

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE  
HUAMANGA**

**FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES**

**ESCUELA PROFESIONAL DE TRABAJO SOCIAL**



**Efectos del aislamiento social en el bienestar emocional del adulto mayor en la  
Asociación Los Chankas, distrito Andrés Avelino Cáceres Dorregaray - 2020.**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE  
LICENCIADO EN TRABAJO SOCIAL**

**RESPONSABLE:**

**Bach. Lara Lizarbe Victor Americo**

**ASESORA:**

**Mg. Quispe Sulca Maura**

**AYACUCHO-PERÚ**

**2023**

## DEDICATORIA

*A Dios, que me guía por el camino correcto, nunca me ha abandonado en cada momento de mi vida, fortalece mi corazón e ilumina mi mente, gracias por haber puesto en mi camino a personas que han sido soporte y compañía sincera, durante todo el periodo de mi estudio.*

*A mis queridos abuelos Felipe Lizarbe Mendoza y Anatolia Torres Martínez, a mi querida madre Ilda Lizarbe Torres, a mi padre Víctor Américo Lara Villavicencio, quien me guía desde el cielo, a mi hermano Kevin R. C. Lizarbe por su cariño y comprensión, por apoyarme en mi educación de manera incondicional. Sin ellos este proyecto anhelado, no hubiera sido posible.*

*A mis tíos: Teresa Lizarbe Torres, Eduardo Lizarbe, Rubén Lara, Edilberto Lara. Primos: Cesar R. Lara, Juan Carlos H. Lara, Geraldine Lizarbe.*

*A mis familiares y amistades, que han estado siempre presentes, cuando les he necesitado, los estimo y aprecio.*

## **AGRADECIMIENTO**

A la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga, Facultad de Ciencias Sociales, Escuela Profesional de Trabajo Social, alma mater en mi formación profesional, promotora de Investigaciones e Innovaciones, en la Región de Ayacucho.

A la Municipalidad Distrital de Andrés Avelino Cáceres Dorregaray, ente del desarrollo y bienestar de los adultos mayores, que busca contribuir el mejoramiento de la calidad de vida de los pobladores, mi agradecimiento por las facilidades que me brindaron para la elaboración de la presente Tesis.

A las autoridades, población y dirigentes del cono este, al Sr. Edilberto Lara Villavicencio, quien me facilitó información relevante, para el cometido de mi propósito anhelado.

A todos mis Profesores una enorme gratitud por su esfuerzo y paciencia, para enseñar y forjar profesionales de una carrera hermosa como el de Trabajo Social.

A la Mg. Maura Quispe Sulca, docente de la Escuela Profesional de Trabajo Social, por su asesoramiento y aporte que contribuyo, en la culminación de la presente Tesis.

A mis mejores amigos de la Universidad, quienes me acompañaron y apoyaron durante los años de estudio.

## RESUMEN

La presente investigación titulada “Efectos del aislamiento social en el bienestar emocional del adulto mayor en la asociación los Chankas, distrito Andrés Avelino Cáceres Dorregaray – 2020”, tuvo como objetivo general, explicar los efectos del aislamiento social en el bienestar emocional del adulto mayor, utilizó una metodología aplicada, mediante la técnica de entrevista semiestructurada y la observación, la población de estudio, tomó como muestra a 15 adultos mayores, entre mujeres y varones quienes permanecieron en aislamiento social por la emergencia sanitaria. El Covid-19 ocasionó, la cuarentena en los hogares, ocasionando situaciones, que afectaron el bienestar emocional del adulto mayor, el riesgo al contagio y posible muerte ha generado sentimientos negativos deteriorando la salud física y emocional. La presencia de sentimientos de soledad, tristeza, miedo y abandono, ocasionan estrés y ausencia de sueños, la utilización de estrategias de supervivencia, como el uso de banderas blancas, en las viviendas, permitieron, el apoyo del vecindario, mediante víveres, para el consumo alimentario el consumo.

**Palabras claves: Adulto mayor, bienestar emocional, aislamiento social y abandono.**

## ABSTRAC

The main objective of this research entitled "Social isolation and effects on the emotional well-being of the elderly of the Chankas Association of the Andrés Avelino Cáceres Dorregaray district - 2020", was to explain the effects of social isolation on the emotional well-being of the elderly. , with a methodology applied with the semi-structured interview technique and observation, the population is the total of older adults from Asociación los Chancas, taking as a sample 15 older adults between women and men who remained during social isolation due to a health emergency. The Covid-19 pandemic and social isolation have had negative effects on the emotional well-being of the elderly, the risk of contagion and possible death has generated the presence of negative feelings, deteriorating their physical and emotional health. The presence of feelings such as loneliness, sadness, fear and abandonment altering their dreams due to stress and headaches; and finally, the survival strategies were to raise white flags by not having the basic basket and the support of the community through food baskets.

**Keywords: Older adults, emotional well-being, social isolation and abandonment.**

## INDICE DE CONTENIDO

DEDICATORIA.....	II
AGRADECIMIENTO.....	III
RESUMEN.....	IV
ABSTRAC .....	V
INDICE DE CONTENIDO.....	VI
INDICE DE FIGURAS .....	IX
INDICE DE TABLAS .....	X
<b>CAPITULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....</b>	<b>3</b>
1.1. Formulación del problema.....	7
1.1.1. Problema general.....	7
1.1.2. Problema específico.....	7
1.2. Objetivos de la investigación.....	8
1.2.1. Objetivo general.....	8
1.2.2. Objetivos específicos.....	8
1.3. Justificación.....	8
1.3.1. Interés Personal.....	8
1.3.2. Relevancia.....	9
1.3.3. Viabilidad.....	10
<b>CAPITULO II: MARCO TEÓRICO .....</b>	<b>14</b>
2.1. Antecedentes de la investigación.....	14
2.1.1. A nivel Internacional.....	14

2.1.2.	A nivel Nacional.....	15
2.1.3.	A nivel Local.....	17
2.2.	Bases teóricas y enfoques.....	19
2.2.1.	Teoría del apoyo.....	19
2.2.2.	Teoría Pirámide de necesidades.....	20
2.2.3.	Enfoque de Derechos Humanos.....	21
2.2.4.	Enfoque intergeneracional.....	23
2.3.	Marco Conceptual.....	24
2.3.1.	Aislamiento social.....	24
2.3.2.	Adulto Mayor.....	26
2.3.3.	Familia.....	27
2.3.4.	Bienestar.....	28
2.3.5.	Bienestar emocional.....	29
2.4.	Marco Normativo.....	30
2.4.1.	Los principios de las naciones unidas:.....	30
2.4.2.	La Constitución política del Perú (1993):.....	31
2.4.3.	Ley N° 30490 de las personas Adultas mayores.....	31
<b>CAPITULO III: METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN.....</b>		<b>34</b>
3.1.	Tipo de investigación.....	34
3.2.	Nivel de investigación.....	34
3.3.	Universo.....	35
3.4.	Muestra.....	35
3.5.	Unidades de análisis.....	35

3.6. Técnicas de investigación. ....	36
3.6.1. Entrevista semiestructurada.....	36
3.6.2. Observación.....	36
3.7. Instrumentos de recojo de información.....	37
<b>CAPITULO IV: PRESENTACION, ANÁLISIS E INTERPRETACION DE LOS RESULTADOS.....</b>	<b>38</b>
4.1. Características Del Distrito Andrés A. Cáceres. ....	38
4.1.1. Antecedentes. ....	38
4.1.2. Historia.....	39
4.1.3. Análisis Social.....	39
4.1.4. Beneficiarios de programas sociales. ....	40
4.1.5. Vivienda. ....	40
4.2. Características generales de los adultos mayores.....	41
4.2.1. Edad de los adultos mayores entrevistados. ....	41
4.2.2. Lugar de procedencia de los adultos mayores.....	41
4.3. Aislamiento social del adulto mayor durante la pandemia. ....	43
4.4. Estado emocional del adulto mayor durante el aislamiento social. ....	50
4.5. Estrategias de supervivencia del adulto mayor en el aislamiento social.....	59
<b>CONCLUSIONES.....</b>	<b>72</b>
<b>RECOMENDACIONES.....</b>	<b>73</b>
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....</b>	<b>74</b>
<b>ANEXOS.....</b>	<b>81</b>



**INDICE DE FIGURAS**

Figura 1: Lugares de procedencia de adultos mayores .....	41
Figura 2: Tiempo de permanencia en la asociación los Chankas.....	42
Figura 3: Personas con quienes ha convivido los adultos mayores durante el aislamiento social	44
Figura 4:Tiempo de permanencia con la familia durante el aislamiento social. ....	46
Figura 5: Frecuencia de visitas de familiares al adulto mayor durante el aislamiento social. ....	48
Figura 6: Medios de comunicación de los adultos mayores durante el aislamiento social. ....	50
Figura 7: Sentimientos frecuentes en los adultos mayores durante el aislamiento social. ....	52
Figura 8: Sentimientos de abandono en el adulto mayor durante el aislamiento social.....	57
Figura 9: Actividades que comparten entre los adultos mayores.....	60
Figura 10: Apoyo a través de víveres de primera necesidad a los adultos mayores. ....	64
Figura 11: Trabajos eventuales que realizan los adultos mayores. ....	68
Figura 12: Salida a zona de origen durante el aislamiento social. ....	70

**INDICE DE TABLAS**

<b>Tabla 1.</b> .....	11
<b>Tabla 2.</b> .....	12
Tabla 3: programas sociales al cual acudieron .....	66

## INTRODUCCIÓN

La presente Tesis, titulada: “Efectos del aislamiento social en el bienestar emocional del adulto mayor de la asociación los Chankas del distrito de Andrés avelino Cáceres Dorregaray – 2020”. Tuvo como propósito conocer, como el aislamiento social por la pandemia (covid-19), ha generado incertidumbre en la población, con mayor incidencia en las personas adultas mayores, con riesgos al contagio y morbilidad.

Dentro de este contexto surge la investigación, sobre los adultos mayores quienes fueron afectados con el aislamiento social y con el miedo al contagio de esta enfermedad. Esta situación ha alterado las formas de vida de los adultos mayores en su normal bienestar y calidad de vida; por ello la preocupación surge en comprender, como el bienestar emocional, mediante el confinamiento obligatorio del estado Peruano, ha afectado los estados emotivos en este espacio periurbano de Ayacucho, donde la población en general no cuenta con servicios básicos, las viviendas de los adultos mayores se encuentran en condiciones deterioradas, por otro lado, situación de pobreza en que se encuentran los adultos mayores, ha empeorado por el aislamiento social. En tales circunstancias, el bienestar emocional ha sido trastocado en la vida cotidiana de los adultos mayores, mediante expresiones de tristeza e inseguridad en sus vidas futuras.

La investigación tuvo como objetivo principal: Explicar los efectos del aislamiento social en el bienestar emocional del adulto mayor de los Chankas, lo cual la metodología, utilizada fue aplicada de tipo explicativa, se utilizó la técnica de entrevista semiestructurada y la observación, la población de estudio son los adultos mayores que permanecieron en la asociación durante el

aislamiento social, se realizó una muestra no probabilística (al azar) a 15 adultos mayores entre mujeres y varones.

La presente investigación cuenta con 4 capítulos, de la siguiente manera:

El primer capítulo, presenta el planteamiento del problema, los objetivos generales y específico, las preguntas de investigación, variables e indicadores, justificación y la viabilidad.

El segundo capítulo, presenta los antecedentes, marco teórico, presenta teorías y enfoques, el marco normativo relacionados al adulto mayor, el marco conceptual, presenta conceptos, categorías que guiaron la investigación.

El tercer capítulo, señala la metodología de investigación, el universo, la muestra y las técnicas de recojo de datos en campo.

El cuarto capítulo, evidencia los resultados e interpretación de la investigación, resalta las características del aislamiento social en los adultos mayores, el estado emocional, estrategias sociales de supervivencia que utilizaron para afrontar las nuevas condiciones de vida.

Finalmente, se presenta las conclusiones y recomendaciones en respuesta a los objetivos de la investigación.

## CAPITULO I

### **PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.**

Según la OMS (2021) señala entre el 2020 y 2030 el porcentaje de habitantes de planeta mayores de 60 años, aumentará en un 34%, y para el 2050, el número de personas de 60 años, será superior al de adolescentes y jóvenes de 15 a 24 años de edad, vivirán en países de bajos ingresos económicos, según esta estimación la pauta de envejecimiento de la población, será más rápida que en los años anteriores, todos los países enfrentan estos retos que tiene que ver con la atención en los sistemas sanitarios y sociales, debiendo estar preparados para afrontar este crecimiento poblacional OMS (2021).

Esta etapa de envejecimiento es alarmante, porque las poblaciones adultas, vienen acelerando su crecimiento, con mayor incidencia en los países que se encuentran en vías de desarrollo. En ese orden, América Latina y el Caribe está entrando en una etapa de envejecimiento acelerado, la población de 60 años y más, en la actualidad, esta población, sobrepasará en el 2037 a la población menores de 15 años, con 147 millones de personas, alcanzará los 264 millones el 2075, Huenchuan (2018).

Nuestro continente, no es ajeno a estas estimaciones en relación al crecimiento poblacional de la tercera edad. Dentro de la realidad Peruana es importante, conocer las estimaciones de la población adulta mayor, se calcula un crecimiento acelerado de envejecimiento, para el año 2030, tendrá una población de 37 millones 792 mil habitantes de los cuales, la mayor proporción de incremento son las personas de 60 y 80 años, las personas de 60 y más años se incrementará a 12.7% (4 millones 140 mil) en el año 2020 al 30.1% (11 millones de 877 mil) en el año 2070 INEI (2019). El Perú, dentro de las condiciones actuales, presenta un incremento de adultos mayores, quienes presentan dependencia de la familia o también viven en situación de abandono, por tanto, se desenvuelven en situaciones de pobreza, son afectados en la calidad de vida y consecuentemente, padecen de enfermedades físicas y trastornos emocionales.

La investigación se realizó en un contexto de crisis sanitaria ocasionado por la propagación de virus (Sars-covid-19), los hogares tuvieron que cumplir con la cuarentena, situación que ocasionó el confinamiento de todos los miembros de la familia, propició estados emocionales de miedo al contagio, afectó las economías familiares, mediante los desempleos masivos, haciendo que los hogares se encuentren en situaciones de incertidumbre y angustia, ante el futuro.

En el Perú, la ministra de Salud, confirmó que 17,771 adultos mayores fallecieron por causa del COVID-19, El Peruano (2020). Esta situación ha ocasionado, el establecimiento de medidas preventivas sanitarias, como la cuarentena y el aislamiento social, para evitar el contagio masivo de la población, adulta principalmente. El Perú fue uno de los primeros países de América Latina en establecer la cuarentena, mediante un decreto de emergencia sanitaria, cerraron las fronteras, ordenaron no salir de las viviendas, solo para situaciones de emergencia todo esto con toques de queda en las ciudades.

En las circunstancias actuales el aislamiento social y la masiva pérdida de empleos, afectó a los adultos mayores; por un lado, el apoyo económico de familiares se ha visto reducido, sufren al ser estigmatizados como cargas económicas. MINSA (2020). La pérdida de trabajo formal e informal en los adultos mayores ha afectado sus estados emocionales, acompañado del deterioro en la salud, se han adaptado a la nueva convivencia, dentro de un manto de inseguridad y miedo.

Dentro de este contexto, la realidad de los adultos mayores se hace incierta, han dejado de trabajar, por el confinamiento, sus situaciones económicas se han agravado, todo esto con el temor al contagio, siguen en situación de vulnerabilidad, aún con la inyección de las vacunas.

Queda en los adultos mayores, la disyuntiva entre la protección de la salud y la necesidad de trabajar, la realidad evidencia, que, asumiendo los riesgos en su seguridad sanitaria, nuevamente han vuelto a trabajar, porque necesitan de un ingreso económico, que alivie, sus situaciones personales

En términos generales, la economía peruana fue una de las más dinámicas de América Latina, en ella la informalidad laboral se manifiesta en un 70% con trabajadores independientes, realizando el comercio ambulatorio, desconociendo el confinamiento, por la necesidad de cubrir la alimentación familiar, el covid 19 ha evidenciado, que los sectores más pobres, fueron afectados en su economía e ingresos y en la estabilidad emocional, “La pobreza va subir este año varios puntos porcentuales (...). Va a subir la informalidad”, González (2020)

Dentro de este panorama, las personas mayores comprendidos dentro de un colectivo vulnerable, viven en condiciones de hacinamiento, con carencia de servicios básicos, afectan sus condiciones personales y la calidad de vida.

Dentro de esta realidad, en la Región de Ayacucho, ante la situación de emergencia sanitaria se cumplieron las normas y leyes emanadas por el Estado; En relación al Distrito de Andrés Avelino Cáceres, cuenta con asentamientos humanos, donde la población mayoritaria, presenta carencias al acceso de servicios de saneamiento básico, afecta con mayor riesgo a los adultos mayores, por encontrarse en situaciones de vulnerabilidad, según, reportes del INEI en sus estimaciones y proyecciones de población, en el Perú existen 4 millones 140 mil adultos mayores de 60 y más años de edad que representan el 12.7% de la población total al año 2020. Del total de la población de adultos mayores, el 52.4% son mujeres (2 millones 168mil) y 47,6% hombres (1 millón 973 mil). Las mujeres adultas mayores representan el 13,2% del total de la población femenina del país y los hombres mayores el 12,2% del total de la población masculina (INEI , 2023). En relación a los adultos mayores de la Asociación de vivienda los Chankas del distrito de Andrés Avelino Cáceres, corresponden a los espacios periféricos del distrito, viven en condiciones de pobreza, están constituidas en familias monoparentales, los parámetros de ayuda mutua entre sus integrantes y el adulto mayor se minimizan condicionando a los adultos mayores a vivir en situaciones abandono y precariedad, privados de reuniones sociales y una ausencia de una comunicación fluida familiar, todo esto afecta a los adultos mayores, que los lleva a la resignación e impotencia, por el trato, que reciben, haciendo en sus últimos tramos de sus vidas, situaciones de tristeza y soledad.

En la actual coyuntura, constituyen el grupo más vulnerable ante la COVID-19, la preocupación surge para desarrollar la investigación es en los adultos mayores de 65 años a más edad, quienes han sido afectados en su bienestar emocional por diferentes causas siendo estas los más relevantes, lo siguiente: por la preocupación de poder sobrevivir, o por ser el grupo más



vulnerable ante la Covid-19, falta de apoyo por mostrarles soporte emocional por los hijos y familiares; algunos adultos mayores viven solos en estado de abandono quienes no cuentan con soporte emocional ni económica. Asimismo, el confinamiento y el aislamiento social asociada a la fragilidad física del adulto mayor deteriora la reserva funcional, conllevando a una pérdida gradual en la capacidad personal, en el aspecto físico y el deterioro cognitivo, en lo emocional mostrándose a través del temor, miedo, soledad y tristeza. Por ello, dentro el objetivo de la investigación es explicar los efectos del aislamiento social en el bienestar emocional del adulto mayor que impulsó a la formulación de interrogantes, sobre la situación del adulto mayor de la Asociación de vivienda los Chankas del distrito Andrés Avelino Cáceres.

## **1.1. Formulación del problema.**

### **1.1.1. Problema general.**

¿Cuáles son los efectos del aislamiento social en el bienestar emocional del adulto mayor de la Asociación de vivienda los Chankas del distrito Andrés Avelino Cáceres?

### **1.1.2. Problema específico.**

- a) ¿Cuáles son los efectos de aislamiento de la familia en el estado emocional en el adulto mayor de la Asociación de vivienda los Chankas del distrito Andrés Avelino Cáceres?
- b) ¿Cuáles son las estrategias al que han acudido los adultos mayores para enfrentar el aislamiento social durante la Pandemia (covid-19) Asociación de vivienda los Chankas del distrito Andrés Avelino Cáceres?

## **1.2. Objetivos de la investigación.**

### **1.2.1. Objetivo general.**

Explicar los efectos del aislamiento social en el bienestar emocional del adulto mayor de la Asociación de vivienda los Chankas del distrito Andrés Avelino Cáceres.

### **1.2.2. Objetivos específicos.**

- a) Conocer los efectos de aislamiento de la familia en el estado emocional en el adulto mayor de la Asociación de vivienda los Chankas del distrito Andrés Avelino Cáceres
- b) Identificar las estrategias de los adultos mayores para enfrentar el aislamiento social durante la Pandemia (covid-19) Asociación de vivienda los Chankas del distrito Andrés Avelino Cáceres.

## **1.3. Justificación.**

### **1.3.1. Interés Personal.**

El presente trabajo de investigación es importante porque busca conocer el estado emocional del adulto mayor, como fue alterado sus comportamientos, ocasionado por el confinamiento inesperado, el cual afectó la salud emocional en los adultos mayores quienes se encuentran situación de pobreza y abandono familiar.

