REPOSITORIO DE TESIS UCSM

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

Universidad Católica de Santa María

Facultad de Ciencias Tecnologías Sociales y Humanidades

Escuela Profesional de Psicología

ESTRÉS PARENTAL DURANTE LA PANDEMIA DEL COVID-19

Tesis presentada por las bachilleres:

Castillo García, Kathia Lucía

Gómez García, Tania Milagros

para optar el Título Profesional de

Licenciadas en Psicología

Asesor:

Mg. Martínez Carpio, Héctor Emilio

Arequipa- Perú

2022

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

UCSM-ERP

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

PSICOLOGIA

TITULACIÓN CON TESIS

DICTAMEN APROBACIÓN DE BORRADOR

Arequipa, 19 de Octubre del 2022

Dictamen: 001634-C-EPSIC-2022

Visto el borrador del expediente 001634, presentado por:

2014222052 - CASTILLO GARCIA KATHIA LUCIA
2012601302 - GOMEZ GARCIA TANIA MILAGROS

Titulado:

ESTRÉS PARENTAL DURANTE LA PANDEMIA DEL COVID-19

Nuestro dictamen es:

APROBADO

1653 - VILCHES VELASQUEZ FLOR ALEIDA
DICTAMINADOR

1900 - ZEVALLOS CORNEJO ASUNTA VILMA
DICTAMINADOR

2297 - RIVERA FLORES GLADYS WILMA
DICTAMINADOR

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE SANTA MARÍA

Agradecimientos

Agradecemos a nuestra alma mater, la Universidad Católica de Santa María por habernos brindado los conocimientos y habernos formado profesionalmente, también agradecemos a cada uno de los docentes que fueron parte de nuestra vida universitaria.

A nuestra familia por ser nuestra mayor fuente de inspiración y motivación.

A los padres y madres de familia que nos brindaron su apoyo y participaron de esta investigación.

Y a todas las personas que nos alentaron a alcanzar nuestras metas.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

Dedicatoria

A nuestros padres Tania y Jorge, que nos motivan y son nuestra fuente de inspiración para seguir adelante.

A Tania, mi hermana y mi compañera, que me apoya y me guía en cada paso que doy.

A Andrea, mi hermana del alma, por acompañarme y estar conmigo siempre.

A Eduardo, que gracias a su guía y su paciencia es que esta investigación pudo ser realizada.

A los padres y madres de familia que nos apoyaron y son los personajes principales de esta investigación.

Kathia Castillo

OHANA

A mi querida familia que son mi mayor motivo e inspiración para ser mejor cada día.

A mis padres Tania y Jorge,

A mi hermanita Kathia,

A mis abuelos Nelly y Hugo

Y a mi esposo James

Sin ellos, nada….

Tania Gómez

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

Resumen

La presente investigación tuvo como objetivo describir las manifestaciones de estrés parental que experimentaron los padres y las madres de familia durante la pandemia del coronavirus en la ciudad de Ilo, Perú. Asimismo, también se buscó analizar los factores predisponentes del estrés parental, determinar los efectos físicos y psicológicos del estrés parental, describir los efectos del estrés parental sobre la relación padres e hijos y sobre la relación de pareja; para lo cual, se utilizó un enfoque cualitativo con diseño fenomenológico de alcance transversal, donde la muestra estuvo conformada por 17 familias, de las cuales el 47,06% fueron nucleares y el 52,94% monoparentales; por otro lado, se realizaron entrevistas semiestructuradas por medio de una plataforma virtual y eventualmente se utilizó el software Atlas.ti para su análisis; los resultados evidenciaron que los padres y madres de familia habían experimentado estrés parental durante la pandemia del Covid-19 y que los principales factores predisponentes fueron la situación económica y laboral, el rol parental y la dinámica familiar. Adicionalmente, los padres y madres de familia manifestaron haber experimentado síntomas físicos y psicológicos del estrés parental, como dolores de cabeza, migraña, preocupaciones, dificultades para conciliar el sueño, insomnio, irritabilidad, ansiedad y en cierto casos depresión. Se encontró también que las madres de familia, manifestaron más síntomas que los padres de familia. De igual manera, se encontró que aquellos padres y madres que contaron con una situación económica y laboral estable manifestaron menos síntomas de estrés parental frente a aquellos que se encontraban desempleados o su actividad laboral se vio paralizada debido a la cuarentena por la pandemia del Covid-19.

Palabras clave: Estrés parental, parentalidad y pandemia por Covid-19.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE SANTA MARÍA

Abstract

The present investigation aimed to describe the manifestations of parental stress experienced by fathers and mothers during the coronavirus pandemic in the city of Ilo, Peru. Likewise, it was also sought to analyze the predisposing factors of parental stress, determine the physical and psychological effects of parental stress, describe the effects of parental stress on the parent-child relationship and on the couple relationship. The investigation had a qualitative approach, phenomenological design and cross-sectional scope. The sample consisted of 17 families, of which 47.06% were nuclear and 52.94% were single parents. The data collection process was carried out through semi-structured interviews were conducted through a virtual platform and the ATLAS.ti software was used for the analysis of the results. The results showed that parents had experienced parental stress during the Covid-19 pandemic and that the main predisposing factors were the economic and employment situation, the parental role and family dynamics. Furthermore, parents reported experiencing physical and psychological symptoms of parental stress, such as headaches, migraines, concerns, difficulties falling asleep, insomnia, irritability, anxiety, and in some cases depression. It was also found that mothers manifested more symptoms than fathers. In the same way, it was found that those parents who had a stable economic and employment situation showed fewer symptoms of parental stress compared to those who were unemployed or their work activity was paralyzed due to the quarantine for the Covid-19 pandemic.

Keywords: Parental stress, parenting and Covid-19 pandemic.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

Índice

Agradecimientos ii

Dedicatoria iii

Resumen iv

Abstract v

Capitulo I. 1

Planteamiento del problema y marco teórico investigativo 1

Introducción 1

Pregunta de investigación 2

Sustento de preguntas con la teoría a usar 3

Objetivos 7

Marco de antecedentes de la teoría 7

Fondo epistemológico de la teoría 28

Antecedentes teórico investigativos del estudio 31

Capitulo II. 36

Método 36

Metodología y organización del trabajo cualitativo 36

Participantes 37

Estrategias de recolección de datos 39

Métodos de análisis de los datos 40

Duración y secuencia del estudio 42

Consideraciones éticas 44

Capitulo III. 45

Análisis de datos y resultados 45

Presentación de redes 45

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE SANTA MARÍA

Discusión 68

Hallazgos 73

Conclusiones 75

Sugerencias 76

Limitaciones 77

Referencias 78

Anexos 90

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE SANTA MARÍA

Índice de Figuras

Figura 1 Secuencia del estudio 43

Figura 2 Red general 45

Figura 3 Contexto de los participantes durante la pandemia del COVID-19 47

Figura 4 Cambios que manifestaron los participantes 51

Figura 5 Dificultades que experimentaron los participantes 55

Figura 6 Preocupaciones de los participantes 58

Figura 7 Estrés percibido por los participantes 63

Figura 8 Red de parentalidad 66

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE SANTA MARÍA

Índice de Tablas

Tabla 1 Datos sociodemográficos de la muestra.....38

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

Índice de anexos

Anexo 1 Consentimiento informado. 90

Anexo 2 Protocolo de entrevista. 93

Anexo 3 Objetivo de la entrevista 97

Anexo 4 Matriz de datos sociodemográficos 102

Anexo 5 Propuesta de registro: libro de categorías y códigos 103

Anexo 6 Red extensa general 107

Anexo 7 Juicio de expertos 108

Anexo 8 Transcripción de entrevistas 114

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE SANTA MARÍA

Índice de cuadros

Cuadro 1 Duración y proceso del estudio 42

Cuadro 2 Datos Sociodemográficos 97

Cuadro 3 Estrés parental 98

Cuadro 4 Preguntas según indicadores sociodemográficos 99

Cuadro 5 Preguntas según indicadores de situación y contexto 99

Cuadro 6 Preguntas según indicadores de manifestaciones de estrés 100

Cuadro 7 Preguntas según indicadores de relación padre-hijo 100

Cuadro 8 Preguntas según indicadores de relación de pareja 101

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

Capitulo I.

Planteamiento del problema y marco teórico investigativo

Introducción

Con la confirmación del primer caso de Coronavirus (COVID-19) en el Perú el 6 de marzo del 2020, y el rápido incremento de los casos y muertes en la población; el gobierno optó por declarar en Estado de Emergencia nuestro país, paralizando así todas las actividades de índole social que los peruanos realizaban diariamente (El Peruano, 2020).

Después de más de un año del primer caso confirmado, hasta el momento se han registrado alrededor de 1,043,640 casos confirmados y 38,473 fallecidos en nuestro país (Minsa, 2021). En el departamento de Moquegua, al momento de escribir el presente estudio, se han registrado 36,566 casos confirmados y 820 fallecidos y, en la provincia de Ilo se registraron 13,424 casos confirmados (Gobierno Regional de Moquegua, 2021). El cambio repentino y la paralización de las actividades, trajo consigo consecuencias que afectaron al sector económico, comercio, transporte, sanidad, educativo y social. Estos cambios sociales y económicos afectaron directamente al normal desarrollo de la vida de las personas, por lo que también podrían tener un efecto al aumentar problemas psicológicos tales como estrés, ansiedad y depresión.

Debido al Estado de Emergencia y al confinamiento decretado por el Gobierno Peruano, el sistema educativo se vio obligado a realizar cambios en la modalidad de estudios presenciales a una educación virtual con el programa “Aprendo en Casa”. Razón por la cual los diversos centros educativos debían regirse a esta nueva modalidad, siguiendo las normas e indicaciones del Ministerio de Educación. Los cambios a los que los docentes y estudiantes estuvieron enfrentados aumentaron la exigencia debido a que, además de los retos cotidianos del proceso educativo, tuvieron que adaptarse a los nuevos formatos pedagógicos. Los

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

cambios en la cotidianeidad, cuando no están regulados por altos niveles de resiliencia, aumentan el estrés en las personas durante la cuarentena (Brooks et al., 2020).

Se reportó una situación parecida en los hogares, debido a que la gran mayoría de padres de familia se tuvieron que adaptar a formas de teletrabajo, para trabajos no esenciales. Mientras que otras familias dejaron de recibir ingresos económicos por la imposibilidad de salir a trabajar. Estos cambios también incrementaron el estrés familiar (Brooks et al., 2020).

Los seres humanos tenemos distintos niveles de resiliencia y diversas formas de estrategias adaptativas ante situaciones estresantes, por lo que nuestra investigación nace con el objetivo de entender y describir las situaciones y vivencias, que los padres y madres de familia han enfrentado durante la pandemia del Coronavirus; de esta manera poder comprender en qué casos esto ha resultado en un aumento del estrés parental generado por las nuevas situaciones psicosociales, parentales y laborales.

Los resultados de la presente investigación están orientados a beneficiar a distintos sectores. Principalmente, la información que se recolectó es un insumo importante para las autoridades dado que permite conocer con mayor profundidad los efectos psicológicos del confinamiento en la ciudad de Ilo, y con esto poder proponer intervenciones atingentes a la emergencia. Además, las instituciones educativas también podrán utilizar estos datos para adaptarse y modificarse a la realidad que estamos viviendo en una de las regiones del sur del Perú. Finalmente, este estudio también será un punto de partida para futuras investigaciones e intervenciones psicológicas en el campo de la psicología educativa y social-comunitaria.

Pregunta de investigación

¿Cómo se manifiesta el estrés parental en padres y madres de familia de la ciudad de Ilo durante la pandemia del coronavirus?

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

Sustento de preguntas con la teoría a usar

Variables

Estrés parental. Un conjunto de procesos que conducen a reacciones psicológicas y fisiológicas aversivas derivadas de los intentos de adaptarse a las exigencias de la paternidad (Abidin, 1995).

Dimensiones

Factores predisponentes. Situación y contexto, concepto de COVID-19, pensamientos y experiencias frente a la enfermedad y cambios en la rutina.

Estrés parental. Estrés, efectos físicos del estrés, efectos psicológicos del estrés y estrés parental

Parentalidad. Competencias parentales, relación padre-hijo, flexibilidad parental y resiliencia parental.

Indicadores

Indicadores de factores predisponentes.

Situación y contexto. Se buscó conocer la situación y contexto de los participantes, para así poder tener una mejor comprensión, enfocándonos en su situación laboral y socio-familiar.

Es importante conocer y analizar la situación laboral, puesto que los efectos del desempleo en la salud pueden ser de distintos tipos e incluso contrapuestos, todo depende del contexto y de las características de las personas. Normalmente se asocia el desempleo a una mayor prevalencia de problemas de salud mental, tales como la ansiedad, estrés, depresión,

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

relacionados con la angustia que supone estar parado y no tener una fuente de ingresos suficiente (Urbanos-Garrido, 2013).

De igual manera, conocer la situación socio-familiar es importante ya que la cuarentena impacta de manera directa en nuestros vínculos: a la incertidumbre respecto a la enfermedad y las restricciones temporales a nuestra libertad de circulación, se suma la distancia de nuestras familias y amistades, lo cual puede generar altos niveles de ansiedad, estrés o inducir estados depresivos en muchas personas (Scholten et al., 2020).

Concepto de COVID-19. El COVID-19 es una enfermedad producida por una cepa nueva del coronavirus que causa el síndrome respiratorio agudo (SARS), apareció por primera vez en la ciudad china de Wuhan y se ha extendido rápidamente alrededor del mundo. Se reporta un 2.3% de letalidad siendo esta mayor a la de la influenza y más contagiosa que el SARS (Ahmed et al., 2020; Wang et al., 2020; Yang et al., 2020).

Los síntomas más frecuentes del COVID-19 son fiebre, tos seca y cansancio. Otros síntomas menos frecuentes que afectan a algunos pacientes son los dolores y molestias, la congestión nasal, el dolor de cabeza, la conjuntivitis, el dolor de garganta, la diarrea, la pérdida del gusto o el olfato y las erupciones cutáneas o cambios de color en los dedos de las manos o los pies. Estos síntomas suelen ser leves y comienzan gradualmente. Algunas de las personas infectadas solo presentan síntomas levísimos (OMS, 2020).

La mayoría de las personas (alrededor del 80%) se recuperan de la enfermedad sin necesidad de tratamiento hospitalario. Alrededor de 1 de cada 5 personas que contraen la COVID 19 acaba presentando un cuadro grave y experimenta dificultades para respirar. Las personas mayores y las que padecen afecciones médicas previas como hipertensión arterial, problemas cardiacos o pulmonares, diabetes o cáncer tienen más probabilidades de presentar

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

cuadros graves. Sin embargo, cualquier persona puede contraer COVID 19 y caer gravemente enferma (OMS, 2020).

Pensamientos y experiencias frente a la enfermedad. Con el exceso de noticias sobre el COVID-19 y también las noticias falsas (fake news) se han generados ciertos pensamientos distorsionados en la población. Estos pensamientos se centran en la interpretación de la situación (pandemia por COVID-19) como peligrosa, asociada a la pérdida, daño, enfermedad o muerte, insuficiente control interno y externo de las circunstancias distribuidas en el miedo al daño físico y mental, a la frustración, a la incapacidad para afrontar las dificultades y a la preocupación excesiva por esta enfermedad y sus consecuencias (Moreno-Proaño, 2020).

Cambios en la rutina. Durante el periodo en que las personas se encuentran en cuarentena en su hogar y debido al cambio drástico de rutina, se pueden apreciar dos formas de reacciones de estas personas, por un lado, unas pueden sacar lo mejor de sí mismos, mientras que muchas otras pueden presentar estrés, agobio y otros desordenes psicológicos (Marquina y Jaramillo-Valverde 2020).

Ante estos cambios, para las madres, padres o tutores constituye todo un reto lograr que sus hijos se adapten a sus nuevas rutinas escolares, actividades extracurriculares y tiempo en casa, lo cual genera situaciones de estrés adicionales (Scholten et al., 2020).

Indicadores de estrés parental.

Estrés. Conjunto de relaciones particulares entre la persona y la situación, siendo ésta valorada por la persona como algo que excede sus propios recursos y pone en peligro su bienestar personal (Lazarus y Folkman, 1986).

Efectos físicos del estrés. El estrés se puede presentar mediante síntomas físicos tales como dolores de cabeza, tensión muscular, alteraciones del sueño o insomnio, fatiga,

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

enfermedades de la piel, manos frías o sudorosas, problemas de espalda o cuello, indigestión, respiración agitada, sarpullidos, disfunción sexual, etc. El individuo al sentirse mal, acude al médico, pero sus resultados no presentan anomalía alguna (American Psychiatric Association, 2014).

Efectos psicológicos del estrés. El estrés también se manifiesta de manera psicológica con síntomas como depresión o ansiedad, irritabilidad, miedo, nerviosismo, confusión, fluctuaciones del estado de ánimo, la persona presenta inseguridad y tiene problemas para concentrarse, no encuentra solución a sus problemas por más pequeños que sean, y tiene la sensación de haber perdido la memoria (American Psychiatric Association, 2014).

