



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

Bienestar emocional en tiempo de pandemia COVID 19 en gestantes
del AA HH 12 de agosto Los Olivos 2021

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
Licenciada en Enfermería

AUTORA:

Picon Guevara, Miluska Lizbeth (ORCID: 0000-0002-8308-1621)

ASESORA:

Mgtr. Herrera Alvarez, Rosa Liliana (ORCID: 0000-0002-5829-1686)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Salud mental

LIMA – PERÚ

2021

Dedicatoria

Este logro va dedicado a mis padres Elmer y Luz, mi hermano Angelo, la familia Rojas Picón; quienes sin duda alguna confiaron en mí, con todo su amor me apoyaron y motivaron a luchar y perseverar para cumplir mis metas.

Agradecimiento

A Dios, que siempre fue el forjador de este camino, me acompaña y ayuda frente a las adversidades día a día.

A mi estimada asesora de tesis; Liliana Herrera, que con gran profesionalismo y empatía guiaron mis pasos durante el proceso de este proyecto de investigación.

ÍNDICE

Dedicatoria	ii
Agradecimiento	ii
Índice	iv
Resumen	v
Abstract	vi
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	3
III. METODOLOGÍA	11
3.1. Tipo y diseño de investigación	11
3.2. Variables y operacionalización	11
3.3. Población, muestra y muestreo	11
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	12
3.5. Procedimiento	13
3.6. Método de análisis de datos.....	13
3.7. Aspectos éticos	13
IV. RESULTADOS	14
V. DISCUSIÓN	16
VI. CONCLUSIONES	19
VII. RECOMENDACIONES	20
REFERENCIAS	21
ANEXOS	28

Resumen

El objetivo general de este estudio fue determinar el bienestar emocional en tiempos de pandemia COVID-19 en gestantes del AA. HH 12 de agosto Los Olivos - 2021; la muestra estuvo conformada por 50 gestantes, se construyó y aplicó el instrumento a emplear. Resultados: El bienestar emocional en gestantes predominó el nivel bajo con 48%, medio 46% y alto 6%. La dimensión autocontrol fue 64% alto, medio 18% y bajo 18%. En relación a la dimensión dominio del entorno, el bienestar emocional fue medio con 46%, 36% bajo y 18% alto. Mientras que la dimensión adaptabilidad fue medio con 64%, bajo 22% y alto 14%. Se concluye que el bienestar emocional en las gestantes durante la etapa de pandemia fue nivel bajo.

Palabras clave: bienestar emocional, gestante, COVID 19.

Abstract

The general objective of this study was to determine emotional well-being in times of a COVID-19 pandemic in pregnant women with AA. HH August 12 Los Olivos - 2021; The sample consisted of 50 pregnant women, the instrument to be used was constructed and applied. Results: The emotional well-being in pregnant women predominated in the low level with 48%, medium 46% and high 6%. The self-control dimension was high 64%, 18% medium and 18% low. In relation to the domain of the environment dimension, emotional well-being was medium with 46%, 36% low and 18% high. While the adaptability dimension was medium with 64%, low 22% and high 14%. It is concluded that emotional well-being in pregnant women during the pandemic stage was low.

Keywords: emotional well-being, pregnant woman, COVID 19.

I. INTRODUCCIÓN

Actualmente el brote de enfermedad por coronavirus (COVID 19) conllevó a declarar a nivel mundial emergencia de salud pública el 11 de marzo 2020; debido al elevado número de casos en China con 7.700 casos, 170 fallecidos y su propagación en 112 países más, para así poder lograr la contención, la detección temprana, manejo de los casos y la prevención de la propagación.¹ Esta epidemia se desencadenó a finales de diciembre del año 2019 en Wuhan, provincia de Hubei; registrando el primer caso fuera de China, Tailandia el 13 de enero 2020;² posteriormente, llegando el 20 de enero a la Región de las Américas (Estados Unidos), América Latina (Brasil) y el Caribe el 26 de febrero.³

La rápida propagación del virus; a nivel comunitario, regional e internacional llevó a registrar 191 127 casos confirmados para el 18 de marzo en 161 Países con 7 807 fallecimientos. Perú; registró su primer caso por COVID 19, el 5 de marzo del presente año en un compatriota con itinerario de viaje España, Francia y República Checa; al 19 de marzo se sumaron 234 casos confirmados proveniente de Lima, Loreto, Lambayeque, Madre de Dios, Cuzco, Ancash, San Martín, Piura, Callao, e Ica.⁴

La Organización Mundial de la Salud (OMS); asegura que la preocupación y estrés es una respuesta normal ante la incertidumbre, lo desconocido o una crisis sobre todo en la coyuntura de hoy en día a consecuencia de la pandemia COVID-19, ocasionando fluctuaciones psicológicas en la población ante las nuevas desafiantes ya sea por el mismo miedo de contraer el virus, distanciamiento físico con la comunidad, el trabajo desde el hogar, pérdida de los seres queridos, la educación de los hijos en casa, falta de contacto con los familiares y amigos, desempleo temporal, crisis económica, etc.⁵

Abarzúa M, asegura que trascendentalmente, las gestantes han sido el grupo etario más perjudicado de forma severa ante los brotes de infecciones respiratorias a diferencia de las no-gestantes; como se dio a conocer en la pandemia de influenza (1918), la epidemia asiática influenza (1957), la pandemia de H1N1 (2009) y SARS (2003). En todas las epidemias de infecciones respiratorias ya mencionadas, las gestantes tuvieron tasa de letalidad alta; mayor

riesgo de ingreso a cuidados intensivos, uso de ventilación mecánica y otras complicaciones infecciosas.⁶

Solari, A; coordinadora del área de Ginecología y Obstetricia del Hospital de Emergencia Ate Vitarte (HEAV) del Ministerio de Salud, menciona que el 63% de los partos fueron por cesárea y estas pacientes de tipo asintomáticas a COVID 19, que conocieron su estado de salud ya casi a término de la enfermedad, a través de una prueba rápida de descartar que actualmente es requisito para todo nosocomio.⁷

La presencia y rápida propagación del virus; generó que se tomaran medidas por parte del gobierno como el aislamiento social y confinamiento para reducir las cifras de contagio, estas medidas detuvieron las labores en más de 8 mil centros/postas de salud en todo el país, suspendiendo las consultas externas y controles prenatales de gestantes para priorizar la atención de salud ante el COVID 19. Para El Colegio Nacional de Obstetras esta situación resultó alarmante porque no existía un protocolo de atención a mujeres embarazadas durante la pandemia, generando en muchas mujeres dudas hacia dónde acudir ante una emergencia y temor a ir a dar a luz por miedo al contagio, dejando expuesta la salud general materno-infantil.⁸

Durante inicios de la pandemia en el distrito de Los Olivos – AAHH 12 de agosto se limitó la oferta de servicios de salud, cerrando los centros de salud de primer nivel para acatar así la inmovilización social y quedando en espera durante unos meses la reorganización de los servicios de salud donde se implementaría medidas de urgencia para la atención en el nivel 3, en pacientes no COVID-19 con enfermedades crónicas y gestantes con el objetivo de dar continuidad en la atención/tratamiento.

Hasta el momento, información específica en relación con el bienestar emocional en tiempos de pandemia COVID-19 en gestantes en la comunidad y sus resultados es escasa, es por ello que la presente tesis aporta a llenar este vacío de conocimientos ante la coyuntura actual. En base a todo lo anterior mencionado; se formuló la siguiente pregunta de investigación, ¿Cuál es el estado emocional en tiempo de pandemia COVID-19 en gestantes del AA. HH 12 agosto, Los Olivos 2021?

Este estudio fue de vital importancia porque permitió comprender el estado emocional de la gestante durante la pandemia COVID 19, basado en la experiencia de confinamiento/aislamiento social y de esta forma crear conciencia que se debe brindar la misma consideración que la salud física. A su vez puede servir de base para que los profesionales de la salud y la misma comunidad obtengan conocimiento actualizado sobre cómo se está afectando el estado emocional de las gestantes o si está en riesgo, considerando que hay información a nivel hospitalario pero aún se están dando estudios en la comunidad; de este modo brindar el apoyo necesario para una prevención oportuna durante el plan de cuidados e intervenciones, de llegar a complicarse estos aspectos se debe buscar apoyo de otras especialidades a modo de reforzamiento y considerar el implementar una línea de asistencia de monitoreo 24 horas. Estas acciones permitirán al personal de enfermería diseñar estrategias para promover el bienestar emocional y de qué forma mantenerlo para lidiar con situaciones de estrés, ansiedad y frustración en este grupo vulnerable en estudio.

En relación con el trabajo de investigación; se formuló como objetivo general, determinar el bienestar emocional en tiempos de pandemia COVID-19 en gestantes del AA. HH 12 de agosto Los Olivos – 2021; y como objetivos específicos, identificar el bienestar emocional en tiempo de pandemia COVID-19 en gestantes según la dimensión de autocontrol, dominio del entorno y adaptabilidad.