Así mismo, investigación, permitió conocer la realidad en que se encuentran los adultos mayores a causa del virus mortal, en el Distrito Andrés Avelino Cáceres, donde aumento la situación de pobreza en las familias más vulnerables, como los adultos mayores. Fue importante conocer el rol de la familia frente a la pandemia, como afrontaron ante los adultos mayores,

teniendo en cuenta que devienen en cargas familiares, como brindaron el soporte social y emocional en tiempos de confinamiento.

La investigación se realizó, para impulsar cambios a mediano o largo plazo (donde el gobierno central y local puedan crear espacios, para mejorar las condiciones de vida en los adultos mayores, como en alimentación, atención en salud y en el componente emocional, que ha afectado por el aislamiento social.

Los resultados de esta investigación podrán ser utilizados por los dirigentes de la zona o el gobierno local para intervenir en población de adultos mayores por un trabajo de salud mental post-pandemia.

### **1.3.2. Relevancia.**

La investigación, busca presentar nuevos conocimientos para futuras investigaciones en el ámbito social, especialmente en el área de Trabajo Social, para ello ha tenido en cuenta fuentes primarias de información a los adultos mayores en aislamiento social, para conocer in situ dicha realidad, a partir de ello plantear, propuestas de relevancia dentro del Trabajo Social, considerando que es un problema de connotación social y de coyuntura mundial, que ha afectado a los adultos mayores no solo en la salud física, también en el bienestar emocional, como el aislamiento social que ha generado búsqueda de nuevas formas de convivencia entre las familias, los adultos mayores, fueron los más afectados por las condiciones de vulnerabilidad, el estado emocional fue trastocado con expresiones de miedo, angustia e inseguridad a partir de los entornos familiares.

### **1.3.3. Viabilidad.**

La investigación fue viable porque aborda un problema actual, contó con acceso a información como internet, libros, revistas y ensayos actuales direccionados al tema de aislamiento social y efectos en adultos mayores. Así mismo producto de experiencias acumuladas, se conoce el contexto de la realidad de estudio, como también la situación de los adultos mayores, por ello el acceso a la información fue veraz y oportuna. Toda la investigación se realizó, dentro del tiempo previsto.

En la parte ética, se considera, que la investigación, no causara daño personal, ni social, a los adultos mayores, porque el propósito fue conocer y explicar un problema social, en el contexto de la pandemia.

**Tabla 1.**

Matriz de variables de investigación cualitativa.

<b>Problema General</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Variables</b>	<b>Indicadores</b>
¿Cuáles son los efectos del aislamiento social en el bienestar emocional del adulto mayor de la Asociación de vivienda los Chankas del distrito Andrés Avelino Cáceres?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Explicar los efectos del aislamiento social en el bienestar emocional del adulto mayor de la Asociación de vivienda los Chankas del distrito Andrés Avelino Cáceres.</li> </ul>	Variable Independiente: <b>Aislamiento social</b> D.1. Alejamiento involuntario del entorno familiar.  D.2. Apartar a la persona de la comunicación en su entorno social	-Tiempo de aislamiento con la familia. -Tipos de comunicación con la familia. -Frecuencia de comunicación con los amigos. -Con quien vive -Cuál es el sustento económico -Como distribuye su economía Que estrategias busco para sobrevivir durante la pandemia
<b>Problema Especifico</b>	<b>Objetivos específicos</b>	D.1 Estado emocional del adulto mayor	-Nivel de autoestima. -Estados de ánimo. -Afecto y apoyo de sus demás familiares -La relación con sus hijos. -Con cuál de sus hijos vive. -Como es la relación con sus nietos -Sentimientos de abandono, soledad. -Sentimiento de obstáculo en la familia. -Expresión de afecto de los hijos -Grado de satisfacción con los hijos
¿Cuáles son los efectos de aislamiento de la familia en el estado emocional en el adulto mayor de la Asociación de vivienda los Chankas del distrito Andrés Avelino Cáceres?	Conocer los efectos de aislamiento de la familia en el estado emocional en el adulto mayor de la Asociación de vivienda los Chankas del distrito Andrés Avelino Cáceres		
¿Cuáles son las estrategias al que han acudido los adultos mayores para enfrentar el aislamiento social durante la Pandemia (covid-19) Asociación de vivienda los Chankas	Identificar las estrategias de los adultos mayores para enfrentar el aislamiento social durante la Pandemia (covid-19) Asociación de vivienda los Chankas del distrito Andrés Avelino Cáceres.	D.2 las estrategias del adulto mayor  En el entorno familia	-Búsqueda de apoyo en la familia (prestarse dinero, pedir víveres)  -Uso de ahorros para sus gastos  -Inserción a trabajos eventuales.

del distrito Andrés Avelino Cáceres?		-Entorno amical y comunal.	-Salida a campo de manera itinerante. • Búsqueda de apoyo de víveres y/o económico en la comunidad.
--------------------------------------	--	----------------------------	--

**Tabla 2.**

Matriz de fuente y técnicas de investigación.

<b>Pregunta General</b>	<b>Variables</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Fuentes</b>	<b>Técnicas</b>
¿Cuáles son los efectos del aislamiento social en el bienestar emocional del adulto mayor de la Asociación de vivienda los Chankas del distrito Andrés Avelino Cáceres?	Variable Independiente: <b>Aislamiento social</b> D.1. Alejamiento involuntario del entorno familiar. D.2. Apartar a la persona de la comunicación en su entorno social	-Tiempo de aislamiento con la familia. -Tipos de comunicación con la familia. -Frecuencia de comunicación con los amigos. -Con quien vive. -Cuál es el sustento económico Como distribuye su economía Que estrategias busco para sobrevivir durante la pandemia	Adultos mayores	Entrevista Observación
Preguntas Especificas	Variables Dependiente D.1 Estado emocional del adulto mayor	-Nivel de autoestima. -Estados de ánimo. -Afecto y apoyo de sus demás familiares.	Adultos mayores	Entrevista Observación

<p>¿Cuáles son los efectos de aislamiento de la familia en el estado emocional en el adulto mayor de la Asociación de vivienda los Chankas del distrito Andrés Avelino Cáceres?</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>-La relación con sus hijos.</li> <li>-Con cuál de sus hijos vive.</li> <li>-Como es la relación con sus nietos</li> <li>-Sentimientos de abandono, soledad.</li> <li>-Sentimiento de obstáculo en la familia.</li> <li>-Expresión de afecto de los hijos</li> <li>-Grado de satisfacción con los hijos</li> </ul>		
<p>¿Cuáles son las estrategias al que han acudido los adultos mayores para enfrentar el aislamiento social durante la Pandemia (covid-19) Asociación de vivienda los Chankas del distrito Andrés Avelino Cáceres?</p>	<p>D.2 las estrategias del adulto mayor</p> <p>En el entorno familia</p> <p>Entorno amical y comunal</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Búsqueda de apoyo en la familia (prestarse dinero, pedir víveres).</li> <li>-Uso de ahorros para sus gastos</li> <li>-Inserción a trabajos eventuales</li> <li>-Salida a campo de manera itinerante.</li> <li>-Búsqueda de apoyo de víveres y/o económico en la comunidad.</li> </ul>	<p>Adulto mayor</p>	<p>Entrevista</p> <p>Observación</p>

## **CAPITULO II**

### **MARCO TEÓRICO**

#### **2.1. Antecedentes de la investigación.**

##### **2.1.1. A nivel Internacional.**

Lena et al (2021) investiga sobre: “*Acompañamiento emocional en adultos mayores ante la covid-19: una necesidad impostergable*”. Presenta como objetivo, fundamentar las posiciones teóricas que sustentan la importancia del acompañamiento emocional en adultos mayores ante la covid-19. A través de esta investigación han tratado de proponer herramientas teóricas para el apoyo social, de esta manera se puedan minimizar la presencia de estados emocionales negativos durante el aislamiento social por covid-19. Asimismo, se plantea como resultado de casos confirmados y muertes, la población experimenta problemas psicológicos como ansiedad, depresión y estrés, ratificando la necesidad prestar atención al diagnóstico y tratamiento de los problemas en salud mental. Como alternativa eficaz, capaz de promover mayor adaptación a situación actual ante la covid-19 y minimizar sus efectos psicológicos negativos es el acompañamiento emocional. Este artículo fue de gran aporte a la investigación sobre el bienestar del adulto mayor, ya que nos brinda elementos de importancia para entender la adaptación a



situaciones como el aislamiento social y la presencia de sentimientos negativos que fuertemente afecta en su salud física de las personas de tercera edad. Nos ayuda a entender la situación de los adultos mayores durante y Pos-Covid, en donde la salud emocional del adulto mayor fue alterada afectando su salud física, y conllevando a la muerte.

### **2.1.2. A nivel Nacional.**

Herrera & Matsuda (2020) en su informe sobre: *“Soledad y desamparo de la persona adulta mayor en tiempos de Covid-19”*, donde dan a conocer cifras de los adultos mayores y relacionan cuatro puntos fundamentales relacionados con la población adulta mayor: pobreza monetaria, violencia, salud y pensiones. La pobreza es una noción multidimensional, pues en nuestro país la medición de la pobreza se reduce a la dimensión monetaria, en el actual contexto es fundamental que tanto el estado y las familias deben atender de manera prioritaria a la población adulta mayor; mientras que la violencia es un problema público, pues los agresores son personas cercanas o familiares quienes conviven juntos; en cuanto a la salud se determina que la mayoría de los adultos mayores cuentan con seguro integral de salud, seguro de EsSalud u otro privado, sin embargo eso no significa que en la emergencia sanitaria sean tratados con todos los protocolos de atención, pues hace falta políticas del estado que apesure las medidas de cuidado hacia esta población vulnerable y por último se considera a pensiones acumuladas en el proceso de la vida, donde se muestra que un porcentaje significativo de adultos mayores no cuentan con pensiones ni ahorros. A partir de este informe se entiende que la soledad y el desamparo al adulto mayor por parte de la familia y el Estado afecta en deteriorar su salud física y emocional, pues hace falta atención especializada en los centros de salud más cercanos a los adultos mayores y accesibles, es necesario promover Leyes o Normas para la protección y atención de adultos mayores.

Chueca & Pineda (2016) en su investigación: *“Alcances y limitaciones de la gestión del programa nacional de asistencia solidaria “pensión 65” en zonas rurales altoandinas, caso: distritos de Cayarani y Puyca en el departamento de Arequipa”*, teniendo como objetivo, conocer si el programa social de asistencia solidaria pensión 65 viene cumpliendo con los objetivos propuestos, en zonas rurales altoandinas de extrema pobreza como Puyca y Cayarani, analizando los resultados obtenidos hasta el año 2014, para contribuir con conocimientos que porten a optimizar el uso de recursos y mejorar las condiciones de vida de los usuarios que habitan en los distritos de Puyca y Cayarani en las provincias de la unión y Condesuyos del departamento de Arequipa. Con una metodología cualitativa, con las técnicas de entrevista semiestructurada, grupo focal y el análisis documental. Como muestra tuvo a los beneficiarios del distrito de Puya Cayarani. Se obtuvo el siguiente resultado: es precario y riesgoso sostener la continuidad del programa, siendo un programa de carácter no universal; la gestión del Estado debe adecuarse a las tendencias actuales para pretender la obtención de resultados positivos, con una teoría de cambio que integre los elementos del sistema e innovar los procedimientos técnicos u operativos.

Muchos de los adultos mayores en regiones con alta pobreza aun no cuentan con pensión 65, al igual que nuestra zona de investigación la inscripción está en proceso o han sido rechazados por diferentes motivos. Hay adultos mayores que no cuentan con ningún apoyo de programas de Estado a pesar de que se encuentran en dentro de la ciudad.

Vicente (2015) investiga *“Efectos del Programa Pensión 65, en la calidad de vida de los beneficiarios de Santo Tomas, Chumbivilcas – Cusco, 2012-2014”* de Universidad Nacional de San Agustín, teniendo como objetivo: Demostrar los efectos del programa Nacional de Asistencia Solidaria “pensio65”, en la calidad de vida de los beneficiarios del distrito de Santo Tomas, Provincia de Chumbivilcas, Región Cusco, del 2012 al 2014”. Utilizando método mixto cualitativo

y cuantitativo de nivel descriptivo y explicativo. Obteniendo resultados como: ha permitido conocer las carencias en cuanto a servicios básicos, salud, alfabetización y transporte; la calidad de vida sigue siendo la misma y los adultos mayores prevalecen como población vulnerable y el programa pensión 65 solo es un programa de asistencia que no mejora la calidad de vida.

De igual manera esta investigación nos ayuda a entender de cómo se encuentran los servicios básicos de adultos mayores, incluso conocer que algunos adultos mayores no cuentan con una vivienda propia o de algún familiar, solamente viven como cuidadoras de terrenos en pésimas condiciones, permaneciendo como una población vulnerable a situaciones como el aislamiento social obligatorio que les ha privado de realizar sus actividades diarias afectando sus ingresos y empeorando su salud emocional y física.

### **2.1.3. A nivel Local.**

Fernández (2016), investiga *“Las condiciones de vida de los adultos mayores organizados en los sectores: Santa Elena y Yanamilla Distrito Andrés Avelino Cáceres Dorregaray. 2013-2015”*. Teniendo como objetivo: Conocer las condiciones de vida de los adultos mayores organizados en los sectores de Santa Elena y Yanamilla; con un método mixto cualitativo y cuantitativo de tipo explicativo y descriptivo. Los resultados de la investigación detallan que los adultos mayores en esta zona son los más desfavorecidos porque presentan múltiples necesidades y carencia al acceso de servicios básicos, la relación del adulto mayor con su familia se ha debilitado, los hijos por motivos de trabajo no asumen responsabilidades en cuanto al cuidado del adulto mayor situación de desprotección familiar.

Esta investigación anterior que se realizó antes de la pandemia nos permitió conocer las condiciones de vida de los adultos mayores y conocer sus necesidades, más aún en tiempo de

Covid-19, nos ayuda a entender los lazos familiares con el adulto mayor, la desprotección de los mismos y las necesidades múltiples antes y durante el aislamiento social por Covid-19.

Oriundo (2016) investiga *“Los factores socioeconómicos de la familia y la desatención del Adulto Mayor del programa PADOMI, ESSALUD-Ayacucho, 2016”* tesis para optar el título profesional de Trabajo Social de la UNSCH; Teniendo como objetivo conocer la percepción que tiene el adulto mayor del programa PADOMI frente a la desatención de la familia. Utilizando el método mixto cualitativo y cuantitativo de nivel descriptivo y explicativo, con instrumentos entrevista y observación; con una muestra de 50 adultos mayores beneficiarios de programa PADOMI; llegando a la conclusión de que el 72% de los adultos mayores refieren que sus hijos tienen una sobrecarga laboral y el 28% tienen carga familiar y otras responsabilidades; los adultos mayores no son valorados por sus hijos, repercutiendo negativamente en su salud emocional, y asimismo se demuestra la indiferencia en cuanto a la atención de los profesionales de salud del programa PADOMI. Por lo tanto, esta investigación nos ayudó a entender que los adultos mayores incluso los que conviven junto a sus familiares no son valorados y que ello repercute en sus salud física y psicológica. De igual manera, esta investigación dirigida a los adultos mayores, en cuanto a la atención en ESSalud, pues encuentra un gran porcentaje de descuido de los hijos al adulto por motivos laborales, sobrecarga familiar y otros motivos los cuales repercuten negativamente en su salud emocional y física, asimismo se cómo la indiferencia en atención por personal de salud, lo mismo que ha ocurrido durante la pandemia en cuanto a atención a los adultos mayores.

## **2.2. Bases teóricas y enfoques.**

### **2.2.1. Teoría del apoyo.**

En actualidad, el apoyo social a los adultos mayores constituye un tema de interés, formando parte de diferentes debates, entendiendo que ellos son quienes mantienen la cultura viva, son portadores de diversos conocimientos ante ello se hace necesario la protección y apoyo para la continuidad de sus vidas.

Arriagada (2012) la teoría del apoyo se refiere:

Los beneficios del apoyo social; ofrece a los individuos información relativa a que son amados, estimados y valorados como miembros de un grupo social...[este] apoyo en todas sus formas; instrumental, emocional y material, refuerza el sentido de valía y ser querido del individuo, al percibirse a sí mismo como miembro aceptado del grupo.

Si, también Arias (2013 ) explica el apoyo o soporte social, sobre la percepción subjetiva y personal del sujeto a partir de su inserción en las redes, es amado y cuidado, valorado y estimado por pertenecer a una red de derechos y obligaciones.

Se concuerda con los autores que señalan que el apoyo o soporte es fundamental en la vejez, las redes son fuente de valoración tanto de sus familiares, hijos y comunidad. El apoyo social tiene que ser entendida como “la ayuda ya sea emocional” es importante porque se asocia al cuidado, promoción y prevención de la salud. Este apoyo incluye la compañía, apoyo emocional, consejos, ayuda material de servicios y acceso a nuevos contactos sociales.

El apoyo social está conformado por un conjunto de relaciones familiares y no familiares brinda formas de apoyo. Si bien la persona no recibe de manera permanente este apoyo, sin embargo, puedo disponer en situaciones críticas y principalmente para sobreponer frente a conflictos y problemas. En la situación actual de la pandemia del coronavirus COVID-19, esta

teoría explica que los adultos mayores deben ser asistidos por la familia, la comunidad. Porqué la pandemia es una amenaza latente en los sectores más vulnerables, siendo una de las condiciones la situación de pobreza.

El impacto del apoyo social es importante, para la participación activa en la vida familiar y comunitaria de los adultos mayores, implica su bienestar y salud integral; hay una incidencia positiva para llevar una vida sana emocionalmente que favorece incluso la recuperación de diferentes enfermedades en el proceso de la vejez.

### **2.2.2. Teoría Pirámide de necesidades.**

La pirámide Maslow indica sobre las necesidades del hombre están jerarquizadas según su importancia, como la satisfacción a una necesidad, el hombre tiende a un nivel superior de necesidad. Sin embargo, muchos individuos se quedan detenidos en un nivel de necesidades, mientras que otros individuos al satisfacer una necesidad, buscan otras necesidades, demostrando la ilimitada capacidad o deseo de cubrir otras necesidades.

El avance a un nivel superior en la pirámide de necesidades no es irreversible, puede que un individuo descienda en la pirámide de necesidades, de lo superior a lo inferior.

Necesidades del individuo determinadas por Maslow.

1. Necesidades fisiológicas o homeostáticas estas necesidades contribuyen el equilibrio del estado corporal. Cuando no está satisfecha el organismo sufre daños importantes o deja de existir: sed sueño, hambre, vestidos, cobijo, sexo y otros, y muchas de estas necesidades se satisfacen con dinero.

2. Necesidad de seguridad. A diferencia de los países desarrollados y países en vías de desarrollo es que la mayoría de la población son pobres y pobres extremos. La seguridad del individuo está relacionada con el empleo fijo e ingreso económico adecuado.
3. Necesidades sociales ligado a sentido de pertenencia al grupo y amor. El mayor miedo de una persona es el temor a ser excluido, es el sentido de pertenencia al grupo. La familia es una unidad con una importancia económica decisiva. Lo social tiene referencia con todas redes sociales del individuo.
4. Necesidades de estima. El hombre requiere que reconozcan sus esfuerzos sea dentro o fuera de la familia. La presencia de afecto y caricia se hace importante en el bienestar del ser humano.
5. Necesidades de conocer y comprende. Explorar, conocer, comprender y crear las necesidades.
6. Necesidades estéticas. Tanto mujeres y varones sienten la necesidad de orden simetrías y belleza en todo lo que captan.
7. Necesidades de autorrealización. Donde un individuo tiene un mundo interior de valores elevados y una imagen muy consistente de sí mismos (Boeree, Teorías de la personalidad de Abraham Maslow, 2003).

### **2.2.3. Enfoque de Derechos Humanos.**

El enfoque de los derechos humanos aplicado a los adultos mayores es importante; teniendo en cuenta que se fundamenta en la dignidad de la persona, la libertad, la igualdad y equidad.

Establece la Declaración Universal de Derechos Humanos, “todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derechos, y dotados como están de razón y conciencia, deben

comportarse fraternalmente los unos con los otros”; así como asistencia médica es primordial en estos tiempos de propagación de pandemia que afecta directamente su salud emocional y personal.

Atención sanitaria; “todas las personas, sea cual sea su edad, deberán recibir oportunamente todas las formas de tratamiento que necesiten, con miras a prevenir complicaciones y deficiencias funcionales, a restablecer la salud, y a rehabilitar las deficiencias y discapacidades que haya podido producirse” (Morales Martínez , 1999); es así que toda persona sin importar, su origen, etnia, raza y grado de estudios tiene el mismo derecho a acceso a la salud emocional y física. Además, es un instrumento fundamental para el análisis de las desigualdades sociales y para corregir la discriminación y el injusto acceso a los diferentes programas y/o servicios. El derecho de los adultos mayores reconoce el respeto, protección y la promoción de oportunidades y prevención de salud.

