto es abrir al otro un espacio de existencia junto con nosotros, porque no existe convivencia social sin amor, sólo existe la hipocresía que nos lleva a la destrucción, la separación. Todas las personas tienen la necesidad de vivir en compañía, estar con alguien, compartir y relacionarse con

otros individuos; cuando un hombre es capaz de relacionarse con los otros, es cuando comienza a ser persona y dependiendo del grado de integración que consiga será su realización en la convivencia. Como consideraciones finales nos expone que en todo grupo humano existe la necesidad de convivir; la sociabilidad y la socialidad son formas básicas de la naturaleza humana que nos ayudan a conseguir esa convivencia.

En mi opinión personal considero que el humano es por naturaleza un ser social por lo tanto no puede estar aislado, el hecho de mantenerse aislado tanto de otras personas como otros seres (animales o plantas) puede agravar su estado anímico o psíquico lo que significa enfermedad ya que para estar sanos se comprende tanto lo físico como lo psicológico. Es por esta razón que es preciso enseñar desde el hogar una cultura de convivencia, mediante la cual se aprende a aceptar los defectos y virtudes de los demás.

Margarita Estrada Iguíniz desarrolló una investigación denominada "*Convivencia Forzosa: Experiencias familiares durante la emergencia sanitaria por el virus de la influenza humana A(H1N1) en la Ciudad de México*", realizada durante el año 2009 y cuyo propósito fue el de estudiar las experiencias de un grupo de familias residentes en la ciudad de México durante la emergencia sanitaria causada por el brote de influenza A(H1N1) de abril de 2009; analizando desde una perspectiva sistémica, la manera en que cómo la reclusión forzosa a la que se vio sometida la población contribuyó a reforzar las dinámicas familiares previas que propiciaron la aparición de tensiones y conflictos entre los integrantes, en

esa investigación se puso en evidencia los recursos que cada familia poseía para manejar situaciones estresantes a raíz de la emergencia sanitaria. Los instrumentos utilizados para la investigación fueron sesiones de terapia familiar e individual y entrevistas semi-dirigidas realizadas a individuos y grupos familiares; estas sesiones y entrevistas fueron realizadas en un lapso de tiempo del 11 al 19 de mayo de 2009, es decir los días posteriores al momento en que se levanta la alerta sanitaria, cuando las actividades regresaron a la normalidad. En cuanto a los resultados, no fueron nada favorecedores y demostraron que las familias mexicanas tienen una convivencia familiar deficiente puesto que anteponen otros intereses como trabajo, ocio, recreación a la interacción familiar. A manera de conclusión se expone que la armonía e integración en la familia no se logra atendiendo las recomendaciones de convivencia de las autoridades, una buena relación entre los individuos es el resultado de procesos que se han desarrollado a lo largo de la historia de la familia y que se sustentan en las características de las relaciones que establecen sus miembros entre sí. La convivencia productiva, generadora de solidaridad y desarrollo no consiste en estar juntos, se basa en la capacidad de establecer jerarquías, de reconocer las necesidades propias y las de aquellos con quienes se convive. A manera de reflexión puedo mencionar que después que en una familia existan roles definidos y se respeten cada uno de ellos, se puede mantener una convivencia sana y sobrellevar cualquier crisis que se presente, incluyendo el aislamiento social al que puedan estar expuestas las familias.

La investigación denominada “*Luces y Sombras de la convivencia familiar*” realizada por Ana Carmen Tolino Fernández-Henarejos y María Ángeles Hernández Prados en el Año 2011 nos introduce en el tema de la convivencia familiar y las complicaciones que conlleva el pertenecer a una familia.

El propósito de la investigación fue el de realizar un análisis conceptual sobre conflicto, violencia y convivencia familiar para luego analizar los factores que deterioran la convivencia familiar, centrándose especialmente en las relaciones paterno-filiares, siguiendo con una serie de orientaciones pedagógicas que reestablecen una educación familiar saludable y permite contrarrestar los efectos negativos de las tensiones familiares. Este trabajo investigativo fue realizado en Badajoz, España.

Mediante una exhaustiva revisión literaria sobre el conflicto, violencia y convivencia familiar, buscando diversos tipos de perspectivas con respecto a la familia y sus conflictos se obtuvo que el conflicto es naturalmente humano; no es un fenómeno completamente negativo para el desarrollo de la vida familiar ya que mediante las confrontaciones se logra crear un ambiente propicio para promover la participación e iniciar la reconciliación pero si no se lleva una adecuada negociación pueden provocar mayor conflicto convirtiendo a la familia en disfuncional. Las familias son núcleos de amor y protección donde la violencia no tiene cabida, sin embargo, estas también se convierten en sitios de riesgo para conductas violentas.

Como conclusión mencionan que las familias como toda organización social atraviesa por diversos episodios de crisis o tensión donde la frecuencia de los conflictos incrementa notablemente. El modo de hacer frente puede contribuir tanto su bienestar como a su deterioro dependiendo del mecanismo seleccionado para enfrentar la crisis.

Como reflexión puedo mencionar que al igual que en España o en cualquier parte del mundo, las familias tienen una finalidad en común, educar a los integrantes para que logren una factible inclusión a la sociedad, pero en todos los ámbitos en donde existe un grupo social se encuentran discrepancias, lo importante es sobrellevarlas y respetarse mutuamente.

Otra investigación examinada fue "*Caracterización de la Convivencia en Familias con Adolescentes y personas ancianas*"; cuyos autores son: Dania Ondina Feria-González; Aurora García-Gutiérrez; Galina Nieves-Gómez y presentada en el año 2012.

Su propósito es abordar las características regulares de las familias con personas ancianas y longevas, resaltando en como esta convivencia influye en los adolescentes para vivir en compañía de otros con un sentido de empatía en las relaciones humanas.

La investigación es realizada en Cuba y arrojó como resultados que en las familias multigeneracionales (aquellas en las que existe más de 2 generaciones), los jóvenes no se involucran en el cuidado del adulto mayor y por el contrario

mantienen una actitud negativa hacia el anciano; los padres en la mayoría de los hogares ostentan el poder jerárquico sobre sus hijos, en las relaciones familiares, de forma involuntaria, descalifican a las personas ancianas y longevas ante sus hijos, también surgen conflictos por las formas de comportarse de los adolescentes como manifestación de la permisividad de los padres que no ponen límites a sus hijos y el control que tratan de ejercer sus abuelos.

Los padres no toman conciencia de la influencia que una actitud negativa en el trato a las personas ancianas y longevas trae en el adolescente, es en esta etapa que se comienzan a fijar conscientemente en categorías morales generales su experiencia y las de las demás personas. También se menciona que el cuidado de las personas ancianas y longevas tradicionalmente ha sido un rol asignado social y culturalmente a la mujer, esto contradice la aspiración de equidad, concepto que no sólo recoge la igualdad sino el equilibrio de roles, funciones y responsabilidades en la familia, si bien es cierto que la mujer cada vez se ve menos obligada a asumir papeles que le restan independencia y que se han impuesto a través de la historia por cuestiones de género, en situaciones de crisis familiar los hombres exigen continuar su vida laboral y se pretende que esta sea la encargada de asumir su cuidado.

Las autoras concluyen que es necesario orientar a la familia para una convivencia donde se tengan en cuenta los deberes y derechos de las personas ancianas y longevas como uno de los contenidos esenciales de su labor formativa si se tiene en cuenta que serán mayoría en los contextos de actuación



donde crecen y se desarrollan las nuevas generaciones. Mi reflexión final al culminar el análisis de esta investigación es que para mantener una convivencia sana y armoniosa entre todos los integrantes de una familia es imprescindible involucrar a cada uno de los implicados, hacerlos partícipes de las necesidades de cada uno manteniendo una comunicación efectiva y respetando los roles que cada uno posee.

El estudio denominado "*Integración familiar y variables socioeconómicas en Arequipa metropolitana*", de los autores Rodolfo Castro, Walter Arias, Sergio Domínguez, María Alejandra Masías, Ximena Salas, Fiorela Canales y Arantxa Flores, realizado en el año 2013, se enfoca en la relación de la integración familiar y diversas variables socioeconómicas, entre los habitantes de Arequipa metropolitana.

Esta investigación fue ejecutada en Arequipa, Perú. Se realizó un muestreo probabilístico y se ha evaluado a 844 personas, jefes de hogar, mediante el Inventario de Integración Familiar y una ficha de recolección de datos.

Dentro de la investigación se menciona que la familia es una institución que atraviesa una delicada crisis a nivel mundial, pero esta crisis debe ser comprendida también como una oportunidad para que la institución en mención se pueda renovar y rejuvenecer en este nuevo milenio; el incremento en la tasa de divorcios, el número de parejas que optan por la convivencia, las rupturas y violencia familiar, la disminución de la natalidad, el abandono de hogar por parte

de uno de los progenitores, etc., son síntomas claros de esta crisis. En este mismo contexto se alude a que antes la familia cuidaba a los ancianos y enfermos, hoy los matrimonios se rompen o deciden no tener hijos, esta tendencia está generando que aparezcan personas que en algún momento de sus vidas no tengan quién los cuide; entonces el Estado deberá intervenir. Dicho de otro modo, cuando la familia funciona y funciona bien está generando un ahorro importante al Estado, resultándole muy caro el fracaso de la familia. En consecuencia, invertir en la familia compensa para no tener que asumir gastos sociales y políticas asistenciales.

Para encuestar a las personas se utilizó la técnica de muestreo en diversos distritos de Arequipa metropolitana, ubicados mediante la utilización de un mapa referencial de la ciudad para el desplazamiento de los encuestadores en los barrios de los distritos asignados. El único criterio de inclusión fue que los encuestados fueran jefes de hogar, independientemente del sexo. El 50.7% de personas encuestadas fueron varones y el 49.3% restante de la muestra estaba constituido por mujeres. el estudio arroja que el paseo en familia tiene un 19.6%, siendo una de las pocas actividades que reúne a los miembros de la familia; ello debido al ritmo de vida tan acelerado, los efectos y posibilidades de la tecnología de la información, la masificación de internet en los hogares, la cantidad de televisores/computador por hogar, etc.; factores que, lamentablemente, vienen consolidando una “cultura de dormitorio”, cada vez más individualista, donde los

espacios de encuentro entre los propios miembros de la familia son cada vez más escasos.

Como reflexión puedo indicar que al igual que en Perú, en Panamá las familias mantienen poca interacción entre sus integrantes, dándoles mayor importancia a las tecnologías y descuidando la convivencia familiar, los jóvenes crecen en una burbuja individualista y egocéntrica, en donde lo material es lo más importante, las apariencias están a la orden del día y los valores no resaltan.

Otra investigación encontrada fue "*El papel de la familia en el desarrollo social del niño: una mirada desde la afectividad, la comunicación familiar y estilos de educación parental*", sus autoras son Paula Andrea Suárez Palacio y Maribel Vélez Múnera y fue realizada en el año 2018. El propósito de la misma es realizar una revisión de artículos con el objetivo de identificar elementos de las dinámicas familiares que contribuyen en el desarrollo social. Esta investigación fue realizada en Antioquía, Colombia, en donde se realizó la búsqueda de artículos, sin restricción de fechas, en español e inglés, empleando buscadores como familia, educación, desarrollo social y se seleccionaron aquellos documentos que proporcionaban información sobre los aspectos formales que debía contener el artículo como lo es lo relacionado con la familia como núcleo fundamental de la sociedad, el aporte que tiene al desarrollo social y las diferentes dinámicas que dan en el sistema familiar para que se lleve a cabo dicho desarrollo.

Como resultados se menciona que comentar las emociones genera empatía, lo que tiene una gran importancia a la hora de desarrollar actitudes de respeto y comprensión. Siguiendo con esta idea también nos menciona que actualmente se ha venido produciendo un distanciamiento emocional en la relación entre los miembros de la familia y citando a Sánchez (2014) quien menciona que “en esta época se dialoga menos, se dedica menos tiempo a las relaciones familiares, los hijos están inmersos en una serie de actividades que les mantiene la agenda diaria ocupada. Cada miembro tiene un dispositivo electrónico al que se le dedica mucho tiempo, por lo que no hay espacios para la integración familiar”. A manera de conclusión nos resalta que la sociedad refleja lo que se lleva a cabo al interior de las familias, de modo que se hace necesario que los patrones de comportamiento que se inculquen en esta estén basados en el respeto hacia la diversidad de ideas, de pensamientos y de actuar. También nos mencionan que la comunicación juega un papel muy importante al momento de integrar a las familias, puesto que al haber comprensión y dialogo en cada situación se puede asegurar una mejor comprensión de las situaciones que se presentan en el ámbito social, es decir a situaciones ajenas y externas a las cuales se verán enfrentados cada miembro de la familia.

Como reflexión final de esta investigación se puede mencionar que la familia es el núcleo de la sociedad, es en ella donde sus integrantes aprenden todo lo que se va a necesitar para su vida social, pero es un sistema delicado en el que se necesita el trabajo de todos los individuos que pertenecen a ella para que pueda

funcionar adecuadamente. Es necesario que se fomente la integración y la convivencia familiar sana, en donde se respeten las decisiones, los pensamientos. En Panamá, las familias se concentran en las actividades diarias excluyendo así la interacción familiar, de esta manera es necesario resaltar que con una buena unión familiar se crean individuos fuertes, con carácter e independientes, listos para vivir en una sociedad.