II. MARCO TEÓRICO

De la revisión de investigaciones nacionales e internacionales se ha desarrollado una selección con aquellas que van a lograr los aportes necesarios para esta investigación, es por ello que se presenta que Vara L y Rimari F, realizaron un trabajo en un hospital del Callao con el objetivo de determinar la evaluación de la ansiedad en las embarazadas en este periodo del COVID 19. Fue de tipo cuantitativo y diseño descriptivo-transversal. Los investigadores tamizaron mediante la encuesta a 350 gestantes entre los 14 a 42 años, que fueron atendidas en el área de ginecología y obstetricia de dicho nosocomio. A

conclusión de esta investigación, los investigadores obtuvieron un nivel de ansiedad moderado con 77,2% en las gestantes durante la pandemia COVID 19.⁹

Nunton Marchand J, Alvarado Ríos V, Pérez Llanos A; realizaron el estudio Impacto psicológico en el contexto COVID-19, en gestantes de un establecimiento de salud nivel III-2 en Lima, cuyo objetivo fue determinar la depresión perinatal de las gestantes que acuden a dicho establecimiento. De tipo cuantitativo, diseño descriptivo y corte transversal. Los investigadores tamizaron y recolectaron los datos mediante la encuesta a un total de 237 mujeres gestantes entre los 15 y 43 años, que acudían a este nosocomio. Los investigadores concluyeron que el 77,2% de gestantes tienen probable depresión a diferencia del 11% que no presentó ningún riesgo.¹⁰

Por otro lado, Mendoza J, Maldonado C, Mauricio Y, realizaron una investigación con el fin de establecer el nivel de ansiedad y depresión de las gestantes en tiempos de COVID 19 en un establecimiento de Huancayo. De tipo descriptivo, observacional y transversal. Los investigadores usaron la técnica de la entrevista en todas las gestantes (135) que acudían a consulta prenatal en este nosocomio. La investigación concluyo que; el nivel de ansiedad que predominó fue nivel bajo con un 78.5%, moderada con 18.5% y severa 3%. Mientras que a nivel de depresión el 43,7% no presentaba depresión, ligera 40%, moderada 11.1%, severa 4.5% y muy severa 0.7%.¹¹

Otra investigación realizada en Lima por Vega E, Guerrero A, Guzmán B, Huamani E, Herrera G, "Ansiedad y depresión en gestantes adolescentes en un Hospital de Lima, Perú" en el cual la finalidad de esta investigación es estatuir la relación que existe dentro de la ansiedad y la depresión en gestantes adolescentes. De diseño no experimental, nivel correlacional, corte transversal. Los investigadores recolectaron los datos de 45 embarazadas que requirieron atención en el Hospital de San Juan de Lurigancho, con criterios de exclusión para aquellas gestantes que presentaban discapacidad para leer o entender las preguntas. Los autores obtuvieron como resultado: 82,8% de gestantes adolescentes presentaba un probable cuadro de depresión y el 68,9% un alto nivel de ansiedad.¹²

De manera similar estudios internacionales desarrollados en Toronto, Canadá por Lebel C, MacKinnon A, Bagshawe M, Tomfohr-Madsen L, Giesbrecht G, cuyo objetivo fue determinar los factores asociados con la angustia psicológica entre embarazadas durante la pandemia de COVID-19, donde fueron encuestados 1987 participantes embarazadas, los autores obtuvieron como resultado que la depresión y ansiedad se asociaron por una mayor preocupación ante las amenazas a la vida de la madre y bebé a causa del COVID19, al igual que la preocupación por no recibir la atención prenatal necesaria y el aislamiento social debido a la pandemia. Del trabajo de investigación los investigadores obtuvieron como conclusión que las gestantes tuvieron un incremento alarmante ante la ansiedad y depresión en esta etapa de pandemia.¹³

Ribot V, Chang N, Gonzales A, en La Habana elaboraron un estudio con el fin de analizar la consecuencia referente a la salud mental a causa de la COVID-19, las medidas y tácticas para su prevención/control. Se realizó en este estudio una revisión bibliográfica en la estadía de marzo - abril del 2020 en la red telemática infomed, SciELO, Pubmed/Medline, Cumed, Lilacs, quedando 21 fuentes bibliográficas seleccionadas. Se manifiestan estrategias para que se fomente conductas que contribuyan a la salud mental. Concluyeron que urge potenciar la resiliencia, las relaciones intrafamiliares y el cuidado a los grupos más vulnerables en la población.¹⁴

Johnson M, Saletti L, Tumas N, efectuaron un artículo de investigación “cuyo objetivo fue analizar consecuencias afectivas a causa del COVID-19 en Argentina. De diseño transversal, los investigadores realizaron un cuestionario anónimo a 1410 personas mayores de 18 años residentes, se aplicó de forma online en un tiempo determinado (23 al 25 marzo). Los investigadores obtuvieron como resultado que debería ser de importancia valorar el impacto ocasionado por la pandemia ante la dimensión afectiva y social; considerando que se debe diseñar estrategias para sobrellevar a situación e incertidumbre. Finalmente, los investigadores concluyeron que el estudio muestra efectos subjetivos y emocionales (miedo, incertidumbre y angustia) por la COVID 19.¹⁵

Talevi D, Socci V, Carai M, Carnaghi G, Faleri S, Trebbi E, et al. En una revisión sobre “Resultados de salud mental de la pandemia COVID-19” cuyo objetivo fue

sintetizar la creciente evidencia sobre las respuestas psicológicas inmediatas en la etapa de inicio de la pandemia entre la población general, en la revisión se llegó a realizar búsquedas en la web con terminaciones de Covid-19; solo se incluyeron investigaciones originales publicadas en revistas o estar disponibles como preprints, en idiomas como el inglés o chino. La búsqueda se realizó en el periodo del 28 de marzo al 3 de abril del 2020 con 104 artículos, pero incluyendo solo 15 por contar con datos relevantes. Como resultado a nivel mundial, se mostraron que la mayor parte de los chinos, del 7% al 53,8%, experimentaron angustia psicológica durante la etapa inicial del CoViD-19, identificándose un abanico de respuestas psicológicas negativas. Como conclusión, los resultados de salud mental adjunto con la Covid-19 representaron un problema complejo y de diversos niveles. Para los investigadores estos hallazgos respaldan el conocimiento de que las intervenciones de salud mental pública deben integrarse en los planes de salud pública y respuesta a emergencias.¹⁶

Cotarelo A, Reynoso J, Solano C, Hernández M, Ruvalcaba J. Desarrollaron un estudio donde su objetivo era determinar el impacto del COVID-19 en las emociones de mujeres embarazadas con diabetes gestacional, de tipo transversal observacional y tuvo como muestra a 85 mujeres que asistieron al Hospital General Regional 200 del IMSS. Los investigadores obtuvieron como resultados un gran impacto emocional debido a la pandemia no solo por temor ante el contagio sino también por el miedo de llegar el momento del parto y tener que acudir al hospital. Ellos concluyeron que una de las emociones más impactantes en las gestantes es la angustia y temor por la crisis sanitaria actual y que se manifiesten complicaciones en él bebe o ellas mismas.¹⁷

Bonifacio S, Valiente R, Garcia J, Chorot P; elaboraron un estudio en España con el objetivo de examinar el impacto a causa de la pandemia y confinamiento de marzo y abril 2020. El estudio tuvo una muestra 1.161 españoles entre 19 a 84 años; 263 varones y 898 mujeres, el resultado indicó que lo que más aquejaba a la población era el temor al contagio, la muerte, y pérdidas del trabajo. Estos síntomas emocionales como preocupación, estrés, ansiedad, nerviosismo, e inquietud, conllevaba a la pérdida de sueño y desorientación laboral; aun así, los

investigadores obtuvieron también como resultado que, a causa del confinamiento, esto favorecía a experiencias personales positivas.¹⁸

El departamento de psicología de la Sociedad Marcé Española (MARES) en Sevilla, mediante un estudio de investigación evaluó el impacto por COVID-19 en gestantes y puérperas en más de 10 países. Tuvo como objetivo establecer redes de colaboración entre entidades y empresas para continuar investigando e innovando sobre la depresión en el embarazo y el parto. Los investigadores tuvieron previsto que por cada país se reclutará al menos una muestra de 800 mujeres sean gestantes y/o primerizas con un bebé de menos de seis meses, ellos obtuvieron la información mediante un cuestionario online. El motivo de esta investigación se dio a causa de que estudios anteriores demostraron que más del 20% de mujeres puérperas padecen de alguna alteración mental. En conclusión, el estudio enfatizó en aspectos que salvaguarden y aseguren el bienestar de la madre, bebé y la familia.¹⁹

Se optó por aplicar el modelo de sistemas conductuales de Doroty Johnson; quien considera a la persona como un sistema conductual, porque trata de alcanzar un equilibrio por medio de adaptaciones; de acuerdo a la coyuntura, para actuar de forma adecuada y eficiente.

El sistema conductual se compone de 7 subsistemas interdependientes e integrados; donde tiene requisitos estructurales y funcionales;

Subsistema de Afiliación: Proporciona la supervivencia y la seguridad, abarca: la Inclusión social, la intimidad, la formación y el mantenimiento de un vínculo social.

Subsistema de Dependencia: Promueve una conducta de ayuda que también requiere un cuidado. Sus consecuencias son la aprobación, la atención o el reconocimiento y la ayuda física, puede ir de la dependencia absoluta como de la dependencia de la identidad.

Subsistema de Ingestión: Sirve a la función de satisfacción del apetito, que relaciona cuándo, cómo, qué, cuánto y en qué condiciones se come.

Subsistema de Eliminación

Trata sobre cuándo, cómo y en qué condiciones se elimina.

Subsistema de Realización: Consiste en controlar o dominar algún aspecto de la identidad o del entorno para alcanzar un estándar de calidad, incluye las habilidades intelectuales, físicas, creativas, mecánicas y sociales.

Subsistema de Agresión/ Protección: Su función es la protección y la preservación, Johnson ve el subsistema agresivo como el que genera una respuesta defensiva de la persona cuando la vida o territorio se ve amenazada.

Subsistema sexual: Su función es de procreación y de placer, incluye el cortejo y el apareamiento, pero no se limita a ellos.²⁰

La teoría de Johnson sirve de orientación para la práctica, formación e investigación. En conclusión, Johnson dice que “el funcionamiento conductual eficiente y efectivo en el paciente influye a la prevención de enfermedades”.²¹

La OMS, define al coronavirus como amplia familia de virus que se encuentran presentes en animales y humanos. Cuando uno de estos virus infecta al ser humano causan desde un resfriado común hasta enfermedades graves como el síndrome respiratorio de Oriente Medio (MERS) y el síndrome respiratorio agudo severo (SRAS).