La Declaración de los Derechos Humanos reconoce que: “todas las personas tienen derecho a un nivel de vida adecuado que les asegure, así como a su familia, la salud y el bienestar, y en especial la alimentación, el vestido, la vivienda, la asistencia médica y servicios sociales necesarios, tiene así mismo derecho a los seguros en caso de desempleo, enfermedad, invalidez, viudez, vejez u otros casos de pérdida de sus medios de subsistencia por circunstancias independientes de su voluntad”

La coyuntura actual, necesita que el estado y los gobiernos locales hagan cumplir los derechos de los adultos mayores quienes son vulnerables ante la situación de covid-19, están propensos a contagios y que necesitan atención urgente, apoyo económico y soporte emocional por los familiares y la comunidad. En cuanto al apoyo de la canasta de alimentos necesarios, la municipalidad ha tratado de paliar esta necesidad, pero no fue un grupo exclusivo en recibir apoyo sino más bien el apoyo ha sido a toda la población vulnerable, más bien la población ha hecho



llegar su apoyo a través de canastas de alimentos a los adultos más vulnerables de la zona de investigación.

#### **2.2.4. Enfoque intergeneracional.**

Todas las personas transitamos por etapas generacionales que marcan las diferencias en términos de capacidades físicas y mentales.

En plan Nacional para las personas adultas mayores del Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables, señala que el enfoque intergeneracional parte del reconocimiento de que todas las personas transitamos por etapas generacionales que marcan diferencias en términos de las capacidades físicas y mentales que llevan a que las necesidades, aportes y responsabilidades de las personas varíen en cada etapa del ciclo de vida. A que tiene que haber reconocimiento y respeto de estas diferencias de edad, en un marco de igualdad de derechos.

Este enfoque propone conocer y valorar a las personas de los distintos grupos de edad, como a las personas adultas mayores, niños, niñas y adolescentes, fomentando relaciones democráticas entre los distintos grupos, promueve el fortalecimiento de lazos afectivos intergeneracionales, en el marco de una cultura de respeto, superando estereotipos que afectan y restringen oportunidades de convivencia plena y enriquecedora.

Los adultos mayores son portadores de conocimientos, enseñanzas y sabidurías que pueden transmitir a otras generaciones, pudiendo ser provechosas para el beneficio de la sociedad, sin embargo, la sociedad da la espalda a los adultos mayores, no valoran este bagaje de conocimientos, que pueden ser utilizados, para el desarrollo de las sociedades.

## **2.3. Marco Conceptual.**

### **2.3.1. Aislamiento social.**

Hernández citado por (Naranjo & Gonzales , 2021) debido al alto contagio de virus y el control de la amenaza, al número de cada vez mayor de casos confirmados y muertes en el mundo, una de las estrategias de salud pública para detener la propagación de la Covid-19 ha sido el confinamiento, la cual implica condiciones de distanciamiento social, implicando un cambio drástico en las actividades fuera de la casa; obligando a los ciudadanos nuevas formas de vida dentro del hogar ante la contingencia:

- Distanciamiento social: dejar espacio entre tú y otras personas que no viven en tu casa, para prevenir que se propaguen enfermedades.
- Cuarentena: separar a la gente y limitar el movimiento de las personas que pueden haber estado expuestos a la enfermedad para ver si se enferman.
- Aislamiento: separar a la gente que está enferma de otros para evitar que se propague la enfermedad (Lorenzo & Zaldivar , 2020).

Al respecto debemos afirmar que, el distanciamiento o aislamiento social, es una medida que el gobierno adopta y ordena a la población permanecer en casa, para enfrentar la emergencia sanitaria por coronavirus COVID-19, desde el 16 de marzo al 12 de abril, ello mediante los Decretos Supremos N°044-2020-PCM; 051-2020-PCM; que los mismos que fueron ampliados a través de diversos decretos supremos y decretos de urgencia, con el propósito de contrarrestar la pandemia del COVID-19.

El aislamiento social tiene un impacto negativo sobre la salud de las personas, y más aún cuando este es prolongado. Generalmente, los adultos mayores son quienes más se ven afectados

debido a que presentan diversas comorbilidades, y por ello representan un grupo vulnerable (Granda y otros, 2021, pág. 306)

El aislamiento social en los adultos mayores se ha convertido en un factor de riesgo ante el desarrollo de enfermedades y discapacidades incapacidad para establecer relaciones personales satisfactorias.

Para Nanda (2001), el aislamiento social se entendió como “la soledad experimentada por el individuo y percibida como negativa o amenazadora e impuesta por otros”, en esta situación el aislamiento social fue impuesta por el Estado con la finalidad de salvaguardar la salud de todas las personas y más estricto para las poblaciones vulnerables donde se encuentran las personas de tercera edad. Gene & otros (2016), “el aislamiento social es la situación objetiva de tener mínimos contactos con otras personas, sean familiares o amistades (...) el aislamiento social y la soledad influyen decisivamente en el bienestar y la calidad de vida de los adultos mayores”. Donde surge, la soledad por tener la sensación de estar solo con menor afecto y compañía de familiares y amigos, por sentirse socialmente poco valorado; actualmente los adultos mayores por la pandemia han sido alejados de sus familiares, si antes de Covid-19 había un cierto alejamiento de familia, hoy por hoy la situación está agravada, pues los adultos mayores sienten que están abandonados y más aún se deprimen por no contar con el consuelo y compañía de familiares.

Los factores que contribuyen a la consecuencia de aislamiento social son la ausencia de relaciones personales satisfactorias; falta de soporte significativo de la familia, amistades, vecinos, comunidad; situación económica vulnerable, enfermedades físicas o mentales. Asimismo, la cuarentena es un procedimiento por el cual una persona sin síntomas restringe el desplazamiento fuera de su vivienda por 14 días. Dirigido a contacto de casos sospechosos, probables o confirmados a partir del último día de exposición con el caso, independientemente de las pruebas

de laboratorio, así como personas nacionales o extranjeras que procedan del país con transmisión comunitaria, a partir del ingreso al país o departamento (MINSA, 2020).

Esta norma denominada “cuarentena” aplicado por el gobierno; según, nuestra percepción y vivencia, permite señalar que esta medida, ha alterado la vida psicosocial de las poblaciones, causando una sensación de miedo, ansiedad y problemas mentales. Es así, que los adultos mayores se enfrentan a una realidad desconocida por la pandemia, ocasionando sentimientos de frustración, ira depresión entre otros trastornos psicológicos.

### **2.3.2. Adulto Mayor.**

Adultos mayores son considerados quienes presentan una edad mayor o igual a 60 años en los países en vías de desarrollo y de 65 años o más a quienes son de países desarrollados, estas diferencias cronológicas obedecen las características socio-demográficas que tiene unos y otros países. Este proceso de envejecimiento es un proceso normal de cambios del hombre relacionados con el paso del tiempo, que empieza al nacer, y siendo la ancianidad la fase final de la vida.

Esta última etapa de la vida del hombre es el resultado del proceso evolutivo, la concepción de la sociedad es de una persona con pérdida de funcionalidad motora, marcha lenta, deterioro de las habilidades manuales y la dependencia económica por parte de la familia y personas cercanas. El envejecimiento es el conjunto de procesos que sigue un organismo después de su fase de desarrollo. Estos procesos dinámicos implican un cambio, tantas transformaciones biológicas, psicológicas y/o sociales del organismo en el proceso del tiempo.

De acuerdo a Veroli el envejecimiento tiene cuatro características:

1ra. - es universal, porque es para todos

2da.- es continuo, porque no se detiene;

3ra. - es irreversible, porque no retrocede y

4ta.- es diferenciado, porque todas las personas envejecen de distinta forma.

Según su desarrollo psicobiológico, carga genética, entorno geográfico de residencia, hábitos alimenticios, desarrollo cultural y condiciones de vivienda (Di Veroli & Schumunis , 2008).

### **2.3.3. Familia.**

La familia presenta un rol importante en el desarrollo de sus miembros y es más evidente el apoyo cuando existen adultos mayores; la familia son un grupo de personas unidas por lazos afectivos y consanguíneos, dentro de esta surgen relaciones armoniosas y no armoniosas para las futuras generaciones.

La familia es un sistema de relaciones que supera aspectos de consanguinidad o la simple suma de integrantes; pasa a ser la unión de personas que comparten un proyecto de vida de existencia común, en el que se establecen fuertes sentimientos de pertenencia, intensas relaciones de intimidad, reciprocidad y dependencia, estableciéndose un compromiso personal entre los integrantes. (Ares , 2002).

Asimismo, la familia es una unidad social que construye positiva o negativamente sobre sus miembros, la situación de la familia repercute en la salud de los integrantes, más aún cuando hay presencia de los adultos mayores que se encuentran en una crisis sanitaria que les obliga mantener distanciamiento y afecta en sus relaciones familiares.

MINDES (2005) “La familia es considerada como el primer recurso o soporte, no solo afectivo sino también de subsistencia, especialmente para aquellas personas adultas mayores que no cuentan con pensiones ni seguros de salud”, es así que la familia es el soporte tanto económico

y emocional de los adultos mayores, pues los adultos mayores por su propia edad avanzada son improductivos ya no generan ingresos fijos para su subsistencia, es por ello que la familia hace lo posible para apoyar y en otras ocasiones los adultos mayores son abandonados por sus propios hijos. La familia es un sistema de normas y reglas donde cada miembro va aprendiendo a definir sus funciones, en este interactuar de situación de crisis sanitaria todos los miembros colaboran de forma positiva o negativamente.

La mayoría de las familias tanto los adultos mayores son migrantes de diferentes distritos y anexos de la región de Ayacucho, específicamente de zonas rurales y el VRAEM.

#### **2.3.4. Bienestar.**

Para Tchiki (2020) “es la experimentación de salud, felicidad y prosperidad, incluye tener buena salud mental, sentirse altamente satisfecho con la vida, tener un sentido de significado o propósito y la capacidad para manejar el estrés, es sentirse bien”.

##### **Tipo de Bienestar**

##### **Bienestar emocional.**

La capacidad de practicar técnicas de manejo del estrés, ser resilientes y generar emociones que conduzcan a buenos sentimientos.

##### **Bienestar físico.**

La capacidad de mejorar el funcionamiento de tu cuerpo a través de una alimentación saludable y buenos hábitos de ejercicio.

##### **Bienestar social.**

La capacidad de comunicarse, desarrollar relaciones significativas con los demás y mantener una red de apoyo que te ayuda a superar la soledad

Bienestar en el lugar de trabajo. La capacidad de perseguir tus intereses, valores y propósitos con el fin de ganar significado, felicidad y enriquecimiento profesional

Bienestar de la sociedad. La capacidad de participar activamente en una comunidad próspera, la cultura y el medio ambiente.

### **2.3.5. Bienestar emocional.**

En el contexto actual de pandemia mundial, los adultos mayores experimentan diferentes emociones, así como emociones negativas como consecuencia de este malestar. Por ejemplo: ansiedad, miedo, temor, tristeza, preocupación, sentimiento de soledad, irritabilidad, miedo a morir e insomnio sobre todo si las personas no cubren sus necesidades básicas y no cuentan con redes de apoyo primario.

OMS (1946) considera que el bienestar emocional es “El estado integral de bienestar físico, mental y social”; por lo tanto, el bienestar es estar en equilibrio físico y mental, las personas deben sentirse satisfecho con la vida que llevan.

Según Sánchez & et al (s.f), Tanto las emociones positivas y negativas pueden convivir al mismo tiempo, donde las emociones positivas (alegría, amor, armonía, entusiasmo, cariño, sorpresa, esperanza, etc.) como las negativas (miedo, tristeza, ira, nerviosismo, soledad, frustración, etc.) son necesarios y sustanciales en el proceso de la vida.

El bienestar emocional es un estado de ánimo en el cual la persona se da cuenta de sus propias aptitudes, puede afrontar las presiones normales de la vida, puede trabajar productiva y fructíferamente e es capaz de hacer una contribución a la comunidad, por lo tanto, para desarrollar el bienestar emocional es necesario desarrollar habilidades emocionales, como pensamiento positivo que a posterior apoya en lidiar con situaciones estresantes, el manejo de emociones para

sobresalir de situaciones decepcionantes. Asimismo, es muy importante desarrollar las habilidades de resiliencia, sobreponerse ante las adversidades que se presenta en el proceso del envejecimiento de las personas.

#### **Emociones positivas:**

- Potencian la salud, el bienestar.
- Favorecen: el desarrollo personal; un adecuado afrontamiento ante la adversidad (resiliencia); la creatividad; el éxito académico y profesional; las relaciones; el altruismo; las practicas saludables, etc.
- Reducen los efectos del estrés y facilitan su afrontamiento.

#### **Emociones negativas:**

- Favorecen la supervivencia y seguridad, siendo necesarias y adaptativas.
- Debilitan el sistema inmunológico.
- Reducen las opciones de respuesta ante un problema por Sanchez & otros (s.f)

### **2.4. Marco Normativo.**

Para el presente trabajo de investigación se ha tomado en cuenta las siguientes leyes y normativas, los cuales rigen actualmente en nuestra sociedad relacionado a los derechos de los adultos mayores para preservar y mejorar sus condiciones de vida.

#### **2.4.1. Los principios de las naciones unidas:**

A favor de las personas de tercera edad fueron adoptadas por la Asamblea General de las Naciones Unidas el 16 de diciembre de 1991; donde señalan tener acceso a alimentación, agua, vivienda, vestimenta y salud; oportunidades de trabajo, tener un entorno seguro y vivienda



habitable. Asimismo, deben de permanecer interrelacionada a la sociedad para compartir sus conocimientos y habilidades con las nuevas generaciones y el cuidado por la familia.

#### **2.4.2. La Constitución política del Perú (1993):**

La carta magna otorga protección a este grupo poblacional, cuyos derechos a la vida digna y a la atención integral en salud. Donde en el Capítulo II de los derechos sociales y económicos, refiere lo siguiente: Artículo 4°. - La comunidad y el Estado protegen especialmente al niño, al adolescente, a la madre y al anciano en situación de abandono, donde se encuentran reconocidos en la ley de las Personas Adultas Mayores; Ley N°30490. En la situación actual es muy importante el cumplimiento de las leyes a causa de la expansión de la pandemia COVID-19, aun le hace más vulnerable a las personas adultas mayores que son pobres y pobres extremos.

#### **2.4.3. Ley N° 30490 de las personas Adultas mayores.**

Artículo 05; sobre los derechos de las personas adultas mayores:

Las personas adultas mayores es titular de todos los derechos fundamentales reconocidos en la constitución de la Política del Perú, La Ley, los tratados convenciones internacionales suscritos por el Estado Peruano, así como normas y políticas, en materia de promoción, protección y ejercicio pleno de derechos humanos.

- Una vida digna e independiente autónoma y saludable.
- Igualdad de oportunidades
- Recibir atención integral e integrada, cuidado y protección familiar y social, de acuerdo a sus necesidades entre otros,
- Vivir en familia y envejecer en el hogar y en comunidad.

Artículo 07. Sobre deberes los integrantes de la familia hacia el adulto mayor:

Los integrantes del grupo familiar deben brindar buen trato a sus personas adultas mayores, priorizando el respeto a su dignidad, autonomía, independencia y la discriminación. Teniendo los siguientes deberes:

- Velar, a acuerdo a sus posibilidades, por la integridad física, mental y emocional de las personas adultas mayores, generando condiciones para un envejecimiento digno y de calidad,
- Atender las necesidades básicas de salud, vivienda, alimentación, recreación, entre otras de personas de tercera edad, para lo cual establecen roles y responsabilidades de común acuerdo, teniendo en consideración los servicios de cuidado públicos y privados que pueden complementar los esfuerzos similares.
- Instalar en su vivienda, de acuerdo a sus posibilidades y las necesidades de las personas de tercera edad, mecanismos de apoyo para prevenir y reducir factores de riesgo y accidentes.
- Realizar visitas esporádicas a las personas adultas mayores, integrantes de la familia, quienes se encuentran viviendo solas y/o en centros de atención residencial público y privado.
- Denunciar los actos de discriminación, abuso, violencia en todas sus formas que ponen en riesgo la vida y salud de los adultos mayores.

En el artículo 19: reconoce a la atención integral en salud, que incluye la protección de hábitos saludables que fortalecen la prevención de las enfermedades. El ejercicio de este derecho se torna especialmente necesario y urgente en el actual contexto que ha puesto en evidencia los múltiples factores de vulnerabilidad que afectan a las personas mayores.

La Ley N°30490, en estas circunstancias de brote de covid19 en nuestro país tiene que ser aplicado en su totalidad, debido a que las personas adultas mayores se encuentran en mayor vulnerabilidad en cuanto a su salud, tanto la familia y la comunidad tienen el deber de apoyar con cuidados y alimentación.

Defensoría del pueblo, en consideración a las especiales condiciones de extrema vulnerabilidad en las que se encuentran las personas adultas mayores en el contexto de la Emergencia Nacional generada por la expansión de la COVID-19, considera de interés público que se garantice el goce y protección de sus derechos fundamentales, siendo deber del estado que los servicios de cuidado que se prestan a través de los centros de atención residencial cumplan con estándares de calidad que aseguren acciones de prevención y atención oportunas y servicio adecuados a las necesidades propias de la edad.

## **CAPITULO III**

### **METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN**

#### **3.1. Tipo de investigación.**

Se utilizó la metodología cualitativa porque permitió analizar e interpretar la información, obtenida a través de instrumentos como la entrevista, conversaciones, testimonios, registro de campo, grupo focal y otros. De acuerdo a ello se aplicaron las técnicas de entrevista semi estructurada y la observación.

Corresponde a una investigación aplicada, porque permite aplicar elementos para la intervención profesional.

#### **3.2. Nivel de investigación.**

El nivel de investigación es explicativo, porque permitió profundizar el conocimiento sobre los efectos del aislamiento social en bienestar emocional en los adultos mayores y entender los sentimientos, las percepciones y opiniones. Para Hernández, et al (2014), las investigaciones explicativas van más allá de la descripción de conceptos o fenómenos, están dirigidos a responder las causas de los eventos o hechos físicos y/o sociales. Permitirá conocer y explicar las condiciones

de adultos mayores en este sector y además lo más importante nos dará conocer los efectos de aislamiento social en el bienestar del adulto mayor.

Se aplicó el estudio de caso instrumental, a través del método explicativo que permitió responder a las preguntas planteadas, para identificar los efectos del aislamiento social en el bienestar emocional del adulto mayor de la asociación los Chancas del distrito de Andrés Avelino Cáceres Dorregaray.

### **3.3. Universo.**

La población de estudio es el total de adultos mayores quienes se encuentran en el asentamiento humano los Chankas, Distrito Andrés Avelino Cáceres Dorregaray, quienes estuvieron en aislamiento social y cuarentena obligatoria por ser un grupo poblacional vulnerable a la pandemia del Covid-19.

### **3.4. Muestra.**

De acuerdo a la investigación cualitativa, se realizó una muestra no probabilística, significativa pequeña, variada y suficiente, teniendo como muestra a 15 adultos mayores entre ellos a 11 mujeres y 4 varones; como informantes han afrontado estados emocionales con consecuencias que han afectado la cotidianidad de sus vidas.

### **3.5. Unidades de análisis.**

Como unidades de análisis tenemos a los:

- 15 adultos mayores entre varones y mujeres mayores de 60 años dentro del asentamiento humano los Chankas.

### **3.6. Técnicas de investigación.**

#### **3.6.1. Entrevista semiestructurada**

El instrumento utilizado en la investigación fue la entrevista semiestructurada a los adultos mayores, permitió obtener información valiosa con sus diversas experiencias y opiniones, expresadas de manera espontánea y libre. Ander Egg (1983), “esta técnica de recopilación va desde la interrogación estandarizada hasta la conversación libre, en ambos casos se recurre a una guía o pauta que orientan la conversación”, pues este instrumento recoge información primaria de campo para luego ser procesada, analizada y luego realizar la triangulación de información con teorías, conceptos y enfoques que apoyan la investigación.

Es importante lo que señala, Barreiro (2007):

- Existe mayor flexibilidad de conseguir información puesta que entrevistador-entrevistado están presentes al tiempo que las preguntas o formulada y contestada.
- Puede ser usada en todos los estratos sociales.
- El entrevistador puede observar no solo lo que dice el entrevistado, sino como lo dice.
- Su flexibilidad permite repetir o aclarar preguntas no entendidas.

Este instrumento nos facilitó a recopilar datos significativos que responde a nuestras interrogantes y proporciono información para tener los resultados deseados.

#### **3.6.2. Observación**

La técnica de la observación permitió conocer el entorno del adulto mayor y la situación de aislamiento en que se encuentran con sus familiares o solos.

### **3.7. Instrumentos de recojo de información.**

- Guía de preguntas de entrevista para los adultos mayores.
- Observación directa.

#### **Procedimiento que se ha considerado fueron los siguientes:**

Para llevar acabo, el recojo de información se realizó el permiso correspondiente con el presidente de la asociación de manera formal a través de una solicitud, dando a conocer los principales objetivos de la investigación; se realizó entrevistas piloto al azar, lo cual nos permitió modificar algunas preguntas; finalmente se aplicó las 15 entrevistas a los adultos mayores quiénes fueron informantes claves para el desarrollo de la investigación y su posterior procesamiento de información y resultados.