Estrés parental. Un conjunto de procesos que conducen a reacciones psicológicas y fisiológicas aversivas derivadas de los intentos de adaptarse a las exigencias de la paternidad (Abidin, 1995).

Parentalidad. La parentalidad se refiere a las capacidades prácticas que tienen los padres y madres de familia para cuidar, proteger y educar a sus hijos (Barudy y Dantagnan, 2010).

Competencias parentales. Es el conjunto de competencias que hacen posible el desarrollo infantil adecuado y su principal desafío es contribuir al bienestar infantil a través de la producción de buenos tratos para los niños (Barudy, 2017).

Relación padre-hijo. La base en la relación padre-hijo es la comunicación entre ambos, en la cual exista la expresión de emociones positivas, ya que una comunicación basada únicamente en intercambios negativos acaba creando un ambiente tenso y de estrés familiar (Llavona y Méndez, 2012).

Flexibilidad parental. La flexibilidad se refiere a la capacidad de reconocer y adaptarse a las demandas situacionales, para permanecer alerta y abierto al momento

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

presente, de tal manera que uno pueda reconocer y cambiar estrategias de comportamiento según lo exijan las demandas situacionales, y participar en acciones que son congruentes con el profundo compromiso de los valores (Hayes, Strosahl y Wilson, 2012; Kashdan y Rottenberg, 2010).

Resiliencia parental. La resiliencia parental es un proceso dinámico que permite a los padres desarrollar una relación protectora y sensible ante las necesidades de los hijos, a pesar de vivir en constante estrés psicosocial (Baldwin y Cole, 1992).

Objetivos

Objetivo general

Describir las manifestaciones de estrés parental que están experimentando los padres y las madres de familia durante la pandemia del coronavirus en la ciudad de Ilo.

Objetivos específicos

Analizar los factores que predisponen al estrés parental que están experimentando los padres y madres de familia durante la pandemia del coronavirus en la ciudad de Ilo.

Determinar los efectos físicos y psicológicos de estrés parental en padres y madres de familia durante la pandemia del coronavirus en la ciudad de Ilo.

Describir los efectos del estrés parental sobre la relación padres e hijos en las familias durante la pandemia del coronavirus en la ciudad de Ilo.

Describir los efectos del estrés parental en la relación de pareja durante la pandemia del coronavirus en la ciudad de Ilo.

Marco de antecedentes de la teoría

Estrés.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

El estrés no es un término nuevo, proviene del verbo latín stringere, que significa comprimir, apretar o generar tensión (De Rivera, 2010). Este término fue utilizado desde el siglo XIV para expresar dureza, tensión, adversidad o aflicción. A su vez, el físico Hocke utilizó el término en el contexto de la física, definiéndolo como una fuerza interna generada dentro de un cuerpo por la acción de otra fuerza que tiende a distorsionarlo (Lazarus y Folkman, 1986).

Cannon (1932) consideró el estrés como una perturbación de la homeostasis ante situaciones de frío, falta de oxígeno, descenso de la glucemia, etc. del mismo modo, con sus estudios sugirió que el estrés es un fenómeno medible.

Selye (1936) utilizó este término en un sentido técnico, en el cual lo concretó como un conjunto coordinado de reacciones fisiológicas que ocurren ante cualquier estímulo nocivo, incluyendo también las amenazas psicológicas. A este conjunto de reacciones lo llamó Síndrome General de Adaptación. En otras palabras, para Selye, el estrés no era una demanda ambiental, más bien era un grupo universal de reacciones orgánicas y de procesos, los cuales partían de un estímulo estresor.

Años después, Wolff (1953) utilizó el término estrés, en biología, para señalar aquel estado que se produce en un ser viviente, debido a la interacción del organismo con estímulos o circunstancias nocivas, a su vez también consideraba al estrés como un estado dinámico del organismo.

Lazarus y Folkman (1986) definen el estrés como un conjunto de relaciones particulares entre la persona y la situación, siendo ésta valorada por la persona como algo que excede sus propios recursos y pone en peligro su bienestar personal.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) (1984) define este término como el conjunto de reacciones fisiológicas que preparan al organismo para la acción.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

Lazarus (1986) desarrolló un modelo, el cual se centra en los procesos cognitivos que se desarrollan frente a una situación estresante, además, considera la experiencia estresante como resultado de las transacciones entre la persona y el entorno. Dichas transacciones dependen del impacto del estresor ambiental, impacto mediatizado por las evaluaciones que hace la persona del estresor y por los recursos personales, sociales o culturales disponibles para hacer frente a la situación de estrés.

Orlandini (1996) afirma que los estresores psicosociales resultan muy variados y es posible clasificarlos con diversos criterios. Uno de ellos consiste en ordenarlos en macrosociales y microsociales. La influencia de los primeros actúa sobre gran cantidad de personas, como el desempleo masivo, las crisis económicas, la falta de democracia y las guerras. Por el contrario, los estresores microsociales operan solamente sobre escasos individuos y son, por ejemplo, el duelo por algún familiar, una desventura amorosa o una vocación frustrada.

Una tarea deseada, agradable y fácil produce un estrés saludable, positivo o eustrés. Por el contrario, una demanda no deseada, desagradable, difícil y prolongada significa un estrés no saludable, negativo o distrés (Orlandini,1996). El carácter de estrés saludable o nocivo no depende solamente de la tarea sino de su interpretación por el sujeto. El buen estrés es necesario para la salud y el crecimiento de la personalidad. Cada sujeto requiere cierto nivel de estrés que le provoque un sentimiento de bienestar. El exceso de los estímulos (hiperestrés) o la reducción (hipoestrés) ocasionan malestar o distrés (Orlandini, 1996).

Marquina (2020) realiza una investigación con el objetivo de describir los niveles de autopercepción del estrés durante el aislamiento en tiempos de COVID-19 en Perú, utilizando un instrumento elaborado específicamente para este estudio basado en las reacciones y síntomas que presentan frente al estrés. Concluyendo que existen altos niveles de estrés

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

debido al confinamiento causado por el COVID-19, señalando que las mujeres fueron las que presentaron niveles más altos a diferencia de los varones, de igual forma, en un nivel alto se hallaron a los más jóvenes, lo cual puede estar asociado a las clases, tareas y al estar confinado, de igual manera se encuentran las personas que realizaron teletrabajo, quienes refieren tener mayor número de horas de trabajo, en ese mismo nivel se halló a los que apoyan con actividades diarias en el hogar, quienes han sumado a sus actividades no solo el teletrabajo, sino también, el acompañamiento de las clases virtuales.

Marquina y Jaramillo-Valverde (2020) desarrollan una revisión con el propósito de analizar el impacto psicológico que produce el efecto de la pandemia por COVID-19 en la población peruana. En el cual se encontró efectos psicológicos negativos tanto en la población general como en personal de salud, entre los principales: síntomas de estrés postraumático, confusión y enojo. Los factores estresantes incluyen el alargamiento de la cuarentena, temores de infección, frustración, aburrimiento, suministros inadecuados, información inadecuada y pérdidas financieras. El COVID- 19 y la medida preventiva que se ha tomado a través de la cuarentena, producen un efecto amplio, sustancial y que puede ser duradero en el tiempo: afectando tanto a la población general como al personal de salud. Además, sugiere la importancia del establecimiento de medidas políticas preventivas enfocadas en la salud mental de las personas durante epidemias, las cuales sean dirigidas o desarrolladas por personal de salud mental (psicólogos, psiquiatras, psicólogos terapeutas e implicados en la labor de la salud mental).

Estrés parental.

Cuando hablamos de estrés parental, Abidin (1992) lo define como un elemento activador que fomenta la utilización de los recursos disponibles para afrontar de una manera satisfactoria el ejercicio del rol parental, siendo tan perjudicial la falta absoluta de activación como unos niveles extremos de estrés. Este término evalúa el estrés que se experimenta en la

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

paternidad/maternidad, asumiendo que este puede producirse debido a las características de los padres, por los rasgos conductuales del niño y/o por variables situacionales que se relacionen directamente con el rol paternal (Abidin, 1990).

En 1995, Abidin desarrolla el modelo multidimensional relacional padre-hijo y señala que está compuesto por tres elementos: dimensión del padre, dimensión del hijo y la relación padre-hijo. La primera dimensión implica las características psicológicas internas del padre o la madre, tales como la personalidad, creencias, autoconcepto, autoestima, sentido de competencia, estrategias de afrontamiento, etc. La segunda, involucra los atributos psicológicos del niño y las conductas que demuestra ante la crianza, como el temperamento, reacciones emocionales y el nivel de control de ellas, el desarrollo físico y psicológico (atención, aprendizaje, relación con otros). Y la tercera dimensión se refiere a los aspectos que surgen de la interacción entre los padres de familia y sus hijos, como las expectativas de los padres hacia el desarrollo de sus hijos, el reforzamiento que reciben los padres de sus hijos, los conflictos entre ellos y, las interpretaciones y atribuciones de las conductas del otro.

Deater-Deckard (1998) define el estrés parental como un "complejo proceso en el que los progenitores se sienten desbordados ante las demandas propias del rol de padre o madre, promoviendo la aparición de sentimientos negativos sobre sí mismos como progenitores o sobre el menor" (p. 314).

Cowan y Cowan (2000) se refieren al estrés parental como "las distintas demandas que surgen en la paternidad ante las necesidades del hijo para que pueda sobrevivir" (p. 106).

Entre esas necesidades están la alimentación, el cuidado, la protección, el afecto, ayudarlo a regular sus conductas y emociones, etc. En cuanto a los recursos, éstos van a depender de muchas variables personales y situacionales tales como ingresos económicos, nivel de educación, soporte social, sentido de competencia, personalidad, etc. Sin embargo, a

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

pesar de que los padres de familia puedan contar con los recursos necesarios para afrontar el estrés de la mejor manera, esto no garantiza que estarán libres de padecerlo, ya que lo más importante es la experiencia subjetiva sobre la paternidad y crianza de los hijos.

Anderson (2008) se refiere al estrés parental como "un proceso en el que los padres se sienten sobrepasados ante los compromisos que origina cumplir con el rol de madre o padre y, esto suele estar relacionado con indicadores negativos en el desarrollo de los menores como de los padres" (p. 340).

Investigadores han demostrado que son las madres las que presentan mayor índice de estrés a comparación de los padres, aquellas que se encuentran a cargo del cuidado del menor. Aquellas que contaban con estudios superiores, presencia de padres y experiencia en crianza presentan niveles bajos de estrés a diferencia de las que no cuentan con estudios, no han tenido experiencia en la crianza de un menor y sin modelos paternos a seguir (Dabrowska y Pisula, 2010).

Sprang y Silman (2013) en un estudio realizado en Estados Unidos, investigaron las respuestas psicosociales de niños y sus padres a los desastres pandémicos, midiendo específicamente las respuestas al estrés traumático en niños y padres con diferentes experiencias de contención de enfermedades. La muestra principal fue predominantemente femenina (78%), blancos (66.1%), y con edades de 18 a 67 años (edad media, 37 años). Más de la mitad eran empleados de tiempo completo, aunque el 40% informó ingresos familiares anuales promedio de menos de $50 000. Padres de todas las áreas objetivo participaron, la mayoría eran habitantes urbanos o suburbanos (87%). Se les pidió que nombren el evento pandémico más grave que ellos o alguien de su familia inmediata hayan experimentado, 91% respondió H1N1, con 8% reportando SARS, y el 1% identificó la influenza aviar. El examen de los síntomas de TEPT en padres e hijos dentro de la misma familia reveló una relación

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

significativa entre los dos: de padres que cumplen con los niveles de corte de TEPT 85.7% tenían niños que también alcanzaron puntajes de corte clínicos para TEPT, mientras que entre los padres que no cumplen con los criterios de TEPT, solo el 14.3% tuvo hijos con síntomas de TEPT.

Parentalidad

Para Barudy (2017) los bebés humanos nacen inmaduros en comparación a otras especies mamíferas, por lo cual requieren del mayor cuidado por parte de sus padres durante un largo periodo de su vida. Pero si estos no tienen las capacidades suficientes para cuidar adecuadamente al recién nacido, el cuidado de otras personas responsables podría evitar el deterioro del bebé hasta incluso la muerte de este.

Este probablemente sea el precio que la especie humana tuvo que pagar, cuando el proceso evolutivo permitió el desarrollo de su corteza cerebral, hasta alcanzar un nivel superior a diferencia de otros mamíferos, quienes no poseen las mismas capacidades cerebrales. Sin embargo, si el bebé humano lograse conseguir un desarrollo cerebral durante la etapa de la gestación, que permita su autonomía desde el momento del nacimiento; este cerebro llegaría a alcanzar el tamaño del cerebro de un bebé a los 24 meses de edad; lo cual haría que el parto sea naturalmente imposible (Barudy, 2017)

Es importante recalcar que es esta inmadurez, la que imposibilita la autonomía del recién nacido, por lo que dependen extremadamente de la calidad, cantidad y permanencia de los cuidados y protección de una persona adulta responsable, en especial, de sus progenitores. Estos cuidados son vitales para que el bebé humano logre sobrevivir, crecer y desarrollarse. Es por tal motivo que afirmamos la importancia de que los cuidadores tengan las competencias adecuadas para cuidarlo, estimularlo, protegerlo y educarlo: y de esta manera asegurarnos el desarrollo de un niño o niña saludable (Barudy, 2017).

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

A este conjunto de competencias que hacen posible el desarrollo infantil adecuado, lo nombraremos como “parentalidad”, y su principal desafío es contribuir al bienestar infantil a través de la producción de buenos tratos para los niños (Barudy, 2017).

El bienestar infantil es producto del buen trato que el niño recibe y éste, a su vez, es el resultado de la disposición de unas competencias parentales que permiten a los adultos responsables responder adecuadamente a sus necesidades. Sin embargo, para que estas competencias parentales puedan darse exitosamente en los cuidadores de los niños, es necesario que existan recursos comunitarios que ayuden a cubrir las necesidades de los adultos, por ende, también cubriría las necesidades de los niños (Barudy, 1998, 2000; Barudy y Dantagnan, 2005).

Referente a los padres, Barudy y Dantagnan (2010) hacen hincapié en la relación entre competencias parentales y necesidades infantiles:

La importancia de la parentalidad involucra la capacidad de satisfacer las diferentes necesidades que sus hijos tienen, tales como: alimentación, cuidados corporales, protección, necesidades cognitivas, emocionales, socioculturales, entre otras. Sin embargo, estas necesidades son cambiantes a lo largo de cada etapa de desarrollo del niño, y los padres deben de tener la facilidad de adaptarse a las necesidades de sus hijos dependiendo de su edad. Está bien claro que las necesidades de un bebé o recién nacido no son las mismas a las necesidades y cuidados que requieren los adolescentes. Es por tal, la importancia que requiere esa flexibilidad en los padres para poder manejar estos cambios (Barudy y Dantagnan, 2010).

Si los padres no poseen las competencias parentales adecuadas para poder satisfacer las necesidades del niño, esto causará un daño durante su desarrollo, y es probable que estos presenten necesidades especiales que requieran atención inmediata: cuanto más tardía sea la

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

intervención, mayor será necesidad de recursos reparativos que se deberá aplicar para proteger al niño (Barudy y Dantagnan, 2010).

Entendemos así la importancia del concepto familia, debido a que se convierte en el primer grupo social al que el ser humano pertenece y va adquiriendo valores a través de los padres o cuidadores. Los valores que los niños y niñas van adquiriendo y que dirigen su comportamiento social, dependen de un verdadero proceso de aprendizaje, dado que se adquieren desde muy temprana edad en la interacción con sus progenitores o cuidadores. Lo cual requiere de una capacidad parental que permita transmitir valores a través de la crianza responsable a sus hijos, de acuerdo a su edad y cada etapa de desarrollo.

Parentalidad durante los primeros años educativos. Losada (2015) sostiene que cuando los niños comienzan su etapa escolar los conflictos parentales sobre la crianza se acentúan. Las pautas de crianza y competencias parentales son expuestas y a veces criticadas por el entorno educativo (otros padres de familia, docentes y directivos del centro educativo). Estos a su vez, también poseen sus propias pautas de crianza, competencias parentales, conflictos y aprendizajes, y de su propio punto de vista en torno al rol parental y lo esperado para ello.

Actualmente los centros educativos se encuentran atravesando una mayor demanda social, que requiere de un mayor esfuerzo para la transmisión de saberes y valores socialmente significativos para los niños, debido a que los padres cada vez cuentan con más responsabilidades y obligaciones, por lo que confían esta labor a los centros educativos. Frigeiro et al (2006) ponderan el rol de los centros educativos indicando que no pueden coexistir instituciones educativas libres de la sociedad, ni centros educativos sin sujetos que la constituyan.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

Finalidades de la Parentalidad. Barudy y Dantagnan (2010) afirman que para que una parentalidad se considere como eficaz, tiene que ser una parentalidad social, que cumpla con las siguientes finalidades; ya sea por parte del padre biológico, cuidador, educador de una aldea infantil:

Necesidades nutritivas, de afecto, cuidados y estimulación. Para Barudy y Dantagnan (2010) los padres deben ser responsables y proveer a sus hijos alimentos para asegurar su crecimiento y evitar la desnutrición, brindar atención y generar vínculos afectivos para construir un apego seguro, mantener la higiene de los niños y su cuidado corporal, y vestir a los niños de acuerdo a las necesidades ambientales: no obstante, además de cubrir estas necesidades básicas, el padre tiene que asegurarse de aportar estimulación a sus hijos desde una edad temprana, que permita al niño sentirse seguro y enfrentar los desafíos de crecimiento y los cambios de su entorno, esta estimulación debe ser sensorial, emocional y afectiva para alcanzar el desarrollo deseado en el niño.