La COVID-19 se define como la infección causada por el coronavirus, actualmente ha generado una pandemia que afecta a muchos países a nivel mundial.²²

El bienestar emocional, es un elemento primordial de la salud general y toda persona que logra desarrollar un bienestar emocional optima podrá controlar sus pensamientos, sentimientos y comportamiento, pueden manejar los retos de la vida y mantener relaciones saludables; un individuo desarrolla un bienestar emocional optima cuando tiene; *autocontrol* de sus emociones es decir puede reconocer, manejar y controlarla; *dominio del entorno*, ante los conflictos y soluciones de dificultades familiares, uso de recursos tecnológico y *adaptabilidad*, ante situaciones nuevas y/o aceptar nuevas reglas sociales: ²³

Autocontrol, es la destreza para poseer el control relacionado a uno mismo, acciones y emociones bajo el dominio del cuerpo. Esta capacidad potencia el resultado en la conducta de la persona cuando sabe reconocer, manejar y controlar sus emociones. Si se traslada al ámbito de la vida, se anhela personas confiables, serenas y estables al relacionarse con otros.²⁴

Mientras que el dominio del entorno se refiere a la práctica del ser humano para optar o crear ambientes familiares favorables en los cuales logren satisfacer las necesidades y valores. Permite el control y dominio referente a los acontecimientos que se dan en el contexto, como conflictos y soluciones de dificultades familiares, uso de recursos tecnológicos.²⁵

La adaptabilidad, es la capacidad que la persona va a poseer para adaptarse a situaciones nuevas o va a variar su comportamiento para acoplarse al entorno ante la coyuntura actual, desarrollar de modo eficiente para ejecutar las funciones sin que se vean afectadas, esta habilidad debe de crearse, al involucrarse en lo que le rodea y encajar en el contexto en que se encuentra.²⁶

El cuidado de la salud mental en tiempos de pandemia COVID-19 es de vital importancia porque puede desencadenar problemas de salud mental en la población, sobre todo los que padecen trastornos psicológicos preexistentes ya que son más vulnerables; a causa que pueden presentar un mayor nivel de estrés, agresividad e irritabilidad.²⁷

Para Maset J, el cuidado emocional durante el embarazo, debe tener mayor consideración debido a los cambios y síntomas físicos que desarrolla la gestante durante esos meses; donde a su vez, afloran los miedos, el temor, dudas y emociones, sobre todo cuando ambos afrontan la maternidad y paternidad por primera vez. Por eso, es importante no descuidar los aspectos psicológicos que acompañan a un proceso tan extremado como es la gestación.²⁸

Panaqué, R; jefe del Departamento de Gineco-Obstetricia del HNHU, refiere la importancia del bienestar emocional de la gestante durante el parto, es por ello que se ha implementado la modalidad de Parto Humanizado tratándose del

servicio de parto con acompañante con el fin de contribuir en mejorar la salud emocional de la gestante durante el alumbramiento. ²⁹

Para Steen M y Amorin A; Una deficiente salud mental durante la etapa de gestación, el parto o postparto, va a derivar a problemas en su bienestar emocional, psicológico y/o de salud física; ya que es particular que durante estas fases aumenten los niveles de estrés, depresión, irritabilidad, insomnio, etc., por ello se debe dar importancia y promover ambas dimensiones: la salud mental y bienestar emocional durante la gestación.³⁰

En modo de brindar protección, reforzar el bienestar emocional y físico de las gestantes; MINSA en junio del 2021 priorizó a este grupo vulnerable e inoculó a más de 30 000 mujeres mayores de 18 años que contaran con más de 28 semanas, ya sean peruanas o extranjeras residentes en el País.³¹

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño de investigación

Tipo de investigación básica, porque complementa e incrementa el conocimiento científico que se tiene sobre el tema según Muntane.³²

El estudio fue de enfoque cuantitativo, de diseño no experimental porque no se manipuló la variable con intencionalidad, cumpliendo la función de recolectar los datos según estaban presentes en su contexto natural según Mediriano.³³

De nivel descriptivo de corte transversal porque midió una sola vez la variable en estudio e inmediatamente se procedió a su descripción y análisis según Sánchez. ³⁴

3.2. Variables y operacionalización

VARIABLE 1: Bienestar emocional

Definición conceptual: El bienestar emocional, es un elemento primordial de la salud general y toda persona que logra desarrollar un bienestar emocional optima podrá controlar sus pensamientos,

sentimientos y comportamiento, pueden manejar los retos de la vida y mantener relaciones saludables.²⁴

Definición operacional: Esta variable será obtenida aplicando un cuestionario de 23 ítems, y se obtendrá de la suma de las 3 dimensiones (autocontrol, dominio del entorno y adaptabilidad), donde el valor final será alto medio y bajo.

3.3. Población, muestra y muestreo

Población

La población estuvo constituida por 50 gestantes residentes del AA. HH 12 de agosto, Los Olivos 2021.

Al ser una población inferior a 100, se trabajó con todas las gestantes.

Muestreo

Se realizó a través del muestreo no probabilístico por conveniencia, porque se aplicó el instrumento en una población de interés de acuerdo con las características de la investigación según Ochoa,³⁵ teniendo en cuenta los siguientes parámetros de inclusión y exclusión.

Criterios de inclusión

- Gestantes residentes mayores de edad.
- Gestantes residentes menores de edad, que firmen el asentimiento informado completo y aprobado ya sea por el progenitor o apoderado.
- Gestantes residentes que acepten participar de la investigación de forma voluntaria.

Criterios de exclusión

- Gestantes residentes de dicho lugar en estudios que presente signos de deterioro cognitivo.

- Gestantes no residentes del AA. HH 12 de agosto - Los Olivos

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

La técnica es la encuesta y el instrumento aplicado es un cuestionario “Bienestar emocional en tiempo de pandemia COVID-19 en gestantes del AA. HH 12 de agosto, Los Olivos 2021”; creado por las autoras del presente proyecto de investigación y será respondido de manera presencial.

El cual cuenta con 23 ítems, cuyas dimensiones son autocontrol (9 ítems), dominio del entorno (8 ítems) y adaptabilidad (6 ítems). Está constituido por una escala de respuesta múltiple (nunca = 01, a veces= 02, y siempre= 03). Posteriormente se hizo la validez del instrumento mediante el juicio de expertos el cual es un método de validación útil para verificar la fiabilidad y así otorgar un alto grado de subjetividad.³⁶

La confiabilidad fue mediante la aplicación de una prueba piloto a 10 gestantes de la población en general y los resultados fueron sometidos a través del estadístico, obteniendo un valor Alfa de Cronbach de 0.80, el cual evidencia una confiabilidad alta para su uso.

3.5. Procedimiento

La recolección de datos se desarrolló de forma presencial mediante un formato impreso del instrumento, la cual permitió la colaboración oportuna y rápida de las gestantes. Se aplicó la encuesta a 50 gestantes como unidad de análisis.

Cada instrumento aplicado, contiene un consentimiento informado para el caso de gestantes menores de edad, respetando los aspectos éticos de todos los integrantes que participaron.

3.6. Método de análisis de datos

El análisis de la base de datos; general y por dimensiones, así como tablas y gráficos de barra, se realizó en el programa Microsoft Excel 2016 para su correspondiente análisis, interpretación y explicación.

3.7. Aspectos éticos

Se basó en el código de bioética del profesional de enfermería donde se consideraron los principios éticos como:

- **Beneficencia:** La investigación consiste en hacer el bien, toda información sirvió para determinar el bienestar emocional en tiempos de pandemia COVID-19 en las gestantes en mención.
- **No maleficencia:** Se trató toda información con confidencialidad y fue manipulada en forma anónima y reservada, evitando generar daño.
- **Justicia:** Durante el estudio se brindó un trato imparcial e integro, el cual brindó la oportunidad de estar involucradas todas las gestantes sin distinción de raza, género o condición económica.
- **Autonomía:** Las gestantes del lugar de estudio participaron sin coacción, ni persuasión ante el desarrollo del cuestionario; en todo momento mantuvieron la total libertad de continuar en la investigación o retirarse. También se pidió el consentimiento informado del tutor o apoderado en caso de gestantes menores de edad.

IV. RESULTADOS

Tabla 1. Bienestar emocional en tiempo de pandemia COVID-19 en gestantes del AA. HH 12 de agosto, Los Olivos 2021.

Categoría	N°	%
Bajo	24	48
Medio	23	46
Alto	3	6
Total	50	100%

Fuente: Elaboración propia

En cuanto a la variable de bienestar emocional en tiempo de pandemia COVID 19 en gestantes predominó el nivel bajo con 48% (24), seguido del nivel medio 46% (23) y alto con 6% (3).

Tabla 2. Bienestar emocional en tiempo de pandemia COVID-19 en gestantes del AA. HH 12 de agosto, Los Olivos 2021, según *dimensión autocontrol*.

Categoría	N°	%
Bajo	9	18
Medio	9	18
Alto	32	64
Total	50	100%

Fuente: Elaboración propia

El bienestar emocional en tiempo de pandemia COVID 19 en gestantes según dimensión autocontrol, es en su mayoría alto 64% (32), medio 18% (9) y bajo 18% (9).

Tabla 3. Bienestar emocional en tiempo de pandemia COVID-19 en gestantes del AA. HH 12 de agosto, Los Olivos 2021, según *dimensión dominio del entorno*.

Categoría	N°	%
Bajo	18	36
Medio	23	46
Alto	9	18
Total	50	100%

Fuente: Elaboración propia

El bienestar emocional en tiempo de pandemia COVID 19 en gestantes según dimensión Dominio del entorno fue un 46% (23), medio, 36% (18) bajo y 18% (9) alto.

Tabla 4. Bienestar emocional en tiempo de pandemia COVID-19 en gestantes del AA. HH 12 de agosto, Los Olivos 2021, según *dimensión adaptabilidad*.

Categoría	N°	%
Bajo	11	22
Medio	32	64
Alto	7	14
Total	50	100%

Fuente: Elaboración propia

El bienestar emocional en tiempo de pandemia COVID 19 en gestantes según dimensión adaptabilidad es en su mayoría medio 64% (32), bajo 22% (11) y alto 14% (7).