## **CAPITULO IV**

### **PRESENTACION, ANÁLISIS E INTERPRETACION DE LOS RESULTADOS**

#### **4.1. Características Del Distrito Andrés A. Cáceres.**

##### **4.1.1. Antecedentes.**

La Municipalidad Distrital Andrés Avelino Cáceres, fue creado con la Ley N° 30013 el 05 de octubre de 2014, con su demarcación y organización territorial, siendo su capital, la urbanización jardín, perteneciente a la Provincia Huamanga, Región de Ayacucho. Su primer alcalde, fue el Ingeniero Javier Navarro Gonzales, quien inicio su gestión el 01 de enero del 2015. La ubicación geográfica del distrito se encuentra ubicado al Este de la Ciudad de Ayacucho. Se encuentra entre las coordenadas: latitud sur  $13^{\circ}09'42''$  y longitud  $74^{\circ}12'38''$  del meridiano de Greenwich; a una altitud de 2,734 m.s.n.m. cuyos límites son:

- Por el norte limita con el distrito de Jesús Nazareno
- Por el este limita con el distrito de Tambillo
- Por el sur limita con el distrito de San Juan Bautista
- Por el oeste limita con el distrito de Ayacucho



#### **4.1.2. Historia.**

La historia del Distrito se remonta al hallazgo del complejo arqueológico Conchopata ubicado en el mismo Distrito cerca el aeropuerto Jorge Chávez, es un yacimiento preinca importante para entender el origen de la cultura Wari, fue declarado Patrimonio Cultural de la Nación en 1976, decisión ratificada en 1990.

Los pobladores, son migrantes de provincias y distritos de la Región Ayacucho, pues presentan viviendas dispersas en los sectores Progreso, Santa Elena, Valle de Huatatas con poca población hasta los años 60. Mientras que otros sectores como Artesanos, San José, Yanamilla, Hoyada, Canaan y otros se fueron poblando en los años 80, en la actualidad la población ha aumentado y también sus demandas en trabajo, educación salud, motivo por la cual el Municipio Provincial; consideró su distritalización.

#### **4.1.3. Análisis Social.**

El componente social es un reto para el Distrito, presenta necesidades que obligan a satisfacer a la población, de acuerdo a los intereses de los grupos sociales, sigue latente la situación de pobreza y por lo tanto existen las brechas sociales, así como la falta al acceso de servicios básicos, viviendas dignas. Asimismo, la ausencia al acceso de seguridad integral y protección de derechos a los ciudadanos.

Pobreza. - la Región Ayacucho, presenta incidencia de pobreza y extrema pobreza se encuentra en el segundo grupo de regiones con mayor pobreza a nivel nacional, en el caso de los 05 distrito metropolitanos de Huamanga, según INEI del año 2013, los distritos con mayor incidencia de pobreza y pobreza extrema son:

- Carmen alto:37.8% pobreza y 7.4% extrema pobreza

- San Juan Bautista: 26.9% pobreza y 4.1% extrema pobreza
- Andrés Avelino Cáceres Dorregaray: 26.9% pobreza y 4% extrema pobreza

#### **4.1.4. Beneficiarios de programas sociales.**

A través de la información de Ministerio de Desarrollo e Inclusión Social para el año 2018 el Distrito de Andrés Avelino Cáceres Dorregaray cuenta con:

- Programa Contigo; número de usuarios 34 personas
- Programa Pensión 65, número de usuarios 148
- Programa Qali Warma, atendidos 19

La atención de los programas sociales en el Distrito es insuficiente, no cubre las necesidades de la población ubicadas en las periferias del distrito, en relación al Programa Pensión 65, la mayoría de los adultos mayores, se encuentran en un proceso de inscripción, no reciben ningún apoyo del estado, hasta que regularicen, la pandemia, ocasionó en los adultos mayores, el abandono a sus inscripciones, por la cuarentena y el aislamiento social.

#### **4.1.5. Vivienda.**

La mayoría de la población ubicadas en las periferias, presentan viviendas precarias, afectan sus condiciones de vida, otros alquilan viviendas, para tener un techo que garantice la seguridad personal y familiar.

##### **Servicios básicos**

El acceso a los servicios básicos es utilizado en el distrito en el sector urbano, sin embargo, en las zonas periféricas como Yanamilla, Huatatas, Hoyada y otros, no cuentan con agua y desagüe, la ausencia de estos servicios afecta la calidad de vida de los pobladores, entre ellos a los adultos mayores.

## 4.2. Características generales de los adultos mayores.

### 4.2.1. Edad de los adultos mayores entrevistados.

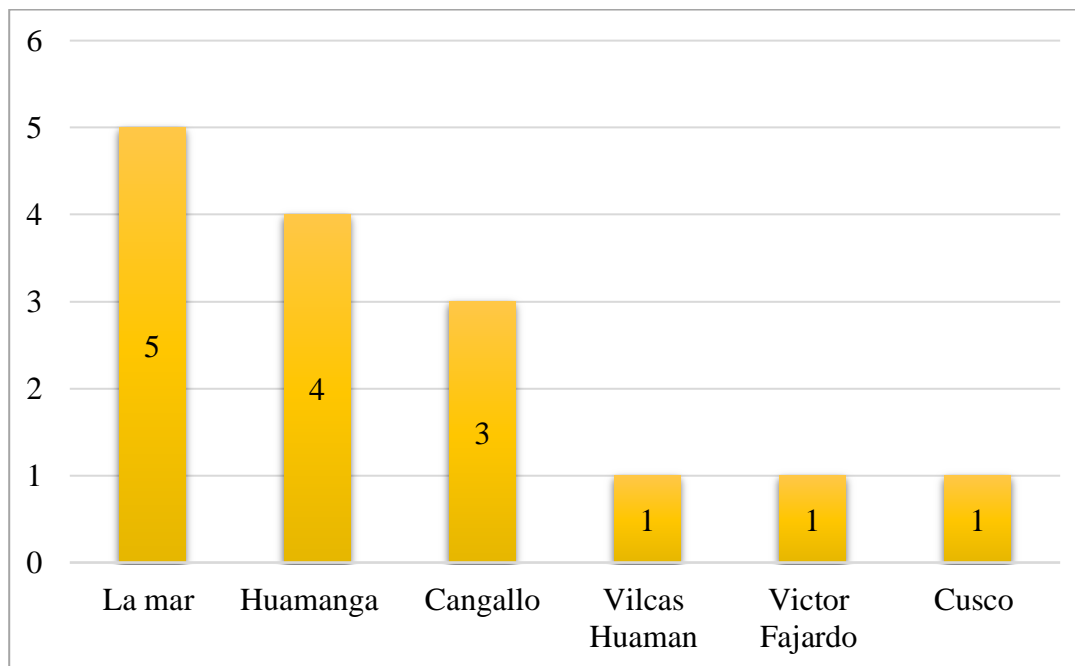
Los adultos mayores entrevistados, son los que permanecieron en la Asociación, cumpliendo el aislamiento social, decretado por el Gobierno el 15 de marzo de 2020.

Los adultos mayores 4 varones, sus edades van desde 64 a 79 años; mientras que en caso mujeres son 11 y sus edades oscila entre 60 a 75 años de edad, la mayoría son viudas y una mínima permanece junto a su pareja.

### 4.2.2. Lugar de procedencia de los adultos mayores.

Los adultos mayores, residentes en la Asociación Chankas proceden de diferentes lugares.

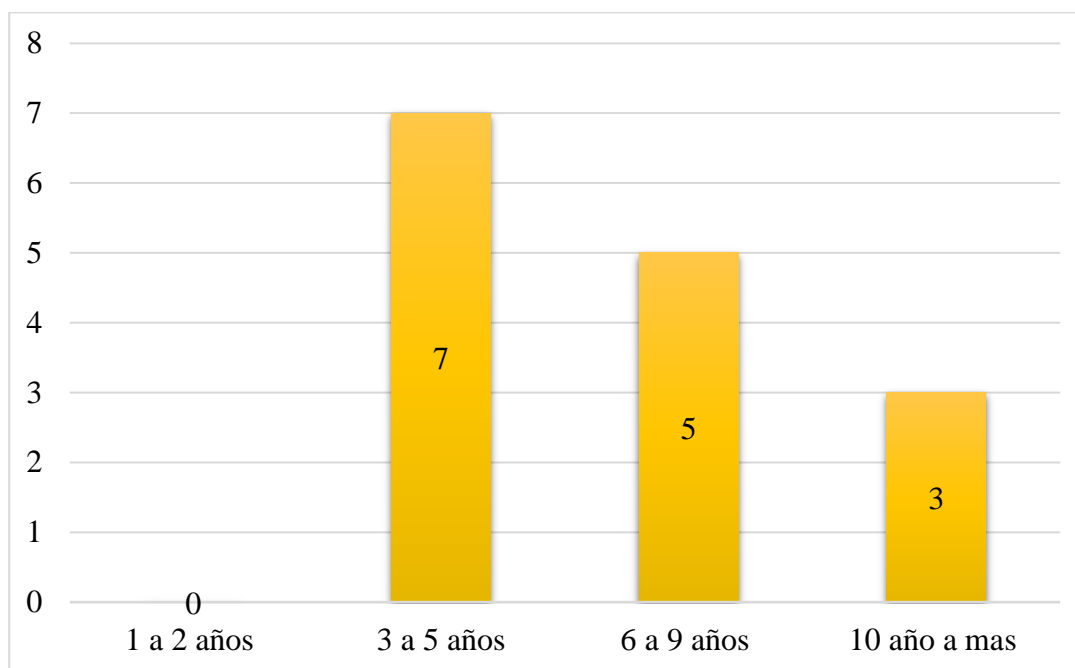
*Figura 1: Lugares de procedencia de adultos mayores*



Nota: Entrevista 2021

Los lugares de procedencia de los adultos mayores son en mayoría dentro de la Región de Ayacucho, de los cuales 05 adultos mayores proceden de la provincia de La mar (Anco, Chungui, Vraem), 04 adultos mayores son provenientes de distritos de provincia de Huamanga (Acosvinchos, Chiara, Tambillo), 03 de ellos son provenientes de provincia de Cangallo, 02 de ellos de Vilcas Huamán y Víctor fajardo 01 adulto mayor es procede de Cusco (Pichari). Los adultos mayores antes de la pandemia frecuentaban a sus lugares de origen en busca de trabajo y visita a los hijos y/o familiares.

*Figura 2: Tiempo de permanencia en la asociación los Chankas.*



Nota: Elaboración 2021

La figura; 01 muestra que la mayoría (07) de los adultos mayores residen en la Asociación entre 3 a 5 años sus familiares, los trajeron porque se encontraban sol(as) en el campo, (05) de ellos ya viven de 6 a 9 años y 03 de los adultos mayores ya viven de 10 años a más, estos últimos

refieren que vinieron hacia la ciudad a causa del terrorismo, desde esos años viven en las periferias de este Asentamiento.

### **4.3. Aislamiento social del adulto mayor durante la pandemia.**

En el contexto mundial la mayoría de los países decretaron estado de emergencia por el avance de la pandemia de Covid-19; ocasionó un aislamiento social en las familias. Este virus, afectó a los adultos mayores, ocasionándoles estados depresivos de miedo y temor, ante sus vidas.

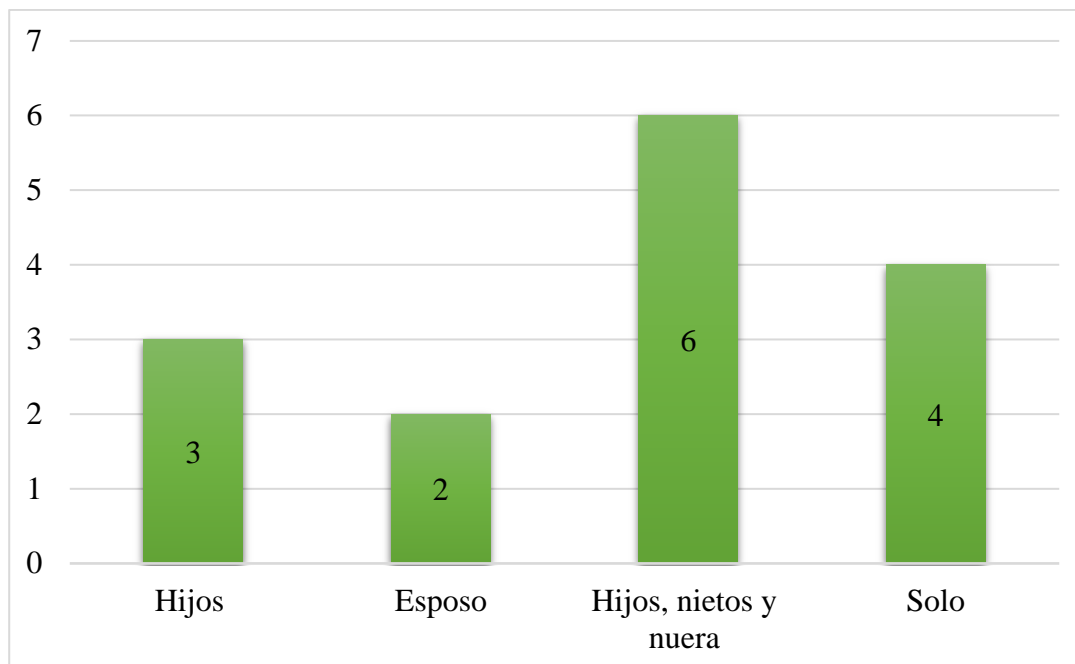
Esta situación, obligó a nuevas maneras de adaptación y preservación, ante la vida, cambiaron las cotidianidades en el quehacer personal y social, como la práctica del distanciamiento, social, uso de mascarillas, las compras al mercado, centros comerciales de manera restringida.

Así, define Gene & otros (2016), el aislamiento social por esta pandemia ordeno tener mínimos contactos con otras personas, sean familiares o amistades... el aislamiento social y la soledad influyen decisivamente en el bienestar y la calidad de vida de los adultos mayores. En esta coyuntura los adultos mayores presenciaron situaciones lamentables, debido a que no podían tener contacto con otras personas y familiares, por ser un grupo de alta vulnerabilidad y mayor contagio por la pandemia.

Dentro de estas nuevas realidades, los adultos mayores de la Asociación los Chankas, también fueron afectados por la cuarentena, estar encerrados en sus propias viviendas, solos o con algún familiar, la prolongación gradual del aislamiento social ocasionó situaciones de incertidumbre, a ello se agrega la ausencia de alimentos, que también afectaron los estados anímicos de los adultos mayores. manifiesta Ludeña, el adulto mayor no solamente presenta abandono intrafamiliar, sino también por parte de la sociedad, en primera instancia se rompen los lazos de comunicación con su grupo familiar y luego de sus amigos, siendo olvidados. (Ludeña ,

2012), Los adultos mayores dentro de estas circunstancias por la pandemia, ha experimentado, contra su voluntad este encierro, resignándose a seguir viviendo en un ambiente de inseguridad y temor, ante la vida futura.

*Figura 3: Personas con quienes ha convivido los adultos mayores durante el aislamiento social*



Nota: Elaboración propia a partir de entrevista.

En la figura 3, se aprecia de 15 adulto mayor durante el aislamiento social obligatorio; 03 adultos mayores, señalan que cumplieron el aislamiento junto a sus hijos en la misma vivienda, 06 adultos mayores refieren que compartieron la vivienda junto a su hijos(as), nuera y nietos, durante la pandemia no se sintieron solos, el inicio del confinamiento, no lo sintieron mucho, fue con el transcurrir del tiempo, al pasar los meses se sintieron encerrados y en soledad, aun estando con sus familiares; mientras 04 adultos mayores entrevistados refieren que vivieron solos, experimentando emociones de impotencia y sobreviviendo del apoyo de vecinos; y 02 de ellos junto a su esposo, encontraron consuelo bajo un apoyo mutuo entre ellos, refieren que sus hijos

tienen su propia familia en otros lugares, asimismo manifiestan que fue tedioso acostumbrarse a vivir, un año, en aislamiento social, los esposos como una manera de sobrevivencia, migraron temporalmente al campo, para provisionarse de productos alimenticios.

“Durante la cuarentena he vivido con mis hijas” A.M.07

“Hemos estado con mis 4 hijos y mi sobrino” A.M.13

“con mi esposa, mis hijos y también mi esposa tienen su familia sus tres hijos que tiene y con todos ellos hemos estado durante la cuarentena” A.M.08.

“Con mis 3 hijos y su familia, mi pareja y yo” A.M.14.

“Mi esposo no más, los hijos están cada uno en su casa” A.M. 15

“Vivía sola, hasta ahora vivo sola. No salía estaba encerrada en la casa” A.M.06.

“Mayormente vivo sola, estuve sola todo ese tiempo” A.M. 04

“Sapallaymi yachani, kay invalidu wawachaywan” A.M. 09

En el contexto de la emergencia sanitaria, los adultos mayores, en situación de vulnerabilidad, se apoyaron en la familia y los vecinos. Las familias se adaptaron al aislamiento social, cumplieron los protocolos de cuidado, dentro de la preservación hacia el adulto mayor, entraron en una dependencia de los hijos, quedando restringido, su libertad para realizar trabajos, hacer compras, con el aislamiento se vieron privados de ejercer su libertad individual.

Testimonio recogido, sobre la imposición de la cuarentena.

*“Nosotros nos hemos puesto de acuerdo para que yo me aparte porque mi hija tiene su chatarra y mi otra hija vive aparte y siempre cada mañana me iba a pedir la comida para comer, hay veces me quedaba a cocinar cualquier cosa de la casa nomas me iba comprar cada semana mis hijos me daban plata para comprar mi comida”*

A.M.06

La dependencia familiar, del adulto mayor fue relevante en el contexto de la pandemia, especialmente en la dotación de los alimentos, mucho, no tuvieron ese apoyo alimentario

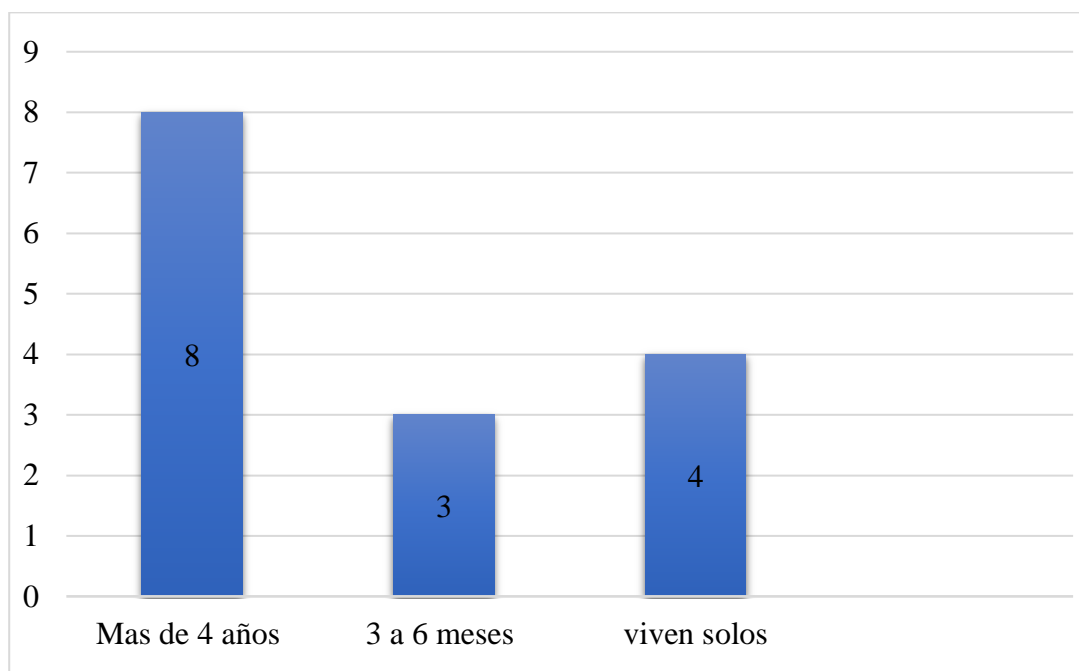
Expresión de un adulto mayor.

*“Bueno durante el tiempo había una resignación de que la familia era una buena unión para pensar para dialogar de repente en momentos ver otros intereses como hubiéramos vivido antes o ahora no y podemos programar si Dios quiera ese el punto de vista para toda mi familia y hemos estado bien en la casa apuntando unos con otros tal vez descansando ese tiempo”.*

A.M.06

Los adultos mayores al inicio del aislamiento afrontaron con calma, como una manera de una convivencia familiar, sin embargo, con el transcurso del tiempo, el panorama fue agravándose, por la prolongación de la cuarentena, ocasionando incertidumbre en las familias.

*Figura 4: Tiempo de permanencia con la familia durante el aislamiento social.*



Nota: Elaboración propia a partir de entrevista, 2021.