La investigación llamada "*Atención integral a los problemas de convivencia familiar, en una comisaría de familia de la ciudad de Cali*", cuyos autores son Adriana Mora Anto, Miriam Román Muñoz, Valentina Varela Martínez y realizada en el año 2014 se enfoca en abordar los procesos de atención integral a los problemas de convivencia familiar, en la Comisaria de Familia del sector Ladera en Cali, teniendo en cuenta la perspectiva de los modelos alternativos de resolución del conflicto. Esta investigación fue realizada en Cali, Colombia y nos menciona que la familia, como espacio de socialización aporta su cuota a la formación de seres humanos pensantes y participativos, que puedan sumarse a la convivencia social y al fortalecimiento de la ciudadanía. De igual manera, su idealización también comporta el riesgo de estigmatizarla como la única instancia responsable de las dificultades relacionales, e incluso violentas, que experimentan las personas. Los autores aluden que la violencia familiar es parte de una construcción social, no necesariamente es culpa de la familia si no que influyen diversos factores como los económicos, sociales, políticos y culturales. Dicho de otro modo, el ámbito social al que pertenece el individuo puede ser

precursor a su temperamento violento. En esa ciudad, la violencia intrafamiliar se considera un delito querellable, es decir, un delito para el cual es necesario iniciar una acción penal ante la Fiscalía y observar procedimientos de denuncia establecidos en la ley. Sin embargo, muchas de las quejas o reclamos por situaciones asociadas a la violencia intrafamiliar, o que representan un riesgo para su ocurrencia, se formulan ante la Comisaría de Familia o son remitidas a ella: en muchas ocasiones, los usuarios (generalmente, las mujeres) acuden a la comisaría con la intención de que se haga un llamado de atención a la pareja o al padre maltratador que incumple con la obligación alimentaria, antes de que se le fije una medida de arresto o reclusión.

Esta investigación se basó en el análisis de los informes anuales de gestión (2007-2012) de la Comisaría de Familia del sector Ladera, en la que se registran el 25,5 % de los casos de violencia familiar, reportados por el Informe del Observatorio de Violencia Intrafamiliar (OVI, 2008) de la Secretaría de Salud Municipal.

Referente a los resultados la violencia familiar no solamente provoca estrés postraumático y ser considerada un asunto de salud mental y física, sino que es también la consecuencia de otras formas de violencia social y el reflejo de las formas de relación sustentadas en una concepción tradicional de roles de género que acentúa en relaciones de dominación. Además, detrás de la queja por conflictos de convivencia familiar existe un malestar psíquico que la persona espera resolver con la intervención profesional, queja a la que no

necesariamente se responde; no obstante, las secuelas emocionales de los problemas de convivencia familiar pueden ameritar una intervención psicoterapéutica especializada.

A manera de reflexión puedo opinar que la sana convivencia familiar va de la mano con diversos factores estimulantes de acuerdo a los integrantes de la familia, la sociedad en donde se acoge y los valores inculcados desde su infancia. Si se desea tener una convivencia pacífica y armoniosa es necesario satisfacer todas las necesidades del individuo ya sean económicas, culturales, sociales, físicas y mentales; en otra perspectiva se puede mencionar que mantener una sana interacción familiar es muy difícil en tiempos de crisis y más cuando los cambios se dan de una forma tan repentina como cuando existe una pandemia mundial.

## **2.2. MARCO TEORICO:**

### **Teoría de Adaptación de Callista Roy**

La autora es una enfermera nacida el 14 de octubre de 1939 en Los Ángeles, California. Se le atribuye la realización del Modelo de Adaptación con principios científicos basados en la teoría de sistemas de Von Bertalanffy y en la teoría de la adaptación de Harry Helson en la que decía que las respuestas de adaptación tienen que ver con el estímulo recibido y el nivel que tiene el individuo para adaptarse e influenciada en las observaciones realizadas durante su labor en el

área de pediatría, en donde logró distinguir que los niños tienen una gran capacidad de adaptación a los cambios ya sean fisiológicos, psicológicos y de su entorno, lo que fomentaba a una recuperación más rápida (Gómez et al. 2016).

Se publicó por primera vez en 1970, en un artículo titulado “Adaptación: Un marco conceptual para enfermería” y consiste en reaccionar positivamente ante los cambios producidos en su entorno.

Este modelo contiene cinco elementos esenciales que son:

- Persona: Como individuos o en grupos, son seres holísticos y adaptables
- Meta: Promocionar modos de adaptación que apoyen la salud global.
- Salud: Es contemplada como un estado sano e intacto que conduce a la integridad
- Entorno: Consiste en estímulos internos o externos que rodean al individuo.
- Dirección de las actividades: Es la facilitación de recursos para llegar a la adaptación.

Para tratar estos cinco elementos se utilizan los mecanismos de afrontamiento y los modos de adaptación, que dependen de tres clases de estímulo:

1. Focales: son los que afectan en forma inmediata y directa a la persona en un momento determinado.
2. Contextuales: son todos los demás estímulos presentes en la situación que contribuyen al efecto del estímulo focal.



3. Residuales: corresponde a todas las creencias, actitudes y factores que proceden de experiencias pasadas y que pueden tener influencias en la situación presente, pero sus efectos son indeterminados.

De acuerdo a Roy (2000), se identificaron cuatro modos de adaptación:

1. Modo psicológico – físico: Las características de este modo incluyen las formas en que los humanos interactúan como seres físicos. Para el individuo, el modo fisiológico incluye 5 necesidades básicas que son la oxigenación, nutrición, eliminación, actividad y descanso y protección. También se incluyen los componentes del subsistema regulador, que son los sentidos, fluidos y electrolitos, funciones neurológicas y endocrinas.
2. Identidad grupal de auto-concepto: Se refiere a lo que es uno para sí mismo en algún momento, es decir como uno se percibe en cierta circunstancia de la vida. Dentro de los componentes de este modo se incluyen el yo físico (sensaciones corporales y la propia imagen) y el yo personal (auto-consistencia, el yo ideal, el yo moral, ética y espiritual).
3. Función del rol: Es la necesidad de este modo para el individuo es la integración social; saber quién es uno en relación con otras personas para así poder actuar. Es importante determinar los roles para describir el rol de una persona en una situación específica.

4. Interdependencia: En este modo, hay que centrarse en las interacciones relacionadas con dar y recibir amor, respeto y ánimo. Las personas son la clave en el modo de interdependencia, tanto para los individuos como para los grupos; tiene dos componentes, las personas significativas y los sistemas de apoyo. (P.142-145).

**Supuestos de la teoría según García (2015):**

Los principales supuestos de su modelo se describen a continuación:

1. Adaptación: Se trata de que cada vida humana tiene una función en el universo y las personas no se pueden separar de su entorno. A su vez se refiere al proceso y al resultado por el cual una persona o individuo pertenecientes a un grupo, son conscientes y capaces de escoger para su debida integración con el entorno”.
2. Enfermería: Se define a la enfermería como la ciencia que amplía la capacidad de adaptación mediante intervenciones individuales o grupales que fomenten la interacción de la persona con su entorno, tomando en cuenta los procesos humanos vitales y dando importancia a la promoción de la salud de los individuos, de las familias, de los grupos y de la sociedad en general.

3. Persona: De acuerdo con Roy, las personas son seres holísticos y adaptables. “Como todo sistema adaptable, el sistema humano se define como un todo, con partes que funcionan como una sola unidad para un propósito en concreto. Los sistemas humanos comprenden a las personas como individuos y como grupos, incluidas familia, organizaciones, comunidades y sociedad en general”.
  4. Salud: Es el estado y el proceso de ser y de convertirse la persona en un ser integrado y completo. Es un reflejo de la adaptación, es decir, es la interrelación de la persona y su entorno. La salud no consiste en liberarse de la muerte, las enfermedades, la infelicidad y del estrés, si no que es la capacidad de combatirlos del mejor modo posible.
  5. Entorno: Es el conjunto de todas las condiciones, circunstancias e influencias del desarrollo de la conducta de las personas y de los grupos, con una especial consideración a la relación entre los recursos del hombre y de la tierra, donde se incluyen los estímulos focales, contextuales y residuales.
- (P.4)

**Otros supuestos según Díaz de Flores (2002):**

**Supuestos Científicos:**

- Los sistemas de materia y energía evolucionan hacia niveles más altos de complejidad en la organización del ser.

- La conciencia y el significado son constitutivos de la persona y la integración del entorno.
- La conciencia de la existencia de uno mismo y del entorno se basa en el hecho de pensar y de sentir.

### **Supuestos Filosóficos:**

- Las personas se relacionan a la vez con el mundo y con Dios.
- El significado de la existencia humana se basa en un punto de convergencia omega del universo.
- Las personas usan la capacidad humana creadora de conciencia, tolerancia y fe.
- Las personas son responsables de los procesos del origen, preservación y transformación del universo. (P.20)

## **2.3. LOS TEMAS FENOMENOLÓGICOS UNIVERSALES**

### **1. El tiempo:**

La temporalidad es uno de los temas fenomenológicos universales o existenciales. Las experiencias humanas se dan a lo largo de la vida, o de la existencia humana, en diferentes momentos temporales. Por otro lado, los seres humanos experimentamos el tiempo de diferentes formas. En algunas ocasiones, el tiempo es justo lo que necesitamos, otras veces es un tiempo muy corto, no nos alcanza, nos hace falta más tiempo. En otras

ocasiones el tiempo lo experimentamos como excesivamente largo, interminable. Todo depende de la experiencia que se vive (tomado de Gordón de Isaacs, 2018). La temporalidad es un tema de análisis en los estudios fenomenológicos por estar íntimamente ligado a la experiencia vivida de los seres humanos con los fenómenos estudiados con el método fenomenológico.

## **2. El espacio:**

El segundo tema existencial es el espacio en el que se da la experiencia, y así vemos que el espacio puede verse muy amplio en un momento dado, pero en otro el espacio es limitado, restringido, apretado. Puede ocurrir también que el espacio es complejo, complicado, enredado, oscuro, sin límites. Lo cierto es que la experiencia humana se vivencia en un mundo real, en un espacio existencial. El espacio en que se da la experiencia puede definir la interpretación que realizamos del fenómeno. Nos ayuda a entender la esencia del fenómeno estudiado. Toda experiencia humana se vive en un espacio.

## **3. Las relaciones humanas**

Otro tema fenomenológico universal son las relaciones humanas, relaciones que pueden darse en relación al sujeto que vive la experiencia, es decir en relación a sí mismo. Pero resulta que los seres humanos no

vivimos aislados, estamos en el mundo en relación a otros seres humanos, tal como lo señala Heidegger (1962) “el Dasein está en el mundo en relación a otros” . Las experiencias humanas se explican muchas veces en términos de las relaciones que tenemos con nosotros mismos o las que tenemos en relación a los otros seres humanos que participan de una forma u otra de la experiencia vivida.

#### **4. La corporalidad**

El cuerpo humano se experimenta de diferentes maneras, los narcisistas veneran su cuerpo, su vida se centra en su cuerpo, mientras que otros subestiman su cuerpo, lo consideran poco valioso, quisieran vivir en otro cuerpo. A pesar de que internamente, por lo general, los seres humanos tenemos la misma composición anatómica, y, por otro lado, en estado de normalidad fisiológica el cuerpo humano funciona igual, externamente podemos tener diferencias corporales que a veces influyen las experiencias que vivenciamos.

Extracto tomado de Gordón de Isaacs ( 2018)

**CAPÍTULO III**  
**METODOLOGÍA**  
**DEL**  
**ESTUDIO**

### **3.1. EL MÉTODO:**

Este estudio investigativo se enmarca dentro del paradigma cualitativo, utilizando el método fenomenológico trascendental con el enfoque descriptivo de Husserl (1931), el cual busca analizar las descripciones dadas por los participantes sobre sus experiencias vivenciadas con el fenómeno estudiado, además se busca entender y describir el significado de las acciones naturales del individuo ante una situación específica y así encontrar la esencia del fenómeno. En este estudio los participantes fueron estudiantes del Centro Regional Universitario de Coclé, que cursan la carrera de Enfermería, en tercer y cuarto año y que han vivenciado la experiencia de la convivencia familiar obligatoria, por cuarentena durante el período de la pandemia Covid-19.

Participantes: Cinco estudiantes de licenciatura de enfermería de tercer o cuarto año del Centro Regional Universitario de Coclé, la cantidad de participantes fue determinada por la técnica de saturación.

Los criterios de inclusión que deben cumplir los seleccionados para la investigación son los siguientes:

- Pertenecer a la facultad de enfermería.
- Cursar el tercer o cuarto año de la licenciatura de enfermería.
- Aceptación libre y voluntaria de participar en la investigación.



- Haber experimentado la cuarentena, por ende, la convivencia familiar en sus hogares.

Colección de datos: Para la técnica de recolección de datos se utilizó la entrevista a profundidad grabada, la cual, de acuerdo con las consideraciones bioéticas se tomó en cuenta el consentimiento informado de los participantes, los cuales dieron su aprobación para la realización de la entrevista y para la grabación de la misma, la cual se realiza con el objetivo de conocer desde la perspectiva del participante el fenómeno vivido, por lo tanto el entrevistador intervino lo más mínimo posible.