V. DISCUSIÓN

El bienestar emocional, es un elemento primordial de la salud general y toda persona que logra desarrollar un bienestar emocional óptimo podrá controlar sus pensamientos, sentimientos, comportamiento y podrá manejar los retos de la vida y mantener relaciones saludables²³.

La gestación es un estado natural de la mujer sin embargo puede presentarse situaciones de cuidado y hay mucha expectativa para que el bebé nazca sano, por ello durante la pandemia el cierre de algunos establecimientos de salud originó incertidumbre y por ello se observó un riesgo en disminuir el bienestar emocional en la gestante. El estudio busca generar conocimiento actualizado y oportuno sobre esta situación, por ello se abordó este tema en gestantes del AA. HH 12 de agosto Los Olivos es así que se ha identificado que las encuestadas estaban en el rango de edad de 19 a 35 años.

En respuesta con el objetivo general que es determinar el bienestar emocional de las gestantes, se obtuvo como resultados que el bienestar emocional de las gestantes es en mayor proporción de nivel bajo alcanzando casi la mitad de las gestantes encuestadas, nivel medio con 46% y el nivel alto fue un porcentaje mínimo; es decir, la condición de gestación sumada a la situación de incertidumbre a causa de la pandemia viene afectando al grupo participante.

Es importante en estos tiempos de pandemia, fortalecer la atención de la salud mental, de esta forma los hallazgos de Mendoza J, Maldonado C, Mauricio Y ¹¹, en un nosocomio de Huancayo encontraron que el nivel de ansiedad que predominó fue bajo alcanzando casi el 80% aunque la mitad de las gestantes tenían algún nivel de depresión. La teoría de Doroty Johnson indica que es responsabilidad de la persona conseguir un equilibrio del sistema conductual para adaptarse al entorno ante cualquier situación de forma adecuada y eficiente, sin embargo, la pandemia ha originado una situación que nunca se había presentado en el cual ni los esquemas de salud de los países avanzados pudieron enfrentar sin que hubiera muertes, incluso en gestantes.

En otros trabajos como de Vara L y Rimari F⁹, Nunton Marchand J, Alvarado Ríos V, Pérez Llanos A¹⁰ y Vega E, Guerrero A, Guzmán B, Huamani E, Herrera G¹²;

quienes desarrollaron sus investigaciones en nosocomios de Lima y Callao en gestantes adolescentes también encontraron problemas emocionales como depresión perinatal y ansiedad-depresión, quienes logran porcentajes muchos mayores en sus resultados de investigación a diferencia de los estudios antes mencionados. Estos Hallazgos pueden ser explicados por la teórica, quien considera a la persona como un sistema conductual porque va a tratar de alcanzar un equilibrio a través de adaptaciones hasta cierto punto; de acuerdo a la coyuntura, de alterarse este equilibrio va a influir a la aparición de enfermedades.

La OMS indica que el bienestar emocional es un elemento primordial de la salud general de la persona, se debe trabajar en las emociones para sentirse bien y tener una vida plena, en la que se conozcan así mismos, sean capaces de adaptarse a los vaivenes de la vida y tengan la flexibilidad necesaria para aprender cosas nuevas. En definitiva, un individuo desarrolla un bienestar emocional óptima cuando tiene; *autocontrol* de sus emociones es decir puede reconocer, manejar y controlarla; *dominio del entorno*, ante los conflictos y soluciones de dificultades familiares, uso de recursos tecnológico y *adaptabilidad*, ante situaciones nuevas y/o aceptar nuevas reglas sociales.²³

En cuanto a los enunciados, en la dimensión autocontrol las gestantes mostraron en su mayoría un nivel alto con un 64%. Algunos autores aseguran que la persona al aprender a tolerar a su entorno y controlarse en situaciones de bajo presión con eficiencia van a mejorar su bienestar emocional, van a tomar mejores decisiones y por lo tanto aumentará su autoestima ²⁴. La ausencia de autocontrol conlleva a desarrollar ansiedad y depresión.

En relación con la dimensión dominio del entorno, las gestantes evidenciaron un nivel medio con un 46%, lo que indica que mantienen una relación medianamente aceptable con su entorno, Zubieta E, Fernández O y Sosa F indican que las mujeres tienen mayor manejo y aceptación social a diferencia del sexo opuesto, el cual va a influir en los niveles de integración y dominio al momento de relacionarse con su entorno creando relaciones satisfactorias a nivel social³⁷. Un ambiente favorable permitirá conservar, sostener relaciones sociales de manera profunda y positiva, así como el control y dominio referente a los acontecimientos que se de en el contexto del individuo.

Finalmente, en la dimensión adaptabilidad se evidenció que el 64% de gestantes alcanzó un nivel intermedio frente a un proceso de cambio es decir gran parte de la población en estudio varió su comportamiento para acoplarse al entorno ante la coyuntura actual. Este porcentaje es diferente a lo reportado por Forero A et al; quien en Bogotá en su estudio sobre adaptabilidad en tiempos de pandemia COVID 19 en jóvenes, encontró la máxima adaptabilidad (100%) dentro del rango normal³⁸. Sin embargo, a pesar de que las mujeres del estudio son jóvenes, la gestación implica la responsabilidad de otro ser humano y eso influya en desarrollar de manera estable la adaptabilidad ante un evento o coyuntura, generando estabilidad en las gestantes.

En este estudio de investigación, se evidencia que el bienestar emocional de las gestantes en etapa de pandemia, fue de nivel bajo, por ello se debe considerar lo que dice Mazet J, quien considera que el cuidado emocional durante el embarazo debe ser prioritario debido a los cambios y síntomas físicos que desarrolla la gestante durante esos meses.²⁸ Que sumado la coyuntura de pandemia COVID 19, origina que aumente los niveles de estrés, depresión, irritabilidad, insomnio, ansiedad, etc., más aún cuando se determinó que el embarazo es un estado de riesgo y se decidió avanzar la vacunación de manera urgente debido a la alta mortalidad producida en toda Latinoamérica, incluso puede desencadenar problemas de salud mental general, sobre todo en aquellas gestantes que padecen trastornos psicológicos preexistentes ya que son más vulnerables; a causa que pueden presentar un mayor nivel de estrés, agresividad e irritabilidad.²⁷

VI. CONCLUSIONES

1. El bienestar emocional en tiempo de pandemia COVID 19 en gestantes del AA. HH 12 de agosto fue de nivel bajo, es decir se determinó que la condición de gestación sumada a la situación de incertidumbre a causa de la pandemia viene afectando emocionalmente al grupo participante.
2. El bienestar emocional en tiempo de pandemia COVID 19 en gestantes del AA. HH 12 de agosto, según la dimensión autocontrol, es alto con 64%.
3. El bienestar emocional en tiempo de pandemia COVID 19 en gestantes del AA. HH 12 de agosto, según la dimensión dominio del entorno, es nivel medio con 46%. Un ambiente favorable permitirá conservar y sostener relaciones sociales de manera profunda y positiva, así como el control y dominio referente a los acontecimientos que se de en su contexto en la gestante.
4. El bienestar emocional en tiempo de pandemia COVID 19 en gestantes del AA. HH 12 de agosto, según dimensión adaptabilidad, es en su mayoría medio con 64%. El desarrollar de manera estable la adaptabilidad ante un evento o coyuntura va a generar un óptimo bienestar emocional en la gestante.

VII. RECOMENDACIONES

1. Las enfermeras de establecimiento de salud cercano en coordinación con el dirigente del AAHH 12 de agosto, deben rediseñar estrategias con el objetivo de fortalecer el bienestar emocional de las gestantes.

El entorno familiar en cooperación con los licenciados de enfermería debe intervenir oportunamente con las gestantes, con el propósito de reconocer los factores que predisponen un inadecuado autocontrol, dominio del entorno y adaptabilidad, para minimizar las consecuencias de un bienestar emocional inadecuado, buscando la organización de sus tiempos, posibilitar momentos de disfrute en beneficio de la gestante.

2. El personal de salud debe establecer campañas sobre la importancia de generar hábitos positivos la alimentación saludable, el ejercicio regular, realizar las horas de descanso necesarias, la estructuración del tiempo, con el fin de controlar el estrés y la ansiedad y reforzar el autocontrol emocional en las gestantes a su vez brindando monitoreo a los casos ya presentes.
3. Se debe seguir promoviendo las capacidades de las gestantes que tienen una alta percepción del dominio del entorno, para que de esta manera refuerce sus capacidades, sea capaz de influir en el entorno y continúe manejando situaciones complicadas en el día a día.
4. Se sugiere que los profesionales de salud que estén directamente involucrados, planteen estrategias nuevas de afrontamiento para promover la adaptabilidad emocional de la gestante y del feto que viene concibiendo, hallar la forma de mantenerlo para que la gestante pueda lidiar con situaciones de estrés, ansiedad y frustración.