En relación al tiempo de permanencia del adulto mayor con la familia, 08 adultos mayores refieren que vive con sus hijos y familiares, por otro lado 03 adultos mayores manifiestan que solamente por la pandemia estuvieron viviendo con ellos; y por último 04 adultos mayores siempre han vivido solos, incluso durante el aislamiento social.

Con sus testimonios podemos reafirmar su permanencia con sus familiares.

*“Siempre he vivido con mis hijos, desde que falleció mi esposo, me han traído de la chacra, desde ahí vivo con mis hijos, cuidando a mis nietos”.*

A.M.01

Entre ellos hay adultos mayores que se incorporaron al hogar de sus hijos durante el aislamiento social, debido a la distancia de sus viviendas por estar prohibido recibir visitas.

*“Vivimos en nuestra casa todos. Aun mis hijos o tienen casa por eso vivimos todos aquí vivía más abajo del penal en un lote de familiar cuidando, pero ahora mis hijos me han traído aquí a Chankas, porque no quiere que este sola”.*

A.M.06

*“Mi hija me ha traído aquí, o vivía con mi hermana por mollepata, mi hija, me dijo tienes que estar aquí, no voy a poder venir hasta mollepata está lejos, no quiero que estés sola así diciendo me han traído cuando empezó la enfermedad”.*

A.M.03

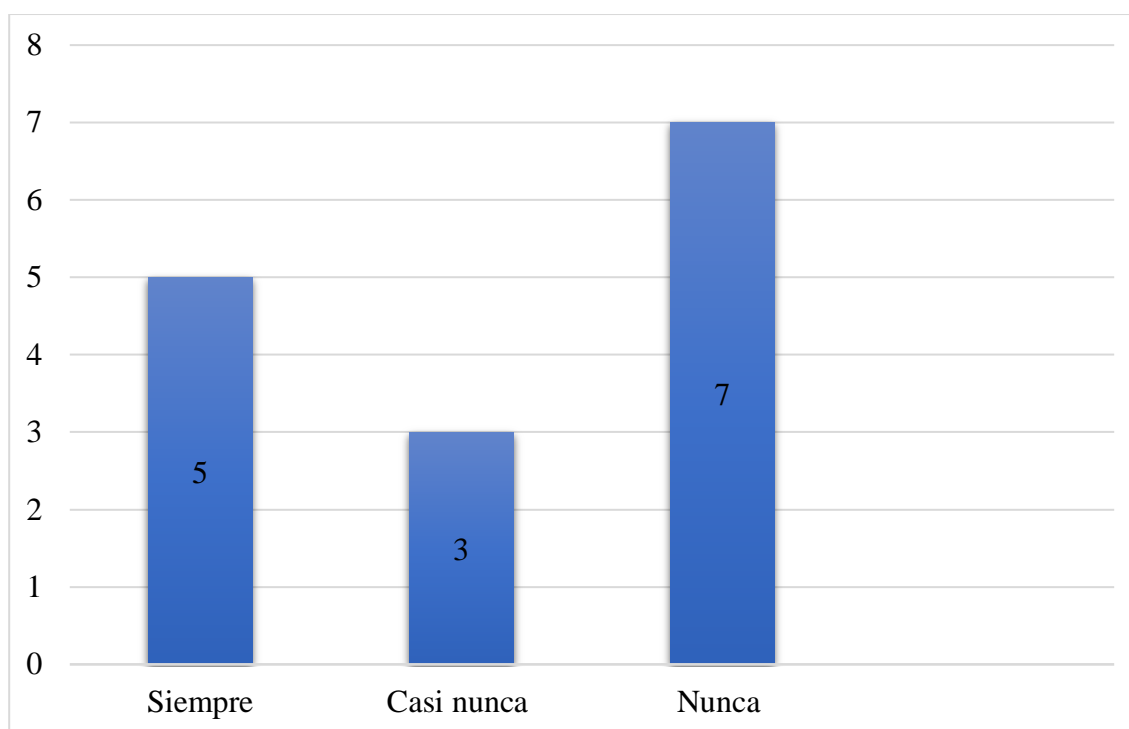
El A.M.14; relata que vive sola y estuvieron un mes confinados en la vivienda sin salir a la tienda, cuando terminaron sus alimentos, decidieron salir a comprar; y a recibir las canastas de viveres que repartía la Municipalidad.

*“Killamasmi mana llusiq karqaniku, kay vacuna llusiqqammantañam allintaqa lkuqsiniku. Kay papayku tukurun, arrozniyku tukurun, aychaykupas tukurun, karaniku mana mikusqa qina, kay quipa parquechapi consejo vivirista apamura”*

*A.M. 14*

Durante el aislamiento social, algunas familias no permitieron tener visitas, de familiares, por el temor al contagio. De igual manera, los adultos mayores restringieron sus vistas a sus familiares, por el miedo al contagio, sin embargo, algunos adultos mayores refieren que transcurrido los meses fueron aceptando las visitas familiares con medidas de protección.

*Figura 5: Frecuencia de visitas de familiares al adulto mayor durante el aislamiento social.*



Nota: Entrevista 2021

Este periodo de propagación de covid-19, las familias cerraron sus puertas por miedo a contagios, más los que tenían un adulto mayor dentro de su hogar, por ello las familias no tuvieron mayor contacto con sus familiares o visitas de otras personas. así, 05 adultos mayores refieren que tuvieron visitas de forma frecuente de familiares muy cercanos quienes viven en el mismo lugar,

03 adultos mayores sus familiares le visitaron de vez en cuando o casi nunca, y 06 adultos mayores no tuvieron visita de familiares durante el aislamiento social.

“Mayormente casi todo el tiempo como vivamos en la misma casa. No casi no nos visitaba nadie por el tema del contagio” A.M.02

“Si mis hermanas menores me visitaban. Con mi hermano y mi hermana menor”.  
AM.05

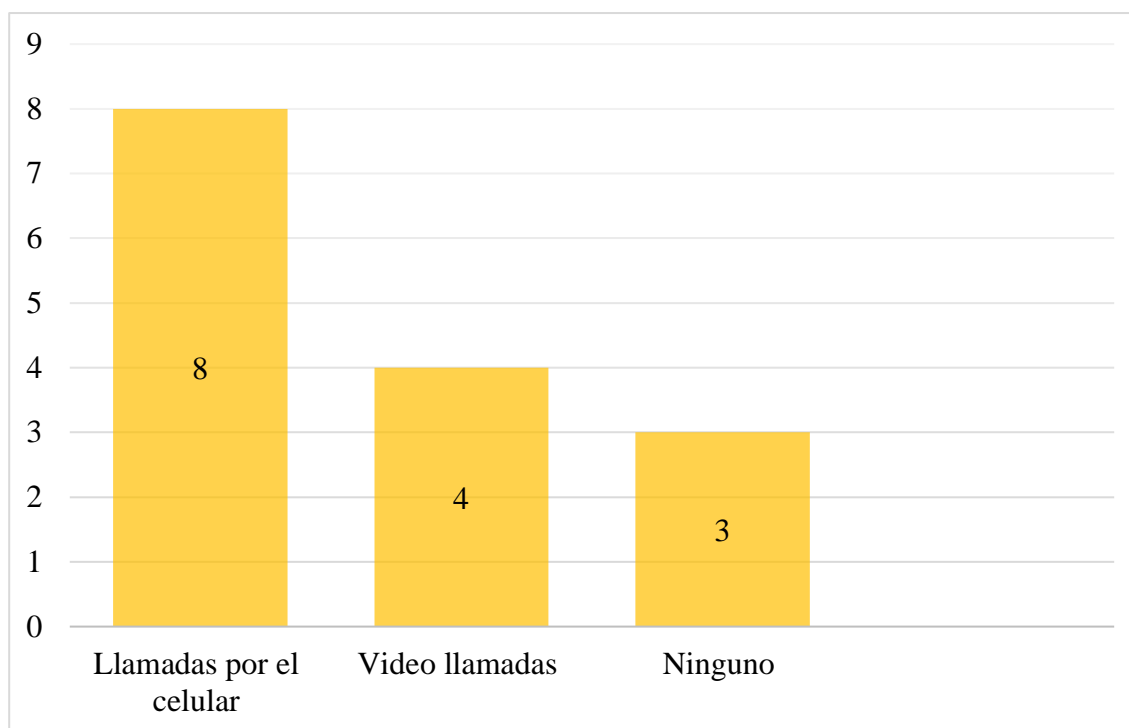
“Nadie, cuando volví de mi chacra fue más triste, no podíamos salir ni visitar han prohibido. Ni mis hijos venían, fue muy triste” A.M.06

“Una vez a la semana o a veces no con el tema de la enfermedad no podíamos recibir visita” A..M 11

“8 meses exactamente no salíamos solo una de mis hijas salía hacer comprar. No podíamos visitar a nadie tampoco ellos a nosotros por el contagio, casi nos han traumatado” AM. 15

El aislamiento social en las familias ha ocasionado diferentes formas de comunicación, mediante medios de comunicación alternativos. los hábitos sociales cambiaron, imposibilitando de frecuentar a amistades, familiares y demás personas de la comunidad. Se dio uso con mayor énfasis a la tecnología digital, se hicieron comunes las llamadas telefónicas, el uso del internet, aplicativos como el WhatApps. Estos medios en alguna medida aliviaron los estados anímicos de las personas adultas, pero mucho más en los jóvenes y niños.

Figura 6: Medios de comunicación de los adultos mayores durante el aislamiento social.



Nota: Entrevista 2021

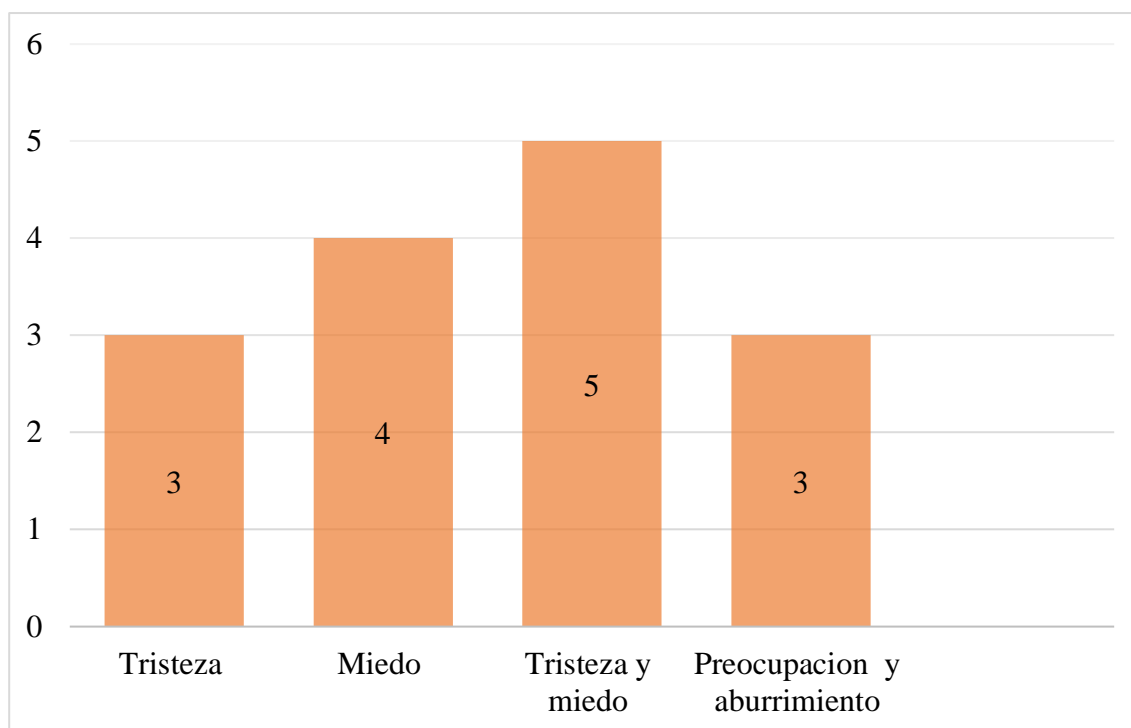
Según las entrevistas los adultos mayores, manifiestan que la comunicación más frecuente utilizada fue a través de llamadas por celular, 08 adultos mayores mantuvieron comunicación con sus hijos y familiares utilizando celular, y 04 adultos mayores manifiestan que sus realizaban video llamadas por WhatsApp a través del celular de sus hijos con quienes vivían, y 03 adultos mayores manifiestan que no cuentan con celular y no tuvieron comunicación con sus familiares, solamente con los que viven en su vecindario.

#### 4.4. Estado emocional del adulto mayor durante el aislamiento social.

Los adultos mayores en este contexto de aislamiento social han experimentado distintos estados emotivos; sobresaliendo de manera notoria la ansiedad, el enojo y agitación del cuerpo. (Alonso T. y otros, 2021). Durante la pandemia Covid-19, existen factores que han agravado la

situación de salud de los adultos mayores, uno de ellos, la información alarmante, por parte de los medios de comunicación, el miedo a contagiarse o perder a un familiar, afectó la salud emocional cubriendo de inseguridad, desesperación, miedo. Para el UNICEF, el aislamiento social ha provocado en los adultos mayores depresión, irritabilidad, insomnio, somatización, angustia, ansiedad, debido a la incertidumbre de la situación, los riesgos de contagio y la angustia de no tener contacto con familiares y amigos (UNICEF , 2020) sumado a la ansiedad como respuesta emocional a una situación indeseada, se percibe como las alteraciones emocionales y físicas que presenta el adulto mayor pueden desencadenar, además del estrés, la inquietud frente a una situación económica, el entorno familiar y el agotamiento físico causando un preocupación excesiva... afectando su salud (Yuste y otros, 2004). Si bien, el encierro a causa de la pandemia ocasionó una situación de incertidumbre, los adultos mayores han experimentado momentos de ansiedad a causa de una economía inestable, las alteraciones emocionales fueron aumentando a diario. La situación de aislamiento y el miedo al contagio despertaron emociones negativas como sentimientos de soledad, tristeza y abandono de sus redes de apoyo; esta situación agravó la salud física. Durante la pandemia se enfrenta sentimientos de soledad y abandono volviéndolos más propensos a un estado de vulnerabilidad... asociado a una disminución del apetito y la soledad (Granda y otros, 2021). En tal sentido, el acompañamiento de familiares u otras personas resulta fundamental en la salud emocional, así como en sus relaciones sociales.

Figura 7: Sentimientos frecuentes en los adultos mayores durante el aislamiento social.



Nota: Entrevista.2021

En esta figura se observa los sentimientos frecuentes que se ha mostrado durante el aislamiento social, 05 adultos mayores señalan que tuvieron tristeza a la vez miedo de contagiarse con la covid-19 y morir; 04 adultos mayores sentían miedo a contagiarse y a morir en esas circunstancias, donde no habría acompañantes en su velorio y menos en su entierro; 03 adultos mayores manifiestan que en el periodo de aislamiento social, tuvieron momentos de preocupación en su alimentación y salud; y aburrimiento por encontrarse encerrados sin poder comunicarse con otras personas; y 03 adultos mayores refieren que se sintieron tristes, pesar de mantener contacto con sus hijos y demás familiares, sintieron tristeza y soledad. Según Sánchez & otros (s.f), Tanto las emociones positivas y negativas pueden convivir al mismo tiempo, donde las emociones positivas (alegría, amor, armonía, entusiasmo, cariño, sorpresa, esperanza,) como las negativas

(miedo, tristeza, ira, nerviosismo, soledad, frustración.) son necesarios y sustanciales en el proceso de la vida. Al encontrarse en abandono u olvidado el adulto mayor, siente estrés, presenta sentimientos de culpa e impotencia, Osorio, dice que el abandono emocional es la carencia de afecto, ausencia de contacto físico, como son las caricias, abrazos, entre otras expresiones. (Osorio, 2007) Osorio 2007

Durante el confinamiento los adultos mayores afrontaron sentimientos de esperanza y soledad, generando cambios en su vida diaria, sintieron la soledad, tristeza, impotencia de no poder hacer nada a cambiar la situación en la que se encontraban, acompañado de pensamientos tormentosos asociados a la muerte.

El Centro para el control y la prevención de enfermedades (2022) señala:

- El aislamiento social aumenta significativamente el riesgo de una persona de morir prematuramente por todas las causas.
- El aislamiento social se asoció a un aumento de casi el 50% de riesgo de demencia
- La soledad se asoció a mayores tasas de depresión, ansiedad y suicidio.

La presente investigación, busca explicar, el riesgo que significa la muerte, el olvido de acontecimientos familiares, asociado con la soledad, ansiedad, miedo y tristeza.

En los testimonios de los adultos mayores, se entiende la desesperación, para salir del hogar, buscar alimentos y la impotencia para afrontar al contagio de Covid-19.

*“ciertota yaqachalla locayarurarni, kaynatam unamchik chaymanta antes sulkay amapuwaq, chaywanña samaruwan umay, pasakunaypaq qina, icha yuncamanchu pasakuasq punki manchu pasakusaq”.*

Este testimonio permite conocer como afecto esta situación en una desesperación profunda; trayendo consigo pensamientos negativos, afectando en el aspecto físico y psicológico.

*“No había ni carro, total silencio esa vida. triste, triste como vamos a estar, sino haya ni bulla, cuando va arreglar esta pandemia decía, como en la selva, parecía chacra silencio noche también silencio no hay carro ni moto, como chacra. Sentía miedo, como tiempo de terrorista totalmente silencio”.*

A.M.15

El A.M.15, manifiesta que el aislamiento social, ocasionó tristeza y silencio; incluso comparó con los tiempos de la violencia del Conflicto Armado Interno, donde reinaba, la tristeza y el silencio durante los toques de queda.

*“Primero es chocante pero después ya no sentí ya. Todo era silencio, hasta me hizo recordar épocas de tristeza de terrorismo. Pensé que todos íbamos a morir... los ancianos empezaron a morir. En la tele informaba y ya tenía miedo”.*

A.M. 08

*“De repente me sentí muy triste hasta me enfermé, ha sido muy horrible esos días. A veces lloraba quería que todo ya termine...”*

A.M 03

*“Si me sentía triste, la gente empezó abandonar huamanga, muchos se fueron a sus chacras... viendo eso me ponía triste, pensé que ya era final de todo.*

A.M.06

Esta enfermedad de Covid-19, trajo a los adultos mayores sentimiento de tristeza, soledad, miedo. Muchos creyeron que era el final de la vida, reconocen que llegaron enfermarse, ha tenido efectos, como el abandono de sus actividades cotidianas, abandono del trabajó, dejar de asistir sus



reuniones religiosas, evitar visitas a familiares y vecinos, estos factores explican los cambios en el estado emocional de los adultos mayores.

Los adultos mayores por su conciencia propia de ser vulnerables ante la pandemia por la edad, presentan una incertidumbre asociada a no poder predecir cuándo y cómo será posible retomar el ritmo habitual de vida (Lorenzo y otros, 2020), antes de la pandemia, los adultos mayores podía viajar a sus lugares de origen , visitar a sus familiares y retornar a sus hogares de manera natural, ahora todo ha cambiado, para ellos.

*“Viene la muerte para todos eso pensábamos nosotros hasta hemos fumigado las casas las calles otra cosa el lavado de manos mascarillas ósea que todas esas cosas a veces nos han dejado psicológicamente un poquito estresados algo que nosotros queríamos ir a la selva o nos queríamos ir a la chacra envés que estemos acá en este problema nos han enfermado psicológicamente”.*

A M 05

A.M.05 relata que psicológicamente se ha enfermado, por el contagio, tuvo ideas de salir o quedarse, incluso cumplía los protocolos de bioseguridad, con sus familiares, lavado de mano frecuente y evitar salir a la calle, en la percepción, para no contagiarse.

En el contexto del aislamiento social, han entrado en una situación de soledad, sobre todo los más vulnerables como las personas con enfermedades crónicas y adultos mayores, este proceso de asimilar días al encierro ha causado sentimientos de soledad y abandono.

En este contexto la motivación del adulto mayor para continuar sobreviviendo fue fundamental, ante la pregunta **¿Quién es tu motivación para seguir viviendo?:** en las respuestas manifiestan que 07 adultos mayores tuvieron a sus hijos como su gran motivación para estar tranquila ante la enfermedad, 02 adultos mayores refieren que el esposo(a) le da motivación y 06

de adultos mayores refieren que son sus familiares como hermanas, sobrinas le dan palabras de aliento y calma su desesperación ante la enfermedad.