El número de participantes fue determinado mediante la técnica de saturación, esto quiere decir que, conforme se descubre el fenómeno, surgirán datos relevantes, curiosos, notables de la experiencia, cuando estos datos se tornen repetitivos, se ha alcanzado la saturación. En el caso de esta investigación se logró saturar con el quinto participante; estas entrevistas fueron realizadas con una duración de aproximadamente 60 minutos, en los cuales, podíamos observar los gestos, tono de voz, cambios de ánimo realizados durante sus descripciones o narraciones sobre el tema de estudio, lo cual, nos ayudó en el momento de su respectivo análisis ya que enfatizaban alguna experiencia relevante. La entrevista fue virtual.

Para el análisis de datos se utilizará la técnica de análisis de datos de Clark Moustakas (1994), que de acuerdo con Gordón de Isaacs (2017), este modelo es el resultado de dos modificaciones previas, ya que este autor abrevió el método de Van Kaam (1959; 1966) y después el método de Stevick-Colaizzi-Keen, (1973). En el 2017 dicho método fue modificado por la Doctora Gordón Isaacs, P.138.

El primer paso para el análisis de los datos consiste en leer detalladamente la entrevista, luego de una segunda lectura vamos identificando palabras claves o frases significativas relacionadas con el fenómeno que se convierten en nuestras unidades de significado, las cuales se remarcan o subrayan para finalmente mediante otra reducción, agruparlas dentro de un tema central, esto se realiza con cada entrevista hasta que los temas y sus unidades de significado sean repetitivos, ahí nos damos cuenta de que hemos llegado a una saturación. Posteriormente procedemos con las descripciones textural que es un retrato del fenómeno estudiado, después se hace la descripción estructural, utilizando la descripción textural para terminar con nuestro análisis.

## **CAPÍTULO IV**

# **ANÁLISIS Y DESCRIPCIÓN DE DATOS**

#### **4.1. Experiencia vivida y significado de la Convivencia Familiar en tiempos de cuarentena, desde la perspectiva de la salud y el bienestar de los Estudiantes de Enfermería de la Universidad de Panamá. Resultados descriptivos.**

Después de haber realizado toda la sucesión del análisis fenomenológico de los datos acorde con el modelo modificado de Moustakas (1994), en donde se realizan entrevistas a profundidad, luego se efectúa su debida transcripción para lograr un análisis detallado y establecer las unidades de significado; siguiendo con la verificación de estas unidades, las cuales se debieron agrupar en temas centrales, fue posible obtener los siguientes resultados.

##### **4.1.1. Tema 1: Explicando la convivencia antes de la cuarentena**

Unidades de Significado: La convivencia antes de la cuarentena era poca, nos manteníamos en una rutina diaria y laboral que no nos permitía compartir con la familia.

##### **Descriptor:**

P01: “Antes de la cuarentena se debían dividir el tiempo entre tu familia, entre la universidad, las clases, prácticas en el hospital y en realidad era bastante difícil”.

P03: “Poco compartíamos ya que mi mamá trabaja mucho adicional a eso hace turnos extras lo que impide que pase más tiempo en casa, por otro lado, mi papá le mete de lleno las horas de trabajo. Por otro lado, yo estaba en la universidad y sin mentirte que yo si acaso veía a mis padres 3 horas al día era mucho”.

P05: “Nosotros no compartíamos mucho; mi mamá poco estaba en la casa y yo mucho menos por el tema del estudio, como tú ya lo sabes, la carrera de enfermería es de tiempo completo y nosotros entrabamos a clases temprano, pero no sabíamos la hora de salida y así me acostumbré a estar, ya en la casa estaban acostumbrados a no verme”.

#### **4.1.2. Tema 2: Describiendo la experiencia de la convivencia familiar durante la cuarentena:**

Unidades de Significado: Fue algo totalmente distinto a lo acostumbrado, se tuvo la oportunidad de compartir más con la familia. Se realizaron actividades recreativas como juegos de mesa (monopolio, barajas, UNO, dominós, ajedrez, india, etc.), ver películas o series juntos, comidas y conversaciones en familia. También se implementaron nuevos métodos de convivencia como la celebración de los cumpleaños vía virtual, videollamadas en familia.

**Descriptores:**

P01: “Tuvimos que buscar otros métodos como los juegos en familia. Jugábamos barajas, monopolio y buscábamos entretenernos así; también descargamos aplicaciones de internet para el teléfono para jugar entre amigos. También lo que hacíamos es que mi mamá trataba de dividirnos los quehaceres para que no nos aburriéramos y que cada una invirtiera su tiempo en los quehaceres del hogar, fregar, barrer; que cada una lavara un día, cocinara otro día y así. De esta forma sentíamos que el tiempo se nos iba más rápido”.

P02: “Cuando dejaron a todos en total cuarentena, mi papá se quedó en casa y hacía mucho tiempo que no convivíamos toda la familia junta en casa. Esos momentos fueron muy felices porque teníamos años que no pasábamos tiempo así y siento que pudimos compartir bastante, nos sentábamos a ver televisión juntos, a conversar en la sala”.

P03: “Jugábamos con juegos de mesa, me ponía a jugar ajedrez con mi hermanito o UNO, jenga también nos gustaba jugar y twister pero me aburría rápido porque como que no es lo mío entonces, me metía en mi celular pero con el tiempo hasta el celular me llegó a aburrir porque era siempre lo mismo, ya después pasaba cada vez menos tiempo en mi celular y más tiempo con los niños que ahora prefiero estar con ellos

jugando o ayudando a mi hermanito a hacer tareas que estar metida en el celular.”

#### **4.1.3. Tema 3: Llegando al consenso del Significado Personal de convivencia durante la cuarentena:**

Unidades de Significado: Mayor unión entre todas, gratos momentos, esta convivencia ha sido educativa, aprendizaje para mejorar nuestra relación familiar, descanso de las rutinas laborales.

##### **Descriptores:**

P02: “Esta convivencia ha sido algo como educativo, hay que ver todo lo que está pasando y debemos darnos cuenta que hoy estamos y mañana no sabemos por eso debemos cuidar a los familiares que tenemos; porque antes de esto siento que las familias no se comunicaban mucho, es más, podían vivir bajo el mismo techo, pero pocas veces se veían entonces no existía realmente esa convivencia”.

P03: “Unión entre nosotros, una oportunidad para aumentar nuestra convivencia ya que poco interactuábamos. Descanso, nos hemos dado un respiro a la rutina exigente que cada uno vivía ya que todos estábamos inmersos en nuestros mundos y forzadamente mis padres, los dos tuvieron que parar un poco su forma de vida y dedicarnos más de tiempo”.

P04: “Ha significado pruebas, pruebas difíciles que pudimos superar estando juntos, brindándonos esa confianza mutua y la comunicación

adecuada. Nuestra convivencia significó más unión entre nosotros como pareja, como familia, mayor comprensión y respeto entre todos los integrantes de la familia. Mas ayuda mutua porque, al final fue una bendición de Dios”.

P05: “Siento que fue un tiempo bastante significativo junto a la familia, lo que hemos aprovechado al máximo, estamos haciendo cosas en familia que antes no teníamos la oportunidad de hacer como lo es las tareas del campo, antes teníamos que pagar para que alguien nos sembrara el terreno”.

#### **4.1.4. Tema 4: Resaltando los efectos de la pandemia en la salud, desde la perspectiva psicológica y física.**

Unidades de Significado: Se pudieron encontrar diversas alteraciones en la salud, en cuanto a lo psicológico se evidenció el estrés, la depresión, la ansiedad, histeria, nervios, incredulidad, frustración. En cuanto a la salud física, los adultos mayores ya poseían enfermedades crónicas como diabetes, insuficiencia renal, hipertensión arterial y cáncer, antes de la pandemia; en cuanto a los jóvenes manifestaron contraer durante la pandemia resfriado u otras condiciones no graves como erupciones en la piel. Cabe mencionar que una participante se mantenía en estado de gravidez durante la pandemia.



**Descriptores:**

P01: “Fue como un máximo estrés y una depresión que me dio, me dio tanta depresión porque ósea tu tenías como que por decirlo así: extrañaba salir con mis amigos, verlos, te explico la rutina de ir a la universidad, mis prácticas, entonces como que hubo un tiempo en que me la pasaba encerrada en mi cuarto, no quería ni salir de él. Me sentía, así como deprimida, el estrés también se apoderó de nosotras de ver que los casos todos los días subían y subían, nada que bajaba. La gente no se comportaba y yo pensando cuando vamos a salir de esto con esa actitud de la gente de no querer comportarse”.

P02: “A mi mamá si le afectó bastante, en la parte emocional porque se ponía a ver todos los días las noticias entonces cada día aumentaban los casos y ella se iba poniendo ansiosa de que ese virus iba a llegar a Aguadulce y que no podíamos estar saliendo porque podíamos contagiarnos, empezaba a llorar porque decía que la situación cada vez iba de mal en peor”.

P03: “Creo que me afectó bastante la cuarentena porque yo estaba acostumbrada a mi libertad, a salir con mis amistades que si al cine, a comer, salir de paseo, mi universidad, pasar tiempo con mi novio y de repente quedé en casa sin poder ir ni a la tienda y con dos niños tremendos en la casa que hacían ruidos fuertes, peleaban, la música de uno, la televisión con el otro; por otra parte también las mascotas de mi mamá porque tiene bastantes

chihuahuas y esos perritos son escandalosos, entonces comenzaban a ladrar a cada rato y me tenían ya estresada”.

#### **4.1.5. Tema 5: Analizando las preocupaciones a raíz de la cuarentena:**

Unidades de Significado: Aumento de casos en poco tiempo, enfermedades crónicas de la madre, citas médicas de la madre, familiares con COVID, pérdida del trabajo e ingresos, desempleo.

##### **Descriptores:**

P01: “también pasamos un momento de mucha preocupación porque tuvimos a seis familiares con el virus y fueron días caóticos y todos estábamos bien preocupados porque entre ellos estaba la más pequeña de la familia que apenas tiene 4 añitos; fue bastante la preocupación porque ellos enfermos de COVID y mi familia que sufre de la presión; así que cuando mi mamá se enteró de la situación dice esa presión voy a subir, al igual pasó con mis tías así que en esos momentos teníamos la preocupación tanto de mis familiares que tenían el COVID como de mi mamá y mi tía que se les subió la presión”.

P03: “Recuerdo una vez en que mi madre venía llorando del trabajo porque supuestamente había tenido contacto con un compañero que había dado positivo con el virus, entonces ella llegó triste y preocupada que no quería ni entrar a la casa”.

P04: “Estábamos bien preocupados, siento que nos afectó bastante porque no sabíamos cómo íbamos a pasar el tiempo de cuarentena, de mi parte, yo tuve mucho miedo por mi parto parte y como se iban a dar las cosas, mi esposo al principio se tornó pensativo, molesto y deprimido, todo por la preocupación de que se había quedado sin trabajo y sin ingresos”.

P05: “Una de las mayores preocupaciones encontradas en el transcurso de la cuarentena ha sido la enorme cantidad de desempleo, mi mamá perdió su trabajo, mi papá sale a trabajar por día en lo que salga porque también cancelaron su contrato y la empresa no lo reportó como trabajador suyo porque era eventual así que ahora él está trabajando en lo que le salga”.

**4.1.6. Tema 6: Mencionando las opiniones y experiencias subjetivas sobre la cuarentena:**

Unidades de Significado: Culpa del pueblo, rechazo, racismo, cadena de contagio.

**Descriptores:**

P02: “Algo que me pasó antes de salir de las practicas, antes de que las suspendieran y que ya en Panamá los casos iban saliendo, fue que los buses no querían llevarme, los taxis mucho menos y en varias ocasiones tuve que pedirle el favor a mi papá de que me llevara a la casa porque los buseros no querían llevarme. Imagínate eso, mi papá teniendo que pedir permiso porque yo no encontraba transporte; entonces en parte creo que sufrí discriminación solo por el hecho de estar uniformada. Y las veces en que me subí a un bus las personas preferían no sentarse a mi lado”.

P03: “Pienso que la misma población fue la culpable de que este virus se haya expandido tanto, porque no seguíamos las indicaciones del ministerio de salud, todo lo tomamos a relajo”.

P05: “Pienso yo, ya esto no es culpa del gobierno, es culpa de la misma gente que no son conscientes de la magnitud de esta pandemia, nada les cuesta quedarse en su casa, guardando el aislamiento y el distanciamiento social, pero se ven en las redes sociales videos de jóvenes bailando en las calles sin ningún tipo de protección para después ir a sus casas y esos que están en sus casas pueden haberse contagiado, sin saber porque ellos no salen. Se van

de paseo a sus pueblitos y ya llevan el virus con ellos. Es una cadena de contagio que puede incluso traer muerte, yo solo espero que pongamos de nuestra parte, el panameño es terco, atiende solo cuando ve las cosas feas, no sé qué esperamos para reaccionar y cuidarnos”.

**4.1.7. Tema 7: Reflexionando sobre los aspectos positivos y negativos vividos durante la cuarentena:**

Unidades de Significado: Aspectos positivos como el amor, tolerancia, unidad familiar, buena comunicación.

Aspectos negativos: clases virtuales, aislamiento, restricciones de viajes.