REFERENCIAS

1. Organización Panamericana de la Salud. Informe de situación de la Covid 19. OPS; 2020. [citado 6 Setiembre 2020]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/informes-situacion-covid-19>
2. One Health en Enfermedades Infecciosas, Medicina Tropical y del Viajero [Internet]. Tailandia notifica 1 caso de coronavirus w-cov. El primero fuera de China. FUNDACION10 [citado 6 Setiembre 2020]. Disponible en: <https://fundacionio.com/2020/01/13/13-enero-2020-tailandia-notifica-1-caso-de-coronavirus-w-cov-el-primero-fuera-de-china/>
3. Organización Panamericana de la Salud. Informe de situación de la Covid 19 [Internet]. OPS; 2020. [citado 6 Setiembre 2020] Disponible en: <https://www.paho.org/es/informes-situacion-covid-19>
4. Alerta epidemiológica ante el incremento de casos de Covid 19 en el Perú. Centro Nacional de Epidemiología, Prevención y Control de Enfermedades; 2020. [citado 6 Setiembre 2020]. Disponible en: <https://www.dge.gob.pe/portal/docs/alertas/2020/AE012.pdf>
5. Organización Panamericana de la Salud. Salud Mental y COVID-19 - OPS/OMS [Internet]. Paho.org, 2020 [Citado 6 setiembre 2020]. Disponible en: <http://paho.org/es/salud-mental-covid-19>
6. Abarzúa F. COVID-19 y Embarazo [Revista en línea]. Chile, 2020. [citado 6 Setiembre 2020]; 85(2): 110-114. Disponible en: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75262020000200110
7. Hospital Emergencia Ate Vitarte Ha Atendido Más 100 Partos De Gestantes Covid-19 [Internet]; 2020. [Citado 7 setiembre 2020]. Disponible

en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/195028-hospital-emergencia-ate-vitarte-ha-atendido-mas-100-partos-de-gestantes-covid-19>

8. Pérez M. El desconcierto de las embarazadas que se quedaron sin controles prenatales [Internet]: Salud con lupa, Lima 2020. [Citado 7 setiembre 2020]. Disponible en: <https://saludconlupa.com/entrevistas/el-desconcierto-de-las-embarazadas-que-se-que-daron-sin-controles-prenatales/>
9. Vara Tarazona L, Rimari Miranda F. Evaluación de la ansiedad en gestantes en tiempos del COVID-19, en un Hospital del Callao. [Internet] *Ágora Rev. Cient.* 2021; 08(01):17-22. [Citado 27 octubre 2021] Disponible en: <https://www.revistaagora.com/index.php/cieUMA/article/view/147>
10. Nunton Marchand J, Alvarado Ríos V, Pérez Llanos A. Impacto psicológico de la pandemia del COVID-19, en gestantes de un establecimiento de salud nivel III-2, Lima-2020. *Ágora Rev. Cient.* 2020; 07(02):94-100. [Citado 27 octubre 2021] Disponible en: [d1d3bfa80bbf51fc499a4bebfbd7058f84d7.pdf](https://www.semanticscholar.org/paper/d1d3bfa80bbf51fc499a4bebfbd7058f84d7) (semanticscholar.org)
11. Mendoza J, Maldonado C, Mauricio Y. “Nivel de ansiedad y depresión en tiempos de coronavirus de gestantes atendidas en establecimientos de salud de la provincia de Huancayo, 2020” [Internet]. 2021; 6:15-22 [Citado 26 de octubre 2021]. Disponible en: <https://revistas.uoosevelt.edu.pe/index.php/VISCT/article/view/85/132>
12. Vega E, Guerrero A, Guzmán B, Huamani E, Herrera G; Ansiedad y depresión en gestantes adolescentes en un hospital de Lima, Perú. [Internet]. *Rev. Int Salud Materno Fetal.* 2019; 4(3) [Citado 27 de octubre 2021]. Disponible en: <http://ojs.revistamaternofetal.com/index.php/RISMF/article/view/107>

13. Lebel C, MacKinnon A, Bagshawe M, Tomfohr-Madsen L, Giesbrecht G. Elevated depression and anxiety symptoms among pregnant individuals during the COVID-19 pandemic [Revista digital de trastornos afectivos]; Diciembre, 2020. [citado 22 Setiembre 2020]. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0165032720325799?via%3Dihub>
14. Ribot V, Chang N, González A. Efectos de la COVID-19 en la salud mental de la población [Revista en línea Habanera de Ciencias]; 2020 [citado 22 Setiembre 2020]. Disponible en: <http://www.revhabanera.sld.cu/index.php/rhab/article/view/3307>
15. Johnson M, Saletti L, Tumas N. Emociones, preocupaciones y reflexiones frente a la pandemia del COVID-19 en Argentina. [revista en línea Ciênc. saúde coletiva]; Junio, 2020. [citado 22 setiembre 2020] Disponible en: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232020006702447
16. Talevi D, Socci V, Carai M, Carnaghi G, Faleri S, Trebbi E, et al. Mental health outcomes of the CoViD-19 pandemic. [Revista en línea]; May-Jun 2020;55(3):137-144 [citado 22 Setiembre 2020]. Disponible en: <https://www.rivistadipsichiatria.it/archivio/3382/articoli/33569/>
17. Cotarelo A, Reynoso J, Solano C, Hernández M, Ruvalcaba J. Impacto del COVID-19 en las emociones de mujeres embarazadas con diabetes gestacional. Revista Journal of Negative and No Positive Results [revista en Internet]. 2020;5(8):891-904 [citado 23 Setiembre 2020]. Disponible en: <https://revistas.proeditio.com/jonnpr/article/view/3765>
18. Bonifacio S, Valiente R, Garcia J, Chorot P. Impacto psicológico de la pandemia de COVID-19: Efectos negativos y positivos en población española asociados al periodo de confinamiento nacional. Revista de psicopatología y psicología clínica [En línea] 2020 [citado 23 Setiembre

- 2020]. Disponible en:
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7468649>
19. Sociedad Marcé Española. El impacto de la covid-19 sobre la maternidad: estudio internacional liderado por investigadoras españolas. Julio; 2020 [citado 23 Setiembre 2020]. Disponible en:
<http://www.sociedadmarce.org/detall.cfm/ID/14413/ESP/el-impacto-covid-19-sobre-maternidad-estudio-internacional-liderado-por-investigadoras-espanyolas.htm>
 20. MODELO DEL SISTEMA CONDUCTUAL [Internet]. Desarrollo del conocimiento de enfermería, 2014. [citado 23 setiembre 2020]. Disponible en: <http://desarrolloconocimientoenfermeria.blogspot.com/2013/12/modelo-del-sistema-conductual.html>
 21. Teoría y Método en Enfermería II [Internet]. Anierte-nic.net. 2020 [citado 23 setiembre 2020]. Disponible en: http://www.anierte-nic.net/progr_asignat_teor_metod5.htm#Johnson
 22. Preguntas sobre los nuevos coronavirus [Internet]. Who.int. 2020 [citado 23 setiembre 2020]. Disponible en:
<https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019/question-and-answers-hub/q-a-detail/q-a-coronaviruses>
 23. Organización Mundial de la Salud. Salud Mental: Cómo Mantener Su Salud Emocional [en línea] familydoctor.org 2020 [citado 29 Setiembre 2020]. Disponible en: <https://bienestando.es/bienestar-emocional/>
 24. Autocontrol emocional [Internet]. UNIVERSIDAD PRIVADA DEL NORTE. 2016 [citado 15 octubre 2021]. Disponible en:
<https://autocontrolemocional.wordpress.com/inteligencia-emocional/>

25. Happiness and Psychological Well-Being: A Comparative Study Between Argentina and Spain [Internet]. Scielo. 2015 [citado 15 octubre 2021]. Disponible en: <https://scielo.conicyt.cl/pdf/psykhe/v24n2/art03.pdf>
26. ADAPTABILIDAD Y PROCESO DE CAMBIO ORGANIZACIONAL [Licenciado]. UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR; 2018. Disponible en: <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2018/05/43/Guzman-Andrea.pdf>
27. Calixto R. OPS/OMS Perú - Cuidado y autocuidado de la salud mental en tiempos de COVID-19 | OPS/OMS [Internet]. 2020 [citado 29 setiembre 2020]. Disponible en: https://www.paho.org/per/index.php?option=com_content&view=article&id=4546:cuidado-y-autocuidado-de-la-salud-mental-en-tiempos-de-covid-19&Itemid=1062
28. Maset J. ¿Por qué es tan importante cuidar las emociones durante el embarazo? [Internet]. Cinfa.com. 2018 [citado el 26 de septiembre de 2021]. Disponible en: <https://cinfasalud.cinfa.com/p/cuidado-emocional-en-el-embarazo/>
29. Hospital Nacional Hipólito Unanue [Internet]. Hospital Nacional Hipólito Unanue inicia modalidad de partos con acompañante 2020, [Citado 8 setiembre]. Disponible en: <http://www.hnhu.gob.pe/Inicio/hospital-hipolito-unanue-inicia-modalidad-de-partos-con-acompanante/>
30. Steen M, Amorin A. Maternal Mental Health and Wellbeing [Internet]. Agosto 2019. [citado 10 de septiembre 2020]; 32 (4): III-IVI. Disponible en: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-21002019000400001&lng=en&nrm=iso&tlng=en
31. Ministerio de Salud. ¡Seguimos avanzando! Minsa inició vacunación de gestantes en Lima y Callao [Internet]. MINSA; 2021. [citado 20 Setiembre

- 2021]. Disponible en:
<https://www.minsa.gob.pe/newsletter/2021/edicion-72/nota2/index.html>
32. Muntané Renat J. Introducción a la investigación básica. [Rev Andaluza Patol Dig]. 2010;33(3):221-227 [citado 10 octubre 2020]. Disponible en:
www.sapd.es
33. Mediriano D. Metodología de Diseño de Proyectos de Investigación Agraria. [Rev investigación UNMSM] pág. 173 – 199 [citado 10 octubre 2020]. Disponible en:
<https://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:b0KqCaJlaxYJ:hhttps://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/econo/article/download/9044/7878/+&cd=5&hl=es-419&ct=clnk&gl=pe>
34. Sánchez V. Diseño de estudios transversales. Metodología de la investigación, bioestadística y bioinformática en ciencias médicas y de la salud, 2e [En línea] [citado 10 octubre 2020]. Disponible en:
<https://accessmedicina.mhmedical.com/content.aspx?bookid=1721§ionid=115929954>
35. Ochoa C. Muestreo no probabilístico: muestreo por conveniencia [Internet], mayo 2015. [citado 20 octubre 2020]. Disponible en:
<https://www.netquest.com/blog/es/blog/es/muestreo-por-conveniencia>
36. Robles P, Rojas M. La validación por juicio de expertos: dos investigaciones cualitativas en Lingüística aplicada. [Revista Nebrija]; 2015 [citado 25 octubre 2020]. Disponible en: https://www.nebrija.com/revista-linguistica/files/articulosPDF/articulo_55002aca89c37.pdf
37. Fernández O y Sosa F. Bienestar, valores y variables asociadas. [Internet]. Agosto 2017. [citado 06 de noviembre 2021]. Disponible en:
<https://www.researchgate.net/profile/Elena-Zubieta->