*“Mi hijo y mi nuera siempre me cuidaban me hablaban te animan pues a no tener miedo” A.M.11*

*“Yo misma me puesto de acuerdo porque con todas las 4 paredes sientes el mismo temor de lo que estas y ya te das cuenta”. A.M 09*

*“Yo mismo, con mi esposa nos dábamos ánimos para seguir adelante, aunque teníamos miedo de que íbamos hacer...” A.M.06*

*“Mis familiares y amigos... teníamos miedo de contagiarnos, a mi edad casi ya no salimos, pero mis hijos iban a trabajar eso me daba miedo”. A.M. 08*

*“Mis familiares con sus llamadas, también entre nosotros vecino” A.M. 01*

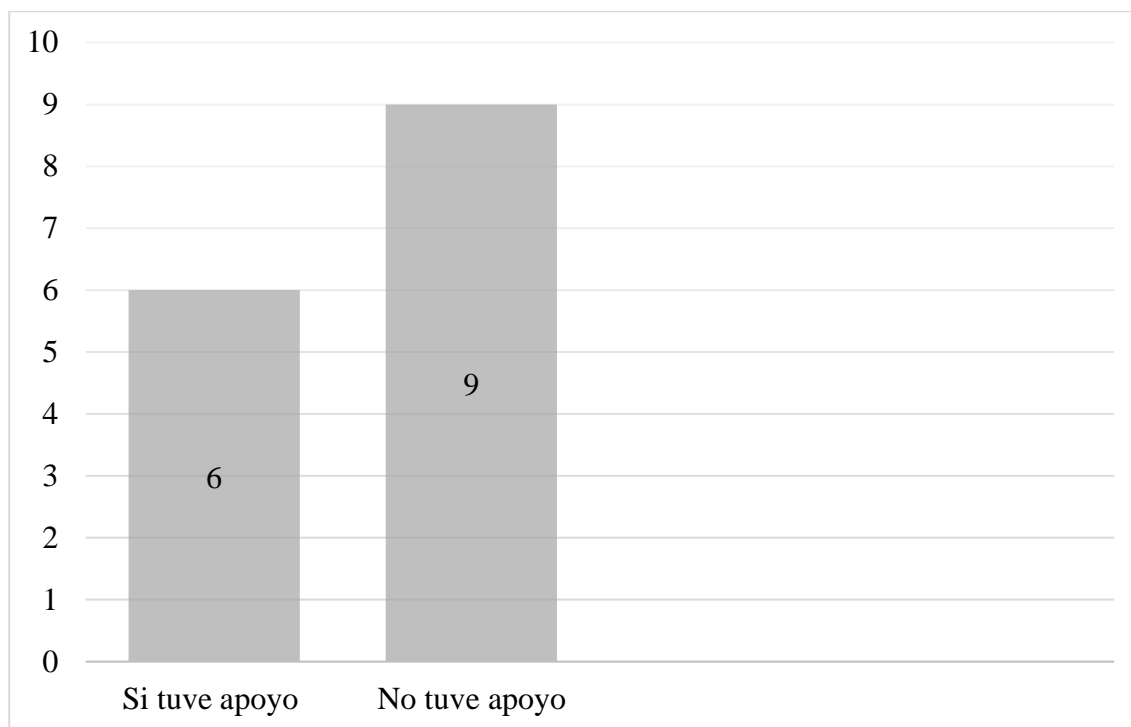
*“Mi amiga no más me llamaba, de Acos Vinchos señora feli, me día no te preocupes señora Lucy vamos a salir de esto así me decía. Vas a tomas remedios caseros, casero con quien con eucalipto pichi podrida eso vas a tomas me decía. Mi hija Lisbeth me decía mami vas a estar bien me decía”. A.M 13*

El abandono está asociado a la soledad, “En contextos de soledad, los adultos mayores se vuelven vulnerable e indefensa para afrontar las necesidades básicas de dependencia, intimidad y relación con otros. Este estado emocional puede afectar su autoestima, al extremo de abandonarse a sí mismo y socialmente, y perder toda motivación ante la vida. Con el paso de los años también se agudizan las dolencias físicas y requiere mayor atención, la salud se deteriora. RPP 2019.

La motivación es un elemento importante para el adulto mayor, porque se convierte en un aliciente que impulsa la vida, mejora la situación de la salud emocional y física. Los adultos

mayores que viven en soledad no tienen motivación para vivir, están resignados a morir en soledad, creen que sus amistades y vecinos, se harán cargo cuando fallezcan.

*Figura 8: Sentimientos de abandono en el adulto mayor durante el aislamiento social.*



Nota: Entrevista.2021

Los adultos mayores han presenciado que sus vidas se encuentran en riesgo; en este gráfico, 09 adultos mayores entrevistados, manifiestan que no tuvieron apoyo afectivo de sus familiares, porque sus hijos tuvieron que salir de sus lugares de origen en búsqueda de trabajo, en algunos casos se fueron con todos sus hijos y esposa, dejando de lado al adulto mayor sola(o) para que puedan cuidar sus viviendas; mientras 06 adultos mayores refieren que tuvieron apoyo de sus hijos, incluso que vivían solos en otra vivienda, con el aislamiento le trajeron a vivir con ellos, por esta razón los adultos mayores, han sentido el apoyo afectivo y material de parte de sus familiares. “La familia es considerada como el primer recurso o soporte, no solo afectivo sino también de

subsistencia, especialmente para aquellas personas adultas mayores que no cuentan con pensiones ni seguros de salud” (MIMDES , 2005). Si bien, el soporte más importante es la familia, los adultos mayores quienes permanecieron junto a la familia experimentan otro tipo de sentimientos, así como refieren en los siguientes testimonios:

*“Creo que todos nos hemos sentido con miedo, como que íbamos a morir, aunque en la casa había familiares, de repente me sentía sola...”*

A.M.11

*“Cuando se fueron a trabajar a la chacra, me sentí sola, pensé que iba a morir, pero mis hijos me llamaban”*

A.M. 08

Se puede entender que los adultos mayores se sienten en soledad a pesar de estar en compañía de los hijos, la pandemia afectó la tranquilidad emocional de los adultos mayores, quienes estuvieron propensos al contagio y la muerte.

*“Si, siento ya soy muy vieja. Creo que cuando somos viejos ya se olvidan de nosotros”. A.M. 04*

El adulto mayor, percibe el significado de dicha etapa, puede sentirse inservible cuando la familia, tiende a aislarlo, siente el menosprecio e inclusive la falta de respeto, todo ello afecta en su vivencia, ocasionando sentimientos de tristeza e incomprensión, por parte de los familiares, carga dicha angustia en silencio.

*“Mamitay mayurniykuna, ama pensaychu chayta chay pensanki hinaspaq locayaruwaqmi nispa, chay manaña pensaraniñachu, allillaña man pensaspay, manañan waqanuchi, chay waqani hinaptinmi kay umanchikmi nanaq kasqa,*

*rabiarachiwan pipas corazonninchikmi, wañurami, mana pensanaypaqpas valenchu”*

*A.M. 14*

Con el devenir del tiempo acumulan ideas y pensamientos tormentosos que afecta su salud mental, el testimonio del A.M. 14, señala que la permanente preocupación les ha ocasionado, malestares a la cabeza, el corazón. Muchos adultos mayores por ausencia de apoyo afectivo y material han perdido la motivación para seguir viviendo; sienten que su edad y la impotencia de su seguridad personal, los hace dependientes y a la vez vulnerables a cualquier enfermedad, sin el apoyo emocional, sus vidas se aceleran dentro de un espectro de abandono y tristeza.

#### **4.5. Estrategias de supervivencia del adulto mayor en el aislamiento social**

Las relaciones entre los adultos mayores se manifiestan dentro de un manto de respeto y comprensión, en tal sentido la interacción, contribuye a mantener relaciones amicales duraderas, con desprendimiento y calor humano.

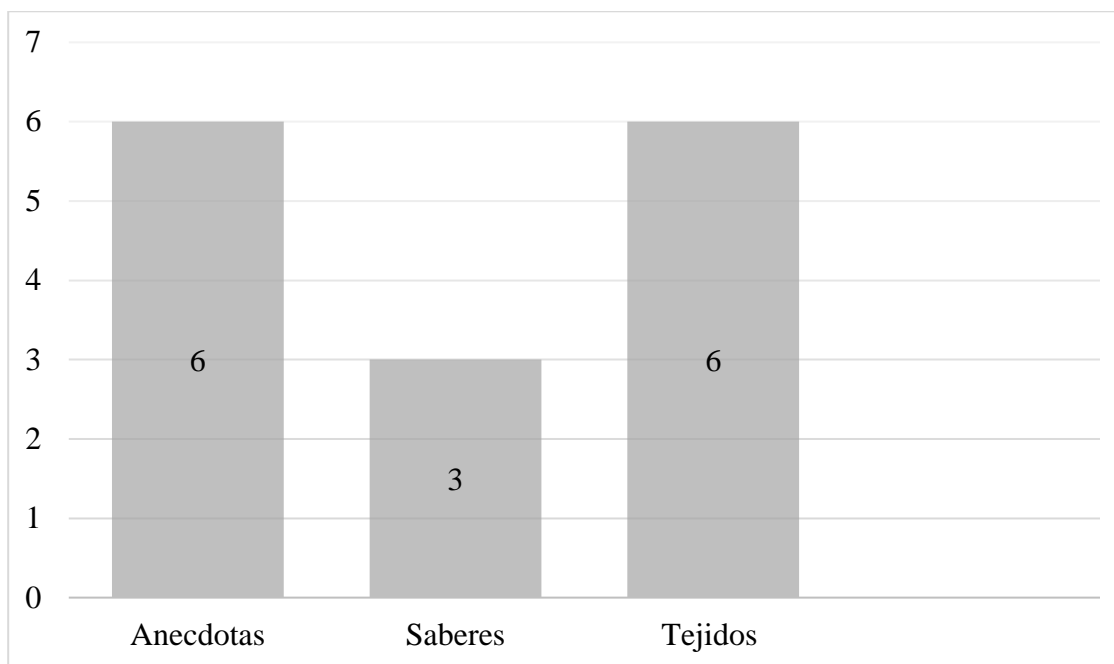
Arias (2013):

El apoyo social cumple un papel vital, puesto que ayuda a proveer sentido a la vida y propicia el desarrollo de actividades... a partir de la inserción en las redes de apoyo, es amado, cuidado, valorado y estimado y que pertenece a una red de derechos y obligaciones. Las redes sociales proveen los recursos para la satisfacción de necesidades, el sentido de valor social y posibilidad de potenciar la autoestima. 19 apoyo social en la vejez: familia amigos y la comunidad.

Las personas cuando atraviesan el umbral de la tercera edad buscan la comprensión en sus pares, mediante el apoyo afectivo, tiene enorme significado en sus vidas, porque entre ellos encuentran comprensión y apoyo emocional, contribuyen en su calidad de vida. Según la teoría

de Maslow y la pirámide de las necesidades, afirma que no es posible alcanzar la autorrealización sino se ha logrado llenar antes las necesidades de pertenencia y amor.

*Figura 9: Actividades que comparten entre los adultos mayores.*



Nota: Entrevista.2021

En las actividades compartidas entre adultos mayores, refieren 06 de ellos conversan y recuerdan sus anécdotas vividas cuando fueron jóvenes, 06 adultos mayores en sus encuentros se dedican a tejer chompas, gorros y otras prendas de vestir, de esa manera comparten sus conocimientos, 03 adultas mayores manifiestan que sus encuentros son, para compartir alimentos y cocinar juntas alimentos ancestrales.

En tal sentido, las relaciones interpersonales son indispensables por ser un lazo que une a las personas, esta podrá ser esporádica o mantenerse a lo largo del tiempo. Por otro lado, es una correspondencia entre dos personas, comprende reciprocidad y mantener lazos en común. Los adultos mayores en aislamiento social fueron afectados en sus relaciones interpersonales, el

encierro ha disminuido sus redes sociales, mencionan que, en la pandemia, fue difícil la comunicación, con los pares, por el miedo al contagio de covid-19, con el transcurso del tiempo fueron “normalizándose” las relaciones mediante muestra de apoyo moral y afectivo,

Presentamos el testimonio.

*“A veces tejemos, nos sentamos casi todo el día. A veces compartimos. cuando no están mis hijos nos cocinamos juntas”.*

A.M.12

*“Solo nos sentamos, tejemos. Le enseñó puntos y ella también, chacchamos coca y ahí conversamos pues”*

A.M.03

*“Solo nos sentamos, tejemos. Le enseñó puntos y ella también, chacchamos coca y ahí conversamos pues”.*

A.M 15

En el presente testimonio de A.M. 14, manifiesta, la ayuda de sus vecinos y el apoyo emocional entre ellos, mediante la superación al momento que están viviendo.

*“yaykunakuniku, kay vecinuykunapas kay señora Demisia famialiy qina kaniku, qamuy parlakusunchik, yanukurusun nispa niniku, ama manchakusunchu, ama pensaychu nispa, dejaruni chayna allinyarunI”*

AM.14

El MINSA destaca la importancia del apoyo de la familia a los adultos mayores en esta etapa de sus vidas; entendiendo que el envejecimiento es parte del proceso de la vida de todos los seres humanos, dice el MIMDES (2005) “La familia es considerada como el primer recurso o soporte, no solo afectivo sino también se subsistencia, especialmente para aquellas personas adultas mayores que no cuentan con pensiones ni seguros de salud”.

Es la coyuntura de pandemia covid-19, el apoyo de la familia fue importante para la supervivencia de los adultos mayores, quienes estuvieron dentro de una precariedad económica, sin trabajo; en tales circunstancias el apoyo de los hijos pasa por tomar conciencia del rol de hijos, mediante el apoyo que necesitan los padres, adultos mayores en los tramos finales de sus vidas.

En relación con la alimentación de los adultos mayores que viven solos, se hace complicado, porque no cubren con la economía suficiente, situación que deteriora la salud.

*“Chay qallaykuptin, mercaduta hermanuy riruspan rantipakaramurqa arrozta, fedioستا, tukuy imata, hinaspa wichqaruwarqaku, carcelpi hinan karqaniku, hina wasillapi”*

A.M.14

En lo concerniente a la salud, muchas familias han retomado el uso de medicamentos naturales, para prevenir el contagio, con plantas como kion, ajo, eucalipto, cebolla. Asimismo, la información de los familiares fue importante para evitar el contagio de Covid-19.

*“Mis hijos siempre me están hablando del covid, me cuidan, no me dejaban salir en la pandemia”*

A,M,12

*“He salido positivo en covid con agua de manzanilla kion esas cosas, pero de la posta también me han dado ese apoyo tratamiento pastillas. si todos, mi esposo es lo que nos ha contagiado. Leves nomas a mi esposo si un poco le ha chocado”.*

A.M.08.

También acudieron a los centros de salud, en prevención a la salud, entendiendo la eficacia de los medicamentos, pero también paralelamente acudieron a la medicina ancestral, para la curación del covi 19.



*“hayninpa gripe quruwan qinantin conchopatata rirani chaypi wiquparamuwan sinqayta, kay paladarninchta chaywanña allinyaykuni, gargarizani, limon, ajo, kion, chayninaka gargarizarani”*

*A.M.14*

El confinamiento prolongado y contagios han generado en los adultos mayores una acentuación a la situación de pobreza, ha afectado la disminución en el consumo de alimentos y consecuentemente el deterioro de la calidad de vida.

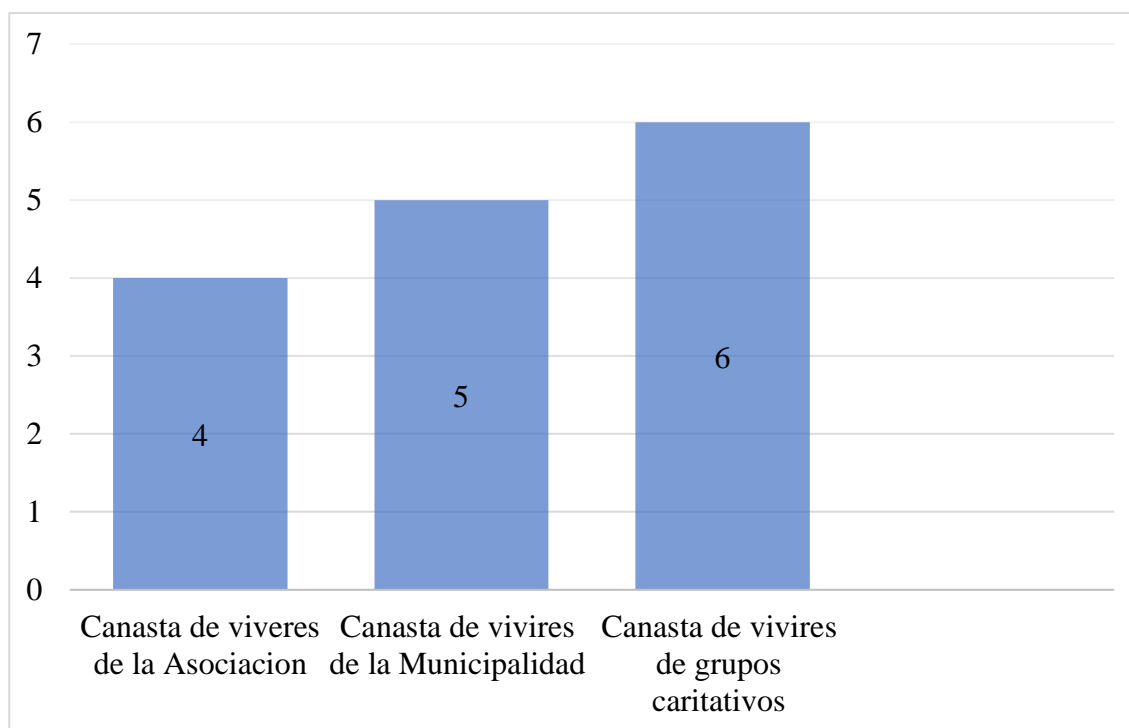
Como, una forma de aliviar, esta situación de abandono las autoridades locales, proporcionaron víveres a familias en situación de pobreza, también se acogieron los adultos mayores, quienes aliviaron sus situaciones de falta de alimentos.

La teoría del apoyo a través de Arriagada (2012), ayuda a comprender los beneficios del apoyo social:

Los beneficios del apoyo social; ofrece a los individuos información relativa a que son amados, estimados y valorados como miembros de un grupo social...[este] apoyo en todas sus formas; instrumental, emocional y material, refuerza el sentido de valía y ser querido del individuo, al percibirse a sí mismo como miembro aceptado del grupo. (p.27)

La dotación de entrega de víveres al adulto mayor durante la pandemia; los ha hecho sentirse valorados y reconocidos.

Figura 10: Apoyo a través de víveres de primera necesidad a los adultos mayores.



Nota: Entrevista.2021

En relación al apoyo de víveres, 04 adultos mayores manifiestan que recibieron canasta de víveres de las autoridades comunales, 05 adultos mayores han recibido de la municipalidad y otros 06 adultos refieren que personas de caridad les entregaron canastas de primera necesidad; por ello consideran un apoyo significativo, durante unas semanas.

Entre los testimonios de los adultos mayores, refleja las necesidades que atravesaron en el contexto de aislamiento que al transcurrir los días y los meses se acentuaban, más las necesidades y las angustias.

*“Solo los ahorros no alcanzan. Cuando empezaron a poner banderas blancas, a mi hermana le lleve a su casa y lo pusimos bandera blanca, ahí si nos han traído alimentos,*

*pero para ella, ya tenía suficiente. Entonces nos repartía a mí también porque yo me hago cargo de su hijo, porque ella no puede tener”.*

A.M.13

En este testimonio el adulto mayor acudió a colocar una bandera blanca, en la puerta de su domicilio, esto significaba una “ayuda urgente” principalmente para la alimentación, el espíritu solidario de vecinos o personas caritativas, no se hicieron de esperar.

*“Eso ha sido gran apoyo para nosotros, varias personas buenas han traído canasta a ella y eso nos ayudó mucho”.*

A.M. 15

*“kay comedorpi mikupakuni, yanapakuni, chay suberamusqnmanta, antes kay comedor karura, concejo municipal”.*

A.M14

El comedor municipal, apoyó proporcionando alimentación, fue un aliciente para personas desprotegidas y también para adultos mayores, que asistieron, este apoyo alivio en alguna medida, la angustia de estas personas.

*“Esperaba a mi hermana, a que me traiga algo de comer, a veces no legaba entonces me comía agua con algo, lo que había pe, a veces me chacchaba mi coca hasta que llegue”.*

A.M.5

Algunos adultos mayores perdieron sus canastas de víveres por no encontrarse en sus viviendas.

*“No, cuando me ido donde mi hermana yo he perdido dos veces mi canasta, todo eso, pero cuando regrese ya no encontré nada ya menos he bajado ya si no que me ha venido bono”.*

A.M.09

Las estrategias de apoyo implementadas por la comunidad ya sean autoridades o grupos de personas caritativas, ha tenido impacto en este grupo de adultos mayores quienes afrontaban situaciones difíciles.

Los programas sociales en la Región de Ayacucho estuvieron direccionadas a aliviar la pobreza a personas en situación de vulnerabilidad. En este caso el Programa social de asistencia solidaria pensión 65, busca dotar de un incentivo monetario a los adultos mayores de 65 años y de esa manera cubrir sus necesidades básicas.