**Descriptores:**

**Aspectos Positivos:**

P01: “Aspectos positivos la comunicación, la buena comunicación entre mis hermanas y mi mamá, el amor, la tolerancia porque nosotras tenemos diferentes maneras de pensar, tengo una hermana que no tiene mucha paciencia y ella se va enojando rápido, se estresa y se va frustrando y uno tiene que tratar de entenderla; la comunicación siento

que fue lo principal que adquirimos, mejoramos nuestra comunicación, el amor y la unidad”.

P03: “Aspectos positivos creo que fue el hecho que aumentamos nuestra convivencia familiar, ahora pasamos un poco más de tiempo juntos sin necesidad de esperar un domingo o una fecha importante. Otro aspecto ha sido el mejorar nuestra dieta porque siento que en realidad nos ha ayudado bastante ya que personalmente me siento bien, con energías y en lo que va del año, no me he resfriado como en años anteriores”.

**Aspectos Negativos:**

P04: “La pérdida del trabajo de mi esposo, la pérdida del alquiler del apartamento, la mudanza al interior del país (aunque después fue la mejor decisión que tomamos), las preocupaciones por todo lo que nos estaba sucediendo, la crisis económica que vivimos, estas fueron las cosas negativas. Mi mayor temor con esta pandemia era que me contagiara en algún momento y mi bebé naciera con el virus, temía tanto esa situación que me convertí en una obsesiva con la limpieza cuando debía salir a las citas de control prenatal”.

P05: “Lo negativo en sí fue la economía, bajo bastante el nivel económico de nuestra familia ya que mis padres quedaron sin trabajo,

siento que el desempleo en esta pandemia fue un golpe duro no solo a mi familia si no que muchas familias tuvieron que pasar por eso, tuvimos que ayudarnos con la cría de animales para subsistir, comíamos de lo que habíamos criado. Mi mamá decía que, si nosotros estábamos mal, pero por lo menos teníamos que comer por los cultivos y las gallinas que tenemos, pero como estarían esas personas que quedaron desempleadas, pero sin nada para subsistir”.

**4.1.8. Tema 8: Enunciando las medidas de prevención más difíciles de acatar y utilizadas en la familia:**

Unidades de Significado: Protocolo de llegada, lavado de manos, distanciamiento social, uso correcto de la mascarilla, aislamiento, uso de gel alcoholado.

**Descriptores:**

P02: “Lo más difícil en nuestra casa ha sido el protocolo de cuando vuelves de la calle, eso de estarse cambiando de ropa, entrar por la parte de atrás de la casa, bañarte de pie a cabeza, dejar la ropa en agua con jabón esto es lo que siento que es lo más tedioso, también el uso de la mascarilla a la larga, eso sí es molesto, porque no estábamos acostumbrados a estar usando mascarillas y menos

imaginar usar mascarillas con el clima que hay aquí en Panamá, la verdad yo lo pienso cuando voy a salir de la casa y veo el solazo, hasta que quedo sudadita la cara y lo peor es que con lentes se me hace más complicado porque se me empañan si no me pongo bien la mascarilla”.

P03: “El distanciamiento social también fue muy difícil ya que estaba bastante acostumbrada a ver a mis primos y mis amistades, a pasar tiempo con mi novio y durante casi 5 meses no pude hacerlo, solo nos veíamos por video llamadas, también cuando comencé a ir a los supermercados en busca de la comida quincenal me di cuenta de que es bastante difícil mantener ese distanciamiento social dentro del super, ya sea en la cola para pagar o en los pasillos, hay pasillos que están abarrotados de personas”.

P04: “Recuerdo que una vez tuve que pedirle a una señora que por favor guardara su distancia, yo estaba en fila con mi bebé que estaba en mi hombro dormido y estaba manteniendo la distancia con el paciente que estaba al frente mío pero cuando miré hacia atrás había una señora casi encima de mí, eso me molestó muchísimo porque ella viendo que yo estoy con un bebé y que hay un virus en el ambiente, como va a ser tan egoísta de no pensar en esa criatura indefensa y se



lo dije. Por favor guarde su distancia que usted podrá tener defensas, pero mi bebé no, la señora se molestó conmigo y mencionó que el sol estaba fuerte, y que el único espacio con sombra era donde yo estaba, así que la medida más difícil para mí fue el distanciamiento social”.

#### **4.1.9. Tema 9: Mencionando las recomendaciones de acción en caso de un familiar con COVID 19**

Unidades de Significado: Mantener la calma, apoyo emocional, mantener contacto mediante llamadas, reuniones virtuales para mostrar apoyo, orientar sobre las medidas de prevención, usar utensilios de alimentación individuales (vasos, platos, cubiertos individuales), uso de mascarilla dentro de la casa diariamente, dormir separados, aislamiento de la persona contagiada, tener en la habitación todos los implementos necesarios para su aseo y protección (gel alcoholado, mascarillas, alcohol, desinfectante), llevar víveres, alimentos a la casa de quien esté contagiado.

Descriptor:

P01: “Lo principal yo diría que tratar de ayudar a que no entren en caos o frustración porque sucedió en mi familia que tenían el concepto de que por ser positivo le iba a pasar lo peor a ellos, entonces yo trataba de nivelar eso, que confiaran en Dios y que los pusieran en oración al

igual que mantener la calma ya que si uno se alteraba como no se iban a sentir ellos allá en aislamiento”.

P02: “Le ayudamos con las compras porque ellos no pueden salir de casa así que nosotros les hacemos sus compras y las dejamos en una mesa larga que pusieron en el patio de adelante, después ellos salen y buscan lo que le hemos llevado, eso sí, ellos dicen que todo lo limpian y desinfectan antes de meterlo a la casa”.

P03: “Recomiendo mucha fortaleza porque siento que no es fácil estar encerrado en una habitación a solas porque eso tendrá que hacer, excluirse de sus familiares y guardar un tiempo de cuarentena para evitar que su familia se contagie también, esto tendrá que hacerlo en una habitación y si no es posible estar a solas en un cuarto entonces tendrá que mantenerse con mascarilla puesta, eso sí evitando pasear por la casa. También es muy importante tenerle todos sus implementos de limpieza, lo que es alcohol, gel alcoholado, mascarillas, toalla de baño; igualmente deberá tener un juego de cubiertos y platos solo para él o ella”.

**4.1.10. Tema 10: Describiendo como participó el estudiante de enfermería en las medidas de prevención en su casa o fuera de ella:**

Unidades de significado: Orientar sobre el uso de la mascarilla, enseñar el correcto lavado de manos, uso correcto del gel alcoholado, explicar porque se debía desinfectar las compras, la importancia de dejar los zapatos usados tomando sol, orientar para realizar baños cada vez que se llegue a casa, después de salir, importancia de lavar la ropa usada inmediatamente cuando se llega a casa, mantener distanciamiento social, responder dudas sobre cualquier tema de salud como el uso correcto de mascarillas, lavado de manos, orientar sobre el uso indebido de guantes de látex.

Descriptores:

P01: “Una vez me sucedió que un joven estaba cerca de mí y se bajaba la mascarilla cuando iba a hablar y al terminar se la ponía de nuevo; me le acerqué y le dije: joven para que usted está utilizando la mascarilla si al bajársela está permitiendo que todos los gérmenes y microbios entren a sus vías respiratorias. Por qué te bajas la mascarilla al hablar si no se sabe si tienes o no el virus y puedes contagiar a alguien más; eso es lo peligroso, no estás haciendo nada”.

P02: “Desde que entramos en enfermería a nosotros nos enseñan lavado de mano entonces en el baño yo puse una pancarta con todo el procedimiento del lavado de mano y el tiempo que debe durar porque aunque tu no lo creas muchas veces no sabemos lavarnos las manos o solamente nos lavamos las manos por segundos y eso así no funciona o se enjuagan nada más con agua y no utilizan el jabón así que yo comencé con mi familia y les puse las indicaciones donde pudieran verlas”.

P05: “En los temas de medida de prevención fui bastante directa con eso porque ósea nosotros acá en el campo vivimos lejos una casa de la otra entonces me enfoque en el distanciamiento social de explicarles a mi familia lo importante que es esto porque como antes no había sucedido algo como esta pandemia, en el campo se acostumbra a saludar a quien pase por la casa e incluso se les hace pasar a la casa, se le brinda café o desayuno, comida dependiendo de la hora y la persona dura un rato en la casa conversando, pero con esto de la pandemia no podemos darnos el lujo de permitir que alguien de afuera entre a la casa o de saludar y quedarnos a conversar con esa persona”.

**4.1.11. Tema 11. Explicando cómo fue la adaptación gradual de los estudiantes de enfermería ante la nueva normalidad.**

Unidades de Significado: Más fácil con conocimientos previos de salud, ha sido una bendición estudiar enfermería.

Descriptores;

P01: “Definitivamente ha sido más fácil con conocimientos previos de salud, porque había cosas que ellas no conocían y yo por mi formación ya estaba consciente de ello; todo eso puedo decir que lo aprendí en mis clases de enfermería, en las practicas. Quien iba a decirlo, que algo tan insignificante como el uso adecuado de las mascarillas adquiriera tanta relevancia para salvaguardar nuestras vidas, el uso del gel alcoholado y ni se diga del lavado de manos, tan fácil y práctico que es realizarlo y tanto que nos protege”.

P02: “Yo siento que sí se me ha hecho más fácil la adaptación, porque con el tema de las vacunas, mi familia está ansiosa porque saquen una vacuna rápido porque ellos no saben lo complicado que es desarrollar una vacuna pero yo que tengo conocimientos sobre salud sé que no es fácil y que lleva un largo proceso, al igual que debe cumplir con una serie de requisitos para salvaguardar la vida de las personas que se la

apliquen, entonces eso no va a salir de ya para ya, así que estoy preparada mentalmente en que esto va a demorar un buen rato más”.

P03: “Es bastante fácil manejar una situación a la que ya uno está preparado, como dice mi mamá en guerra avisada no muere soldado, entonces la situación se hace más llevadera. A nosotros desde primer año nos brindan una formación estricta de lavado de manos y manejo de normas de bioseguridad, las profesoras insistían tanto en el lavado de manos que en varios momentos nos hicieron quiz de lavado de mano y salíamos errados, entonces practicábamos hasta que ya por inercia lo hacíamos de forma correcta y sin sospechar que iba a ser tan útil”.

P04: “Ha sido una bendición haber estudiado enfermería y que nos hayan enseñado las normas básicas de bioseguridad, en mi mente nunca pasó vivenciar una experiencia como la ha sido esta pandemia, pero cuando ya tuve que vivirla, agradecí saber los cuidados mínimos que se deben seguir cuando salimos para evitar un contagio y creo que esto ha sido relevante para mantener nuestra salud”.

**4.1.12. Tema 12. Enunciando recomendaciones realizadas por los estudiantes para mejorar la convivencia familiar**

Unidades de Significado: Comunicación efectiva, entenderse, dar amor en vida, dejar el orgullo y resentimientos, disfrutar a la familia, valorar a la familia.

Descriptores:

P01: "Para lograr una convivencia adecuada creo que lo mejor es una comunicación efectiva, tratar de comunicarse, entenderse a pesar de que todos tengan diferentes personalidades; se debe aprender a convivir con la familia porque cuando llega a faltar un miembro de la familia es que uno se da cuenta y pregunta que pude haber hecho, pero ya para qué si la persona no va a estar. Por eso es mejor dar amor en vida, si hay problemas saber sobrellevarlos, dejar el orgullo y los resentimientos a un lado, disfrutar a la familia en todos los aspectos".

P02: "Recomendaría saber administrar el tiempo y con un pensamiento positivo para no ver el tiempo de cuarentena como algo malo si no verlo como una oportunidad para disfrutar de nuestra familia ya sea viendo películas, jugando india o simplemente conversando. También lograr una unidad, no pelear por tonterías porque al final familia es

familia y en los momentos más difíciles como ahora ¿a quién es que tenemos a nuestro lado? a nuestras familias, así que en estos momentos lo que debemos hacer es dejar nuestras diferencias a un lado y tratar de convivir en paz, respetando nuestras diferencias”.

P04: “En mi humilde opinión y siendo una familia relativamente nueva mis recomendaciones serían mantener un interés mutuo, interesarse en las actitudes, comportamientos, en la presencia de los integrantes de la familia, aunque no me lo creas un gesto vale más que mil palabras, pueda que existan muchas personas como mi esposo que sufren en silencio para no afectar a los demás, pero la familia está para apoyarse mutuamente por eso es importante observar el comportamiento de nuestros familiares y mostrar interés en cuanto veamos que algo sucede, ya sea para mejorar o arreglar algo”.

#### **4.2. Descripción Textural, de la convivencia familiar en tiempos de pandemia, desde la perspectiva de salud y bienestar.**

Para obtener la descripción textural de las experiencias vividas por los participantes, nos basamos en el análisis detallado de los temas centrales, englobando las unidades de significado y los descriptores, a su vez realizando un retrato narrado del fenómeno estudiado a través de la voz de los participantes que nos pudieron advertir sus sentimientos,



preocupaciones, frustraciones y experiencias vivenciadas durante los meses de cuarentena obligatoria.

La convivencia antes de la pandemia, en las familias de los participantes era bastante pobre, muchas veces no se veían por las rutinas laborales y escolares presentes en la vida diaria de cada uno, por lo tanto, la interacción entre ellos estaba grandemente afectada como lo mencionó la participante P03 “poco compartíamos porque, por un lado, yo estaba en la universidad y sin mentirte que yo si acaso veía a mis padres, por unas horas al día, era mucho. Mi papá y mi mamá salían tempranito de casa cuando aún yo estaba dormida así que no los veía; al igual cuando regresaba de la u, muchas veces, ellos ya estaban dormidos”.