De las necesidades básicas que tiene el niño, recalcamos la gran importancia que tiene el objetivo de construir un apego seguro como base fundamental de las competencias parentales, un niño con un apego seguro promueve un desarrollo saludable. Pero si la construcción de un apego seguro en la familia es deficiente, este con una rápida intervención puede ser reparada posibilitando un desarrollo infantil suficientemente sano. Entonces, en el caso que los padres biológicos presenten incompetencias parentales, otras personas adultas y responsables puede hacerse cargo de esa figura parental de sustitución satisfaciendo las necesidades básicas de los niños para promover una maduración biológica, psicológica y social (Barudy y Dantagnan, 2010)

Así mismo, una construcción deficiente del apego se convierte en la base de un maltrato infantil por parte de los padres. Esta deficiencia va dejando memorias emocionales

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

implícitas en los bebés, cargada de experiencias de miedo y ansiedad, lo que conlleva a los trastornos del apego. Estas experiencias se transforman en representaciones que dan origen a los modelos de conducta de apego adulto, determinando la forma en que interactúan con otros adultos (Barudy, 1993).

Una buena crianza, está formada por padres con competencias parentales, quienes son capaces de construir un apego seguro con sus niños, y desarrollar una adecuada empatía. El apego y la empatía son componentes claves y fundamentales de una buena parentalidad y buenos tratos familiares (Barudy, 1993).

Necesidades educativas. Barudy y Dantagnan (2010) indican que las necesidades educativas tienen una relación muy estrecha con las necesidades nutritivas. Los padres competentes, en especial la madre que cuenta con competencias parentales, sabe reconocer las necesidades de su hijo recién nacido de acuerdo al llanto estridente que este realiza para comunicar su necesidad de alimento, abrigo o fisiológicas. De esta manera es que la madre reconoce las necesidades de su hijo, y estas van evolucionando de acuerdo a la madurez del niño y su aprendizaje de autocontrol emocional y conductual, ya que el recién nacido empieza a reconocer las señales de atención de su madre, y va modulando su manera de expresar las necesidades. Este escenario se repite a lo largo de cada etapa de desarrollo infantil y procesos de aprendizaje como por ejemplo con el gateo desarrollando su deseo de autonomía, ponerse de pie y caminar, acceso al lenguaje verbal y el pensamiento mágico.

Los hijos de padres con falta de competencias parentales, considerando que esta situación produce contextos de negligencia y estrés, no conocen de dinámicas educativas; y sus dificultades o sufrimientos son también el resultado de padres incompetentes con carencias educativas que no les brindaron una buena educación. Una educación que comienza desde el nacimiento del niño, de esta manera los padres competentes educan y ayudan a sus

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

hijos a poder estructurar sus representaciones, pensamientos y discurso de tal manera que logran integrar la existencia de la realidad (Barudy y Dantagnan, 2005).

Como han afirmado diversos autores, los niños aprenden a ser educados con y para alguien, siempre y cuando se sientan amados y bien tratados (Cyrulnik, 2001; Manciaux et al., 2003, Barudy y Dantagnan, 2005)..

Podemos concluir entonces que los padres o cuidadores de niños que asumen con responsabilidad de educarlos con una autoridad afectuosa, con empatía y autonomía, permite a los niños sentir a su familia como un espacio seguro y protegido, sobre todo como herramienta de aprendizaje necesario para enfrentar los desafíos del crecimiento a lo largo de su vida (Barudy y Dantagnan, 2005).

Barudy y Datagnan (2010) indican que, para asegurar la finalidad educativa de la parentalidad, es necesario considerar los siguientes aspectos básicos de una parentalidad responsable:

El afecto, la ternura y el cariño reflejan un modelo educativo nutritivo y bientratante.

La comunicación, si los padres se comunican con sus hijos en un ambiente de escucha mutua, respeto y empatía, pero manteniendo una jerarquía de competencias, nos encontramos en un dominio educativo bientratante. En cambio, el uso de imposiciones arbitrarias de ideas, sentimientos y conductas o, por el contrario, ceder siempre a lo que los hijos opinan o piden, o engañándoles, es un reflejo de una incapacidad educativa. Estas dos situaciones son típicas de parentalidad negligente, con malos tratos físicos y psicológicos.

El apoyo en los procesos de desarrollo y las exigencias de madurez, los niños no sólo necesitan de nutrientes para crecer y desarrollarse, requieren además de estímulos de los adultos de su entorno. Los padres competentes son aquellos que en este aspecto no sólo

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

estimulan y ofrecen apoyo a sus hijos, sino que, además, les plantean retos para estimular sus logros, acompañados de reconocimiento y gratificación.

El control, los niños necesitan de la ayuda de los adultos significativos para aprender a modular sus impulsos, emociones o deseos, en otras palabras, para desarrollar una inteligencia emocional (Goleman, 1996, 2006). Los padres atentos a las necesidades y los derechos de sus hijos, les facilitan en cada oportunidad los límites y las regla, lo que les parece necesario, y, en cuanto el desarrollo de sus mentes se los permite, crean espacios de conversación o de reflexión sobre sus vivencias emocionales, las formas de controlar emociones, así como las formas adaptativas y adecuadas de comportarse.

Necesidades socializadoras. El objetivo de esta finalidad es la contribución de los padres a la construcción del concepto de identidad de sus hijos, facilitando experiencias relacionales que sirvan como modelos de aprendizaje para vivir de una forma respetuosa, adaptada y armónica en la sociedad (Barudy y Dantagnan, 2007). De esta forma el niño puede comenzar a construir el concepto de sí mismo, ya sea como un niño bien tratado o por el contrario un niño maltratado. Este concepto de sí mismo es una representación que los niños van construyendo, como resultado de un proceso relacional, porque su formación depende, en gran parte, de la representación que el padre tiene de los niños, en especial, de sus hijos. La formación de la identidad del niño depende de las evaluaciones que de ellos tiene sus otros seres significativos, fundamentalmente sus progenitores, es decir, siguiente la lógica de Rogers (1961), el autoconcepto es el conjunto de ideas que la persona tiene de sí respecto de las ideas que otras personas tienen de él. A raíz de esta argumentación sabemos que lo que un padre siente, piensa o hace por su hijo, y la forma en que este lo comunica, tendrá un impacto significativo en la forma en que el hijo se concibe a sí mismo. Estos mensajes están estrechamente relacionados con lo que el niño va a representarse y sentir con respecto a sí mismo.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

Barudy y Dantganan (2010) sostienen que el autoconcepto se manifiesta en tres niveles:

Nivel cognitivo, conjunto de rasgos con los que el hijo se describe a sí mismo y, aunque necesariamente no son verdaderos ni objetivos, guían su modo habitual de ser y comportarse.

Nivel afectivo, corresponde a los afectos, emociones y evaluaciones que acompañan a la descripción de uno mismo. Este componente coincide con lo que Copersmith (1967) define como autoestima la evaluación que hace el individuo de sí mismo y que tiende a mantenerse expresa una actitud de aprobación o rechazo y hasta qué punto el sujeto se considera capaz, significativo, exitoso y valioso.

Nivel conductual, incluye las conductas habituales o cotidianas, ya que el concepto que una persona tiene de sí misma influye claramente en su conducta día a día. El niño se guía en su conducta por las cualidades, valores y actitudes que posee hacia sí mismo. Los niños se suelen comportar de una forma que concuerde con su autoconcepto. Pero no sólo afecta su conducta, también sus propias percepciones se ven condicionadas por él. Es como si el niño viera, oyera y valorará todo a través de un filtro.

En consecuencia, es competencia de los padres o cuidadores el contribuir a la formación positiva y saludable de los niños. Que el concepto que de sí mismo tiene un niño es en gran medida producto de su experiencia en el hogar, así como de la identificación con sus padres, ha quedado demostrado por numerosas investigaciones. Por ejemplo, en estudios sobre la autoestima, se demuestra que los niños con alta autoestima eran hijos de madres con alto aprecio de sí mismas, que aceptaban y apoyaban a sus hijos, preferían las recompensas y el trato no coercitivo para con ellos (Coopersmith, 1967).

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

Barudy y Dantagnan (2010) indicaron que los niños con más baja autoestima son, con frecuencia, hijos de madres con mal concepto de sí mismos, razón por la que se ven impedidas de apoyar a sus hijos y suelen verse desbordadas en la crianza. Es por tal motivo lo importante de contraponer a los estilos parentales deficientes, estrategias de fomento de nuevas y renovadas capacidades parentales. Para que esto pueda lograrse, es importante evaluar las competencias parentales en el presente, ofreciendo a los padres programas de rehabilitación de competencias. Esto puede permitir, en muchos casos, que estabilice la percepción de sí mismos a partir del desarrollo de rasgos positivos, como la capacidad de evaluarse en forma realista, asumir la responsabilidad de sus actos, tener confianza en sí mismos, una autoestima elevada, empatía y confianza en las relaciones.

A su vez, todo esto, serán los ingredientes para una parentalidad competente en la vida adulta de sus hijos, lo que cambiará su historia generacional. Si esto no ocurre, los hijos de los padres incompetentes, que no han recibido ayuda, pueden integrar en sus identidades características como: inferioridad, falta de confianza en sí mismos y en los demás y una autoestima deficiente, lo que puede traducirse en la vida adulta en trastornos de apego y de la empatía, que caracterizan una paternidad incompetente (Barudy y Dantagnan, 2010).

Necesidades de protección. Esta finalidad protectora se aplica a dos niveles. El primero corresponde a proteger a los hijos de los contextos externos, familiares y sociales, que pueden dañarles directamente o alterar su proceso de maduración, crecimiento y desarrollo. El segundo corresponde a protegerlos de los riesgos y peligros derivados de su propio crecimiento y desarrollo. Por ello, esta función protectora tiene una estrecha relación con las otras funciones, en especial, la cuidadora y la educativa (Barudy y Dantagnan, 2010).

Promoción de resiliencia. El cumplimiento de las cuatro finalidades señaladas nos conlleva a la realización de esta quinta finalidad, el desarrollo de la resiliencia en los hijos

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

bien tratados por sus padres o cuidadores. La resiliencia corresponde a un conjunto de capacidades para hacer frente a los desafíos de la existencia, incluyendo experiencias con contenido traumático, manteniendo un proceso sano de desarrollo. A este tipo de resiliencia la denominaremos resiliencia primaria, para que de esta manera logremos distinguirla de la resiliencia secundaria, que es aquella que emerge en niños y jóvenes que no han conocido una parentalidad adecuada, pero, aun así, logran salir adelante en la vida, gracias a la afectividad y el apoyo social que les han brindado los adultos de sus entornos (Barudy y Dantagnan, 2010).

Competencias parentales

La parentalidad se refiere a las capacidades prácticas que tienen los padres de familia para cuidar, proteger y educar a sus hijos (Barudy y Dantagnan, 2010), y de esta manera asegurarles un desarrollo saludable.

Es importante aquí recalcar la diferencia entre parentalidad biológica y parentalidad social, dado a que cuando nos referimos a competencias parentales asociamos este concepto con el de parentalidad social, donde los padres pueden adquirir las competencias necesarias para asegurar una parentalidad responsable que brinde un crianza adecuada al niño o niña; diferenciando al concepto de parentalidad biológica donde los padres tienen la capacidad de procrear vida, más no infiere que sean capaces de la crianza del niño, pudiendo dar lugar a situaciones de carencias múltiples, abusos y maltrato infantil. Sin embargo, con una pronta y adecuada intervención, estas incompetencias pueden ser resarcidas por otras personas responsables como cuidadores, otros familiares, padres adoptivos, entre otros; quienes si cuentan con las capacidades parentales para cuidar y velar por el bienestar del niño o niña satisfaciendo sus necesidades adecuadamente (Barudy y Dantagnan, 2010).

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

De igual manera, cuando nos referimos al término de parentalidad social, utilizamos una terminología más amplia como co-parentalidad o parentalidad comunitaria (Barudy y Dantagnan, 2010), donde los miembros de la familia extensa, miembros significativos del vecindario, profesores, doctores y otros profesionales de la infancia desempeñan un rol fundamental en la crianza de los niños.

Adquisición de Competencias Parentales. Ser un padre capaz y responsable del cuidado de un niño no es tarea fácil, pero significa una tarea primordial para la preservación de la especie humana. Barudy y Dantagnan (2010) afirman que las capacidades parentales son una mezcla o interrelación de factores hereditarios-biológicos con factores socioculturales de los padres o cuidadores de los niños. Efectivamente existe un factor biológico, donde "la naturaleza" dispone que la mayoría de adultos humanos cuenten con recursos necesarios para cumplir este rol importante en el ciclo de la vida, el de ser un buen padre. Sin embargo, existen factores socioculturales, situaciones que cada persona le toca experimentar durante su vida, que afecta estos efectos naturales que las personas poseen biológicamente y dificulta la adquisición de las competencias parentales.

Por lo tanto, las competencias parentales son el resultado de procesos complejos en los que interactúan diferentes niveles de la persona:

Los factores hereditarios - biológicos, aquellas posibilidades personales innatas marcadas desde el nacimiento.

Los procesos de aprendizaje influenciados por los momentos históricos, los contextos sociales y la cultura que experimenta la persona durante su desarrollo.

Las experiencias de crianza que hayan conocido en sus historias personales, especialmente en su infancia y adolescencia, por parte de sus progenitores o cuidadores.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

Los padres reconocen que, desde el momento del nacimiento de su niño, a pesar de los retos o temores que representan esta nueva etapa en su vida, de repente se encuentran realizando su nueva actividad guiada por una especie de "piloto automático". Es una especie de instinto natural que los ayuda a cumplir su nueva función y responder a las necesidades fundamentales de sus hijos, y a la vez esta guía natural, les permite madurar y evolucionar de acuerdo a cada etapa de desarrollo de sus hijos. Una vez que les toca experimentar esta nueva etapa en sus vidas, reflexionan, reconocen y valoran la gran y compleja labor que realizaron sus propios padres o cuidadores. Admirando su esfuerzo y sacrificio para cumplir no solo con procrearlos, sino también trabajando a diario para su sano desarrollo en un ambiente con buenos tratos, a pesar de las dificultades o carencias, lograron cumplir sus objetivos como padres; y eso es valorado ahora por los nuevos padres (Barudy y Dantagnan, 2010).

Flexibilidad parental

La flexibilidad psicológica se refiere a la capacidad de reconocer y adaptarse a las demandas situacionales, para permanecer alerta y abierto al momento presente, de tal manera que uno pueda reconocer y cambiar estrategias de comportamiento según lo exijan las demandas situacionales, y participar en acciones que son congruentes con el profundo compromiso de los valores (Hayes et al. 2012; Kashdan y Rottenberg, 2010).

Esta flexibilidad es la que ayuda a los padres a adaptarse mejor frente a distintas situaciones de cambio y estresantes que les toca experimentar.

La flexibilidad se considera una competencia parental, Rodrigo et al (2009) interpretan este término como la capacidad de observación y flexibilidad para ajustarse a los cambios evolutivos, perspectivismo (capacidad de ponerse en el lugar del otro), autocorrección ante los errores, reflexión sobre la praxis educativa y flexibilidad para aplicar las pautas educativas.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

La pandemia del COVID-19 ha obligado a los padres alrededor del mundo a realizar una rápida transición a una nueva forma de vida. Está dramática transición ha presentado nuevos estresores a las familias, como el estrés asociado a la salud física, las exigencias de mantener distanciamiento social, y con la posibilidad perder el empleo consecuentemente no ser capaz de pagar los gastos. Estos nuevos estresores pueden traer repercusiones en la capacidad de los padres de ser psicológicamente flexibles.

Coyne et al (2020) elaboraron un artículo publicado en mayo del año 2020, donde se refieren a la Flexibilidad Psicológica como la capacidad de reconocer y adaptarse a las demandas de la situación, el permanecer consciente y abierto a el momento presente de modo que uno pueda reconocer y cambiar estrategias de comportamiento según lo requieran las demandas situacionales, y participar en acciones que sean congruentes con los propios valores (Hayes et al. 2012; Kashdan y Rottenberg, 2010).