2/publication/301626943_Bienestar_valores_y_variables_asociadas/links/571e69f408aead26e71a893b/Bienestar-valores-y-variables-asociadas.pdf

38. Forero a, Gordillo S, Lemir L, Perilla M, Pulido M. Adaptabilidad Emocional en Jóvenes Entre los 20 y 25 Años de la Ciudad de Bogotá, en Tiempos de Pandemia. [Internet]. Marzo 2021 [citado 06 de noviembre 2021]. Disponible en: https://scholar.googleusercontent.com/scholar?q=cache:xiGDdpILWooJ:scholar.google.com/+Emotional+Adaptability+in+People+Between+20-+and+25-Years+Old+From+the+City+of+Bogot%C3%A1,+in+Times+of+the+Pandemic&hl=es&as_sdt=0,5

Anexos

Anexo 1 – Matriz de operacionalización de variables

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
Bienestar emocional en tiempos de pandemia Covid-19 en gestantes del AA. HH 12 agosto, Los Olivos 2021	El bienestar emocional, es un elemento primordial de la salud general y toda persona que logra desarrollar un bienestar emocional optima podrá controlar sus pensamientos, sentimientos y comportamiento, pueden manejar los retos de la vida y mantener relaciones saludables. ²⁸	Esta variable será obtenida aplicando un cuestionario de 23 ítems, y se obtendrá de la suma de las 3 dimensiones, donde el valor final será alto medio y bajo.	Autocontrol	- Reconocer, manejar y controlar sus emociones	Nominal
			Dominio del entorno	- Ante la solución de conflictos personales y familiares - Ante dificultades familiares. - Uso de recursos tecnológicos.	
			Adaptabilidad	- Situaciones nuevas. - Nuevas reglas sociales.	

Anexo 2 – Cuestionario

TITULO: Bienestar emocional en tiempo de pandemia COVID-19 en gestantes del AA. HH 12 de agosto, Los Olivos 2021

PRESENTACION:

Estimada Sra.

Somos alumnas de pregrado de la Universidad Cesar Vallejo, en esta oportunidad me dirijo a usted para hacerle llegar la presente escala, cuyo objetivo es determinar el bienestar emocional en tiempo de pandemia COVID-19 en gestantes del AA. HH 12 de agosto Los Olivos – 2021.

INSTRUCCIONES: De acuerdo al objetivo ya señalado se presentan diversas interrogantes correspondientes a la investigación; agradeceré que responda de manera clara, no requerimos se identifique ya que este cuestionario es totalmente anónimo, solo requerimos su veracidad marcando con un aspa (X) la respuesta que usted considera.

Agradezco anticipadamente su participación.

1	2	3
Nunca	A veces	Siempre

DATOS GENERALES:

EDAD:

- a) Menor a 19 años
- b) 20 a 25 años
- c) 26 a 30 años
- d) 30 a más años

GRADO DE INSTRUCCIÓN:

- a) Primaria

- b) Secundaria
- c) Técnico
- d) Universitario

ESTADO CIVIL:

- a) Soltera
- b) Casada
- c) Conviviente
- d) Viuda

PROCEDENCIA:

- a) Costa
- b) Sierra
- c) Selva
- d) Extranjero

DIMENSIÓN AUTOCONTROL	NUNCA	A VECES	SIEMPRE
1. ¿Le preocupa que un integrante de su familia o usted se contagie con coronavirus?	1	2	3
2. ¿Tiene miedo de ir al centro de salud/hospital para sus controles prenatales por temor al contagio?	1	2	3
3. ¿Le preocupa estar aislada de sus familiares más cercanos?	1	2	3
4. ¿Se siente preocupado por Ud. y su familia; ante una situación de problemas de salud y/o emergencia y no reciba ninguna atención a causa del colapso del sistema de salud?	1	2	3
5. ¿Le preocupa que durante el confinamiento presente dificultades económicas para cubrir sus necesidades básicas como alimentos y servicios del hogar?	1	2	3
6. Con la llegada del coronavirus, ¿ha sentido incertidumbre de “dar a luz”, en medio de una pandemia a nivel mundial?	1	2	3
7. En estos tiempos de pandemia, ¿piensa continuamente cuando retomara a su vida	1	2	3

cotidiana?			
8. ¿Se ha irritado o enfadado con facilidad?	1	2	3
9. ¿Ha hecho más actividades en familia o con las personas que convive?	1	2	3
DIMENSIÓN DOMINIO DEL ENTORNO	NUNCA	A VECES	SIEMPRE
10. Conversa continuamente con familiares o amistades cercanas por teléfono o videoconferencia.	1	2	3
11. ¿Se informa mediante los medios de comunicación (televisión, radio y redes sociales) sobre las noticias y actualizaciones basado en la COVID-19, para conocer las nuevas disposiciones del gobierno?	1	2	3
12. ¿Ha realizado actividades que le relajen como yoga, escuchar música, bailar, etc.?	1	2	3
13. Ante la coyuntura actual, ¿Ud. ha ido aprendiendo cosas nuevas como bordado, compra y venta, repostería, etc.? para generar ingresos económicos.	1	2	3
14. ¿Ha emprendido un negocio (venta de ropa, accesorios, y/o equipo de protección personal) para generar ingresos económicos para su hogar?	1	2	3
15. ¿Ha sido empática y ha apoyado algún vecino o familiar que estuvo en aislamiento debido al contagio?	1	2	3
16. ¿Ha apoyado de alguna forma (donación de ropa, víveres, objetos, dinero, útiles escolares, etc.) a persona de su comunidad y/o entorno que hayan tenido la necesidad de ello?	1	2	3
17. ¿Ha tenido problemas de convivencia en casa?	1	2	3
DIMENSIÓN ADAPTABILIDAD	NUNCA	A VECES	SIEMPRE
18. Al salir de casa, ¿usted se siente incómoda ante el uso del equipo de protección personal?	1	2	3
19. ¿Ha buscado información sobre la COVID 19 y sus consecuencias? para tomar las	1	2	3

medidas adecuada para su autocuidado y de su familia.			
20. ¿Hace uso de los sistemas de desinfección como bandeja de calzado, pulverizador con alcohol líquido, alcohol gel, protector de ropa, etc., como dicta el MINSA para protegerse del virus?	1	2	3
21. ¿Ha respetado todas las disposiciones dadas por el gobierno durante esta pandemia?	1	2	3
22. En caso de realizar actividades virtuales usted y/o sus hijos, ¿se siente adaptada ante la situación?			
23. ¿Ha tenido alteraciones en el sueño últimamente?	1	2	3

Anexo 3 - Asentimiento Informado para Participantes de Investigación

La finalidad del presente consentimiento es brindar a las participantes del estudio la capacidad de elegir participar o no en la investigación; explicando de forma clara y puntual que la interna de Enfermería; Picón Guevara, Miluska Lizbeth, de la Universidad César Vallejo dirige el estudio. Dejando claro que el objetivo de este estudio es **Determinar el bienestar emocional en tiempos de pandemia COVID-19 en gestantes del AA. HH 12 de agosto Los Olivos – 2021**. En el caso de que usted acceda a ser participante del estudio, se le pedirá responder un cuestionario, el tiempo de aplicación estimado para el cuestionario es entre diez a quince minutos.

La participación en la investigación es totalmente **voluntaria**, la información que usted provea será estrictamente **confidencial** y no será manipulada con otro propósito que no se le haya marcado anteriormente. El cuestionario será codificado con una sigla y un dígito para el vaciado correspondiente, por lo que serán **anónimas**.

En caso usted tenga alguna duda durante el cuestionario o se sienta incomoda, está en su completo derecho de retirarse o no contestar la interrogante, habiendo dejado claro todo.

Se le agradece su participación en la investigación.

Yo..... con DNI N.º....., de constancia de haber sido informada sobre el objetivo del estudio en el que participaré, por lo que acepto de forma voluntaria participar en esta investigación, conducida por Alvarado Díaz, Xiomara Ximena y Picón Guevara, Miluska Lizbeth.

Dejo en claro que la información que yo otorgue en el desarrollo del cuestionario es fidedigna, que es totalmente confidencial y que no será usado con otro objetivo que no se me haya mencionado anteriormente. De igual modo, reconozco que puedo hacer cualquier pregunta a la investigadora, durante el cuestionario y puedo retirarme de ser el caso en mi incomodidad, sin tener ninguna repercusión contra mi persona.

Nombres y apellidos del participante

Firma

Fecha

Anexo 4 - Consentimiento Informado para Participantes de Investigación

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo *Picón Guevara, Miluska Lizbeth* identificada con DNI N° 72775528; estudiante del X ciclo de la Universidad Cesar Vallejo, me encuentro realizando el proyecto de investigación cuyo título es: *Bienestar emocional en tiempo de pandemia COVID-19 en gestantes del AA. HH 12 de agosto, Los Olivos 2021*; motivo por el que solicito a su persona de manera respetuosa responda el cuestionario que se le brindará. Los datos recolectados en la encuesta son de absoluta confidencialidad. Pues usted es libre de responder el cuestionario, así mismo es libre de abandonar el cuestionario en caso de que usted no desee seguir respondiendo. El proyecto de investigación no tiene fines de dañar su salud.

Luego de entender las explicaciones; yo,
.....doy
mi autorización a los investigadores para que desarrollen su proyecto de investigación en forma voluntaria acepto en participar de la encuesta, ya que mi identidad será de confidencialidad a la vez que mis respuestas.

Firma del participante: -----

Anexo 5 – Validez de instrumento según prueba binomial

excel juicio de expertos 2 dic - Excel (Error de activación de productos) Miluska ..

Archivo Inicio Insertar Disposición de página Fórmulas Datos Revisar Vista Programador Ayuda ¿Qué desea hacer?