*Tabla 3: programas sociales al cual acudieron*

<i>Programas sociales al cual pertenece</i>	Pensión 65	Comedor popular
SI	1	11
NO	14	04
	15 AM	15 AM

Nota: elaboración propia a partir de la entrevista

De 15 adultos mayores entrevistados solamente 01 adulto mayor refiere que recibe pensión 65, quien refiere que fue de gran ayuda en este contexto de aislamiento social con el dinero que percibía lo utilizo para la compra de alimentos del mes, 14 de los adultos mayores manifiestan que están en proceso de inscripción y otros que fueron rechazados; sin embargo, los mismos 11 adultos mayores son beneficiarios del comedor “los chankas” auspiciado por la municipalidad distrital de Andrés Avelino Cáceres Dorregaray, que ha reabierto su atención durante el aislamiento social, mientras que 04 de ellos fueron atendidos por sus familiares y no tuvieron la necesidad de asistir al comedor gracias al apoyo de sus hijos(as), nietos, yernos o nueras.

Testimonios de los adultos mayores:

*“Ari chaywanmi mukuchakuni wakichanwan mikuchakuni, wakichanta ahorrachakuni, sapa vez, Karqam llullqiyqa, hermanunymi rantipakamuq llullqichayta quptiy, pension 65 quwaq, wawaypas chaypin, apamuwanku paykunallam. Wakichanta rantipachakuniku, mana tiendapipas mana cancho aychapas”*

A.M.14

El adulto mayor A.M.14; relata que su pensión utilizó para abastecerse de alimentos, en otras oportunidades compartía con su hermano, la alimentación y de esa manera, apoyó con el dinero de pensión 65.

Mientras que otros adultos mayores no son beneficiarios de pensión 65, algunos en proceso de inscripción, aun no cumplen los 65.

*“No ninguno, ninguno de eso porque mi dni es de mi pueblo todavía, estoy tramitando y me alcanzo la pandemia... en ninguna organización de vaso de leche pensión 65 esas cositas”.*

A.M 04

*“No, no soy beneficiaria de algún programa del estado”.*

A.M. 07

*“No todavía no me aceptan”.*

A.M.15

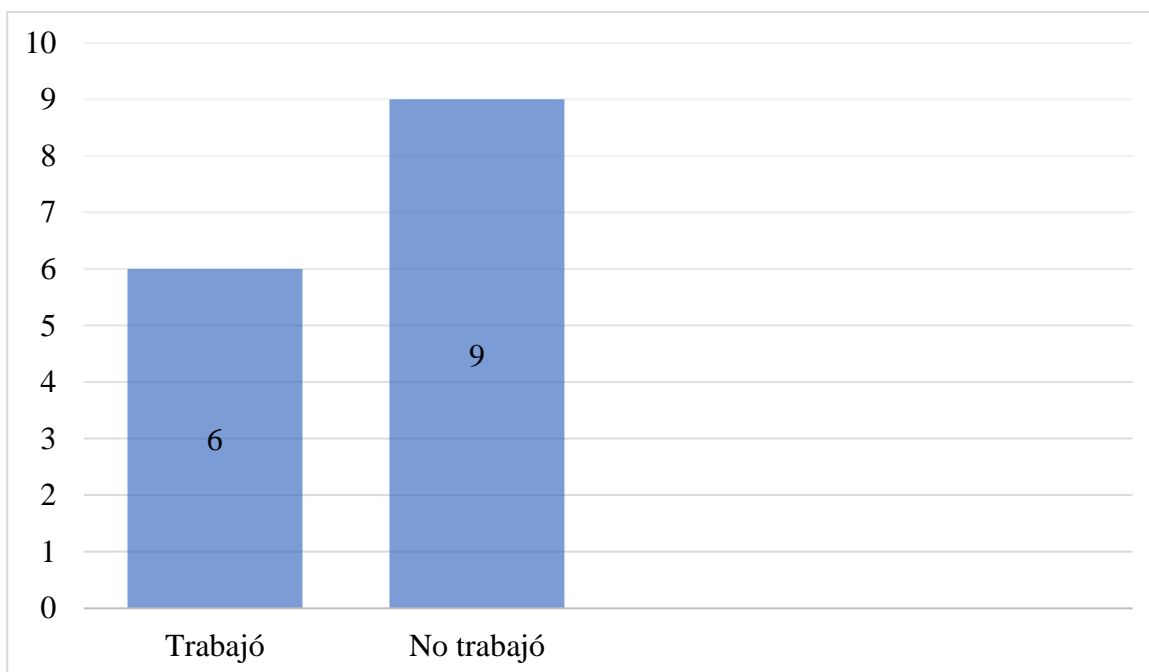
Por otro lado, el A.M.13, manifiesta que no es beneficiario, pero si se ha beneficiado del bono universal, siendo un alivio, para la compra de víveres

*“Todavía no tengo pensión 65, pero el bono me ha llegado. 2 veces, con eso he comprado alimentos, aceites, arroz, azúcar, haba, moron esas cosas, eso me ha ayudado bastante”.*

A.M.13

Los adultos mayores, para cubrir sus necesidades, tuvieron que trabajar en actividades temporales que bien solos se vieron obligados a buscar trabajos temporales, para cubrir sus necesidades personales.

*Figura 11: Trabajos eventuales que realizan los adultos mayores.*



Nota: elaboración propia a partir de la entrevista

Para cubrir sus ingresos 06 adultos mayores entre mujeres y varones empezaron a dedicarse a vender o abrir sus negocios, después de un año de la pandemia iniciaron a trabajar en forma esporádica ha sido difícil de insertarse en las nuevas condiciones y con nuevos protocolos, mientras que 09 adultos mayores no pudieron trabajar por el avance de su edad, y otros porque convivían con sus hijos.

*“Desde el año pasado ya estoy trabajando, los domingos atiendo en baño de la feria dominical de san juan, me pagan 100 soles los domingos. Eso por las justas alcanza para la semana”.*

A.M.13

*“Bueno venían trabajos a mi casa, vienen trabajitos algunos como para soldar planchar o pintar, si venían dejaban su máquina se iban pues entonces había para solventar los gastos”.*

A.M.4

04, adulto mayor antes de confinamiento manifestaron tener trabajo en cerrajería a causa de la pandemia, dejaron de trabajar, la necesidad económica, hizo que vuelvan nuevamente a sus trabajos, para solventar sus necesidades.

*“Si trate, pero por mi edad no se consigue”*

A.M.07

Otro adulto mayor, manifiesta que buscó trabajo, pero por la edad no consiguió, situación que ocasionó depresión e impotencia.

*“Hace poco no más ya voy a vender canchita a la puerta del hospital, antes podía vender por penal pero ahora no hay visitas. Nadie te compra”*

A.M.05

*“Mi esposo trabaja en la chacra me manda lo que puede, mi hijo me ayuda”*

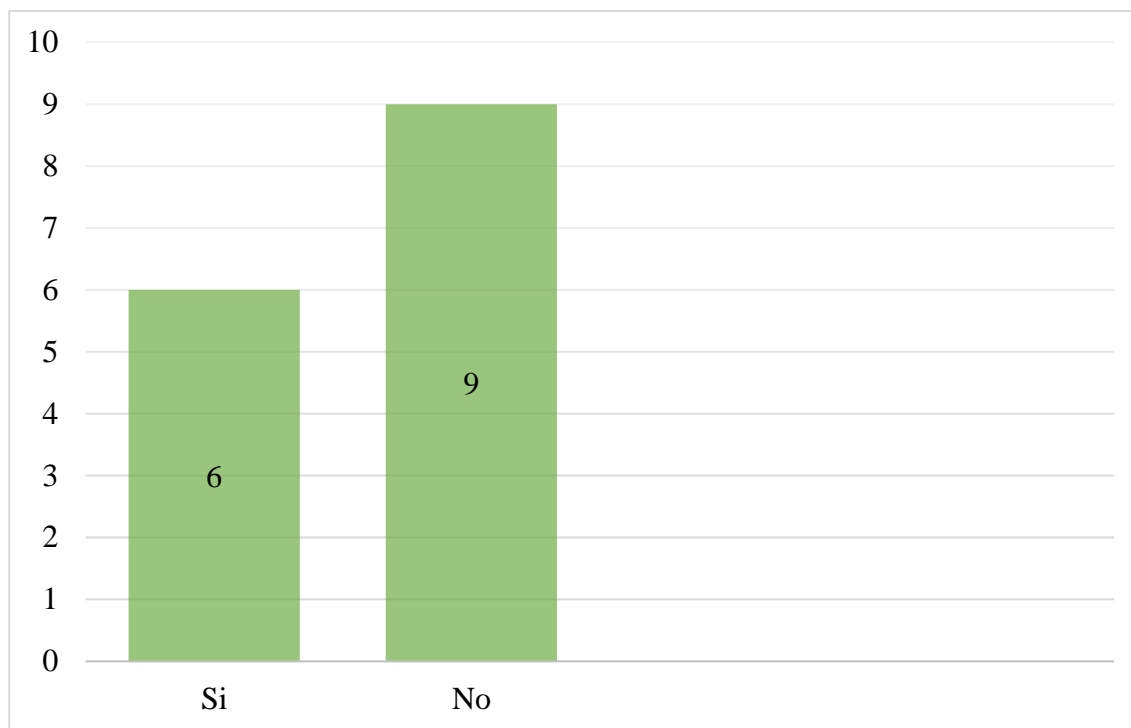
A.M.10

La actividad laboral para los adultos mayores cada vez más se agudiza, el desempleo es frecuente, ante ello realizan trabajos informales, que obviamente no cubren sus necesidades personales.

Estos adultos mayores, son migrantes del campo, provienen de provincia de La Mar, Vilcas Huamán, Cangallo, Víctor Fajardo.

En la declaratoria d emergencia por Covid-19, muchos adultos mayores, decidieron volver a sus lugares de origen, para trabajar en la agricultura.

Figura 12: Salida a zona de origen durante el aislamiento social.



Nota: entrevista 2021

Según el gráfico 11: 06 adultos mayores migraron de forma itinerante a sus zonas de origen, para afrontar la alimentación y también trabajar en la agricultura; mientras que 09 adultos mayores permanecieron en sus hogares, no viajaron por falta de economía, solamente esperaron encomiendas de sus familiares quienes cada cierto tiempo abastecieron con productos del campo.

Tenemos los siguientes testimonios:

*“He ido a la chacra donde mi hermana, a traer cereales. A Anyay de ahí he traído varias cosas, también me manda mi hermana. He ido cuando ya terminaba la cuarentena”.*

A.M.13



*“Si, de Ayacucho nos fuimos a la selva. ha sido muy feoo, no querían que pasemos los policías”*

A.M.02

Aun con las restricciones del aislamiento social obligatorio, los adultos mayores retornaron a sus lugares, para provisionarse de alimentos y escapar del “encarcelamiento” como ellos lo denominan.

Otros adultos mayores manifiestan que sus familiares o hijos, enviaron encomiendas, con productos del campo, porque se sintieron impedidos de volver a sus lugares de origen y exponerse al contagio de covid-19.

*“No he podido ir, han subido mucho el pasaje, solo me mandaban mis familiares encomiendita, papa y otras cosas”.*

A.M.02

*“No, me quedado aquí porque pasaje como mi pueblo es lejos pasajes costaba, cuanto me saldría”.*

A.M.09

En la Región de Ayacucho durante el aislamiento social muchas personas migraron al Vraem, y otras provincias, incluso familias completas, viajaron caminando, por la desesperación a no contagiarse y el encierro que soportaron durante 2 años.

## CONCLUSIONES

1. Se concluye, el aislamiento social obligatorio de los adultos mayores en el contexto de pandemia covid-19, ha repercutido de manera alarmante en la salud física y emocional, durante este periodo muchos de ellos estuvieron conviviendo con sus hijos de forma temporal y otros se alejaron de sus familiares, además la frecuencia de visita de los familiares fue restringida debido al mayor contagio, lo cual demandó las nuevas formas de mantenerse en contacto a través de WhatsApp, video llamadas y llamadas por celular. El apoyo familiar existió, pero fue insuficiente, porque no comprendieron la situación personal que afrontaron los adultos mayores, situación que también afectó los estados anímicos de los adultos mayores quienes afrontaron la incertidumbre ante sus vidas de manera insegura, por el covid-19.
2. En cuanto a estado emocional del adulto mayor en aislamiento social, las altas probabilidades de contagio y muerte en adultos mayores por la covid-19, ha ocasionado efectos en el estado emocional del adulto mayor repercutiendo de manera alarmante en la salud emocional, ocasionando estados depresivos de tristeza, miedo, angustia, sentimientos de abandono e impotencia que perjudicaron la salud física y mental; este encierro, ocasionó alteración de sueño, estrés y dolor de cabeza con la presencia del miedo a la muerte.
3. Finalmente, se concluye que los adultos mayores buscaron estrategias para poder sobrevivir buscando el apoyo de la familia, incorporándose a trabajos informales, actividades que comparten entre los adultos mayores, como: contando anécdotas, saberes y tejidos, el apoyo de la comunidad mediante canastas con víveres, asistencia al comedor popular, y el uso de la bandera blanca en señal de ¡auxilio! tuvo efectos de solidaridad en los vecinos y personas caritativas, así mismo el Municipio contribuyó a esta acción social.

## RECOMENDACIONES

1. La pandemia de Covid-19 ha enseñado que se requiere establecer estrategias encaminadas a la Atención Integral de los de grupos de tercera edad como respuesta a las diferentes alteraciones en el estado emocional que afecta su salud física, el gobierno debería de priorizar inversión en el sector salud en infraestructura y personal de primera línea, priorizar en grupos de personas con mayor vulnerabilidad para no ser afectados en el bienestar general y salvaguardar la salud física y emocional.
2. Los gobiernos regionales tienen que implementar proyectos para fortalecer a las familias e integrar a los adultos mayores a sus familiares o hogares de acogimiento, sobre todo en situaciones como esta pandemia que ha tenido marcado la salud emocional y física que agrava su situación social y económica. La salud emocional es muy importante para adaptarse a situaciones parecidas o superar las inclemencias de pandemias y contextos parecidos a ella.
3. De igual manera el gobierno local y la comunidad tiene fortalecer programas de apoyo o emergencias para abastecer a los más necesitados como los adultos mayores en situación de abandono y asimismo implementar más comedores para solventar la alimentación de este grupo etario y otros que son vulnerables.
4. Se recomienda a las autoridades de diferentes sectores del gobierno local, regional y nacional, de crear y generar espacios recreativos para los adultos mayores que permitan mejorar su bienestar emocional.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alonso T., L., Ugalde P., M., Placeres F, J., Mesa S., C., Velasco F, Y., & Jiménez L, Y. (2021). Acompañamiento emocional en adultos mayores ante la covid-19: una necesidad impostergable. *Revista Médica electrónica*, 43.
- Ander Egg, E. (1983). *Técnicas de investigación Social*. España: Humanitas.
- Aranibar, P. (2001). *Acercamiento conceptual a la situación del adulto mayor en América Latina*. Chile: CEPAL.
- Ares, P. (2002). *psicología de familia. Una aproximación a su estudio*. La Habana, Cuba: Félix Varela.
- Arias, C. J. (2009). la red de apoyo en la vejez. Aportes para su evaluación. *psicología da imed* , 147-158.
- Arias, C. J. (2013). El apoyo social en la vejez: la familia, los amigos y comunidad. *Revista Kairos gerontología*, 313-329.
- Arriagada, M. (2012). *Apoyo emocional, instrumental y material hacia el adulto mayor: una percepción desde los hijos*. concepción, Chile: Universidad de Bio Bio.
- Barquero Brenes, A. (2014). Convivencia en el contexto familiar: un aprendizaje para construir cultura de paz. *Actualidades investigativas en la educación*, 1-19.
- Barreiro, M. C. (2007). *"Adultos mayores en un contexto de desprotección social"*. Argentina: Universidad de la Pampa.
- Boeree, G. (2003). *Teorías de la personalidad de Abraham Maslow*. Nueva York: R. Gautier, Trad.
- Boeree, G. (2003). *Teorías de la personalidad de Abraham Maslow*. Nueva York: R Gautier, Trad.

Centros para el control y la prevención de enfermedades. (07 de marzo de 2022). *Soledad y aislamiento social vinculadas a afecciones graves.*

<https://www.cdc.gov/aging/spanish/features/lonely-older-adults.html>

Chueca Márquez, M., & Pineda Medina, J. (2016). *Alcances y limitaciones de la gestión del Programa Nacional de Asistencia Solidaria "Pensión 65" en zonas rurales altoandinas, caso: distritos de Cayarani y Puyca en el departamento de Arequipa.* Lima: Pontificia Universidad católica del Perú - PUCP.

Congreso de la Republica del Perú. (1993). *Artículo 04, CAPITULLO II DE LOSO DERECHOS SOCIALES Y ECONOMICOS.* Lima: Normas Jurídicas.

Di Veroli, D., & Schumunis, E. (2008). *Arquitectura y envejecimiento: hacia un hábitat inclusivo.* Buenos Aires, Argentina: Nobuko.

EL PERUANO. (13 de agosto de 2020). *Número de fallecidos por corona virus llega a 25,648 tras nueva actualización.* <https://elperuano.pe/noticia-numero-fallecidos-coronavirus-llega-a-25648-el-peru-tras-nueva-actualizacion-101103.aspx>

Fernández Condorpusa, R. (2016). *Las condiciones de vida de los adultos mayores organizados en los sectores: Snta Elena y Yanamilla".* Ayacucho: UNSCH.

Fernandez Condorpusa, R. C. (2016a). *Las condiciones de vida de los adultos mayores organizados en los sectores: santa elena y yanamilla - Distrito Andrés Avelino Cáceres Dorregaray. 2013-2015.* Ayacucho - Perú: Universidad Nacional de San Cristóbal de huamanga.

Gene Badia, J., Ruiz Sánchez, M., obiols maso, n., Oliveras Puig, L., & Lagarda Gimnez, E. (2016). Aislamiento social y soledad: ¿qué podemos hacer los equipos de atención primaria? *ELSEVIER*, 604 - 609.

- Gonzales Izquierdo, J. (19 de 05 de 2020). La economía del mercado debe Cambiar sustancialmente. págs. 2-6.
- Granda, A., Quiroz, G., & Runzer, F. C. (2021). Efectos del aislamiento en adultos mayores durante la pandemia de COVID-19: una revisión de la literatura. *Acta Medica Peruana*, 305-312.
- GRUPO TEMATICO DE CIENCIAS SOCIALES - MINSA. (2020). *Por una nueva convivencia. La sociedad peruana en tiempos de covid - 19. escenarios, propuestas de política y acción pública*. Lima: PUCP.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2014). *metodología de la investigación*. MEXICO: McGrawHill Education.
- Herrera Abad, L., & Matsuda Guinoza, R. (2020). *Por una nueva convivencia - la sociedad peruana en tiempos del COVID-19; escenarios, propuestas de políticas y acción pública*. Lima: Grupo temático de ciencias Sociales - MINSA.
- Huenchuan, S. (2018). *Envejecimiento, personas mayores y agenda 2030 para el desarrollo sostenible*. Naciones Unidas: CEPAL .
- INEI - Instituto Nacional de Estadística e Informática. (21 de 05 de 2019). *El Perú contar con una óblacion de 33 35 mil 304 habitantes*. <https://m.inei.gob.pe/prensa/noticias/en-el-2021-ano-del-bicentenario-de-la-independencia-el-peru-contara-con-una-poblacion-de-33-millones-35-mil-304-habitantes-11624/#:~:text=En%20el%20a%C3%B1o%202021%2C%20el,sobre%20la%20base%20de%20los>
- INEI (Instituto Nacional de Estadística e Informática). (2020, Octubre, Noviembre y Diciembre). *Situación de la Población Adulta Mayor*. Lima.