En un estudio realizado en Estados Unidos, Peltz et al (2020) buscan examinar los vínculos entre los factores de estrés relacionados con COVID-19 y la flexibilidad/ inflexibilidad psicológica a través de procesos básicos como la calidad del sueño percibida por los padres y el nivel de energía diario. Como resultados de este estudio surgieron dos caminos de mediación: Los niveles más altos de estrés relacionado con la salud se asociaron con niveles más bajos de energía, lo que, a su vez, predijo niveles más bajos de flexibilidad psicológica. Además, los niveles más altos de estrés relacionado con la salud se asociaron con una menor calidad del sueño percibido, lo que, a su vez, se asoció con niveles más altos de inflexibilidad psicológica. Los factores estresantes asociados a la pandemia del COVID-19 tienen el potencial de alterar la calidad de sueño percibida por los padres y los niveles de energía diarios; reduciendo su capacidad de responder a experiencias difíciles o desafiantes de una manera flexible y, en cambio, promoviendo respuestas más inflexibles.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

Resiliencia parental

El origen de la palabra resiliencia viene desde la ingeniería y se utiliza para señalar la característica de algunos materiales para soportar un impacto y recobrar la forma original después de ser sometidos a grandes presiones, lo cual puede ser aplicado al comportamiento humano (Vanistendael y Lecomte, 2004).

En psicología, cuando hablamos de resiliencia nos referimos a la capacidad que nos permite superar las consecuencias de aquellas situaciones difíciles, de riesgo, e incluso traumáticas, para seguir desarrollándonos de manera adecuada (Vanistendael, 2005).

La resiliencia también puede ser entendida como la capacidad que tiene el hombre para poder hacer frente a las adversidades de forma exitosa (Llobet, 2005).

Rodríguez et al (2011) clasifican la resiliencia en: resiliencia psicológica, resiliencia familiar, resiliencia comunitaria y resiliencia vicaria. La primera, admite la combinación de rasgos personales positivos y de respuestas o conductas de afrontamiento que facilitan la gestión exitosa de los cambios inesperados o estresantes de la vida. La resiliencia familiar implica el conjunto de procesos interactivos entre los miembros de la familia que fortalecen, con el transcurso del tiempo, tanto a cada individuo como a todo el grupo, esto permite acomodarse a sus diversos estilos de organización o creencias, recursos y limitaciones internas, así como amoldarse a los desafíos psicosociales que se les plantean desde fuera de la familia. La resiliencia comunitaria se da cuando las condiciones sociales, relaciones grupales y aspectos culturales, ante una situación de desastre, son movilizados de forma solidaria por una población para emprender procesos de renovación, que modernicen no solo la estructura física sino toda la trama social en esa comunidad. Y la resiliencia vicaria es el efecto único y positivo que transforma al terapeuta en respuesta a la propia resiliencia de un paciente sobreviviente a un trauma, dicho proceso también se da con los familiares, amigos, grupos

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

laborales o religiosos, entre otros, vinculadas al mismo sujeto que desarrolló inicialmente la resiliencia.

Entonces, cuando hablamos de resiliencia parental, nos referimos a la capacidad que poseen algunos padres para poder educar adecuadamente a sus hijos, aun estando frente a situaciones de estrés. La resiliencia parental es un proceso dinámico que permite a los padres desarrollar una relación protectora y sensible ante las necesidades de los hijos, a pesar de vivir en constante estrés psicosocial (Baldwin et al. 1992). El niño aprende a imitar a sus padres, en cómo deben de responder y actuar, incidiendo el tipo de interacción familiar ya que lo ayudará a planificar el tratamiento y la comunicación intrafamiliar en las modalidades vinculares que se establezcan posteriormente en el medio extrafamiliar (Watzlawick et al. 2002).

Losada (2015) postula que la resiliencia familiar se constituye como el despliegue de los recursos de un grupo familiar para la recuperación de las circunstancias adversas que atraviesa la familia, o uno de sus integrantes en particular y recibe el apoyo y sostén del resto de los miembros. El atravesamiento de crisis y dificultades exhibe marcadas necesidades de desarrollar resiliencia familiar. La resiliencia familiar permite además de la superación de la conflictiva, salir de la problemática encontrando a la familia más fortalecida y con recursos ampliados. Estos recursos podrán utilizarse frente a otros conflictos que atraviesen el grupo o aún uno de sus miembros.

La resiliencia familiar se desarrolla en un espacio grupal de creatividad, funcionalidad, cohesión, flexibilidad y a la vez frente a la presencia de la adversidad. En este proceso resiliente la familia cambia y se modifica. Al modificarse un sistema familiar se aportan a los miembros nuevas circunstancias y nuevas perspectivas. El presente del hombre es su pasado y la sumatoria a sus circunstancias actuales (Minuchin, 1983)

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

Minuchin (1983) también destaca que los cambios se orientan desde la sociedad hasta la familia y no al revés, es decir nunca desde la unidad más pequeña a la mayor.

Lenzo et al (2020) realiza un estudio cuyo objetivo es examinar la depresión, la ansiedad y el estrés entre la población general italiana durante la fase que se caracteriza por el confinamiento, e investigar el papel de la resiliencia como un predictor potencial. En este estudio se obtuvo que la prevalencia de síntomas moderados a extremadamente graves entre los participantes fue de 36.1% para la depresión, el 28.7% para la ansiedad y el 35.6% para el estrés. Los resultados del análisis correlacional mostraron que los factores de resiliencia, como la significación, la autosuficiencia, la soledad existencial y la ecuanimidad, están inversamente asociados con la depresión, la ansiedad y el estrés.

Proporcionar herramientas inmediatas que fortalecen tanto a los padres como a los profesionales de la resiliencia y flexibilidad en el contexto de COVID-19, es el objetivo principal del artículo First Things First: Parent Psychological Flexibility and Self-Compassion During COVID-19, publicada en el año 2020, Dichas herramientas pueden ayudar a las familias más allá de los desafíos actuales creando la resiliencia a largo plazo. Dentro de las herramientas recomendadas en este artículo para apoyar su propio bienestar y practicar la resiliencia, se mencionan las siguientes: Mindfulness y aceptación, acción valorada y comprometida, y la autocompasión.

Fondo epistemológico de la teoría

La presente investigación cualitativa estudia diferentes casos durante una situación particular, en este caso la pandemia del COVID-19; a través de la observación, análisis e interpretación sistemática de los hechos. Así mismo cuenta con un enfoque fenomenológico, humanista y utilización del método inductivo. El enfoque es humanista, ya que el presente estudio busca interesarse en el ser humano, en este caso los padres y madres de familia,

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

conocer sus puntos de vista, vivencias, pensamientos e indagar en su individualidad (Husserl, 2008). Es fenomenológico ya que está orientada en un tiempo determinado, que en este caso es la pandemia de COVID-19 y todo esto bajo el método inductivo, ya que se busca conocer y analizar las conductas, los síntomas de estrés y el contexto de los padres y madres de familia.

Basándonos en la teoría del estrés de Lazarus y Folkman (1986) que nos dice que una situación resulta estresante para una persona a raíz de las transacciones entre ésta y su entorno, que dependen en gran parte del impacto que tiene el estresor ambiental. Así mismo, dicho impacto está mediatizado por dos variables: primero, por las evaluaciones que hace la persona del agente estresor, y en segundo, por los recursos personales, sociales o culturales que dispone la persona al enfrentarse a tal agente estresor. Con esta teoría entendemos que, las personas deben encontrar un equilibrio entre las demandas que les exige el ambiente y los recursos con los que cuentan para manejarlas y adaptarse.

En el estrés parental, sabemos que las demandas son bastantes y variadas dependiendo del contexto socio-familiar y, a su vez requieren una adaptación hacia los atributos del hijo, así como al nuevo rol social que adopta una madre o un padre. Para esta investigación nos enfocamos en el Modelo multidimensional relación padre-hijo de Abidin (1995), esta teoría señala que el estrés parental está compuesto por tres elementos: dimensión del padre, dimensión del hijo, y relación padre-hijo. En la dimensión del padre se encuentran las características psicológicas internas del padre o de la madre, tales como la personalidad, creencias, autoconcepto, autoestima, sentido de competencia, estrategias de afrontamiento, etc. La dimensión del hijo se refiere a los atributos psicológicos del niño y a las conductas que exhibe ante la crianza, como son el temperamento, reacciones emocionales y el nivel de control de estas, desarrollo físico y psicológico. Y la dimensión de relación padre-hijo involucra a los aspectos que surgen de la interacción entre los padres/madres de familia y sus

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

hijos, como las expectativas de los padres hacia el desarrollo de sus hijos, el reforzamiento que reciben los padres de sus hijos, los conflictos entre ellos, y las interpretaciones y atribuciones de las conductas del otro.

Como un aspecto dentro del estrés parental, buscamos comprobar los hallazgos encontrados por investigadores, los cuales han demostrado que son las madres las que presentan mayor índice de estrés a comparación de los padres, aquellas que se encuentran a cargo del cuidado del menor. Refieren que aquellas que contaban con estudios superiores, presencia de padres y experiencia en crianza presentan niveles bajos de estrés a diferencia de las que no cuentan con estudios, no han tenido experiencia en la crianza de un menor y sin modelos paternos a seguir (Dabrowska y Pisula, 2010).

Álvarez-Gayou (2009) señala que las aplicaciones que se den el estudio de un fenómeno tienen que estar justificadas a la luz de lo que se pretende acerca de él, es decir que, bajo la consigna de que los resultados no podrán ser generalizados más que por el propio individuo, grupo social o comunidad en la que se realice, pues siendo en la investigación cualitativa uno de los objetivos más importantes el conocer y comprender la subjetividad, resulta imposible pensar que estos pudieran generalizarse.

Es por esto que, al obtener los resultados de nuestra investigación estamos conscientes que de los hallazgos encontrados no se podrán generar teorías o leyes como en otro tipo de investigación. Más bien, esta investigación tendrá el fin de obtener un horizonte más claro y de comprender a través de la aplicación de técnicas e instrumentos propios de este enfoque; y así generar ideas y propuestas de manera dinámica conforme se progresa en el estudio.

Este dinamismo en el estudio cualitativo permite la toma de nuevas decisiones, prácticas o metodologías para una mejor comprensión del fenómeno. Finalmente, obteniendo

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

resultados no generalizados, sino que se logrará conocer y comprender a mayor profundidad la subjetividad en cada caso analizado en esta investigación.

Antecedentes teórico investigativos del estudio

Estrés parental y COVID-19

Spinelli et al (2020), realizaron un estudio que tuvo como objetivo explorar el efecto de los factores de riesgo asociados con la experiencia del brote de COVID-19 en el bienestar de padres e hijos. Donde los padres de niños de entre 2 y 14 años completaron una encuesta en línea informando las condiciones del entorno de su hogar, cualquier relación que tuvieran con las consecuencias de la pandemia, sus dificultades experimentadas debido a la cuarentena, su percepción del estrés diádico individual y entre padres e hijos, y los problemas emocionales y de comportamiento de sus hijos.

Los resultados demostraron que la percepción de la dificultad de la cuarentena es un factor crucial que socava el bienestar de ambos padres e hijos. El impacto de la cuarenta en los problemas emocionales y de comportamiento de los niños está mediado por el estrés individual y diádico de los padres, con un efecto más fuerte en este último. Los padres que informaron más dificultades para lidiar con la cuarentena muestran más estrés. Esto a su vez, aumenta los problemas de los niños. Vivir en una zona de mayor riesgo, la calidad del entorno del hogar o la relación que tienen con las consecuencias de la pandemia no repercute en el bienestar de las familias (Spinelli et al. 2020).

En este estudio realizado, concluyeron que lidiar con la cuarentena es una experiencia particularmente estresante para los padres que deben equilibrar la vida personal, el trabajo y la crianza de sus hijos, y quedándose solos sin otros recursos. Esta situación pone a los padres en mayor riesgo de experimentar angustia, lo que podría afectar su capacidad potencialmente de cuidadores responsables (Spinelli et al, 2020).

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

Manzo y Minello (2020) buscaron explorar cómo el aumento en el trabajo a distancia ha creado reordenamientos domésticos desiguales de los deberes de los padres con respecto a las relaciones de género durante el cierre del COVID-19 en Italia. También se discute los recursos que las madres han movilizado para crear una red de apoyo social en la organización del cuidado. Los resultados confirmaron que la reorganización de los cuidados durante la pandemia de COVID-19 ha sido desequilibrada: las mujeres, incluidas las que trabajan habitualmente, realizaban la mayor parte de las tareas del hogar.

Llama la atención sobre la necesidad de una reorganización igualitaria de género de las actividades socio-reproductivas, particularmente con respecto al cuidado de los niños, y que los deberes de cuidado y los recursos emocionales sean una preocupación central. En este estudio se ve la necesidad de comparar sobre cómo la pandemia COVID-19 ha afectado la vida doméstica en diferentes contextos geográficos. Es por tal motivo que en la presente investigación se aborda esta temática.

En España, Romero et al (2020) realizaron un estudio con el objetivo de examinar los efectos del confinamiento español derivado de las crisis del COVID-19 en los niños y sus familias, teniendo en cuenta la edad del niño. Se examinó una gama de resultados negativos (p. ej. problemas de conducta) y positivos (p. ej. mantenimiento de rutina) del niño, junto con un conjunto de variables relacionadas con los padres, incluida la resiliencia, la angustia percibida, los problemas emocionales, la angustia de los padres y las prácticas de crianza específicas (p. ej. paternidad estructurada o evitativa), que se modelaron a través de análisis de ruta para comprender mejor la adaptación del niño.

Este estudio muestra que el impacto psicológico en los niños está estrechamente relacionado con el impacto en los padres. En una crisis de salud generalizada como la del COVID-19, es probable que los padres se ven más afectados por la situación y, por lo tanto,

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

ellos mismo corren un alto riesgo de sufrir angustia general y problemas emocionales, que traen como consecuencia dan peores resultados en los niños (Romero et al. 2020).

El distrés parental parece ocupar un papel central en el flujo de efectos desde la perturbación emocional de los padres hasta la adaptación de los hijos; el distrés parental podría transportar el distrés relacionado con COVID a las interacciones con los niños y, por lo tanto, podría tender un puente entre los roles de "padres como personas" (con sus preocupaciones y frustraciones) y "padres como padres" (proveedores de cuidados y guía para los niños). En general, el distrés parental y los comportamientos de los padres, así como las habilidades de los padres para soportar emocionalmente, se perfilan como objetivos razonables de intervención para la preservación del bienestar de los niños y la familia en la era COVID-19.

Chung et al (2020) basados en el Modelo de Estrés Parental realizan un estudio con el objetivo de comprender cómo el impacto percibido por los padres del COVID-19 aumentó la paternidad severa y redujo la cercanía de la relación entre padres e hijos a través de los efectos mediadores del estrés parental. Obteniendo como resultados que el estrés de los padres fue un mediador significativo en la relación entre el impacto percibido de COVID-19 y a la cercanía entre los padres e hijos.

Brown et al (2020) estudiaron los efectos de la pandemia del COVID-19 en relación con la percepción del estrés parental y el potencial abuso infantil. Obteniendo como resultado que a mayores trastornos relacionados al COVID-19 y alta ansiedad y síntomas depresivos están asociados con un aumento de estrés percibido y potencial abuso infantil. Además, un mayor estrés percibido se asocia con mayor potencial de abuso infantil. Por el contrario, un mayor apoyo de los padres y control percibido durante la pandemia puede tener un efecto protector contra el estrés percibido y el potencial abuso infantil.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

Crianza de los hijos en tiempos de COVID-19

Günther et al (2020) realizaron un estudio en España, uno de los países más afectados de la Unión Europea y siendo Madrid y Cataluña las comunidades con casos más altos de COVID-19, por lo que el gobierno español declara formalmente el estado de alerta ordenando el cierre de emergencia definido como confinamiento desde el 14 de marzo del 2020.

En dicho estudio se busca medir las funciones conyugales y co-parentales, en parejas o familias durante el confinamiento. Uno de los resultados obtenidos es que el distrés psicológico fue generalmente mayor entre mujeres, receptores de tratamiento psicológico, encuestados desempleados, aquellos en profesionales comerciales o que perciben riesgo económico, y aquellos con un problema de salud en el hogar, pero menor entre los profesionales de la salud. Entre las medidas de relación familiar del CERFB, el funcionamiento de los padres mostró correlaciones significativas con algunos de los mismos predictores y fue positivamente relacionado con la educación; y en todo caso, el funcionamiento conyugal y co-parental fue mejor entre las parejas más jóvenes (Günther et al. 2020).

Jayakumar et al (2020) realizaron un estudio con el objetivo de estudiar el efecto de la pandemia del COVID-19 y posteriormente de la cuarentena en el estado de la salud mental de la población india adulta, junto con la identificación de los grupos de alto riesgo. Se realizó una encuesta en internet durante la tercera fase de la cuarentena, recopilando detalles sobre variables sociodemográficas, práctica de medidas de precaución, y concientización sobre COVID-19 y salud mental a través del cuestionario DASS21 de 873 adultos indios. Obteniendo como resultado la prevalencia de depresión, ansiedad y estrés fueron 18.56%, 25.66%, y 21.99% respectivamente, incluido un mayor número de participantes con depresión leve (15.1%) y estrés (14.5%) y ansiedad moderada (16.3%). Además, el sexo

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

femenino, menores de 25 años, desempleados, trabajadores independientes, empleados del sector privado, falta de educación formal, el tamaño del hogar, la paternidad de 2 hijos o más, se asociaron con una mayor probabilidad de una salud mental negativa.