Calibri 11 Fuente Alineación Número Estilos Celdas Edición

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S
1		Juez 1			Juez 2			Juez 3			Juez 4			Juez 5			total	p valor	
2	Items	Claridad	Pertinencia	Relevancia															
3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15	0.03125	
4	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15	0.03125	
5	3	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	12	0.03125	
6	4	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	13	0.03125	
7	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15	0.03125	
8	6	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14	0.03125	
9	7	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	14	0.03125	
10	8	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15	0.03125	
11	9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15	0.03125	
12	10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15	0.03125	
13	11	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15	0.03125	
14	12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15	0.03125	
15	13	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14	0.03125	
16	14	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	14	0.03125	
17	15	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14	0.03125	
18	16	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	13	0.03125	
19	17	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15	0.03125	
20	18	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15	0.03125	
21	19	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15	0.03125	
22	20	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15	0.03125	
23	21	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15	0.03125	
24	22	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15	0.03125	
25	23	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15	0.03125	
26																	SUMA=	0.71875	
27																	DIV.	0.01382212	

Hoja1

Anexo 6 – Confiabilidad por Coeficiente alfa de Cronbach

CRONBACH PI [Modo de compatibilidad] - Excel (Error de activación de productos) Miluska ..

Archivo Inicio Insertar Disposición de página Fórmulas Datos Revisar Vista Programador Ayuda ¿Qué desea hacer?

P12

CONFIABILIDAD DE ALFA DE CRONBRACH

ALFA DE CRONBACH

Total Sujetos= 10 MAGNITUD: ALTA

Var-Total= 64.56 Suma de Varianzas= 14.93 $\alpha = \frac{k}{k-1} \left[1 - \frac{\sum S_{iS}^2}{S_T^2} \right] = 0.80369$

Preguntas= 23

Media= 2.30

Varianza= 0.68

Cuenta = 10

Sujeto	Pgta01	Pgta02	Pgta03	Pgta04	Pgta05	Pgta06	Pgta07	Pgta08	Pgta09	Pgta10	Pgta11	Pgta12	Pgta13	Pgta14	Pgta15	Pgta16	Pgta17	Pgta18	Pgta19	Pgta20	Pgta21	Pgta22	Pgta23	Total
1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	3	2	2	2	3	1	1	1	2	2	2	1	3	1	37
2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	1	2	1	3	3	2	57
3	2	1	2	3	3	3	1	2	2	1	3	2	2	2	1	2	3	3	2	2	2	2	2	48
4	3	2	1	3	2	3	3	1	1	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	49
5	3	3	2	3	1	2	3	2	2	2	2	2	1	3	3	3	1	3	2	3	3	1	2	52
6	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	1	2	3	3	61
7	3	1	1	2	2	1	1	1	1	2	1	2	1	3	2	3	3	2	1	2	1	1	1	38
8	2	1	1	1	3	2	2	3	3	3	1	3	3	2	3	3	1	1	3	1	3	1	2	48
9	1	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	40
10	3	3	2	3	3	1	2	3	2	3	3	3	2	1	3	3	2	3	2	3	3	3	2	58

Anexo 7 – Autorización para realizar investigación



*Sub Gerencia de Programas
Sociales*

"Año del Bicentenario del Perú: 200 años de Independencia"

Los Olivos, 26 de octubre del 2021

Mg. Lucy Tani Becerra Medina
Coordinadora del Área de Investigación
Escuela Profesional de Enfermería
Universidad Cesar Vallejo – Filial Lima
Presente.

Estimada Magister:

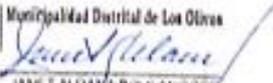
**ASUNTO: AUTORIZACION PARA REALIZAR INVESTIGACION EN EL AH 12 DE
AGOSTO DE NUESTRA JURISDICCION.**

REF.: CARTA No. 047-2021-EP-ENF.UCV-LIMA

Tengo el agrado de dirigirme a usted, a fin de manifestarle que damos respuesta a su comunicación remitida a nuestro Gobierno Local en el cual solicitan AUTORIZACION para que sus estudiantes de Enfermería del X Ciclo: **Alvarado Díaz, Xiomara Ximena y Picón Guevara, Miluaka Lizbeth** desarrollen la investigación titulada: **"BIENESTAR EMOCIONAL EN TIEMPO DE PANDEMIA COVID-19 EN GESTANTES DEL AA.HH 12 DE AGOSTO, Los Olivos, 2021"**, siendo el centro poblado parte de nuestra jurisdicción.

Conforme a lo expuesto, damos la autorización, dado que se nos ha sido remitida las Encuestas que se aplicarán así como el Consentimiento Informado a utilizarse. Deseamos que su trabajo sea un éxito y agradeceremos hacer llegar 01 ejemplar a esta área.

Atentamente,

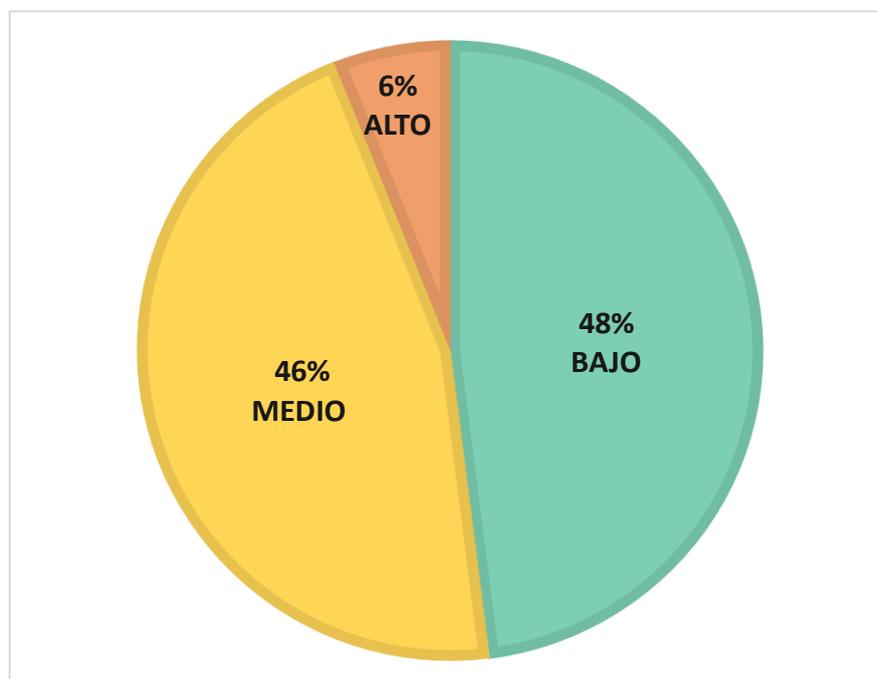
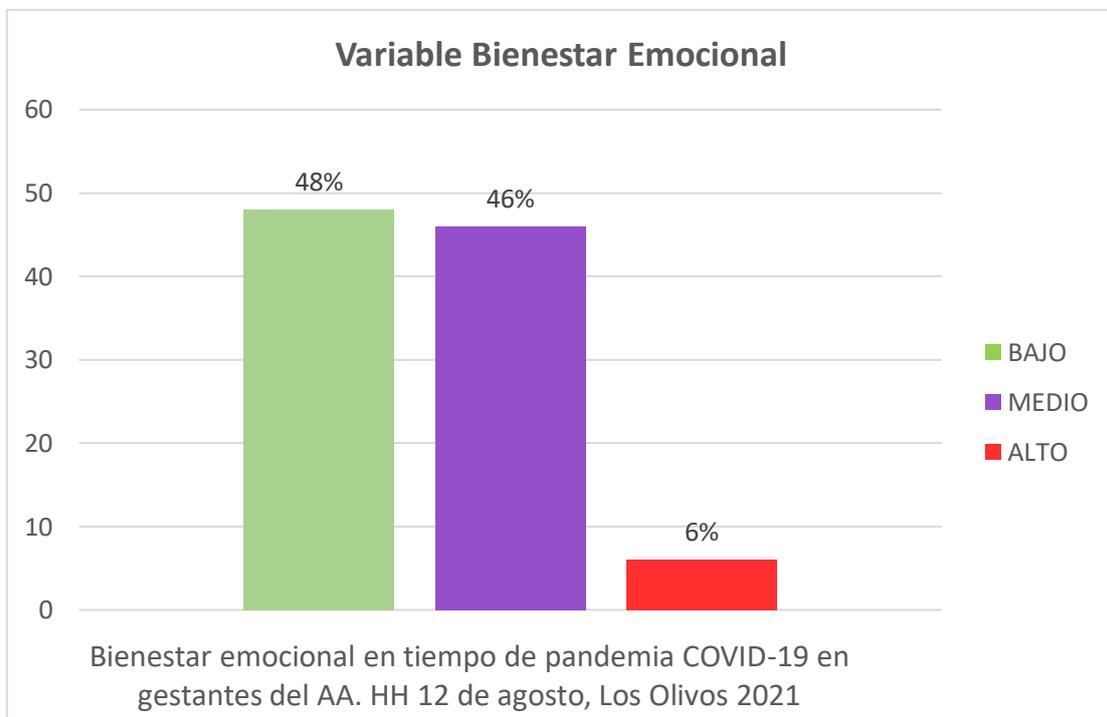
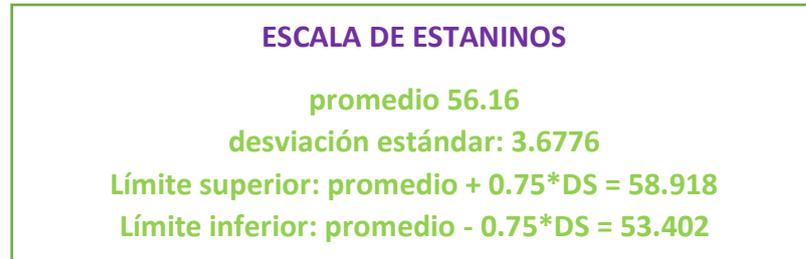
**Municipalidad Distrital de Los Olivos**