Los mismos manifiestan que la cuarentena obligatoria, a pesar de ser una situación completamente nueva en sus vidas, pudieron adaptarse a ella y sacarle provecho a su estadía con sus familias con las cuales, antes de la pandemia, no tenían la oportunidad de compartir con tanta frecuencia y es aquí donde, unificadamente, los participantes mencionan que ha sido una buena experiencia donde los lazos familiares se estrecharon formando vínculos de amor, tolerancia y respeto, así lo mencionó la participante P04 “Nuestra convivencia significó más unión entre nosotros como pareja, como familia, mayor comprensión y respeto

entre todos los integrantes de la familia. Más ayuda mutua porque, al final, fue una bendición de Dios”.

Algunas actividades que realizaban durante la cuarentena en familia fue ver televisión, conversar, comidas familiares, juegos de mesa tal como nos cuenta la participante P01 “No podíamos salir queríamos recrearnos, entonces tuvimos que buscar otros métodos como los juegos en familia. Jugábamos barajas, monopolio y buscábamos entretenernos así”; juegos dinámicos como el twister o la gallinita ciega P03 “comenzamos a desayunar y a cenar juntos. Con los niños comencé a jugar, con el mayor jugábamos juegos de mesa, a él le gusta el ajedrez así que ejercitamos un poco la mente y con la menor que tiene solo 1 año, hacíamos juegos movidos como las escondidas o la gallinita ciega” y para mantener el contacto con otros familiares o amistades, fuera del hogar utilizaban las llamadas virtuales, incluso celebraban los cumpleaños y festejos por medio de plataformas virtuales como lo explica la participante P01 “los cumpleaños virtuales que se volvió como una tendencia decimos nosotros, tratábamos de hacer videollamadas en familia ya que no podíamos salir”; otro claro ejemplo de esta nueva modalidad de convivencia lo expresa la participante 03 “no podía ver a mi novio, entonces teníamos que hacer solo videollamadas y yo que estaba acostumbrada a verlo todos los días, me dolió bastante no poder

verlo ni pasar tiempo con él” y en otras ocasiones esta nueva modalidad de convivencia no fue tan placentera como el ejemplo expresado por la participante 02 “mi hermano andaba todo triste y acabangado, porque él está en plena adolescencia y tiene su noviecita así que le costó no poder verla ni salir con ella y pues al principio se hacían videollamadas y esas cosas, pero ya después lo veía que ni miraba bien su celular y resulta que habían terminado”.

La cuarentena, a su vez originó un sin número de efectos colaterales en cuanto al ámbito de salud física y psicológica o emocional entre los que resaltaron el estrés, la ansiedad, frustración, molestia, preocupaciones por la nueva forma de vida, así lo resalta la participante 04 “estábamos bien preocupados, siento que nos afectó bastante porque no sabíamos cómo íbamos a pasar el tiempo de cuarentena, de mi parte, yo tuve mucho miedo por mi parto y como se iban a dar las cosas, mi esposo al principio se tornó pensativo, molesto y deprimido”.

También pudimos rescatar algunas opiniones personales sobre la cuarentena, la participante 05 expresa lo siguiente “pienso yo, ya esto no es culpa del gobierno, es culpa de la misma gente que no son conscientes de la magnitud de esta pandemia, nada les cuesta quedarse en su casa, guardando el aislamiento y el distanciamiento social, pero se

ven en las redes sociales videos de jóvenes bailando en las calles sin ningún tipo de protección para después ir a sus casas y esos que están en sus casas pueden haberse contagiado”, por otro lado la participante 04 manifiesta una opinión similar “Pienso que la misma población fue la culpable de que este virus se haya expandido tanto, porque no seguíamos las indicaciones del ministerio de salud, todo lo tomamos a relajo”.

Los participantes también nos mencionaron aspectos tanto positivos como negativos generados durante esta pandemia que marcaron sus vidas, entre los negativos destaca la experiencia de la participante 04 que nos menciona “la pérdida del trabajo de mi esposo, la pérdida del alquiler del apartamento, la mudanza al interior del país (aunque después fue la mejor decisión que tomamos), las preocupaciones por todo lo que nos estaba sucediendo, la crisis económica que vivimos, estas fueron las cosas negativas”. Esta participante también nos menciona lo siguiente “Al perder casi todo tuvimos que comenzar desde cero y sin recursos lo que nos permitió sacar lo mejor de nosotros, comenzamos a sembrar y a vender nuestras siembras. Aprendí a hacer bollos de maíz nuevo y mi esposo salía a vender maíz nuevo por ciento y bollos ya hechos. De verdad que fue bien satisfactorio ver como de las

cenizas pudimos resurgir y como la crisis nos hizo dar lo mejor de nosotros.”

Otra experiencia similar la evidenció la participante 05 que nos expresa “en esta cuarentena lo negativo en sí fue la economía, bajo bastante el nivel económico de nuestra familia ya que mis padres quedaron sin trabajo, siento que el desempleo en esta pandemia fue un golpe duro no solo a mi familia si no que muchas familias tuvieron que pasar por eso”.

En cuanto a los aspectos positivos resultantes de la cuarentena, la participante 03 nos expresa “aumentamos nuestra convivencia familiar, ahora pasamos un poco más de tiempo juntos sin necesidad de esperar un domingo o una fecha importante”, semejante a esta opinión, la participante 02 nos dice “aumentamos nuestra convivencia familiar antes no teníamos eso porque vivíamos cada uno en nuestra rutina, en nuestros estudios, pero ahora con eso que no se puede estar saliendo, que debemos evitar salir como que estamos más en casa y conversamos más”.

El personal de enfermería, desde sus pininos, es enseñado a realizar estudios de casos sobre patologías agudas o crónicas ya conocidas, encontradas en los pacientes, en los cuales se realiza un plan

terapéutico e intervenciones de enfermería para mejorar el bienestar del mismo pero durante esta pandemia nos enfrentamos a una situación totalmente novedosa, de los cuales se tiene poca información, para su prevención es necesaria la utilización de normas de bioseguridad estándares como el lavado de manos y el uso frecuente de mascarillas, ante esta situación se exponen los estudiantes de enfermería en sus hogares y basándose en estos principios realizan intervenciones en casos de tener un caso positivo en casa, nuestra participante 01 nos declara “en caso de que en mi familia (mi mamá y mis hermanas) hubiera un caso positivo yo la aislaría, trato de aislarla y tenerle todas sus cosas aparte. Lo principal que haría es aislarla y darle todo mi apoyo emocional, tenerle todos sus implementos de aseo, alcohol, gel alcoholado y por supuesto sus mascarillas, todo aparte”. Otro ejemplo nos lo muestra la participante 05, que nos expresa “lo principal sería verificar el estado de salud en que esa persona se encuentra porque podría ser que tiene enfermedades crónicas y necesite una atención especial o pueda que no tenga mayores necesidades y lo pueda pasar tranquilamente en casa. Así que lo primero es establecer el nivel de salud de esa persona”. Siguiendo con las intervenciones, la participante 03 nos declara “otra recomendación es brindar el apoyo moral y mantener contacto emocional, dar una escucha activa porque en un momento podría deprimirse por la situación. Incrementar sus defensas

mediante la alimentación, proporcionar jugos cítricos y ricos en fibra, hierro y vitamina C., consumir mayor cantidad de verduras y vegetales”.

Esta pandemia y el tiempo de cuarentena trajo consigo el planteamiento del uso regular de las medidas de bioseguridad como normas de protección como el uso de las mascarillas, lavado de manos, distanciamiento social para evitar el contagio con el virus del COVID 19, los estudiantes de enfermería nos hacen énfasis en cuales utilizaron dentro y fuera de sus hogares. La participante 02 nos menciona “en enfermería a nosotros nos enseñan lavado de mano entonces en el baño yo puse una pancarta con todo el procedimiento del lavado de mano y el tiempo que debe durar porque aunque tu no lo creas muchas veces no sabemos lavarnos las manos o solamente nos lavamos las manos por segundos y eso así no funciona o se enjuagan nada más con agua y no utilizan el jabón así que yo comencé con mi familia y les puse las indicaciones donde pudieran verlas”, por otro referente al lavado de manos, la participante 01 nos dice “el lavado de manos correctamente, no es lavarse las manos por lavarse las manos, de meterlas en agua y ya, sino que es por un periodo de tiempo de un minuto mínimo y con bastante jabón, se restriegan entre los dedos y debajo de las uñas también; otro tema era el del gel alcoholado porque a veces querían estar usando solo gel alcoholado pero yo les decía a ellos que si tienes

las manos muy sucias no se recomienda usar gel, es mejor lavarse las manos” también nos declaró un detallado ejemplo de cómo pudo intervenir fuera de su hogar para aportar un granito de arena con respecto a la prevención del COVID 19, “Una vez me sucedió que un joven estaba cerca de mí y se bajaba la mascarilla cuando iba a hablar y al terminar se la ponía de nuevo; me le acerqué y le dije: joven para que usted está utilizando la mascarilla si al bajársela está permitiendo que todos los gérmenes y microbios entren a sus vías respiratorias Por qué te bajas la mascarilla al hablar si no se sabe si tienes o no el virus y puedes contagiar a alguien más; eso es lo peligroso, no estás haciendo nada”.

Alusivo al uso correcto de la mascarilla, la participante 01 nos declara “empecé con el uso de las mascarillas porque mis tíos compraron diferentes tipos de mascarillas y me hacían videollamadas para saber cómo ponérselas y eso, yo les decía que si ellos no sabían ni siquiera ponerse o quitarse las mascarillas sea cual sea la que se consiguieran no les iba a funcionar porque no las están usando adecuadamente.

Como ellos no conocían ese aspecto ahí fue que entré yo”

Con respecto al distanciamiento social, la P03 nos refiere “el distanciamiento social también fue muy difícil ya que estaba bastante acostumbrada a ver a mis primos y mis amistades, a pasar tiempo con mi novio y durante casi 5 meses no pude hacerlo, solo nos veíamos por



video llamadas, también cuando comencé a ir a los supermercados en busca de la comida quincenal me di cuenta de que es bastante difícil mantener ese distanciamiento social dentro del super, ya sea en la cola para pagar o en los pasillos, hay pasillos que están abarrotados de personas” por otra parte, la participante 05 nos menciona “acá en el campo se acostumbra a saludar a quien pase por la casa e incluso se les hace pasar a la casa, se le brinda café o desayuno, comida dependiendo de la hora y la persona dura un rato en la casa conversando, así somos en el campo, pero con esto de la pandemia no podemos darnos el lujo de permitir que alguien de afuera entre a la casa o de saludar y quedarnos a conversar con esa persona. Así que nos hemos contenido en eso”.

La adaptación a esta nueva normalidad ha sido difícil, pero con conocimientos básicos de salud, esta dificultad ha sido minimizada tal como lo expresa la participante 03 “es bastante fácil manejar una situación a la que ya uno está preparado, como dice mi mamá en guerra avisada no muere soldado, entonces la situación se hace más llevadera. A nosotros desde primer año nos brindan una formación estricta de lavado de manos y manejo de normas de bioseguridad, las profesoras insistían tanto en el lavado de manos que en varios momentos nos hicieron quiz lavado de mano y salíamos errados, entonces

practicábamos hasta que ya por inercia lo hacíamos de forma correcta y sin sospechar que iba a ser tan útil en una situación como la que se está viviendo hoy en día”. Otro comentario similar lo expresa la participante 04 “ha sido una bendición haber estudiado enfermería y que nos hayan enseñado las normas básicas de bioseguridad, en mi mente nunca pasó vivenciar una experiencia como la ha sido esta pandemia pero cuando ya tuve que vivirla, agradecí saber los cuidados mínimos que se deben seguir cuando salimos para evitar un contagio y creo que esto ha sido relevante para mantener nuestra salud porque si no se siguen adecuadamente, nos estamos arriesgando a contraer el virus”.

Al finalizar esta cuarentena y en relación a lo vivido en sus hogares, los estudiantes de enfermería nos regalan unas recomendaciones para mejorar nuestra convivencia familiar; la participante 01 nos expresa “para lograr una convivencia adecuada creo que lo mejor es una comunicación efectiva, tratar de comunicarse, entenderse a pesar de que todos tengan diferentes personalidades; se debe aprender a convivir con la familia porque cuando llega a faltar un miembro de la familia es que uno se da cuenta y pregunta que pude haber hecho, pero ya para qué si la persona no va a estar. Por eso es mejor dar amor en vida, si hay problemas saber sobrellevarlos, dejar el orgullo y los resentimientos a un lado, disfrutar a la familia en todos los aspectos”.

Siguiendo con el tema, la participante 02 nos presenta “Yo recomendaría saber administrar el tiempo y con un pensamiento positivo para no ver el tiempo de cuarentena como algo malo si no verlo como una oportunidad para disfrutar de nuestra familia”

Por otra parte, la P04 nos manifiesta “mis recomendaciones serían:

Mantener un interés mutuo, interesarse en las actitudes, comportamientos, en la presencia de los integrantes de la familia, aunque no me lo creas un gesto vale más que mil palabras, pueda que existan muchas personas como mi esposo que sufren en silencio para no afectar a los demás, pero la familia está para apoyarse mutuamente por eso es importante observar el comportamiento de nuestros familiares y mostrar interés en cuanto veamos que algo sucede, ya sea para mejorar o arreglar algo”.