Mella-Morambuena et al (2020) realizan estudio en Chile con el objetivo de describir el uso de estrategias de afrontamiento en apoderados durante el confinamiento debido a la Pandemia del COVID-19; obteniendo como resultado que de las 11 estrategias de afrontamiento medidas (COPE-28), las que destacaron por una mayor frecuencia de uso fueron el apoyo emocional y el desahogo en los apoderados. Es decir, por ejemplo, los ítems con mayor calificación fueron marcados como “frecuentemente hago esto” y “hago siempre esto”. De los cuales fueron los siguientes: ítem 9 “consigo apoyo emocional de otros” de la escala de apoyo emocional y el ítem 12 “digo cosas para dar rienda suelta a mis sentimientos desagradables” de la escala de desahogo.

Sin duda este estudio exploratorio se considera un aporte en el contexto nacional y la región latinoamericana, dado que medir e identificar las estrategias afrontamiento utilizadas por apoderados durante el periodo de COVID-19, también puede ayudar a las instituciones educativas e investigadores a comprender las posibles consecuencias de esta pandemia entre los miembros de las comunidades escolares (Mella-Morambuena et al. 2020)

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

Capitulo II.

Método

Metodología y organización del trabajo cualitativo

La presente investigación es de corte cualitativo, ya que se orienta en comprender diversos fenómenos que sean desde el propio ambiente del sujeto y su relación con su contexto. De diseño fenomenológico, puesto que lleva como propósito describir y comprender el fenómeno desde el punto de vista de cada participante y desde la perspectiva construida colectivamente. Y de alcance transversal, ya que la recolección de información se realizará en un solo momento, en un tiempo único (Hernández et al. 2014).

Técnicas e instrumentos

Entrevistas en profundidad semiestructuradas. La entrevista realizada es semiestructurada, dado que cuenta con un guion establecido y preguntas previamente elaboradas, los cuales se pueden ir alterando durante la entrevista de acuerdo a la situación y contexto de las familias. Además, cuenta con variedad de preguntas entre cerradas, abiertas, facilitadoras, y clarificadoras; centradas en el posible problema y sus síntomas. La entrevista en profundidad sigue el modelo de plática entre iguales, "encuentros reiterados cara a cara entre el investigador y los informantes" (Taylor y Bogdan, 1990).

Esta entrevista abordó las siguientes temáticas:

- Factores que predisponen al estrés parental
- Manifestaciones de estrés parental
- Efectos del estrés parental sobre la relación padres-hijos
- Efectos del estrés parental en la relación de pareja

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

A su vez, se buscó explorar el establecimiento de rutinas durante la contingencia, cómo se está realizando la crianza y educación en casa, las diferentes herramientas y estrategias que están empleando los padres de familia para adaptarse a este cambio.

La entrevista se elaboró desde una perspectiva clínica, donde se busca explorar y analizar el comportamiento de las familias. Los objetivos de utilizar esta entrevista son describir el sujeto, en este caso las familias, en realización a sus conductas y dar alguna explicación a algún comportamiento de una persona. Así mismo la entrevista realizada cuenta con una función adicional de motivar a las familias a promover un cambio.

Validez y Confiabilidad. La entrevista ha sido revisada y validada por tres expertos, indicando que esta podía ser aplicada a la población, siguiendo las observaciones que indicaron. Para este proceso se enviaron fichas de validez a tres psicólogos expertos en los temas de investigación y psicología educativa, los cuales brindaron comentarios y observaciones. Asimismo, se realizaron entrevistas piloto para verificar la eficacia, extensión y comprensión de la entrevista.

Con estos procesos, el guion de la entrevista fue modificado; en un inicio, la entrevista constaba de 22 preguntas, las cuáles se modificaron y aumentaron a 24 preguntas, siguiendo las observaciones de los expertos. Estas modificaciones se dieron con el fin de mejorar la redacción, comprensión y claridad de las preguntas.

Participantes

Se entrevistó en total a 17 familias de una institución educativa, estas constaron de 8 familias nucleares y 9 monoparentales, por lo que se realizó un total de 23 entrevistas, ya que se realizaron de manera personal. Dicha institución educativa particular se encuentra en la ciudad de Ilo y, cuenta con nivel inicial y nivel primario.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

Muestra

Se utilizó un muestreo por conveniencia, ya que los participantes fueron previamente elegidos de acuerdo a su facilidad de acceso y a su disponibilidad.

Tabla 1

Datos sociodemográficos de la muestra

	f	%
Tipo de familia		
Nucleares	8	47.06
Monoparentales	9	52.94
Sexo		
Femenino	15	65.22
Masculino	8	34.78
Edad		
20 - 30	5	21.74
31 - 40	10	43.48
41 - 50	8	34.78
Estado civil		
Soltera/o	9	39.13
Casada/o	6	26.09
Conviviente	8	34.78
Situación laboral		
Ama de casa	5	21.73
Trabajo presencial	11	47.84
Trabajo semi-presencial	2	8.69
Trabajo remoto	1	4.35
Desempleado/a	4	17.39
N° de hijos (por familia)		
1 hijo	6	26.08
2 hijos	7	49.61
3 hijos	4	23.53

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

Criterios de inclusión

Padres y madres de familia de una institución educativa de la ciudad de Ilo.

Padres y madres de familia que estén dispuestos a participar de la investigación.

Padres y madres de familia cuyos hijos se encuentren matriculados en el año escolar 2020.

Padres y madres de familia cuyos hijos oscilan entre las edades de 3 a 10 años.

Criterios de exclusión

Padres y madres de familia cuyos hijos presentan algún trastorno del desarrollo neurológico o psicológico diagnosticado por un profesional de la salud.

Triangulación y convergencia

El principio de Triangulación y la Convergencia es el soporte de la investigación cualitativa, el cual establece la confrontación de datos desde distintas fuentes, con esto se amplía el panorama para la reconstrucción analítica y teórica y, a su vez ayuda a corroborar la validez de las impresiones iniciales (Cruz, 2009).

Como fuente principal, se consideró la información recolectada de las entrevistas en profundidad que se aplicaron a los padres de familia. Los resultados obtenidos fueron etiquetados y categorizados, para poder triangularlos con las fuentes teóricas y las fuentes investigativas. Estas tres fuentes nos sirvieron para poder realizar la triangulación y el análisis correspondiente de los resultados.

Estrategias de recolección de datos

Una vez los participantes leyeron y firmaron el consentimiento informado, se procedió a realizar las entrevistas. Estas entrevistas se realizaron de manera virtual mediante

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

el aplicativo Zoom Meetings, el audio de las entrevistas fue grabado para no perder ningún detalle de lo expresado por los participantes. Estas entrevistas fueron llevadas a cabo individualmente por cada investigadora del presente estudio. Durante las entrevistas, también se brindaron sugerencias y/o recomendaciones, en casos donde los participantes lo solicitaron.

Métodos de análisis de los datos

La metodología de análisis del presente estudio constó de seis partes: recopilación general de datos, recopilación selectiva de los datos, agrupamiento de datos, categorización, síntesis y análisis.

Para la recopilación general de los datos, la información obtenida por las entrevistas grabadas en audio fue transcrita a un documento digital.

En la segunda parte del proceso, las entrevistas fueron subidas al programa ATLAS.ti, y con ayuda del mismo, se seleccionaron aquellas partes de las diferentes entrevistas que son de interés para el estudio.

Al tener la información más relevante de cada entrevista se procedió al agrupamiento de datos que se relacionan entre sí, que aborden una misma o similar temática.

Con los datos ya agrupados y con la ayuda del programa ATLAS.ti, se procedió a su categorización, aquí se empezó a desechar información que no es precisa y también se incluyó información que no se tenía prevista, a medida que se categorizaron los datos, aparecieron nuevas categorías e incluso se pueden excluyeron aquellas que en una primera instancia se tenían establecidas.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE SANTA MARÍA

Al tener las categorías y su respectiva información se procedió a la síntesis de estas, con ello se buscó reducir la información a solo lo considerado esencial para términos del estudio.

Finalmente, se procedió al análisis de las categorías de estudio. Una vez procesada y analizada la información individual, se procedió a contrastar lo encontrado en conjunto, desembocando en una discusión, comparando la información obtenida con otros estudios; culminando en las conclusiones, sugerencias y limitaciones.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

Duración y secuencia del estudio

Cuadro 1

Duración y proceso del estudio

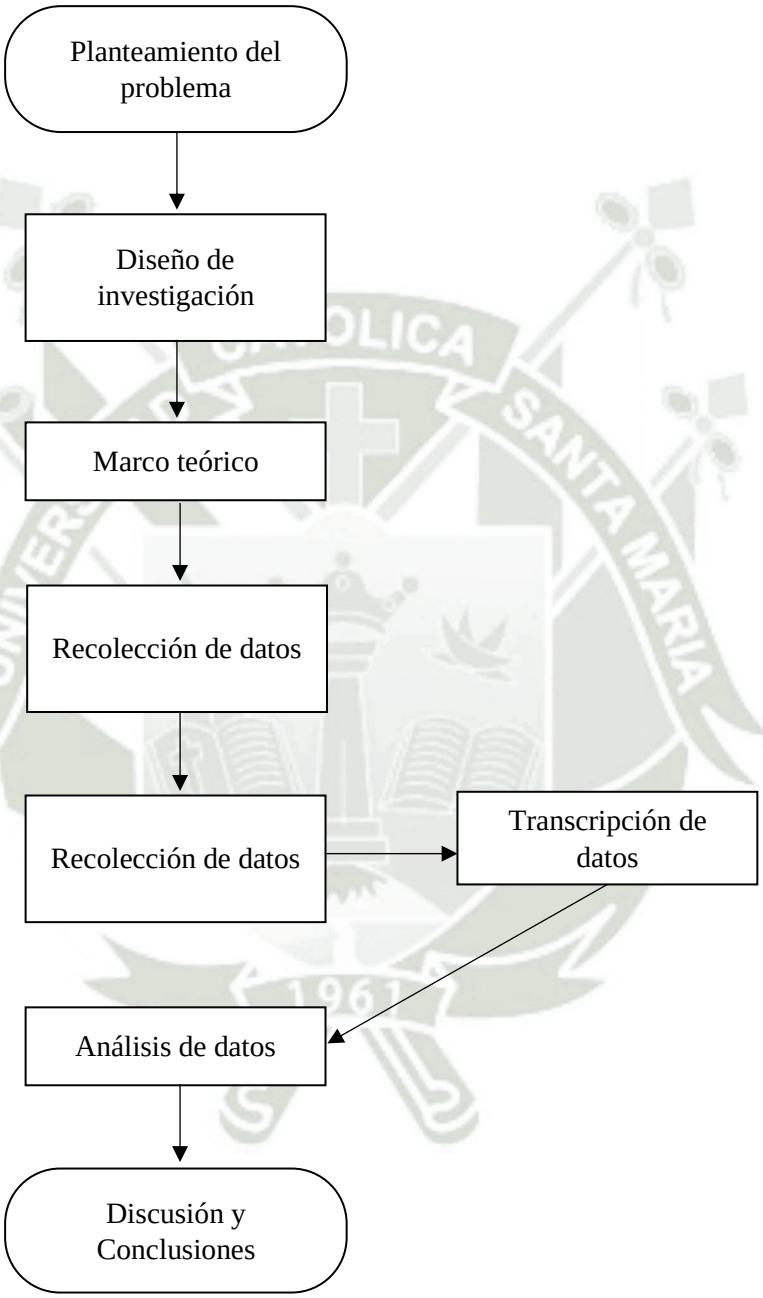
Indicador	Descripción	Tiempo
Planteamiento del problema	Se realizó en planteamiento del problema y se definió las variables y los objetivos	1ª semana
Diseño de investigación	Se elaboró el diseño de investigación	2ª semana
Marco teórico	Se recopiló antecedentes teóricos e investigativos sobre las variables	3ª, 4ª y 5ª semana
Elaboración de instrumento	Se realizó el guion de entrevista, una entrevista piloto y la validación con expertos	6ª, 7ª y 8ª semana
Recolección de datos	Mediante entrevistas semiestructuradas se recopiló la información	9ª, 10ª y 11ª semana
Transcripción de datos	Se realizó la transcripción de las entrevistas realizadas	12ª, 13ª y 14ª semana
Análisis de datos	Los resultados de las entrevistas fueron categorizados para realizar el respectivo análisis de estos	15ª, 16ª, 17ª y 18ª semana
Discusión y Conclusiones	Con la categorización y análisis de los datos se realizó la discusión y las conclusiones	19ª y 20ª semana

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

Figura 1

Secuencia del estudio



Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

Consideraciones éticas

Se solicitó el permiso respectivo a la Institución Educativa para poder realizar el estudio, una vez aceptada dicha solicitud se procedió a pactar las entrevistas con los padres de familia. Cuando se pactó la entrevista con los padres de familia, se les facilitó a cada participante un consentimiento informado, el cual fue leído previo a la entrevista, este consentimiento tuvo la siguiente información y parámetros detallados: se les explicó el motivo del estudio y sus objetivos; siendo la entrevista de carácter confidencial, voluntaria y donde el entrevistado/a puede retirarse en el momento que desee; se les informó que el audio de la entrevista sería grabado con el fin de no perder información valiosa, también se mencionó que el uso sería exclusivamente científico y, una vez culminada la investigación, tales grabaciones serían eliminadas, también se les brindó los datos de las personas encargadas, en caso de que les interese saber más acerca de los resultados del estudio o para responder cualquier consulta pertinente. Al momento de procesar la información se omitieron los nombres de los participantes, a fin de guardar la confidencialidad de las respuestas.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

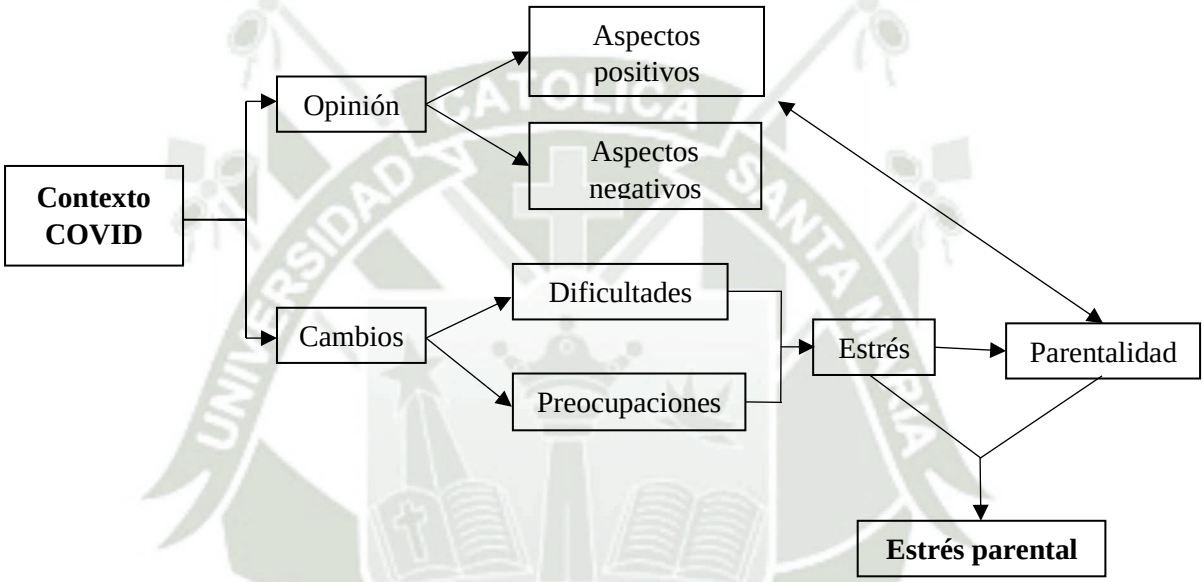
Capitulo III.

Análisis de datos y resultados

Presentación de redes

Figura 2

Red general



Como se observa en la Figura 2, partimos desde el Contexto COVID, para conocer qué es lo que los participantes saben y conocen acerca de la enfermedad, qué percepción tienen sobre la enfermedad misma y sobre la situación que actualmente vivimos debido a la pandemia.

Debido a la pandemia, surgieron cambios en diferentes aspectos de la vida diaria, nos centramos principalmente en: ámbito laboral, socio-familiar y educativo, para estar alineados con los objetivos del estudio. Dentro de estos cambios, surgieron dificultades y preocupaciones con respecto a los ámbitos mencionados. Los cuales desencadenaron en

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE SANTA MARÍA

manifestaciones de estrés, tanto físicas como psicológicas. Estas manifestaciones y el contexto actual influenciaron en el modo cómo los participantes viven la parentalidad.

En este tiempo transcurrido, los participantes reflexionaron y formaron una opinión acerca de la situación que han vivido, en la cual encontraron aspectos positivos y aspectos negativos, que a su vez los ayudaron a reflexionar en su rol como padres.

Y finalmente, el conjunto de todos estos factores predominantes y las experiencias son los que nos llevan al estrés parental.