ABIC. JANE TALDANA BOULANGIER
SUB GERENTE DE PROGRAMAS SOCIALES

Jr. La Hiedra 785 Urbanización Las Palmeras - Distrito de Los Olivos.
Email: jaldana@municipalidaddelosolivos.gobi.pe Teléfono móvil: 991-950945

Página 1

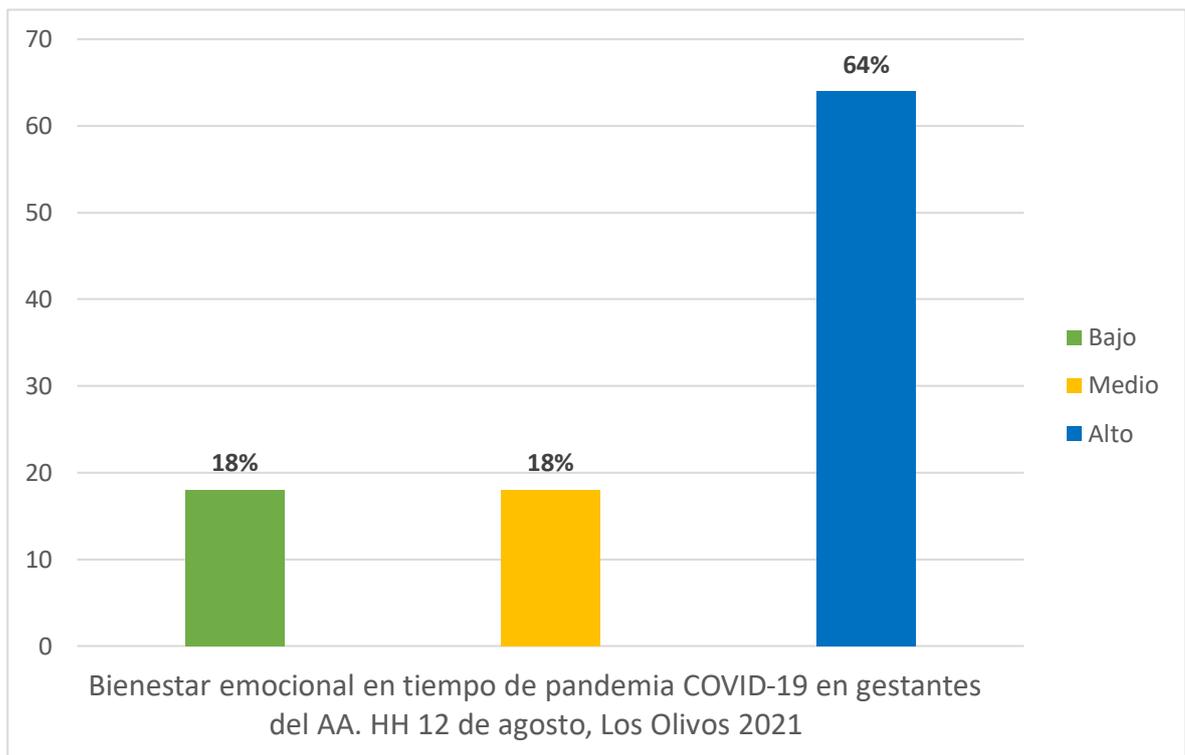
Anexo 8 – Escala de estatinos y gráficos de barras

- Según variable de bienestar emocional



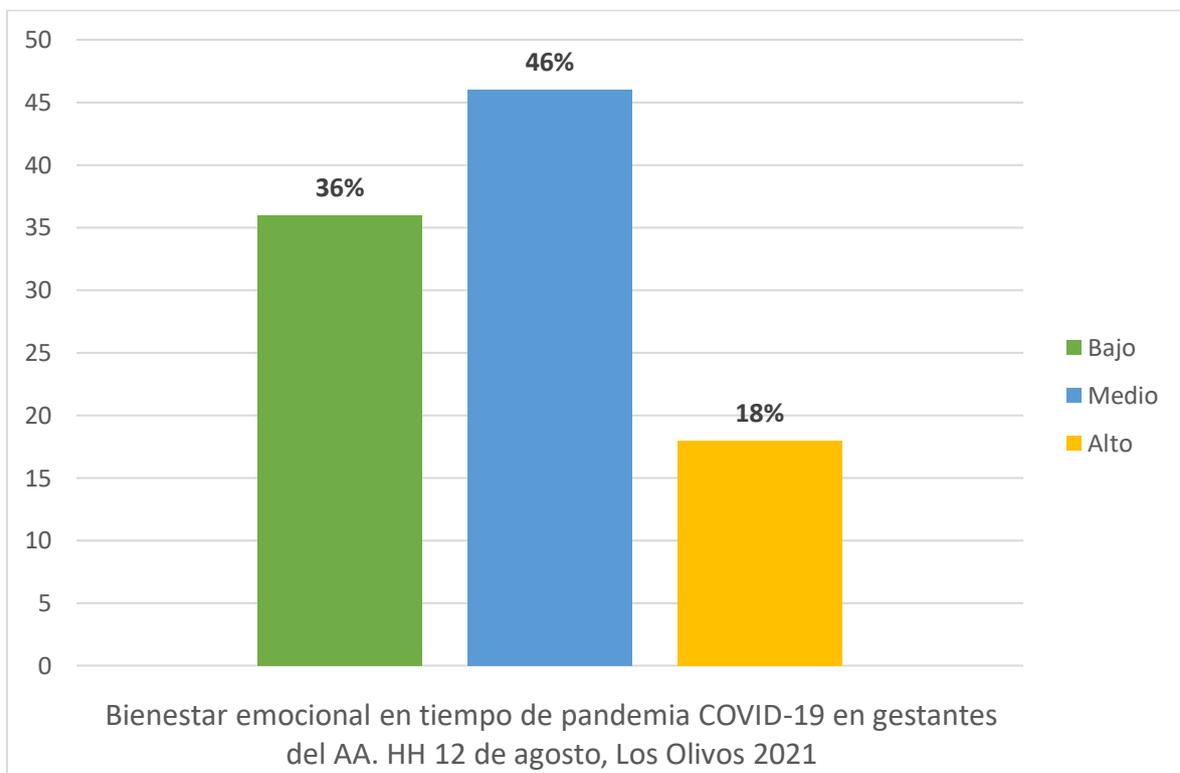
- Según dimensión 1: Autocontrol

ESCALA DE ESTANINOS
promedio 22.96
DS = 1.725676442
Límite superior: promedio + 0.75*DS = 24.25425733
Límite inferior: promedio - 0.75*DS = 21.66574267



- Según dimensión 2: Dominio del entorno

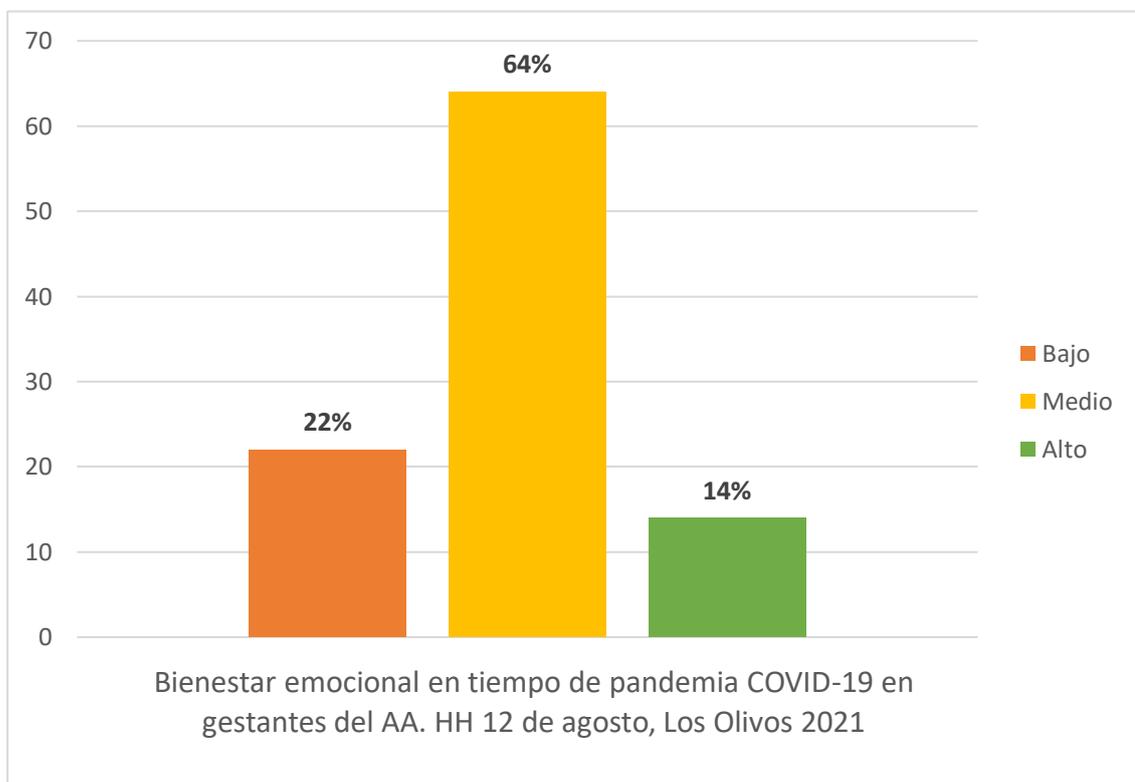
ESCALA DE ESTANINOS
promedio 18.38
DS = 2.27578199
Límite superior: promedio + 0.75*DS = 20.0868365
Límite inferior: promedio - 0.75*DS = 16.6731635



- Según dimensión 3: Adaptabilidad

ESCALA DE ESTANINOS

promedio 14.82
DS = 1.698618887
Límite superior: promedio + 0.75*DS = 16.09396417
Límite inferior: promedio - 0.75*DS = 13.54603583



- **Bienestar Emocional en gestantes del AAHH 12 de agosto en tiempos de pandemia COVID 19 según dimensiones**