Comprender la experiencia dentro del fenómeno de la convivencia familiar durante esta cuarentena desde la perspectiva de salud y bienestar en los estudiantes de enfermería nos lleva a descubrir una nueva faceta de la enfermería, en donde, se evidencia la vulnerabilidad del personal de salud ante situaciones de riesgo como una pandemia frente a la vida familiar, muchas veces se trabaja con dedicación para mejorar el estado de salud tanto físico como emocional en los pacientes dentro de los hospitales sin prever que en nuestros hogares también es

necesario hacer intervenciones para mejorar las relaciones entre los familiares.

#### **4.3. Descripción Estructural de la convivencia familiar en tiempos de pandemia, desde la perspectiva de salud y bienestar.**

Luego de finalizar la descripción textural, en la cual detallamos como un retrato global el fenómeno, procedemos a realizar la descripción estructural, donde nos basaremos en las características fundamentales o los elementos más relevantes relacionados con el fenómeno de la convivencia familiar en tiempos de pandemia, desde la perspectiva de salud y bienestar.

##### **4.3.1. La diferencia de la Convivencia antes y durante la cuarentena**

La convivencia familiar es la interacción entre los miembros de una familia, ya sea dentro o fuera del hogar, donde se da un ambiente de respeto, tolerancia, comprensión, amor; y en donde los integrantes de la familia pueden expresarse libremente sin tensiones ni miedos. Durante este tiempo de cuarentena se pudieron vivenciar estas convivencias en todos los hogares del país ya que por fuerza mayor teníamos que aislarnos y mantenernos en nuestras casas. Para muchos fue una experiencia nueva pero satisfactoria, así lo menciona la

participante 01 “la verdad fue algo totalmente distinto porque a pesar de que nosotras convivíamos pues ya como familia, como me la pasaba en la universidad, en mis prácticas y esas cosas poco compartía con ellas”. De igual forma nos lo manifiesta la **participante 02** “para mí ha sido una experiencia bonita porque compartimos, cosa que antes poco hacíamos”. Otro ejemplo de esto nos lo detalla la **participante 03** “mi convivencia familiar, a raíz de esta cuarentena ha mejorado un poco y bueno sinceramente esto ha sido algo novedoso porque en ningún momento de mi vida me había pasado por la mente vivir una situación igual o similar a esta pandemia”, esta participante a su vez nos menciona que antes de la cuarentena forzada, las convivencias familiares eran escasas, ya sea por rutina laboral o escolar “gracias a ese tiempo de cuarentena he podido disfrutar más de mi familia de los que estaba bastante alejada por motivos de trabajo por parte de mis padres, de estudios por parte mía”. No solamente ella tuvo esta experiencia, si no en su totalidad manifestaron que antes de la cuarentena poco compartían; **participante 01** “antes de la cuarentena para mi mamá, los domingos eran como algo sagrado; las tres estábamos en la universidad y ella nos decía, no se pueden comprometer los domingos, de esta forma trataba de hacer que compartiéramos en

un almuerzo o cena familiar y así convivir más con mis hermanos. Esa era la manera en que más convivíamos antes de la cuarentena”. Por su parte la **participante 02** nos menciona “antes de la cuarentena era algo como rutinario yo en la universidad, mi hermana en Santiago y mi papá trabajando, casi ni nos veíamos”, la **participante 03** también manifestó “antes de la cuarentena, la convivencia entre mi familia, la realidad es que casi no lo hacíamos. Cada integrante de la familia tenía su propio mundo de actividades y cosas por hacer, así que casi no interactuábamos”. Por otro lado, con respecto a la cuarentena y al tiempo obligatorio en casa, la **participante 04** detalló “necesitábamos ese tiempo juntos porque mi esposo tenía más de 1 año sin vacaciones y ya le había mencionado que debía sacar un tiempo para pasarlo con nosotros”. Para la **participante 05**, “mi vida era la universidad y los domingos en juego de softbol así que prácticamente no paraba en casa, mi mamá de igual forma trabajaba y salía a vender sus productos de AVON así que tampoco pasaba mucho tiempo en casa”, todas estas experiencias fueron antes de la cuarentena obligatoria.

Durante la cuarentena, surgieron múltiples dificultades y como en cualquier situación novedosa sentimos miedos y preocupaciones; la **participante 01** nos explica que “mi preocupación más grande

en sí es mi mamá porque ella tiene enfermedades crónicas, sufre de los riñones, de hipertensión y ahorita mismo (bueno antes de la pandemia) me la estaban atendiendo por una diabetes, así que estaba preocupada por eso; pensando en que como me la iban a atender si todo iba a estar cerrado, como van a quedar las citas de mi mamá en el seguro, eso en realidad sí me preocupó”. Otras preocupaciones surgidas en el transcurso de la cuarentena fueron, **participante 04** “antes de la cuarentena lo teníamos todo, lo que yo pedía mi esposo me lo daba, si tenía algún antojo el me lo cumplía. Teníamos la nevera llena de comida, nuestro hogar, pero todo cambió cuando anunciaron lo de la cuarentena, que nadie podía trabajar, mi esposo era contratista de la construcción y todos los planes que teníamos salieron afectados, quedamos sin ingresos”, “ cuando uno se casa y forma una familia se sabe que habrá buenos y malos momentos, pero no pensé, no pensamos en ningún momento pasar por una situación tan delicada en que no teníamos ni idea de cómo íbamos a sobrellevarlo, por eso fue que nos llenamos de dudas, tristeza, enojo y frustración. Imagínate si yo que no estaba trabajando y me sentía preocupada, como se estaba sintiendo mi esposo que era quien conseguía lo monetario en la casa; él estaba devastado. Intentábamos no pensar en ese problema, pero en las noches

antes de dormir, nos llegaban todas las preocupaciones”, la **participante 05** nos refiere algo similar “mi mamá perdió su trabajo, mi papá sale a trabajar por día en lo que salga porque también cancelaron su contrato y la empresa no lo reportó como trabajador suyo porque era eventual”; pero a pesar de todas estas dificultades al final la convivencia fue satisfactoria, tal como lo menciona la **participante 03** “poco a poco fuimos aprendiendo a convivir juntos, comenzamos a desayunar y a cenar juntos. Con los niños comencé a jugar, con el mayor jugábamos juegos de mesa, a él le gusta el ajedrez y con la menor que tiene solo 1 año, hacíamos juegos movidos como las escondidas o la gallinita ciega. Con mis padres, la forma nueva de convivir fue de sentarnos en el patio a conversar, comer juntos y hacer oración antes de dormir, pidiendo por la salud de la familia” y otro ejemplo de esta unión nos lo menciona la participante 02 “fueron momentos muy felices porque teníamos años que no pasábamos tiempo así y siento que pudimos compartir bastante, nos sentábamos a ver televisión juntos, a conversar en la sala”.



#### **4.3.2. Significado Personal de Convivencia Familiar para los estudiantes de enfermería**

Al vivenciar de primera fila la convivencia familiar, los participantes resaltaban su optimismo y satisfacción al mencionar sus experiencias y esto se reflejaba en sus expresiones tanto faciales como corporales, durante las entrevistas mostraban alegría, se sonreían incluso al mencionar el significado de su convivencia, la **participante 02** nos dice “esta convivencia ha sido una felicidad muy grande poder tenerlas a mi lado con salud que es lo principal y lo que pido todas las noches, salud para ellas que Diosito me las mantenga con salud y así poder convivir mucho tiempo más, así no sea en tiempo de pandemia. También significó mayor unión entre todas ya que podíamos compartir todos los momentos juntas y eso nos hizo acercarnos más. Al principio pensé que tendríamos discusiones ya que no tenemos iguales personalidades, pero fueron mayores los gratos momentos que las peleas”, por otro lado, la **participante 04** nos menciona “Al perder casi todo tuvimos que comenzar desde cero y sin recursos lo que nos permitió sacar lo mejor de nosotros, comenzamos a sembrar y a vender nuestras siembras. Aprendí a hacer bollos de maíz nuevo y mi esposo salía a vender, maíz nuevo por ciento y bollos ya hechos. De verdad que fue bien satisfactorio ver como

de las cenizas pudimos resurgir y como la crisis nos hizo dar lo mejor de nosotros; después de todo lo que pasamos durante esta cuarentena siento que somos una familia fuerte, una familia luchadora, difícil de amachinar, pudimos sobrellevar una crisis económica, una mudanza, un parto y aún nos mantenemos unidos, cada día más fuertes, siento también que podemos vencer cualquier obstáculo. Con mucha comprensión amor, paciencia, dedicación se puede lograr todo”.

Es importante resaltar el aprendizaje que cada una de las participantes tuvo con la interacción familiar en sus hogares adjuntando todo lo que conllevaba la cuarentena y el periodo de pandemia por el COVID 19, haciendo énfasis en la recolección de anécdotas que más adelante fue transformada en beneficios para el logro o mejoría de su convivencia familiar.

#### **4.3.3. Recomendaciones para mejorar la convivencia, desde las experiencias de los estudiantes de enfermería durante esta cuarentena.**

Al finalizar la entrevista hicimos énfasis en que los participantes nos dieran recomendaciones sobre la convivencia familiar al presenciar un sentimiento de pertenencia y armonía para con su familia, en la que nos mencionaron lo siguiente:

P01: “Si algo te molesta decirlo porque esa es la mejor manera para convivir y mejorar esos aspectos o actitudes que pueden estar afectando la familia, porque no se puede cambiar a la persona más esa persona si puede mejorar para hacer que las relaciones familiares prosperen. La otra parte también tratar de buscar mecánicas para mejorar la unidad, a veces el teléfono lo utilizamos 24/7 y cuando le vamos a dedicar, aunque sea una hora a ese ser querido que necesita de nosotros. Muchas veces perdemos tiempo en juegos tontos sin valorar a nuestras familias ahora que están vivas y sanas”.

P02: “Para una mejor convivencia se puede dejar a un lado los aparatos electrónicos ya que consumen demasiado tiempo tanto en nuestros niños como en los adultos, pienso que es muy importante hoy en día dejar a un lado esos aparatos electrónicos.”

P03: “Para mejorar una convivencia es necesario en miles de ocasiones ceder, bajar la guardia, dejar el orgullo a un lado y mantenerse a la raya, me gustaría enfatizar en que para que exista un pleito, una pelea o discusión se necesitan 2 personas porque si una comienza y la otra no responde ahí mismo muere la discusión pero si se ponen a dime que te digo, la discusión aflora y en esos momentos de ira y frustración podemos lastimar, no solamente física sino verbalmente y las palabras muchas veces

duelen más que un golpe. Otra recomendación es que un integrante de la familia sea la guía o quien ayude a mantenernos unidos ¿de qué manera? Dando las indicaciones para estar juntos, porque por lo general seguimos al líder, bueno eso es lo que necesita una familia para estar unida; un líder que ayude a mantenerse junta, que dé el ejemplo en como convivir”.

P04: “Apoyo mutuo, en las buenas y malas apoyarse, hay momentos muy difíciles que no se pueden superar solos y es ahí donde la familia interviene. Unidad familiar, familia que está unida permanece unida. Comer juntos, no hay nada más lindo que ver a una familia reunida durante la cena, conversando, interactuando. Es un momento tan especial que se debe valorar. Darse las buenas noches, nunca te vayas a dormir sin dar las buenas noches a tus seres queridos, aunque estés molesto o enojado, no te vayas a la cama sin arreglarlo y darse un beso de buenas noches. Brindar mucho amor, a veces nos da pena demostrar el cariño que sentimos porque nos avergonzamos de vernos cursis o vulnerables, pero hay que dar amor, darle a entender a esa persona, esposo o hijos que son lo más importante en tu vida, que agradeces tenerlos a tu lado. Dar gracias a Dios todos los días por todo, lo bueno, lo malo, porque de cada cosa logramos

aprender. No hay nada que hagamos de lo que no saquemos una buena enseñanza”.

P05: “Es necesario un apoyo colectivo dentro de la familia que cada uno coopere con algo por más mínimo que sea porque es odioso ver al alguien completamente ocupado (a) y que otra persona esté echada patas arriba sin hacer nada, no, así no debe ser, todos deben aportar algo en la familia, aunque sea mirando pero que realice algo. También que esta pandemia ha servido para reflexionar, analizar nuestra convivencia y mejorar, con el apoyo de toda la familia se puede lograr una convivencia buena”.

En la convivencia familiar hay múltiples factores que intervienen para el logro de una buena y sana relación entre los integrantes como el respeto, comunicación efectiva, la tolerancia, entre otros, los cuales deben practicarse diariamente para fortalecer los lazos familiares.