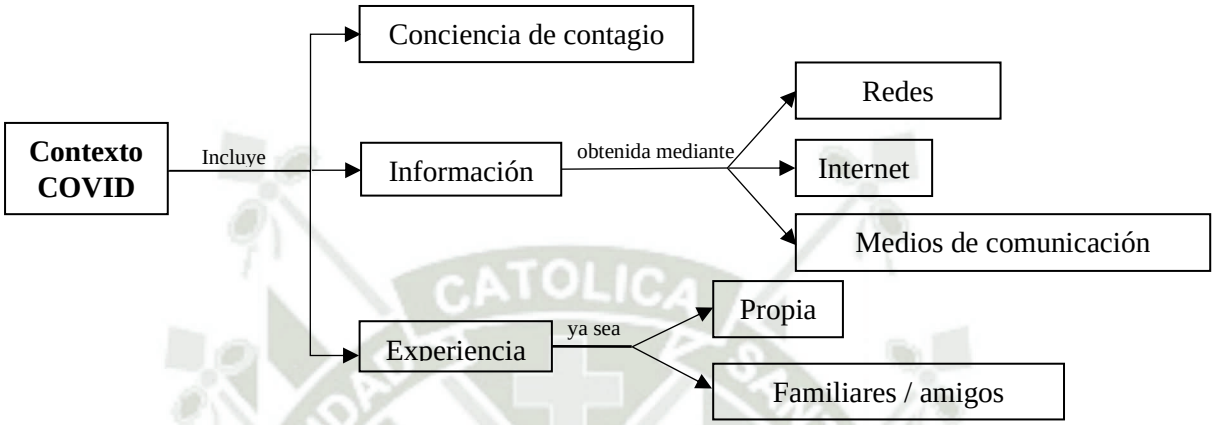
Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

Contexto COVID-19

Figura 3

Contexto de los participantes durante la pandemia del COVID-19



Para poder conocer mejor el contexto de los participantes es necesario entender el concepto, la percepción y la conciencia de contagio que tienen respecto a la enfermedad.

"Es un virus que se puede transmitir muy fácilmente, vía respiratoria…que nos ataca nuestro sistema inmunológico, más que todo el respiratorio y, que en casos cuando tienen otras enfermedades crónicas es mucho más grave…" (Madre de familia, 40 años)

Con el concepto de la enfermedad, también se mencionaron los cuidados y protocolos que se deben de seguir para evitar los contagios.

"…más que todo los protocolos, que son el cuidado de manos, usar el protector facial, la mascarilla… y, bueno yo que creo que con eso uno se salva, trata de evitar el contagio." (Padre de familia, 31 años)

"Lo que pasa es que más allá de cómo uno se sienta, tiene que vivir la realidad y la realidad dice que el virus existe y tienes que tener todos los cuidados, en el trabajo más allá de que hay reglas está en uno cuidarse y como normalmente pasamos mayor tiempo en el

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

trabajo, ya se nos hace un hábito el hecho de estar con mascarillas, respiradores, protectores, cumplir todos los protocolos" (Padre de familia, 45 años)

Con respecto a los cuidados y protocolos de seguridad, gran parte de los participantes mencionó seguirlo adecuadamente, sin embargo, también mencionaron que les costaba adaptarse al uso y seguimiento de estos.

"…tengo a veces un espíritu un poco rebelde, debo ser sincera… evito usar la mascarilla siempre que no sea necesario (…) cuando salgo la uso, si estoy en un sitio como un parque de repente donde no hay nadie o estamos, de repente nada más que mis hijas y yo. ya pues no la uso, pero si veo una autoridad la tengo que usar, (…) es un sentimiento negativo el que me da, es un sentimiento de impotencia porque veo un poco limitada mi libertad…" (Madre de familia, 47 años)

Adicional a los protocoles de seguridad, los participantes también mencionaron la importancia de cuidar y reforzar el sistema inmunológico mediante la alimentación.

"…en el caso mío lo que yo sé del COVID es que definitivamente lo más importante es el tener un sistema inmune lo más fuerte posible, la alimentación es muy importante, porque es una enfermedad que dependiendo de cómo esté tu cuerpo te puede afectar tremendamente." (Madre de familia, 47 años)

"…lo que estamos cuidando bastante es la alimentación para que no nos de muy fuerte ¿no?, pero si tengo mentalizado que algún día nos va a dar y yo si estoy tranquila, no me estoy desesperando porque que ya voy a tener el virus, no, yo trato de estar tranquila y para tampoco estar alertando a mis hijos…" (Madre de familia, 42 años)

Con el concepto de la enfermedad y sus respectivos cuidados, también se mencionó la importancia de la conciencia sobre el contagio del COVID-19.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

"Yo la verdad es que a veces reniego cuando miro las noticias, porque la gente no entiende y no comprende y sigue saliendo, bueno sigue haciendo fiestas y ahí es donde han empezado todos los contagios…" (Madre de familia, 31 años)

Los participantes mencionaron que su principal fuente de información sobre la enfermedad, eran las redes sociales (Facebook, YouTube), internet (periódicos digitales, artículos, vídeos) y los medios de comunicación tradicionales (televisión, radio, periódicos)

"De todos los medios posibles… informáticos, de redes sociales, televisión, noticias, de investigaciones… ahora hay bastante información…" (Padre de familia, 35 años)

"Por los medios, a través de internet, de Facebook, YouTube" (Madre de familia, 36 años)

En este otro caso, la participante manifestó informarse también con las opiniones y experiencias de otras personas.

"Del Facebook, a veces de otras páginas, también veo en CNN, del Facebook de CNN, de noticias, entonces leo ahí…pero, no todo lo que dicen ahí es cierto por eso también leo los comentarios de las personas, porque sí me gusta leer el comentario de todos y así también informarme más, también veo en YouTube algunas noticias…" (Madre de familia, 42 años)

Asimismo, los participantes expresaron como vivieron esta enfermedad, ya sea bajo su propia experiencia o la de algún familiar o amistad cercana.

"Mi cuñado, el hermano mayor de mi pareja, que no pudo… lamentablemente no pudo aguantar y falleció, sus hermanos, sus tres hermanas, sus dos hermanos más también se contagiaron, pero lo han superado" (Madre de familia, 27 años)

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

"…yo me infecté, se infectó mi esposo, mi hermano, mi suegra, la mamá de mi suegra, o sea hubo bastantes personas que se contagiaron, pero gracias a Dios que no fue a mayores, algunos fueron asintomáticos, otros han tenido síntomas, pero han podido salir de esta situación" (Madre de familia, 29 años)

En este caso, el participante comentó cómo vivió su experiencia siendo un caso asintomático.

"Al principio tenía mis dudas, pero ahora que lo he vivido en carne propia, con mi padre, no me queda duda de que es un tema real… real y que tiene muchas consecuencias (…) yo soy una persona con enfermedad crónica, soy diabético. Y como mi padre era un caso confirmado, tuvimos que viajar para asistirlo… y al estar ahí se contagió mi hija, mi hijo, mi otro hijo, todos se contagiaron (…) yo estuve en contacto con mis hijos enfermos, con mi padre también… y no sé si será un milagro o que tengo buenos anticuerpos ¿qué será? Porque no me logré contagiar de forma grave" (Padre de familia, 35 años)

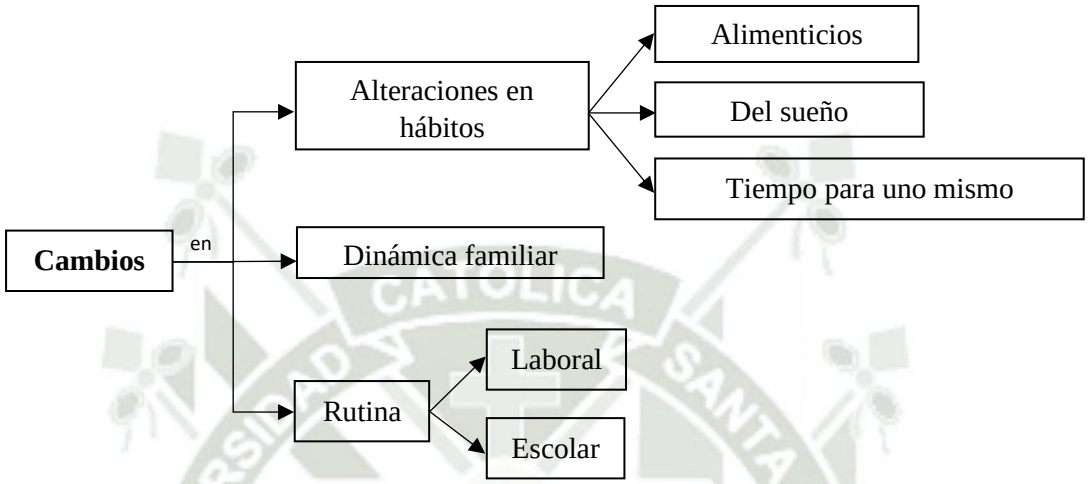
Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

Cambios

Figura 4

Cambios que manifestaron los participantes



Debido a la cuarentena y la pandemia del COVID-19 surgieron muchos cambios que alteraron los hábitos alimenticios y hábitos del sueño que los participantes solían tener anteriormente.

"…ha habido días que hemos sufrido de insomnio, habrá sido en abril por estas fechas, ha habido mucho desorden y en las clases a veces mi hija estaba durmiendo y ya tenía que entrar a clases, entonces yo tenía que explicar a la profesora que no iba a entrar. Mi hija se dormía a veces a la 1 o 2 de la mañana y se levantaba a las 5 y luego se dormía otra vez a las 8, así que hubo mucho desorden, al igual que nosotros." (Madre de familia, 27 años)

"Mis hijos se acostaban normalmente a las 8:30 p.m. y pasó todo esto de la pandemia, y ya se acostaban a las 11:00 p.m. de la noche, 11:30 p.m. y eso que yo los ponía a dormir a las 9:30 p.m. máximo, pero no se dormían, no tenían sueño, entonces como no descargaban esa energía, ¿qué hacía? esperar no más a que les de sueño y así era… 11:30

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

p.m., a veces hasta la 01:00 a.m. de la mañana, eso también era lo malo…" (Madre de familia, 42 años)

"…el cambio que tenía es que yo a veces dormía en las tardes, dormía una hora o dos horas en las tardes, después que llegaba de trabajar, pero ahora ya no, yo estoy todo el día despierta, más que todo yo me levanto ocho y media de la mañana y los sábados me levantaba a las diez, pero eso ha cambiado mi rutina de sueño yo ya no duermo en las tardes, y me cuesta dormir en las noches" (Madre de familia, 31 años)

Los participantes también manifestaron cambios en sus rutinas laborales, debido a que no podían salir de sus casas. Unos no pudieron trabajar durante el confinamiento debido a que sus empleos requerían salir de casa, por otro lado, otros pudieron realizar sus funciones laborales por medio de teletrabajo.

"…hubo meses que no trabajé por el tema del toque de queda, por el permiso, entonces eso más que todo afectó mi estabilidad económica" (Madre de familia, 30 años)

"…cambiaron también las reglas en mi trabajo, ya por la pandemia no me hicieron viajar y trabajaba aquí en casa" (Padre de familia, 32 años)

Asimismo, los participantes también manifestaron cambios en sus rutinas y dinámica familiar.

"…yo solía visitar a mi mamá casi todos los fines de semana o por lo menos una vez al mes o dos veces al mes y…como mis papás son mayores de edad fue bien complicado no poder verlos…" (Madre de familia, 33 años)

"…antes de esta cuarentena yo normalmente, día de por medio siempre salía a visitar a mi familia, en este caso a mi mamá o a mis hermanos...casi a diario, un día salía, cumplía

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

el horario de trabajo, llegaba a mi casa y al día siguiente iba a visitar a mis familiares, hoy en día ya no puedo hacer eso." (Padre de familia, 45 años)

Los participantes mencionaron los cambios que experimentaron en su dinámica familiar al no poder salir de casa.

"…nosotros teníamos una casa especialmente para vivir, pero no vivíamos ahí, solamente veníamos para dormir y en la cuarentena, nos tocó una convivencia real…" (Madre de familia, 33 años)

Y al estar más tiempo en casa, también mencionan actividades nuevas que integraron en su rutina.

"…a mí me gusta cocinar, entonces aproveché para cocinarles lo que ellos querían, hacer más postres, hacer pan, cocinar con ellas, como que eso compensó un poco su cambio de rutina…" (Madre de familia, 33 años)

También mencionaron los cambios que experimentaron en el ámbito social y cómo es que la pandemia y cuarentena afectó su rutina social.

"Si me ha afecta, porque yo si salía bastante, me relacionaba con bastantes amigas, me gustaba salir en las tardes, porque yo vendo productos, entonces me gustaba salir, ofrecerlos, repartía, o sea, todo eso sí me ha afectado." (Madre de familia, 42 años)

Otro cambio, importante que notaron los participantes, fue que a consecuencia que sus hijos no podían realizar actividades recreativas con otros niños o actividades al aire libre, el uso de tecnologías como el celular, tablets, laptops se ha incrementado notoriamente, como se menciona en el siguiente caso.

"Al inicio si fue un poco chocante sobre todo para mi hijo, para mi hija (la menor) más o menos, porque no quería entrar a clase, ella todo el día quería estar mirando

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

televisión, todo el día quería estar en el celular… entonces lo malo de esto ha sido eso, como no había actividades que podían hacer fuera de la casa, se quedaba en la casa con el celular, mirando televisión, ese era todo el día, eso sí es lo malo…" (Madre de familia, 42 años)

Por otro lado, hay participantes que manifestaron que no solían salir mucho antes de la cuarentena, por ello, no percibieron tan grande este cambio.

"Como nosotros no éramos mucho de salir antes, no nos ha afecto tanto. A mi hijo no le ha afectado. Estuvo prácticamente un año sin salir porque no salíamos a ningún lado ni siquiera cuando hubo el permiso de salir de una hora, yo no lo dejé salir, no" (Madre de familia, 30 años)

De igual manera, en el ámbito escolar de sus hijos, los participantes expresaron los cambios que notaron, principalmente como se tuvo que cambiar a educación virtual, muchos padres tuvieron que implementar herramientas tecnológicas para que sus hijos pudieran estudiar.

"Les tuvimos que habilitar la computadora, con todo lo que se necesita, el internet, y bueno también la cámara, bueno más que todo implementar. El internet, antes no teníamos porque como casi no estábamos acá, yo en la noche llegaba compartía internet con todos y ya era suficiente, pero ahora ya sí tuvimos que adquirir más servicios, el internet, el cable. Gracias a Dios tuvimos cierta forma de cómo solventarlo, porque sé que hay familias que han perdido sus trabajos…gracias a Dios, nuestra realidad ha podido cubrir esas necesidades para que estemos bien…" (Madre de familia, 33 años)

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

Dificultades

Figura 5

Dificultades que experimentaron los participantes

Los participantes experimentaron dificultades de adaptación en el ámbito familiar.

También en el ámbito laboral se presentaron dificultades de adaptación.

En el ámbito social, los participantes mencionaron las dificultades de adaptación que experimentaron. Principalmente, algunos notaron que sus hijos al no tener contacto social con otros niños, iban perdiendo el interés en hacerlo.

"Yo también veo en mi hija, la mayor, que se está siendo introvertida, o sea antes sí se conectaba con, o sea, conversaba con sus otras compañeras ¿no?, pero ahora no, como que se ha encerrado en ella, el no tener contacto, o sea eso es lo que ha afectado la pandemia para ellos (…) no tienen contacto con amigas, ni con sus amigos, es solamente en el momento del colegio, después ya no, o sea, solamente es en las horas de clase y después nada más, o sea, como que aleja esa relación que tienen con sus amigas, así, si se ha alejado, es lo malo de todo esto…" (Madre de familia, 42 años)

Y en el ámbito educativo, los padres mencionaron cómo sus hijos mostraron dificultades de adaptación a este nuevo método de enseñanza virtual.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

"Creo que mi hijita, se ha visto más su resistencia al cambio, como que no quería atender a la clase, no se acostumbraba mucho a que tenía que atender a la profesora y escuchar por la cámara, ella estaba acostumbrada a su clase presencial, y ya con eso, ni siquiera le llamábamos la atención, porque no podíamos, porque como estaba en clase y si lo hacíamos era peor, porque luego se ponía triste o se enojaba, y así no progresaba…mejor era que aprenda, pero a veces no escuchaba nada y estaba con sus conflictos emocionales…no, sí ha sido horrible…" (Madre de familia, 33 años)

"Al comienzo fue un poquito difícil, por mi lado, no. Pero para mi hija, sí, porque ella no está acostumbrada a sentarse y estar mirando un celular por 30 minutos (…) No es igual que en las clases presenciales, en donde con los profesores se entienden, ellas ven que se están demorando y les dan más tiempo, en las clases virtuales ella tiene que apurarse y yo tenía que apurar a mi hija, y ella se estresaba, me decía que ya no quería entrar a clases." (Madre de familia, 27 años)

Como se mencionó anteriormente, hubo cambios en las rutinas de sueño y, esto generó dificultades en sus hijos, a la hora de despertarse para atender a sus clases virtuales.

"Mis hijos se acostaban tarde y al día siguiente costaba levantarlos, costaba y a veces lloraban porque no querían hacer clases y querían seguir durmiendo, entonces tenía que estar amenazándolos para que hagan caso…" (Madre de familia, 42 años)

En este caso, la madre de familia, comenta y compara como se adaptaron sus hijas a este cambio, considerando que su hija menor tiene 5 años y la mayor, 9 años.