- INEI: Instituto Nacional de estadística e informática. (2013b). *Informe técnico N°4: situación de la niñez y del Adulto Mayor julio-agosto-setiembre*. Lima: INEI.
- INFOCOP - Consejo General de la psicología de España. (17 de 03 de 2020). *El impacto psicológico de la cuarentena y como reducirlo, según un estudio*.  
<http://www.revistaccuba.sld.cu/index.php/revacc/article/view/839/855>
- Lazo Negron, V. A. (2015). *Efectos del Programa pensión 65, en la calidad de vida de los beneficiarios de Distrito de Sanyto Tomas. Chumbivilcas- Cusco,2012-2014"*. Arequipa: UNSA. Universidad Nacional San Agustín.
- Lorenzo, R., Diaz, K., & Zaldivar, D. (27 de 10 de 2020). *La psicología como ciencia en el afrontamiento a la COVID-19: apuntes generales*.  
<http://www.revistaccuba.sld.cu/index.php/revacc/article/view/839/855>
- Ludeña, M. M. (2012). *Maltrato y abandono a la persona adulto mayor en el asilo santa Teresita de niño Jesús de la ciudad de Loja*. Loja: Universidad Nacional de Loja.
- M. González., L. (s/f). Orientación de lectura sobre vulnerabilidad social. *CONICET-U.N. Córdoba*, 15.
- Marquina Medina, R., & Jaramillo Valverde, L. (2020). EL COVID-19: Cuarentena e impactos psicológicos en la población. *ORCID*, 12.
- MIMDES. (2005). *Violencia familiar en las personas adultas mayores en el Perú*. Lima: Ministerio de la mujer de desarrollo social.
- MINISTERIO DE SALUD. (2020). *Lineamientos de salud mental y apoyo psicosocial en el marco de alerta sanitaria por coronavirus (COVID-19)*. COSTA RICA.
- MINISTERIO DE SANIDAD - España. (05 de JULIO de 2020). *Bienestar Emocional*. Bienestar Emocional:

- <https://bemocion.sanidad.gob.es/emocionEstres/emociones/aspectosEsenciales/queSon/home.htm>
- MINSA - Ministerio de Salud. (abril de 2020). Guía técnica para el cuidado de la salud mental de la población afectada, familias y comunidad en el contexto del COVID-19. Lima, Lima, Perú.
- Morales Martínez, F. (1999). Derechos de la Salud de los ancianos o "Adultos Mayores". *Revista Latinoamericana de Derecho Medico y Medicina Legal*, 51.
- Municipalidad de Lima. (04 de abril de 2020). *consejos para una convivencia armoniosa durante e asilamiento social obligatorio*. <http://www.munlima.gob.pe/noticias/item/39830-consejos-para-una-convivencia-armoniosa-durante-el-aislamiento-social-obligatorio>
- Naranjo, I., Mayor, S., De la Rivera, O., & Gonzales, R. (2021). Estados emocionales de adultos mayores en aislamiento social durante la COVID-19. *Revista de información científica*, 1-10.
- North American Nursing Diagnosis Association (NANDA). (2001). *Diagnósticos enfermeros: definiciones y clasificación 2001-2002*. Madrid: Ed harcourt S.A.
- OMS - Organización Mundial de la Salud. (4 de 10 de 2021). *Envejecimiento y Salud*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>
- OMS ORGANIZACION MUNDIAL DE LA SALUD. (05 de febrero de 2018). *Envejecimiento y Salud*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/envejecimiento-y-salud>
- ONU. (1948). La Declaración Universal de los derechos Humanos.
- Oriundo. (2016). *Los factores socioeconómicos de la familia y la desatención del adulto mayor del programa PADOMI, ESSALUD - AYACUCHO,2016*. Universidad Nacional de Huamanga.



- Osorio, C. G. (2007). *Abandono del adulto mayor en la casa de tercera edad*. Hidalgo: Universidad Autónoma de Estado de Hidalgo.
- PERU21. (25 de JUNIO de 2018). *ECONOMIA*. <https://peru21.pe/economia/inei/mayores-60-años-son-11-9-poblacion-411560>
- Plataforma digital única del estado peruano*. (02 de julio de 2020). <https://www.gob.pe/8778-ministerio-de-salud-cuidados-del-adulto-mayor-frente-al-coronavirus>
- Rios, A. (16 de noviembre de 2020). *Salud e industria farmacéutica*. número de personas fallecidas a causa del coronavirus (COVID-19) en América Latina y el Caribe al 16 de noviembre de 2020, por país: <https://es.statista.com/estadisticas/1105336/covid-19-numero-fallecidos-america-latina-caribe/>
- Ruiz Rivera, N. (12 de agosto de 2011). La definición y medición de la vulnerabilidad social. Un enfoque normativo. Investigación Geográfica. *Boletín del Instituto de geografía - UNAM*.
- Sánchez Cobardo, P., García Gómez, M., Gómez Diaz, M., Gómez Sánchez Rosario, & Delgado Gomez, M. S. (s.f). *BIENESTAR EMOCIONAL*. DYKYNSON, S.L.
- Tchiki, D. (21 de 04 de 2020). *PSYCHOLOGY TODAY*. ¿qué es el bienestar? Definición, tipos y habilidades para el bienestar: <https://www.psychologytoday.com/mx/blog/que-es-el-bienestar-definicion-tipos-y-habilidades-para-el-bienestar>
- TELESUR. (06 de junio de 2020). *Impactos de la COVID-19 en salud y servicios de adultos mayores*. <https://www.telesurtv.net/news/coronavirus-impacto-servicio-salud-atencion-personas-mayores-20200605-0064.html>
- UNICEF. (26 de 03 de 2020). *Fondo Internacional de Emergencias de las Naciones Unidas para la Infancia*. *Como los adolescentes pueden proteger su salud mental durante el*

*coronavirus (COVID-19)*. <https://www.unicef.org/lac/historias/proteccion-de-la-salud-mental-de-adolescentes-durante-el-covid-19>

Universidad de Chile. (2020). SALUD MENTAL EN SITUACION DE PANDEMIA - Documento de mesa social de covid-19. 1-8.

Villagomez Valdes, G. (2013). *No es pecado envejecer. pobreza y desigualdad social del adulto mayor*. México D.F: Maporrua.

Yuste, N. R., Rubio, H. R., & Aleixandre, R. M. (2004). *Introducción a la psicogerontología*. Madrid: Pirámide.

**ANEXOS**

## Anexo I. Matriz de Consistencia.

Problema General	Objetivos	Variables y Dimensiones	Indicadores	Metodología
¿Cuáles son los efectos del aislamiento social en el bienestar emocional del adulto mayor de la Asociación de vivienda los Chankas del distrito Andrés Avelino Cáceres?	•Explicar los efectos del aislamiento social en el bienestar emocional del adulto mayor de la Asociación de vivienda los Chankas del distrito Andrés Avelino Cáceres.	Variable Independiente <b>Aislamiento social</b>  Variable Dependiente <b>Bienestar emocional</b>		<b>Método:</b> Cualitativo Nivel de investigación: explicativo <b>Población:</b> adultos mayores en aislamiento social  <b>Muestra no probabilística:</b> 15 adultos mayores. 11 mujeres y 4 varones
<b>Problema Especifico</b> ¿Cuáles son los efectos que ha generado el aislamiento social del entorno familia en el estado emocional del adulto mayor durante la pandemia (covid-19)	<b>Objetivos Especificos</b> Conocer los efectos de aislamiento social de la familia en el estado emoción del adulto mayor, durante la pandemia (covid-19)	D.1 Aislamiento social de la familia	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Numero de familiares con quien vive.</li> <li>– Grado de dependencia de la familia</li> <li>– Tiempo de permanencia con su familia.</li> <li>– Frecuencia de visitas realizadas por sus familiares</li> <li>– Grado de comunicación con su familia</li> <li>– Nivel de atención recibida por la familia en sus necesidades básicas</li> </ul>	<b>TÉCNICAS:</b> Entrevista: Guía de entrevista

			<p>(alimentación, salud, vestimenta)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Medios que utiliza la familia para comunicarse.</li> </ul> <p>Nivel de relación con sus familiares.</p>	
		D.2 Estado emocional del adulto mayor	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Sentimientos de abandono, soledad, de tensión de inseguridad</li> <li>– Motivación de vivir.</li> <li>– Problemas de salud mental (</li> <li>– Sentimiento de inseguridad</li> <li>– Expresión de afecto de los hijos</li> </ul> <p>Grado de satisfacción con los hijos</p>	
¿Cuáles son las estrategias al que acude el adulto mayor para enfrentar el aislamiento social durante la Pandemia (covid-19)?	Identificar los vínculos sociales al que acude el adulto mayor para enfrentar el aislamiento social durante la Pandemia (covid-19).	D.1 Estrategias al que acude el adulto mayor	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Tipo de relacionarse con otros</li> <li>– Nivel de apoyo de la familia</li> <li>– Nivel de apoyo de sus redes amigos</li> <li>– Apoyo de la comunidad.</li> <li>– Uso de ahorros para sus gastos</li> </ul>	

			<ul style="list-style-type: none"><li>- Inserción a trabajos eventuales</li></ul> Salida a campo de manera itinerante.	
--	--	--	--	--

**Anexo II. Entrevista.**

Nombre: \_\_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_\_

Estado Civil: \_\_\_\_\_ N.º De Hijos \_\_\_\_\_

Grado De Instrucción: \_\_\_\_\_

1. Alejamiento involuntario del familiar

a. ¿Cuánto tiempo estuviste en asilamiento social de tu familia?

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

b. ¿Cómo fue la comunicación durante el aislamiento con tu familia?

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

c. ¿Cada que tiempo te comunicabas con tus hijos, familiares?

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

d. ¿Con quién vives?

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

e. ¿Con que cubres tus gastos del hogar? ¿Cómo haces alcanzar tu dinero para tus gastos?

.....  
.....

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

f. ¿Qué estrategias has buscado cuando se te acabo tu dinero o víveres?

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

2. Bienestar del adulto mayor

2.1. Estado emocional

a. ¿Cómo te has sentido durante la cuarentena? ¿Tuviste sentimientos de abandono por parte de tus hijos?

.....  
.....  
.....  
.....

b. ¿Has tenido miedo en algún momento? ¿en qué pensaste cuando entro el aislamiento social?

.....  
.....  
.....  
.....

c. ¿Con quién vives o cual de tus hijos? ¿Cómo te llevas con la persona con quien vives?

.....  
.....  
.....  
.....

d. ¿Cómo es la relación con tus nietos? ¿Cómo te llevas con la pareja de tu hijo (a) y sus familiares?

.....  
.....



.....  
.....  
.....

e. ¿Tienes el apoyo y afecto de tus demás familiares?

.....  
.....  
.....  
.....

1.2 Entorno amical y comunal

a. ¿Tienes amistades de tu misma edad? ¿De dónde la conoce y hace cuanto son amigas?

.....  
.....  
.....  
.....

b. ¿Qué actividades comparten? ¿De qué conversan frecuentemente?

.....  
.....  
.....  
.....

c. ¿Tu amistad te anima a salir de esta situación de COVID-19? ¿qué te dice?

.....  
.....  
.....  
.....

d. ¿Pertenece a alguna organización? o ¿Eres beneficiaria de algún programa del estado?

.....  
.....  
.....  
.....

e. ¿Qué función ocupas en la organización? ¿qué otras actividades realizas?

.....  
.....  
.....

.....  
.....

f. ¿Le gustaría estar en una mejor situación?

.....  
.....  
.....  
.....

3. Estrategias del adulto mayor

a. ¿Cuándo no tuviste alimentación que has hecho? ¿a quién acudiste?

.....  
.....  
.....  
.....

b. ¿Tus ahorros fueron suficientes para tus gastos?

.....  
.....  
.....  
.....

c. ¿Buscaste algún trabajo para ayudar en tu hogar?

.....  
.....  
.....  
.....

d. ¿Tuviste que ir a tu zona de origen para poder sobrevivir?

.....  
.....  
.....  
.....

e. ¿Buscaste apoyo en tu comunidad o vecinos?

.....  
.....  
.....

.....  
.....

Gracias por su colaboración.

**Anexo III. Evidencia Fotográfica.**



Foto N°

Entrevista a adultos mayores en la asociación los Chankas, distrito Andrés Avelino Cáceres

03

Dorregaray.



Foto N°

Entrevista a adultos mayores en la asociación los Chankas, distrito Andrés Avelino Cáceres

04

Dorregaray.

## ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En la ciudad de Ayacucho, siendo las dieciséis horas con cuarenta y cuatro minutos (16: 44) el día jueves 22 de junio de 2023, se reúnen en la sala de sesiones de la Facultad de Ciencias Sociales los miembros del jurado de evaluación de tesis, bajo la dirección del Dr. José Alberto Ochatoma Paravicino (Presidente) y los docentes: Mtra. Roberta García De La Cruz (Miembro), Mtra. Luz Vanessa Guinea Pérez (Miembro), Mtra. Guissel Esteves Yaranga (Miembro), Mg. Maura Quispe Sulca (Asesora) y el secretario docente Mg. Juan Teófilo Cáceres Curo; encargados de la recepción, calificación y sustentación de la tesis presentada por el bachiller Víctor Américo LARA LIZARBE, titulado "EFECTOS DEL AISLAMIENTO SOCIAL EN EL BIENESTAR EMOCIONAL DEL ADULTO MAYOR EN LA ASOCIACIÓN LOS CHANKAS, DISTRITO ANDRÉS AVELINO CÁCERES DORREGARAY - 2020"; con la cual aspira optar el título profesional de Licenciada en Trabajo Social, verificado el quorum reglamentario, el presidente del jurado solicita al secretario docente dar la lectura a la RESOLUCIÓN DECANAL No 373-2023-UNSCH-FCS/D, de acuerdo al reglamento de Grados y Títulos del Plan de Estudios Reajustado de 2004 de la Escuela Profesional de Trabajo Social. Culminada la lectura, el presidente de la comisión autoriza al bachiller, iniciar la sustentación en un tiempo de 20 minutos, siendo las dieciséis horas con cuarenta y siete minutos (16: 47).

Siendo las diecisiete horas con cuatro minutos (17: 04) el bachiller termina con la exposición de su tesis y se inicia con la ronda de preguntas de parte de los jurados, en el orden siguiente:

- La Mtra. Roberta García De La Cruz, ¿De dónde surge el interés para el tema de su investigación? ¿Cuál es la estrategia metodológica aparte de lo que mencionas? ¿Cuáles son los derechos del adulto mayor y deberes de su familia con el adulto mayor? Respuesta del sustentante: vivo en el lugar, las temáticas de intervención, la Ley 30490 que muchas veces no se cumple.
- La Mtra. Guissel Esteves Yaranga, inicia con la felicitación por su trabajo ¿Cuáles son los efectos del aislamiento social en adultos mayores? ¿Cuáles son las emociones que sienten los adultos mayores? ¿Cuál es la participación del Estado? El sustentante responde que es el miedo, tristeza, miedo a la muerte, bonos que intentaron paliar.
- La Mtra. Luz Vanessa Guinea Pérez, abarca problemática social ¿Cuáles son las estrategias que tuvieron los adultos mayores para salir de su situación? ¿Por qué en la gráfica aparece nunca: siempre, casi nunca, ¿nunca? El sustentante responde que había comedores populares, clubes de madres, etc. finalmente la asesora realiza las precisiones respectivas a las preguntas.

El Mg. Juan Teófilo Cáceres Curo (secretario docente) consolida la hoja de calificación la hoja de calificación de acuerdo al siguiente detalle:

Nombre del jurado evaluador	Calificación de la exposición	Calificación a respuestas de preguntas	Promedio
Mtra. Roberta García De La Cruz	14	14	14
Mtra. Luz Vanessa Guinea Pérez	14	14	14
Mtra. Guissel Esteves Yaranga	14	13	14

El promedio final es de 14 (catorce).

Finalmente, el presidente del jurado informa al sustentante el resultado de la calificación y hace llegar las felicitaciones que corresponde.

El acto académico concluye a las diecisiete horas con treinta y cinco (17: 35) y firma en señal de conformidad el presidente y el secretario docente.

  
UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN  
CRISTÓBAL DE HUAMANGA  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES  
Dr. José Alberto Ochatoma Paravicino  
DECANO (P)

  
Juan T. Cáceres Curo  
Secretario docente



# UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA

(Segunda Universidad Fundada en el Perú)

Av. Independencia s/n- Ciudad Universitaria

## CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD

N°203 EPTS/FCS/UNSCH

1. **Nombres y Apellidos del investigador (a):** VICTOR AMERICO LARA LIZARBE.

**DNI N°** 45093290 **Código N°** 12192003

2. **Escuela Profesional:** TRABAJO SOCIAL.

3. **Facultad:** CIENCIAS SOCIALES

4. **Tipo de trabajo académico evaluado:** TESIS DE PREGRADO

5. **Título del trabajo académico:**

EFFECTOS DEL AISLAMIENTO SOCIAL EN EL BIENESTAR EMOCIONAL DEL ADULTO MAYOR EN LA ASOCIACIÓN LOS CHANKAS, DISTRITO ANDRÉS AVELINO CÁCERES DORREGARAY – 2020.

6. **Software de similitud:** TURNITIN

7. **Fecha de recepción:** 24 de agosto 2023

8. **Fecha de evaluación:** 31 de agosto 2023

9. **Porcentaje de similitudes.** 20%

10. **Evaluación de originalidad.**

Porcentaje de similitud	Resultado
* 20%	** APROBADO

\* Consignar el porcentaje de similitud

\*\*Consignar APROBADO si se encuentra dentro del rango de porcentaje establecido o DESAPROBADO si excede el porcentaje permisible de similitud.

Ayacucho, 31 de agosto del 2023

Mtro. Marcelino Carrera Oré

Docente Instructor

ESCUELA PROFESIONAL DE TRABAJO SOCIAL  
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS HISTÓRICO SOCIALES

EFECTOS DEL AISLAMIENTO  
SOCIAL EN EL BIENESTAR  
EMOCIONAL DEL ADULTO  
MAYOR EN LA ASOCIACIÓN LOS  
CHANKAS, DISTRITO ANDRÉS  
AVELINO CÁCERES  
DORREGARAY – 2020.

*por* Victor Americo Lara Lizarbe

---

**Fecha de entrega:** 31-ago-2023 06:28p.m. (UTC-0500)

**Identificador de la entrega:** 2155340113

**Nombre del archivo:** TESIS\_2\_-\_Am\_rico.pdf (1.75M)

**Total de palabras:** 20097

**Total de caracteres:** 118093



# EFFECTOS DEL AISLAMIENTO SOCIAL EN EL BIENESTAR EMOCIONAL DEL ADULTO MAYOR EN LA ASOCIACIÓN LOS CHANKAS, DISTRITO ANDRÉS AVELINO CÁCERES DORREGARAY – 2020.

## INFORME DE ORIGINALIDAD

20%

INDICE DE SIMILITUD

20%

FUENTES DE INTERNET

3%

PUBLICACIONES

14%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

## FUENTES PRIMARIAS

1 Submitted to Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga 3%  
Trabajo del estudiante

2 repositorio.unsch.edu.pe 1%  
Fuente de Internet

3 redin.pncvfs.gob.pe 1%  
Fuente de Internet

4 www.defensoria.gob.pe 1%  
Fuente de Internet

5 repositorio.unsa.edu.pe 1%  
Fuente de Internet

6 desarrollosociemocionalyaprendizaje.blogspot.com 1%  
Fuente de Internet

7 vsip.info 1%  
Fuente de Internet

repositorio.unc.edu.pe

8	Fuente de Internet	1 %
9	tesis.pucp.edu.pe Fuente de Internet	1 %
10	repositorio.upse.edu.ec Fuente de Internet	1 %
11	hdl.handle.net Fuente de Internet	<1 %
12	www.revinfcientifica.sld.cu Fuente de Internet	<1 %
13	revmedicaelectronica.sld.cu Fuente de Internet	<1 %
14	www.biblioteca.unlpam.edu.ar Fuente de Internet	<1 %
15	www.scribd.com Fuente de Internet	<1 %
16	unividafulp.edu.co Fuente de Internet	<1 %
17	repositorio.uleam.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
18	1library.co Fuente de Internet	<1 %
19	revista-academica.utb.edu.ec Fuente de Internet	<1 %

20	<a href="http://www.researchgate.net">www.researchgate.net</a> Fuente de Internet	<1 %
21	<a href="http://ebin.pub">ebin.pub</a> Fuente de Internet	<1 %
22	<a href="http://repositorio.uap.edu.pe">repositorio.uap.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1 %
23	<a href="http://repositorio.ug.edu.ec">repositorio.ug.edu.ec</a> Fuente de Internet	<1 %
24	Submitted to Universidad Andina del Cusco Trabajo del estudiante	<1 %
25	<a href="http://integracion-academica.org">integracion-academica.org</a> Fuente de Internet	<1 %
26	<a href="http://repositorio.ucv.edu.pe">repositorio.ucv.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1 %
27	<a href="http://cdn.www.gob.pe">cdn.www.gob.pe</a> Fuente de Internet	<1 %
28	<a href="http://covid19.sld.cu">covid19.sld.cu</a> Fuente de Internet	<1 %
29	<a href="http://ri.ues.edu.sv">ri.ues.edu.sv</a> Fuente de Internet	<1 %
30	<a href="http://www.mimdes.gob.pe">www.mimdes.gob.pe</a> Fuente de Internet	<1 %
31	<a href="http://www.repositorio.usac.edu.gt">www.repositorio.usac.edu.gt</a> Fuente de Internet	<1 %

32	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	<1 %
33	ponga-sirve.fun Fuente de Internet	<1 %
34	repositorio.unap.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
35	repositorio.upn.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
36	Submitted to Universidad Catolica Cardenal Raul Silva Henriquez Trabajo del estudiante	<1 %
37	repositorio.ucam.edu Fuente de Internet	<1 %
38	Submitted to Fundacion Universitaria Juan de Castellanos Trabajo del estudiante	<1 %
39	idoc.pub Fuente de Internet	<1 %
40	www.asppr.net Fuente de Internet	<1 %
41	repositorio.cepal.org Fuente de Internet	<1 %
42	munihuamanga.gob.pe Fuente de Internet	<1 %

43 [www.indeci.gob.pe](http://www.indeci.gob.pe)  
Fuente de Internet

<1 %

44 [www.inger.gob.mx](http://www.inger.gob.mx)  
Fuente de Internet

<1 %

45 [estudio-cultural.blogspot.com](http://estudio-cultural.blogspot.com)  
Fuente de Internet

<1 %

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 30 words

Excluir bibliografía

Activo