## **DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS**

Acorde a los temas fenomenológicos universales y comparándolos con los resultados del estudio podemos mencionar que según el tema denominado tiempo o temporalidad hace referencia a las experiencias humanas de su vida en un momento determinado, también se relaciona con la perspectiva de cada individuo. En el caso de los participantes entrevistados, el tiempo de convivencia

familiar se pudo apreciar de dos formas distintas; en un caso, al principio de la cuarentena se tornó lento y aburrido tal como lo menciona la participante 01 “Al inicio teníamos una rutina que abarcaba ver series en la televisión, pero ya después cuando esto (cuarentena) se fue alargando ya la verdad que no teníamos que hacer y se convirtió en un tiempo lento y aburrido en realidad” pero más tarde, conforme pasaban los días, pudieron adaptarse a la situación y disfrutar de los momentos en familia y así lo confirma “después de esta cuarentena me siento más en confianza con mi familia, más feliz, más amor, más unidad que era lo que siento que nos faltaba un poco”. Por otro lado, en otros participantes, el tiempo resultó ser demasiado corto para disfrutar la interacción con sus familiares como lo manifiesta la participante 04 “mi experiencia al convivir con mi familia fue maravillosa, pude disfrutar tanto de mi esposo como de mis hijos por completo, la verdad no tengo ninguna queja, pero pasó tan rápido este periodo que quisiera volver a estar todos juntos de nuevo.”

Siguiendo con los temas fenomenológicos, contemplamos al tema espacio que es aquel donde se da la experiencia y dependiendo de los participantes puede verse amplio o restringido en un momento dado, según el punto de vista de cada entrevistado. Cabe resaltar que en este estudio fenomenológico, la convivencia se desarrolla dentro de los hogares, el cual es un sitio seguro, cómodo y confortable pero en su totalidad manifestaron tácitamente que se sentían restringidos al estar “encerrados” todo el día por lo tanto buscaban opciones para salir de las cuatro paredes que conforman una casa y disfrutar con sus familias

en lugares abiertos y seguros para su salud; así lo expresan las siguientes participantes, P02 “mi sobrinita me ha comentado que ya se siente cansada de estar metida tanto tiempo en la casa, que le gustaría volver el tiempo atrás para poder jugar con sus amiguitos” “nos íbamos al patio a jugar con la bebé o a conversar”. Por otro lado la participante 04 manifiesta “me hacía sentir ansiosa el hecho de estar encerrada porque estaba acostumbrada a mi libertad, a sentir el aire fresco, a ver a mi familia reír mientras jugaban al aire libre pero encerrados en un apartamento que ni patio tenía, en un momento me hizo sentir bien ansiosa; otra forma nueva que tuvimos para convivir fue que al mudarnos pasábamos tiempo en el huerto, fuera de la casa y al aire libre, mi esposo sembrando, yo observando y mi hijo ayudando”.

En lo referente a las relaciones humanas que pueden darse en relación al sujeto que vive la experiencia, al pertenecer a una familia hay una relación directa con todos los integrantes de ella, ya sean sus padres, hermanos, tíos, etc. Entonces, es fundamental mencionar que, durante esta cuarentena, estas relaciones fueron expuestas ante situaciones de estrés, preocupaciones, emociones de todo tipo, las cuales pudieron fortalecer o disminuir la convivencia, pero en el caso de los entrevistados y sus familiares, estas difíciles circunstancias solo hicieron que sus lazos familiares se estrecharan, así lo explica la participante 04 “hubo momentos de estrés, preocupación, tristezas, enojos, frustración y alegrías. Fue una montaña rusa de emociones. Apartando todo esto, nuestra convivencia significó

más unión entre nosotros como pareja, como familia, mayor comprensión y respeto entre todos los integrantes de la familia”

Adicionalmente es necesario resaltar que cada persona tiene un carácter, pensamiento diferente al otro y pueden existir roces por no estar sincronizados en sus opiniones, en este estudio fenomenológico se pudieron destacar algunos casos, pero al igual que con las dificultades externas, pudieron mejorar su convivencia familiar, así lo menciona la participante 01 “nosotras como hermanas a pesar de vivir en la misma casa cada una tenía una vida distinta, decimos nosotras, cada una en sus carreras, se centraban en sus cosas y mi mamá si estaba por otro lado, ahora tuvimos que aprender a ayudarnos y a entendernos el carácter de cada una que por cierto es totalmente distinto; y sobre llevarnos, aunque a veces parece difícil, pero lo intentamos” “nosotras tenemos diferentes maneras de pensar, tengo una hermana que no tiene mucha paciencia y ella se va enojando rápido, se estresa y se va frustrando y uno tiene que tratar de entenderla”.

La participante 03 nos refiere lo siguiente “estábamos tan acostumbrados a andar solos, cada quien en su mundo que al momento de quedarnos todos encerrados en la casa sin poder salir ni nada, fue extraño; era como si estuviera en una casa que no era mía con personas desconocidas, así que chocábamos un poco en los pensamientos y actitudes., mi mamá y yo tenemos temperamentos totalmente distintos, a mi mamá le gusta mandar,; por mi parte, a mí no me gusta que me manden, yo hago las cosas a mi manera y a mi tiempo,



pero lo hago y creo que lo hago bien, entonces chocábamos en ese aspecto” “al final aumentamos nuestra convivencia familiar y ahora pasamos un poco más de tiempo juntos”.

Para finalizar con los temas fenomenológicos tenemos la corporalidad, que son las experiencias externas corporales que a veces influyen las experiencias que vivenciamos. En relación a este tema podemos aseverar que algunos factores externos que afectaron la corporalidad de los participantes fueron los factores psicológicos o emocionales, así lo evidencia la participante 02 que nos menciona “Y con la experiencia de mi hermana el estrés la tiene toda llena de manchas la cara porque ella es como sensible, también está perdiendo bastante cabello, pero yo le pregunto qué se siente y me cuenta que se siente ya agotada”.

Estas comparaciones nos enriquecen el fenómeno, cambiando nuestra posición con respecto a la convivencia familiar y sus complejidades; ahora podemos darnos cuenta de que la convivencia familiar no es solo pasar un rato en familia, esta incluye sentimientos y emociones, altibajos, altercados que mas adelante enriquecen la unión de sus integrantes.

Ahora, siguiendo con la discusión pero tomando en consideración la Teoría de Adaptación de Sor Callista Roy podemos mencionar que, según Alarcón-Rosales (2007) Roy definió la adaptación como el proceso y el resultado por el que las personas de pensamiento y de sensación, como individuos o en grupos, utilizan

el conocimiento y la opción consciente para crear la integración humana y ambiental; señala que los seres humanos como sistemas adaptantes tienen la capacidad de adaptarse y crear cambios en el ambiente P160.

Por otra parte, según Hernández et al. (2015) El modelo se basa en dos pilares teóricos:

- La adaptación: se refiere al “proceso y al resultado por los que, las personas que tienen la capacidad de pensar y sentir como individuos o como miembros de un grupo, son conscientes y escogen la integración del ser humano con su ambiente”.
- Los sistemas humanos: definido como el “conjunto de las partes conectado a la función como un todo y que sigue un determinado propósito, actuando en virtud de la interdependencia de las partes”.

Para cumplir con el modelo de adaptación es necesario que se cumplan con los modos de adaptación que son los siguientes:

1. Modo fisiológico. Implica las necesidades básicas del organismo y las formas de adaptación.
2. Autoconcepto: Se refiere a las creencias y los sentimientos acerca de uno mismo.
3. Función de Rol: Implica conductas de razón de la posición de la persona en la sociedad; depende de cómo una persona interactúa con otras en una situación concreta.

4. Interdependencia: Implica la relación de la persona con sus allegados y los sistemas de apoyo. Persigue el equilibrio entre las conductas dependientes (búsqueda de ayuda, atención y afecto) y conductas independientes (tener Iniciativa y obtener satisfacción en el trabajo)

Con base a estas afirmaciones podemos comparar la teoría con las experiencias vividas por los estudiantes de enfermería durante el periodo de cuarentena dentro de sus hogares y siguiendo los parámetros de la teoría donde incluyen los estímulos de la siguiente manera.

Comportamiento: En los participantes entrevistados se puede evidenciar un comportamiento empático, sutil ante situaciones conflictivas y cooperativo en el hogar, son jóvenes respetuosos que siguen instrucciones, formados para cuidar, servir y ayudar al prójimo en todas las circunstancias que se presenten. Esta conducta de servicio se hace presente al momento de la pandemia COVID 19, en la cual, los participantes tuvieron que apoyar a sus familias en diversos aspectos tanto de prevención de la enfermedad como de promoción de la salud, nutrición, orientación de cuidados básicos y de normas de bioseguridad e inclusive, expusieron su salud para cuidar a sus familiares en riesgo que son aquellos con enfermedades crónicas, inmuno-suprimidos y mayores de 60 años. Esta actitud de servicio se pudo demostrar en la participante 01 que nos refiere “la que salía a hacer los mandados de la casa era yo, mi preocupación más grande en sí es mi mamá porque ella tiene enfermedades crónicas, sufre de los riñones, de hipertensión”. Por otro lado,

la participante 03 nos dice “en casos realmente urgentes y necesarios, yo soy la que debe salir de la casa a hacer los mandados porque no quiero exponer a mi mamá”.

Por otra parte, tuvieron que hacerle frente a muchas circunstancias favorables y desfavorables, entre ellas destacan la de la participante 04 “antes de la cuarentena lo teníamos todo, lo que yo pedía mi esposo me lo daba, si tenía algún antojo el me lo cumplía. Teníamos la nevera llena de comida, nuestro hogar, pero todo cambió cuando anunciaron lo de la cuarentena, ya que nadie podía trabajar, mi esposo era contratista de la construcción, perdió su trabajo y todos los planes que teníamos salieron afectados”, pero esto no afectó mejorar su convivencia a raíz de esas complicaciones “Esta convivencia ha significado pruebas, pruebas difíciles que pudimos superar estando juntos, brindándonos esa confianza mutua y la comunicación adecuada. Al principio fue bien difícil, pero lo superamos y nos adaptamos”

Ahora bien, siguiendo los modos de adaptación, puedo mencionar que, en cuanto al modo fisiológico, cada participante satisfacía las necesidades fisiológicas básicas que son la alimentación, respiración, descanso, seguridad, etc. Sus humildes hogares cumplían satisfactoriamente con su función de protección, tenían una buena alimentación y una salud adecuada; quienes tenían sus enfermedades crónicas, durante el tiempo de pandemia permanecieron tratados con sus respectivos medicamentos al igual que se les brindaban apoyo moral y una escucha activa por parte de sus familiares, lo

que hacía de este periodo de cuarentena una situación más llevadera. La participante 01 nos brinda un ejemplo de como fue el seguimiento de las personas con enfermedades crónicas desde sus hogares “Con las citas para mi mamá, ahorita mismo toda consulta externa está cerrada, pero por lo menos a ella la medicaron por cierto tiempo y la mandaron a hacerse unos exámenes, también tiene contacto personal con su doctora por medio de WhatsApp y así es que estamos. Porque la doctora dice que es la mejor forma de estar pendiente a ella sin exponerla y mientras reabren todo”.

Siguiendo con el tema de modos de adaptación, encontramos el autoconcepto el cual se refiere a las creencias y los sentimientos acerca de uno mismo. En el caso de los participantes, ellos ya tienen una fuerte concepción de pertenencia al sector salud, se sienten ya profesionales que incluso hacen intervenciones en sus hogares brindando orientación en materias básicas de salud y medidas de bioseguridad. Estos jóvenes demuestran día a día sus conocimientos adquiridos durante sus años de estudio en la carrera de enfermería y no temen en evidenciarlo. Así nos lo enseña la participante 01 que nos refiere “yo les respondía las dudas que ellas tenían porque hasta mi hermanita llegó a preguntarme que porque no debíamos entrar a la casa sin antes cambiarnos. Otra duda que tenían era porque debían lavarse las manos si el alcohol también es bueno y fuerte para matar a los microorganismos, entonces querían estar usando alcohol en todo momento, pero yo les decía a ellas que no todo el tiempo se usaba alcohol y

cosas así sencillas pero que ellas desconocían”, por otra parte, la participante 05 nos refiere “efectivamente, los conocimientos adquiridos durante mis estudios me han facilitado enormemente mi adaptación a esta nueva normalidad. En parte pienso que, si todas las personas del país hubieran tenido la oportunidad de tener esas clases básicas de higiene, cuidado y protección de uno mismo, no habrían aumentado tanto el nivel de casos en el país”.

Con respecto a la función de Rol, es importante destacar que dentro de los hogares estos roles son muy respetados, la madre o el padre ejerce su rol de líder el cual siguen los hijos, cada integrante tiene su rol bien delimitado, lo que ayuda enormemente a mantener el orden y los problemas que puedan surgir el margen, la participante 02 nos menciona al respecto lo siguiente, “mi mamá trataba de dividirnos los quehaceres a nosotras como para que no nos aburriéramos y que cada una invirtiera su tiempo en los quehaceres del hogar, fregar, barrer; que cada una lavara un día, cocinara otro día y así cumplíamos cada una con lo que nos pedía”.

En relación con la interdependencia que implica la relación de la persona con sus allegados y los sistemas de apoyo podemos mencionar que en las experiencias vividas por los estudiantes de enfermería durante la cuarentena se pudo apreciar el apoyo mutuo entre los familiares de cada uno de ellos, al momento de que hubo una crisis, siempre existió esa ayuda lo que permitió el logro de una unión y convivencia familiar satisfactoria; podemos resaltar este

comentario realizado por la participante 02 en el cual se pueden ver los sistemas de apoyo mutuos durante la convivencia “mi mamá siempre ha tratado de que nosotras como hermanas nos llevemos bien, nosotras podemos pelear, pero después de un rato ella está obligándonos prácticamente a que nos volvamos a hablar y a hacer las paces. Con ella tenemos una confianza muy grande y nos contamos casi todo, sea bueno o malo ella siempre está ahí para escucharnos y no me juzga si no que me orienta para que la próxima vez que pueda estar en una situación similar sepa cómo defenderme”. Otra experiencia parecida la menciona la participante 04 “Otro aspecto positivo fue ver el apoyo familiar que recibimos pues cuando necesitamos esa ayuda, nuestras familias no dudaron un segundo en brindárnosla y la verdad que estoy eternamente agradecida con ellos porque no nos desampararon”.