"Mi hijita la menor, no quería hacer los ejercicios, no respondía, se engría, renegaba…al principio lloraba. La primera clase virtual empezó a llorar, y era porque quería ir a su colegio, o sea, como que le tocó ver a su profesora en video llamada y ella no estaba en el colegio, empezó a llorar y a llorar en la primera parte de la clase…fue horrible,

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

y después para hacer las tareas, si las hacía, pero el problema era el seguimiento, yo no podía hacer el seguimiento. Yo llegaba tarde con mi trabajo, cansada…y a veces a la semana les hacíamos hacer todo y así ha sido, bien complicado. Y a veces los trabajos de mi hija mayor ha sido difícil de conseguir las cosas, como ya estaba cerrado todo, pucho no… También para que ellas hagan sus actividades era un poco complicado… pero yo sí veía que mi hija mayor si se acopló mejor, porque como es más grande ya estudiaba ella sola para sus exposiciones, pero también a veces ya tenía la manera de pasear a la profesora, porque a veces veíamos que ella estaba en clase y al costado se ponía su YouTube, y la ponía en mute a la profesora… era la muerte también mi hijita…" (Madre de familia, 33 años)

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

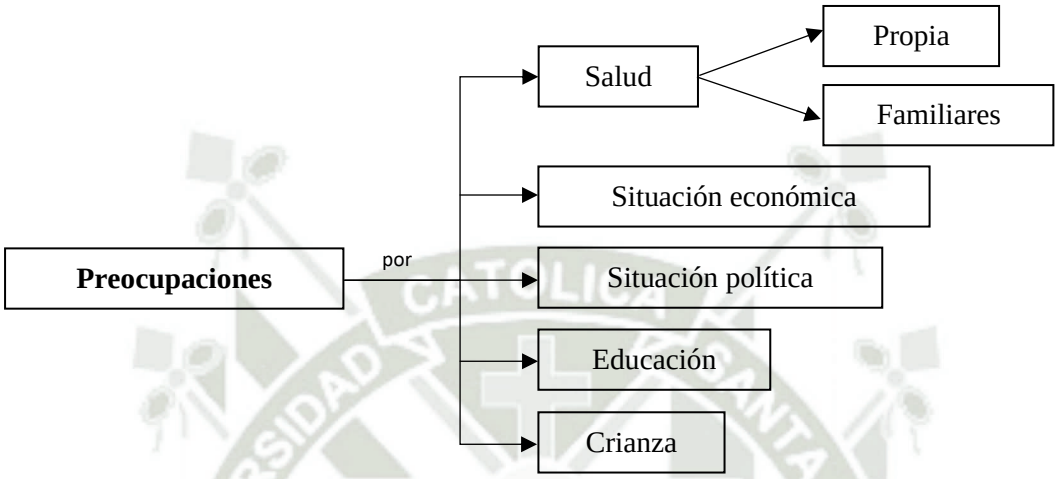
REPOSITORIO DE TESIS UCSM

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

Preocupaciones

Figura 6

Preocupaciones de los participantes



Los participantes mencionares que una de sus principales preocupaciones era por la salud, ya sea propia o la de sus familiares.

"Más que todo me preocupa la salud, que no nos vayamos a contagiar, porque sin salud no podemos hacer nada." (Madre de familia, 27 años)

"Me preocupa que algunos familiares cercanos se enfermen. Es lo que más me da miedo, o sea, porque ahorita no he sentido esa sensación de que alguien cercano a mí haya sufrido esta enfermedad" (Madre de familia, 30 años)

"Me preocupa que ocurra una desgracia mayor y tengamos que lamentar una pérdida grande en mi familia." (Padre de familia, 32 años)

"También me preocupa que mi hijo se enferme, y que no sea algo leve, que se empeore o que le pueda pasar algo a él… o incluso me pueda pasar algo a mí, también me preocupa que me pueda pasar algo a mí. O sea, yo como que soy la única persona que está con mi hijo y, si mi hijo no me tiene, eso me preocupa. Me preocupa enfermarme y no poder

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

trabajar. no tener cómo que solventar todos los gastos mensuales que tengo" (Madre de familia, 30 años)

Los participantes también manifestaron su preocupación por el contagio, debido a que las demás personas no se cuidaban o seguían los protocolos de seguridad adecuadamente.

"Es frustrante… y da temor… que tenemos que cuidarnos más, tomar más medidas, me preocupa ahorita el trabajo que estamos teniendo...yo y mi esposa que tenemos que exponernos. En mi caso, por mi trabajo yo tengo que viajar, y yo me cuido, yo me pongo mis guantes, mi traje, mi mascarilla, protector facial, mi alcohol, todo. Pero yo veo a mi alrededor que la gente no se cuida, que solamente se pone la mascarilla no más para la foto, o para pasar un control y de ahí se la saca, y eso… eso me preocupa bastante porque yo circulo con ese tipo de gente semanalmente, por no decir diariamente, y mi esposa también. Y esa es la preocupación, que nosotros nos cuidamos, pero los demás no" (Padre de familia, 32 años)

De igual manera, otra de las preocupaciones que expresaron los participantes fue acerca de su situación económica y laboral.

"Con el tema de trabajo, por lo menos mi pareja es estable, pero le han reducido el sueldo y terminamos en problemas." (Madre de familia, 27 años)

"Más que todo me afectó… el hecho de mi estabilidad económica. O sea, me preocupé porque yo soy el sustento de mi hijo y eso es lo que más me preocupó ¿no? Y más me deprimió el hecho de saber que me estaba yendo bien en mi negocio y de pronto, ya no me iba bien… entonces, eso fue lo que me afectó bastante" (Madre de familia, 30 años)

"Si, un poquito tengo la preocupación por mi pareja, que como es el único de nosotros que trabaja y, como no tenemos familiares acá, no tengo con quién dejar a mi hijita y yo no puedo salir a trabajar. Y en este tiempo del 2020, lo he visto un poco preocupado por eso,

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

claro que él me dice no, que todo está bien, pero es así siempre, yo me doy cuenta" (Madre de familia, 27 años)

Expresaron su preocupación sobre la crisis económica que se viene atravesando y la suba de precios de los productos de primera necesidad.

"...ya las cosas están subiendo, los precios están subiendo, y eso preocupa, porque ahora sí la necesidad te obliga a romper los nuevos protocolos que hay, porque las cosas han subido, la necesidad ha crecido, y te obliga a salir, salir a trabajar" (Padre de familia, 32 años)

De igual manera, con el tema laboral, los participantes manifestaron que fue complicado conseguir o mantener un trabajo durante este tiempo.

"es más uno ya ni siquiera puede escoger, ¡no puedo escoger un trabajo!... no puedo darme el lujo de decir "ya sabes que, esto no me conviene, voy a renunciar, voy a ir a otro trabajo" ... ¡Ya no!... ahora ya no se puede, tienes que agarrar lo que hay, con lo que te den, y eso limita bastante." (Padre de familia, 32 años)

Otra preocupación que también manifestaron fue por la educación y crianza de sus hijos.

"Yo estoy todo el día en casa con mi hija, trato de hacerla jugar, que se distraiga, que no esté tan estresada. Porque, aunque es pequeña, ya se está dando cuenta de las cosas que pasan y ella se estresa más, y nosotros como padres tratamos de ser fuertes, de informarnos más para que no todo lo que nosotros nos preocupa se lo transmitamos a ella. Entonces tenemos que crear su propio mundo, para que no esté tan estresada" (Madre de familia, 27 años)

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

En este caso, la participante comenta cómo le preocupaba dejar a su niña en el colegio, sin embargo, cuando las clases presenciales fueron suspendidas, se sintió aliviada.

"A mi hija la he tenido a mi costado, y he podido yo estar tranquila con ella y no preocuparme que si en el jardín le van a pegar o si se va a caer o que un niño la va a empujar y se va a lastimar porque también no se la dejo a nadie, porque somos como le dije somos solo los 3. Como que para mí ha sido más difícil dejarla esos dos días de clases que he ido, porque siempre se quedaba conmigo en casa, pero yo dejarla a ella en el jardín que es más complicado, porque desde que nació ha estado conmigo y cuando le dejé en el jardín pues yo me puse a llorar cuando vine acá, porque ya no había bulla o los juguetes destrozados y cuando me enteré de que dijeron ya se acaban las clases como que contento porque mi hija va a estar acá en casa, va a estar acá conmigo, va a estar, porque es chiquitita. Por decirle… el tema del baño, ella se aguantaba no estaba preparada para decirle a la miss "quiero hacer pis" eso me preocupaba bastante esos dos días, para mí fue un tormento" (Madre de familia, 27 años)

Otro punto, que también mencionaron los participantes, fue su preocupación por la poca interacción social y recreativa que sus niños estaban teniendo en esos tiempos de cuarentena.

"Me preocupa que no están viviendo su niñez ¿no?, el no estar en el colegio, no estar jugando con otros niños, no interactuando con otros niños… se están volviendo más introvertidos…entonces eso es lo que no me gusta" (Madre de familia, 42 años)

Debido al contexto de nuestro país y a la crisis política que hemos venido atravesando en estos años, los padres de familia también expresaron su preocupación.

"…pero en mi punto de vista, el peruano no ha podido sobrellevar esta enfermedad o esta pandemia… y teníamos que culpar a alguien ¿no?... y ya lo hicimos, culpamos al estado,

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

las cosas que ocurren. Con las marchas que ha habido, con las autoridades que se han reflejado, todo el tema que es la corrupción aquí en el Perú, se ha reflejado a viva voz en esta pandemia, tantas cosas que se han visto, que se han descubierto. En un año han pasado muchas cosas, han cambiado de congresistas, de presidentes…" (Padre de familia, 32 años)

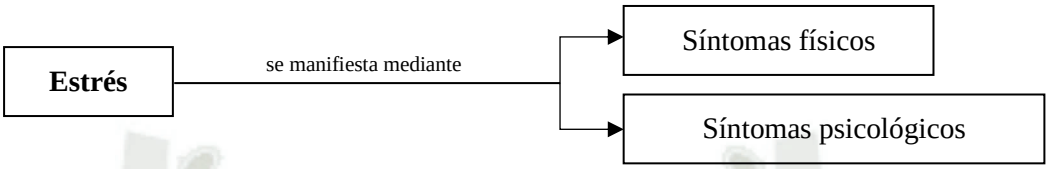
Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

Estrés

Figura 7

Estrés percibido por los participantes



Los participantes manifestaron haber presentados síntomas físicos de estrés, tales como, dolores de cabeza, migraña, dificultades al conciliar el sueño e incluso insomnio, dolores musculares y de espalda.

"Mi migraña se intensificó porque, hace tiempo que yo no tenía migraña y, por la presión del trabajo, también la casa, yo tenía episodios de migraña un poquito fuertes y tuve que ir a emergencias, al hospital he ido como dos veces. Fui, y después ya estuvo con pastillas…pero sí, sí me afectó…aún me afecta" (Madre de familia, 33 años)

"A mí me gusta relacionarme con las personas, o sea conversar con mis amigas, aunque sea un ratito, yo necesitaba el salir a la calle así no me encuentre con ninguna amiga, me gustaba salir, distraerme, ir a comprar o algo, lo que tenga que hacer y regresaba, o sea, eso sí me gustaba hacer y, ahora el hecho de estar encerrados, era como que, me afectó en la salud, sufría más de migrañas, me estresaba y es porque yo sí necesito salir, entonces es lo que me ha afectado…" (Madre de familia, 42 años)

"La migraña me podía dar dos o tres veces, a veces me duraba siete días, o sea, sí me ha afectado, y cuando tenía la migraña era solo descansar, dormir, para que se me pase, o sea ¿Cómo podía hacerlo yo?, dormir todo el día, como estoy todo el día con mis hijos, sí era bien difícil; ahora yo estoy buscando otras maneras para distraerme para que no me venga esos dolores de cabeza, incluso también el caminar bajo el sol mucho aunque sea media hora

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

ya me hace mal, yo creo que todo eso ha venido por lo de estar encerrada y te estas acostumbrando a esta vida, o sea estar ahí en la casa, entonces me afecta. Es más estresante para mí y por eso me viene esos dolores de cabeza…" (Madre de familia, 42 años)

"Me acostaba tres de la mañana hasta hace quince días, hasta hace quince días me estaba acostando tres de la mañana, cuatro de la mañana, a veces no dormía toda la madrugada, me acostaba seis de la mañana, no me daba sueño; entonces en el día como tenía que estar despierta, también me venían los dolores de cabeza, porque no descansaba, entonces eso es lo que me ha afectado ¿no?, todo eso de estar encerrada, te afecta ¿no?, te altera las horas de sueño…" (Madre de familia, 42 años)

"Tenía dolores acá en la parte del cuello, todas estas partes [señala parte de su cuello] y de la columna, de la columna me dolía, así como si tuviera lumbalgia, ya no podía ni cargar peso, no podía moverme…últimamente he sentido esos dolores ¿no?" (Madre de familia, 29 años)

"En algunas ocasiones tengo algún malestar físico, como, por ejemplo, dolor de cuello y espalda ¿no?, que ya yo sé que es cuando estoy demasiado preocupada o estresada…" (Madre de familia, 47 años)

Y en cuanto a los síntomas psicológicos indicaron haber experimentado ansiedad, miedos, preocupaciones excesivas, irritabilidad, tristeza y, en algunos casos depresión.

"A veces sentía ansiedad, porque yo tenía que hacer una cosa, tenía que hacer otra, y más que todo cuando mi esposo estaba enfermo, me las veía sola, entonces qué hago cómo hago todo, no sabía…" (Madre de familia, 31 años)

"Me dio una gastritis emotiva y por eso he estado medicado… medicado con antidepresivos, tenía que tomar la medicación… para salir de ese cuadro de depresión" (Padre de familia, 37 años)

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE SANTA MARÍA

"Me doy cuenta del estrés porque a veces siento que me duele mucho la cabeza, a veces no puedo dormir bien… a veces me entra hasta incluso depresión por el motivo de la pérdida de mis familiares, me viene la depresión. Siento que a veces hasta ya me asfixio de estar en la casa… A veces, cuando mis hijos discuten o pelean, porque son niños, la verdad siento que ya voy a explotar, lo que normalmente antes no lo hacía, antes tenía un poco más de paciencia, ahora ya no la tengo, siento que ya he llegado a un límite…" (Madre de familia, 40 años)

De igual manera, también pudieron notar síntomas de estrés en sus hijos.

"El nivel de estrés de mi hija, mi hijita pequeña empieza a gritar, empieza un poquito a ser agresiva, no puede salir a los parques a desestresarse, a correr como antes, a jugar. Entonces ella se ha visto más afectada, por lo menos yo salía, nos turnábamos con mi pareja para ir comprar al mercado, nosotros por lo menos salíamos y veíamos personas, en cambio mi hija no salía ni a la esquina, por ocho meses que no ha salido para nada y yo he visto que es la más afectada" (Madre de familia, 27 años)

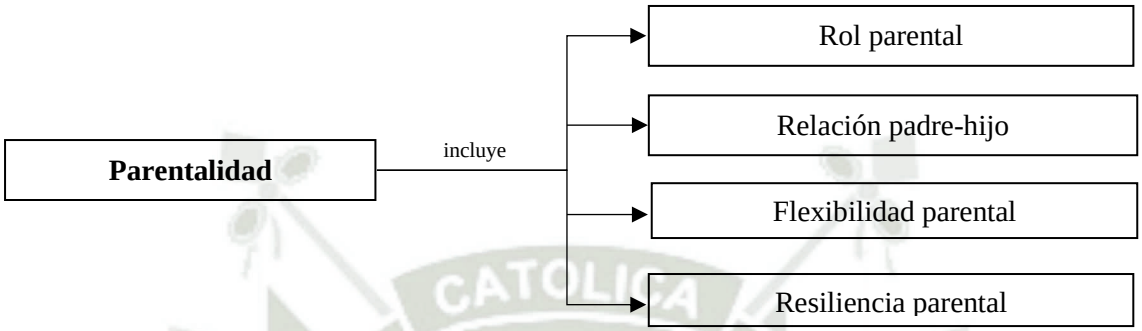
Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

Parentalidad

Figura 8

Red de parentalidad



Respecto a la parentalidad, los participantes mencionaron acerca de su rol parental y también sobre su relación padre-hijo.