Con estos aportes y comparando la teoría de Callista Roy con los resultados obtenidos puedo afirmar que los participantes cumplieron con los modos de adaptación propuestos por la teorista, lo que indica que validamos la teoría de adaptación. A su vez puedo mencionar que todos los participantes mencionaron que su convivencia había sido muy buena, lo cual nos evidencia que la adaptación al cambio de su vida rutinaria a la cuarentena durante la pandemia fue efectiva.

## **RECOMENDACIONES**

### **Para Futuras Investigaciones**

Conocer la conducta del fenómeno dentro de la convivencia familiar durante la pandemia con los estudiantes de enfermería y basados en las experiencias de ellos con la integración familiar, sus relaciones y roles asignados en este proceso nos lleva a plantearnos los cuestionamientos de cómo sería esta convivencia en otro grupo de jóvenes o participantes, ya sea que vivan en áreas de difícil acceso o en áreas urbanas que no tengan las posibilidades de escapar de las cuatro paredes de una casa o apartamento, o también que los participantes pertenezcan a grupos de riesgo como adolescentes o personas con adicciones para dar una descripción más ampliada sobre la convivencia familiar durante el periodo de cuarentena.

### **Para la Práctica de Enfermería**

Amplía el conocimiento de los estudiantes de enfermería u otras personas que quieran conocer el proceso que tuvieron que vivenciar los estudiantes durante el año 2020 donde surgió una cuarentena a raíz de una pandemia que afectó a nivel mundial a las personas expuestas ante un virus poco conocido como lo es el COVID 19.



### **Para la Disciplina**

Deja el conocimiento de una investigación realizada sobre la convivencia familiar en tiempos de pandemia en el cual se exponen las experiencias de un grupo de estudiantes de enfermería ante una situación nueva, la actitud presentada frente a esta vivencia y la postura que cada uno adquirió junto a sus familiares para lograr una adecuada convivencia familiar.

### **Para las Familias**

En base a la experiencia a las participantes de este estudio puedo mencionar que es de suma importancia mejorar la convivencia familiar, ya que es en las familias donde la persona adquiere los valores y las reglas básicas de convivencia las cuales va a utilizar durante toda su vida, también es necesario recordar que para el logro de una efectiva interacción familiar es preciso una buena comunicación, el respeto de los roles dentro de las familias y el respeto mutuo sin críticas, la ayuda mutua, la cooperación, tolerancia y el amor, entre hermanos, entre parejas. Cuando exista alguna diferencia intentar resolverla mediante una comunicación eficaz limitando el uso de palabras hirientes o señalamientos despectivos que lo único que realiza es aflorar las diferencias y discusiones.

## **CONCLUSIONES**

Considerando la investigación cualitativa de enfoque fenomenológico y destacando las experiencias vividas por los estudiantes de enfermería de la Universidad de Panamá durante el periodo de cuarentena, en su convivencia familiar, podemos mencionar las siguientes conclusiones.

1. La experiencia de convivencia familiar durante el periodo de cuarentena, desde la perspectiva de salud y bienestar de los estudiantes de enfermería de la Universidad de Panamá gira alrededor de 12 temas centrales con sus correspondientes unidades de significado.

Tema 1: Explicando la convivencia antes de la cuarentena

Tema 2: Describiendo la experiencia de la convivencia familiar durante la cuarentena

Tema 3: Llegando al consenso del Significado Personal de convivencia durante la cuarentena

Tema 4: Resaltando los efectos de la pandemia en la salud, desde la perspectiva psicológica y física

Tema 5: Analizando las preocupaciones a raíz de la cuarentena

Tema 6: Mencionando las opiniones y experiencias personales sobre la cuarentena

Tema 7: Reflexionando sobre los aspectos positivos y negativos vividos durante la cuarentena

Tema 8: Enunciando las medidas de prevención más difíciles de acatar y utilizadas en la familia

Tema 9: Mencionando las recomendaciones de acción en caso de un familiar con COVID 19

Tema 10: Describiendo como participó el estudiante de enfermería en las medidas de prevención en su casa o fuera de ella

Tema 11: Explicando cómo fue la adaptación gradual de los estudiantes de enfermería ante la nueva normalidad.

Tema 12: Enunciando recomendaciones realizadas por los estudiantes para mejorar la convivencia familiar.

2. Del análisis estructural podemos mencionar las estructuras de la Convivencia familiar donde sobresalen las experiencias contempladas durante la cuarentena, en donde el estudiante de enfermería pudo resaltar sus habilidades de adaptación frente a una situación novedosa en su diario vivir y al cual ha estado expuesto hasta el día de hoy, surgiendo la necesidad de demostrar sus conocimientos en normas básicas de bioseguridad aprendidos en el transcurso de sus años de estudio en la Universidad, también ha tenido que aplicar la salud

mental ya que el periodo de cuarentena contempla aislamiento domiciliario y distanciamiento social, lo cual fue una difícil prueba para todos los panameños.

3. La convivencia familiar de los estudiantes de enfermería durante la pandemia fue enriquecedora ya que aprendimos, tanto los entrevistados como mi persona, a mejorar las relaciones interpersonales mediante la experiencia, abarcando situaciones complejas en términos de factores influyentes como económicos, sociales, emocionales y de salud, los cuales fueron pruebas para medir la fortaleza y unión de las familias.

4. Este tiempo de cuarentena en casa, donde se debía compartir el diario vivir con nuestras familias, significó unión y aprendizajes, respeto por las diferencias de cada uno y tolerancia ante las actitudes o pensamientos de los demás.

5. Para los estudiantes de enfermería de la Universidad de Panamá, la carrera no es solo un nombre, es una manera de vivir siendo humildes, respetuosos tanto con su familia como con los demás cuidando y protegiendo a los suyos, mediante los conocimientos que han adquirido durante su formación. Es de mucho agrado como compañera y futura colega distinguir las intervenciones que han realizado no solo en sus hogares si no también donde fue necesario, ya sea con sus amistades, conocidos o demás familiares ya que no se han quedado con los brazos cruzados y han puesto su granito de arena para mejorar la situación del país ya sea haciendo docencia u orientando en normas básicas pero infalibles para la protección contra el COVID 19.

## **Recomendaciones.**

En base a la experiencia de los resultados y conclusiones de este estudio puedo mencionar que es de suma importancia mejorar la convivencia familiar ya que es en las familias donde la persona adquiere los valores y las reglas básicas de convivencia las cuales va a utilizar durante toda su vida, también es necesario recordar que para el logro de una efectiva interacción familiar es preciso una buena comunicación, el respeto de los roles dentro de las familias y el respeto mutuo sin críticas, la ayuda mutua, la cooperación, tolerancia y el amor, entre hermanos, entre parejas. Cuando exista alguna diferencia intentar resolverla mediante una comunicación eficaz limitando el uso de palabras hirientes o señalamientos despectivos que lo único que realiza es aflorar las diferencias y discusiones, por lo anterior recomiendo que este tema sea considerado en los seminarios y cursos de educación continua de estudiantes y personal de enfermería ya graduado.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Aguirre-García, J.; Jaramillo-Echeverri, L. (2012). Aportes Del Método Fenomenológico A La Investigación Educativa. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos (Colombia)*, vol. 8, núm. 2, julio-diciembre, 2012, pp. 51-74 Universidad de Caldas Manizales, Colombia
2. Alarcón-Rosales, M. (2007). Modelo de Adaptación: aplicación en pacientes con diálisis peritoneal continua ambulatoria. *Revista Enfermería Inst. Mexicano Seguro Social*. 15(3), P.160
3. Castañeda, R., Menezes, T. (2019). La fenomenología en investigación de enfermería: reflexión en la hermenéutica de Heidegger. *Escola Anna Nery*. 23(4)
4. Barquero, A. (2014). Convivencia en el contexto Familiar: Un aprendizaje para *Vol. 14, N°1, p.1-20*
5. Blanco, A. (2005). El Bienestar Social: su concepto y medición. *Psicothema*, vol. 17, núm. 4, España, pp. 582-589
6. Díaz de Flores, L. et al (2002). Análisis de los conceptos del modelo de adaptación de Callista Roy. 2002, vol.2, n.1, pp.19-23.
7. De Pina Vara, R. (2005) *Diccionario de Derecho*. Editorial, Porrúa. México  
Página 287

8. Estrada, M. (2010). Convivencia Forzosa: Experiencias familiares durante la emergencia sanitaria por el virus de la Influenza humana A (H1N1) en la Ciudad de México. *Revista Desacatos*. N°32, p.109-118
9. Estrada Iguíniz, M. (2012). Residencia y convivencia en familias combinadas de la Ciudad de México. *Revista de Estudios de Género: La ventana*, Vol. 4, núm. 36, 225-256
10. Feria-González, D., García-Gutiérrez, A., Nieves-Gómez, G. (2012). Caracterización de la convivencia en familias con adolescentes y personas ancianas. *Ciencias Holguín*, Vol. 18, núm. 2, 2012, 1-14
11. Gómez, E., Guardiola, V. (2014) Hacia un concepto interdisciplinario de la familia en la globalización. *Justicia Juris*, Vol. 10. N° 1. 11-20
12. Gordón de Isaacs, L. (2005). *Investigación con Enfoque de Género*. Panamá, Primera Edición. pp59
13. Gordón de Isaacs, L. (2018). Antecedentes de la Fenomenología. Conferencia en VI Seminario-Taller Internacional de AETPA. Decameron, Panamá: Universidad de Panamá.
14. Gordón de Isaacs, Lydia (2017). El Análisis de datos en la Investigación con el Método Fenomenológico. *Revista Científica de Enfermería Enfoque*, Vol. XXI, N°17, p.138
15. Guillén, D. (2019). Investigación Cualitativa: Método fenomenológico hermenéutico. *Propósitos y Representaciones*. Vol. 7, N°1: pp 201-229

16. Herrera, P. (1997). La familia funcional y disfuncional, un indicador de salud. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, Vol.13 (6), 591-595.
17. Hernández et al. (2015). Modelo de Adaptación de Callista Roy: Instrumentos de valoración reportados por la literatura en escenarios cardiovasculares. *Cultura de Cuidado, Enfermería. Universidad Libre*. Revista ISSN 1794-5232. Vol 13 N°1 2016, Colombia
18. Latorre, A., del Rincón, D., & Arnal, J. (2005). *Bases metodológicas de la investigación educativa*. Barcelona.
19. Lederman, W. (2003). El hombre y sus epidemias a través de la historia. *Revista Chilena de Infectología*. Edición Aniversario, 13-17
20. Montes, M. (2000). Viviendo la Convivencia. *Colombia Médica*, Vol.31, N°1, 58-59
21. Mora, A., Román, M., Varela, V. (2015) Atención integral a los problemas de convivencia familiar, en una comisaría de la ciudad de Cali. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, vol. 11, núm. 1, 99-111
22. Morandé, Pedro (1998). *Familia y Sociedad*. Editorial Universitaria, Santiago de Chile. P.727
23. Núñez, J. (2020) *Una Cuarentena en Penumbras*. Agencia Estatal de Meteorología.1-23
24. Palomino-Leiva, M., Toro-Correa, L. (2014). La convivencia familiar y sus factores implicados en dos comunidades del municipio de Anserma-Caldas. *Revista Criterio Libre Jurídico*, 11(1), 65-84



25. Rentería, E., Giraldo, A. (2008). Convivencia Familiar: Una lectura aproximativa desde elementos de la psicología social. *Revistas diversitas Perspectiva en psicología. Vol. 4, N°2, p. 427-44*
26. Rivero, M., Carbonetti, A. (2016). La “gripe española” en perspectiva médica: los brotes de 1918-1919 en la escena científica argentina. *Revista Ciencias de Salud, Vol. 14, N°2, 281-293*
27. Roy, Callista (2000). El Modelo de Adaptación de Roy en el contexto de los modelos de enfermería, con ejemplos de aplicación y dificultades. *Cultura de los Cuidados. Vol.4, N° 7 y 8, 139-159*
28. Samada, Y. (2017). Influencia De Las Tecnologías de la Información y la Comunicación en las Normas de Convivencia Familiar. *Revista Formación y Calidad Educativa. Vol. 5, N°3, 87-98*
29. Suárez, P., Vélez, M. (2018). El papel de la familia en el desarrollo social del niño: una mirada desde la afectividad, la comunicación familiar y estilos de educación parental. *Revista Psicoespacios, 12(20): 173-198*
30. Tolino, A.; Hernández, M. (2011). Luces y Sombras de la Convivencia Familiar. *International Journal of Developmental and Educational Psychology. Vol. 2, N°1, 541-552*
31. Vargas, H. (2014). Tipos de familia, ansiedad y depresión. *Revista Médica Herediana. Vol.25, N°2, 57-59*