"La ventaja, por decirlo así, es que nos ayudó a convivir, más que todo nos ayudó en la convivencia, se fortaleció bastante los lazos familiares que estábamos dejando de lado por ciertos motivos como es el laboral, trabajamos mucho mi esposa y yo…" (Padre de familia, 35 años)

"…lo que he hecho es aprender bastante en esta cuarentena, no tanto por lo que es el aseo, la limpieza, porque es algo que tiene que ser con o sin virus. Lo que más aprendí es a conocer a mi familia, a convivir, que eso era lo que estábamos dejando de lado. A conocer a mi esposa, a mis hijas, qué necesidades tienen… y pucha, en realidad he aprendido bastante, he aprendido bastante. En esto me ha ayudado bastante el virus, más que agradecido con el COVID, por decirlo así." (Padre de familia, 32 años)

Y también nos hablaron sobre su flexibilidad y resiliencia parental, y sobre las estrategias que tuvieron que utilizar durante esta cuarentena.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

"...por lo menos las primeras semanas sí fue bien complicado, más que todo por nuestras hijas, y a nosotros como padres nos tocó como que ser fuertes y tratar de tolerar eso..." (Madre de familia, 33 años)

"...hemos tratado de que nuestras hijas no se dejen... no se dejen absorber por la magnitud de este virus, o sea que ellas no se espanten, que no tengan miedo, pavor... o que se psicoseen. Por las estrategias que hemos tenido mi esposa y yo ¿no? Ya están más con ellas, hacemos actividades, tratamos de mantenerlas en movimiento, infinidad de cosas, cocinar en familia..." (Padre de familia, 32 años)

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

Discusión

La presente investigación tiene como objetivo describir las manifestaciones del estrés parental que están experimentando los padres de familia durante la pandemia del coronavirus en la ciudad de Ilo. De acuerdo a los resultados obtenidos de nuestra investigación, podemos determinar que los participantes han experimentado diversas manifestaciones de estrés parental estrés parental durante este tiempo.

Se pudo observar que, los padres y madres de familia están soportando una enorme carga durante esta pandemia. La vida y las rutinas diarias cambiaron en un instante, muchos colegios aún permanecen cerrados, las situaciones laborales cambiaron rápidamente: algunos perdieron sus trabajos o se vieron limitados, debido a las restricciones impuestas por el gobierno, y para otros, el trabajo se desplazó a su hogar. Sumado a esto, el contacto social se vio limitado en gran medida debido a las pautas recomendadas de distanciamiento social. La cuarentena, el aislamiento, el distanciamiento social, la situación económica-laboral, los cambios en las rutinas diarias y en la dinámica familiar, como se observó en los resultados, son factores que predisponen al estrés parental.

Una vez iniciada la pandemia y, oficialmente la cuarentena impuesta por el gobierno peruano, se presentaron muchas dificultades en estos factores, que complicaron la estabilidad emocional de los padres de familia. Una de las consecuencias más severas que ha dejado la pandemia es económica, ya que las personas no pueden continuar con sus actividades laborales y esto impacta en sus ingresos durante y después de la cuarentena. A su vez, esta situación es un factor que aumenta los problemas sociales y el riesgo de padecimientos psicológicos (Brooks et al., 2020). Sin embargo, se observó que aquellos padres de familia que contaron con un empleo estable e ingreso económico, que mantuvieron contacto con su

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

red de apoyo (familia, amigos), además que contaron con adecuadas herramientas tecnológicas, pudieron sobrellevar de mejor manera la cuarentena.

Debido a la cuarentena y a esta nueva normalidad, la educación presencial pasa a ser virtual, causando que ahora los padres y madres de familia tengan un rol principal en la educación de sus hijos. Como se observó en los resultados, son las madres las que mayormente asumen este rol. Como se observó en un estudio realizado por Asociación Americana de Psicología (APA) el 63% de padres y madres de familia refiere que la pandemia de coronavirus hizo el período escolar 2020 extremadamente estresante para ellos personalmente.

El segundo objetivo de esta investigación era determinar los efectos físicos y psicológicos del estrés parental en padres y madres de familia durante la pandemia del coronavirus en la ciudad de Ilo. Los síntomas físicos que identificamos en este estudio fueron: dolores musculares (espalda, cuello), dolores de cabeza o migraña, insomnio, alteraciones del sueño, alteraciones de los hábitos alimenticios (falta de apetito, comer en exceso). De los síntomas psicológicos que fueron mencionados por los entrevistados encontramos los siguientes: ansiedad, depresión, tristeza, preocupaciones (sentirse abrumado) e irritabilidad. Los resultados de la presente investigación son coherentes con estudios recientes que revelan que el impacto psicológico de una cuarentena puede incluir sintomatología de insomnio, irritabilidad, ansiedad, angustia y sensación de pérdida de la libertad (Piña Ferrer, 2020).

Se pudo observar que las madres de familia manifestaron más síntomas de estrés parental que los padres de familia, como sucedió en un estudio realizado en Chile, donde se encontró que son las mujeres quienes se llevan el mayor impacto negativo de la pandemia, ya que son ellas las que asumen mayores exigencias a nivel laboral, doméstico y de cuidado

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

infantil (Olhaberry et al., 2021). Asimismo, son las madres solteras las que manifestaron más síntomas de estrés parental, con respecto a las madres que cuentan con su pareja como red de apoyo, este resultado coincide con Landero y González (2011) y Olhaberry y Farkas (2012), quienes observaron que las madres pertenecientes a familias monoparentales presentaban niveles más altos de estrés en comparación con las que pertenecían a familias nucleares. Esto es debido a las responsabilidades compartidas entre ambos progenitores tanto en el cuidado y en la educación de los niños a diferencia de las madres solteras, quienes afrontan las situaciones y demandas propias de la crianza de manera independiente sin la presencia de otro miembro (Gerstein et al., 2011).

Consideramos que los síntomas físicos pueden mejorar poco a poco conforme los padres de familia van cambiando su rutina y adaptándose a una nueva normalidad, sin embargo, hacemos especial hincapié en los síntomas psicológicos, debido a que estos requieren de una atención especial.

Dentro de los padres de familias entrevistados, pudimos encontrar padres que sí lograron identificar estos síntomas psicológicos y dedicarles la adecuada atención de diferentes maneras, ya sea a través de teleterapias, grupos religiosos, apoyo espiritual, medicina alternativa; pero fue un número muy reducido de padres que trabajaron sus síntomas psicológicos, debido a la dificultad y falta de información para conseguir terapias psicológicas.

Nuestro tercer objetivo era describir los efectos del estrés parental sobre la relación padres e hijos en las familias durante la pandemia del coronavirus en la ciudad de Ilo. Como se mencionó en los resultados, los padres y madres de familia manifestaron que el tiempo en casa debido a la cuarentena, los ayudó a reforzar sus lazos familiares y favoreció su dinámica familiar. Debido a que, por razones laborales, habían descuidado está relación y el tiempo en

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

familia. Por otro lado, también mencionaron que al estar mucho tiempo en casa con sus hijos les resultaba abrumador y sentían que se nivel de paciencia era menos a comparación de otros años.

Otro punto importante que indicaron los padres de familia, fue el uso excesivo de aparatos tecnológicos, ya que, sus hijos al no poder salir a realizar actividades recreativas, la única manera de entretenerlos era mediante celular, tablets, televisión, computadoras.

Abufhele & Jeanneret (2020) manifiestan que, en niños pequeños, se ha podido ver un aumento mayor de hiperactividad y 'aburrimiento'. Tal como lo mencionaron los participantes de nuestra investigación. Un aspecto de suma importancia es la alteración que se produce en el sueño, teniendo mayor riesgo los niños que tienen dispositivos dentro de su habitación, ya que la exposición a la luz azul que emiten las pantallas previo al momento de acostarse, afecta los niveles de melatonina, lo que puede retrasar o alterar el sueño (Cerisola, 2017, p. 5). En el contexto de la pandemia, la población infantil ha exhibido cambios de humor, y el 19.99% reporta un aumento en los problemas de sueño (Orgilés et al., 2020). Así como también lo manifestaron los padres de familia, que sus hijos habían presentados alteraciones del sueño lo cual se debe al uso excesivo de estas tecnologías. Chagas (2012) determina que el abuso de estas tecnologías podría ser el causal principal, generando aislamiento social, incremento de la agresividad y el fracaso escolar, desórdenes en el horario, trastornos del sueño, conflicto familiar, entre otros.

Y nuestro cuarto y último objetivo era describir los efectos del estrés parental en la relación de pareja durante la pandemia del coronavirus en la ciudad de Ilo, donde pudimos observar que los padres manifestaron haber tenido momentos de tensión entre pareja una vez iniciada la pandemia del COVID, esto debido a la gran incertidumbre que generaba en ellos la coyuntura mundial; sin embargo, de alguna u otra manera lograron sobrellevar esta

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

situación. Pero si pudimos encontrar a lo largo de las entrevistas la dificultad de comunicación que los padres presentaron, no solo entre parejas sino también a nivel familiar.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

Hallazgos

Con respecto a los objetivos, se encontró que los padres y madres de familia manifestaron síntomas de estrés parental durante la pandemia del Covid-19 y, esto fue debido a factores predisponentes al estrés, tales como el contexto en la que se encuentran las familias, su situación económica y laboral, el rol parental y la dinámica familiar.

Entre los principales síntomas de estrés que experimentaron los padres y madres de familia encontramos dolores de cabeza, migraña, preocupaciones, dificultades para conciliar el sueño, insomnio, irritabilidad, ansiedad y en cierto casos depresión. Los padres y madres de familia haciendo uso de la resiliencia y flexibilidad parental es que han podido afrontar esta situación.

Se encontró cambios en las rutinas de las familias, principalmente en el ámbito laboral y la educación de sus hijos. En cuanto al ámbito laboral, se ha ido retomando la rutina que antes de la pandemia se tenía. Sin embargo, la modalidad de enseñanza en las escuelas recién se encuentra próximo a retomar la presencialidad, lo cual puede generar dificultades de adaptación. Como se ha observado en la investigación, los padres y madres de familia necesitaron de varios meses para poder adaptarse a la nueva modalidad de enseñanza, al igual que sus hijos. Es por ello que, al nuevamente realizarse cambios en el sistema educativo, podría tardar meses en que los niños, los padres y las madres puedan adaptase a esta nueva rutina.

Se encontró también que, el tiempo que pasaron en casa durante la cuarentena, benefició la relación padre-hijo entre los participantes, ya que les ayudó a mejorar su convivencia y dinámica familiar, por otro lado, aquellos padres y madres que poseen 2 o más hijos, principalmente las madres de familia, manifestaron más síntomas de estrés parental,

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE SANTA MARÍA

debido a que tenían mayores funciones y tareas que realizar en casa, a la vez que tenían que trabajar y desempeñar su rol parental.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

Conclusiones

Primera, el estrés parental tuvo diversas representaciones tanto psicológicas como físicas en los padres y las madres de familia durante la pandemia del coronavirus en la ciudad de Ilo.

Segunda, los factores que predisponen al estrés parental que han experimentado los padres y madres de familia durante la pandemia del coronavirus en la ciudad de Ilo, son: el contexto en la que se encuentran las familias, su situación económica y laboral, el rol parental y la dinámica familiar.

Tercera, los efectos físicos y psicológicos de estrés parental que manifestaron los participantes, fueron: dolores de cabeza, migraña, preocupaciones, dificultades para conciliar el sueño, insomnio, irritabilidad, ansiedad y en cierto casos depresión.

Cuarta, gracias a la resiliencia y flexibilidad parental, los participantes han logrado mantener una adecuada relación padre-hijo, dándole importancia a su rol parental lo cual les ha permitido continuar con la crianza de sus hijos durante el confinamiento del COVID-19.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

Sugerencias

Primera, aumentar la prestación de servicios de salud mental y apoyo psicosocial que ayuden a los niños y sus familias a enfrentar la incertidumbre permanente que conlleva la pandemia.

Segunda, adecuar los horarios escolares a nuevas rutinas más flexibles que permitan realizar pausas activas durante la jornada escolar para que los niños puedan readaptarse a la educación presencial.

Tercera, incentivar el uso de las tecnologías con un enfoque educativo y académico, bajo la supervisión de los padres y madres de familia para evitar su uso incorrecto y/o excesivo.

Cuarta, fomentar la investigación y realizar estudios sobre los efectos de la pandemia en los niños y padres de familia.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

Limitaciones

Primera, se considera como limitación las escasas investigaciones cualitativas en nuestro país que desarrollen una exploración sobre las experiencias y manifestaciones del estrés parental durante la pandemia del COVID-19.

Segunda, debido al medio utilizado para realizar las entrevistas y al ser estas virtuales, se percibió un reducido vínculo interpersonal entre los participantes y las entrevistadoras.

Tercera, otro factor limitante fue el tiempo disponible de los participantes para la realización de las entrevistas; ya que, muchos de ellos, por cumplir un rol de madre y padre a tiempo completo, no disponían de tiempo durante el día y solicitaron realizarlas en horarios diferentes a los programados, por tanto, se tuvieron que reprogramar varios de ellos y así acoplarnos a los tiempos de cada padre y madre.

Cuarto, por último, algunos de los padres y madres de familia que participaron de la investigación, al tener hijos en una etapa que dependen de ellos, durante la sesión de entrevista también estaban atentos a las acciones de ellos; lo que conllevaba, en algunos casos, a interrumpirlos para luego retomar y se debía formular nuevamente la pregunta cortando la secuencia y dinámica de la entrevista.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

Referencias

Abidin, R. R (1992). The Determinants of Parenting Behavior. *Journal of Clinical Child Psychology*, *21*(4), 407-412. https://doi.org/10.1207/s15374424jccp2104_12

Abidin, R. R (1990). *Parenting stress index-short form*. Charlottesville, VA: Pediatric Psychology Press.

Abidin, R. R (1995). *Parenting Stress Index, Third Edition: Professional Manual*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources, Inc.

Abufhele, Marcela, & Jeanneret, Valerie (2020). Puertas Adentro: La otra cara de la pandemia. *Revista chilena de pediatría*, 91(3), 319-321. https://dx.doi.org/10.32641/rchped.v91i3.2487

Ahmed, S. F., Quadeer, A. A., & McKay, M. R (2020). Preliminary Identification of Potential Vaccine Targets for the COVID-19 Coronavirus (SARS-CoV-2) Based on SARS-CoV Immunological Studies. *Viruses*, *12*(3), 254. https://doi.org/10.3390/v12030254

Álvarez-Gayou, J. L (2008). *Cómo hacer investigación cualitativa: Fundamentos y metodología*. Paidós educador.

American Psychiatric Association (2014). *DSM-5. Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales* (5.ª ed.). Editorial Médica Panamericana.

Anderson, L. S (2008). Predictors of Parenting Stress in a Diverse Sample of Parents of Early Adolescents in High-Risk Communities. *Nursing Research*, *57*(5), 340-350. https://doi.org/10.1097/01.nnr.0000313502.92227.87

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

Asociación Americana de Psicología (2020, octubre). *Stress in America™ 2020*. American Psychological Asociation. https://www.apa.org/news/press/releases/stress/2020/report-october

Baldwin, A. L., Baldwin, C., & Cole, R. E (1992). *Stress-resistant families and stress-resistant children.* En J. E. Rolf, A. S. Masten, D. Cicchetti, K. H. Nuechterlein, & S. Weintraub (Eds.), *Risk and protective factors in the development of psychopathology* (p. 257–280). Cambridge University Press. https://doi.org/10.1017/CBO9780511752872.016

Barudy, J (1998). *El dolor invisible de la infancia. Una lectura ecosistémica del maltrato infantil.* Paidós.

Barudy, J (2017). *Desafíos invisibles de ser madre o padre: Manual de evaluación de las competencias y la resiliencia parental* (1.ª ed.). Gedisa Editorial.

Barudy, J., & Dantagnan, M (2005). *Los desafíos invisibles de ser padre o madre: Fichas de trabajo (Psicología/Resiliencia)*. Gedisa Editorial.

Barudy, J., & Dantagnan, M (2010). *Los desafíos invisibles de ser padre o madre: Manual de evaluación de las competencias y la resiliencia parental (Psicología/Resiliencia)* (1.ª ed.). Gedisa Editorial.

Berra, E., Muñoz, S., Vega, C., Silva, A. & Escobar, G (2014). Emociones, estrés y afrontamiento en adolescentes desde el modelo de Lazarus y Folkman. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación, 16*(1), 37-57. https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80230114003

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E, Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet 395*, 912 - 920. https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8

Brown, S. M., Doom, J. R., Lechuga-Peña, S., Watamura, S. E., & Koppels, T (2020). Stress and parenting during the global COVID-19 pandemic. *Child Abuse & Neglect*. https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2020.104699

Cannon, W. B (1932). *Wisdom of the Body* (Revisado ed.). W.W. Norton, Incorporated.

Cerisola, A (2017). *Impacto negativo de los medios tecnológicos en el neurodesarrollo infantil. Revista de pediatría de Panamá. 46(2)* (p. 126 -131). Disponible en: Impacto negativo de los medios tecnológicos en el neurodesarrollo infantil. Pediatría Panamá; 46(2): 126-131.

Chagas D., & Raquel C (2012). La teoría de la agresividad en Donald W. Winnicott. *Perfiles educativos*, 34(138), 29-37.

Chiavenato, I (2011). *Administración de recursos humanos. El capital humano de las organizaciones* (9.ª ed.). McGraw-Hill.

Chung, G., Lanier, P., & Ju, P. W. Y (2020). Mediating Effects of Parental Stress on Harsh Parenting And Parent-child Relationship During Coronavirus (COVID-19) Pandemic in Singapore. *PsyArXiv*. https://doi.org/10.1007/s10896-020-00200-1

Coopersmith, S (1967). *The Antecedents of Self-Esteem*. W. H. Freeman & Company.

Cowan, C. P., & Cowan, P. A (2000). *When Partners Become Parents: The Big Life Change for Couples* (Revised edition ed.). Lawrence Erlbaum Assoc Inc.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

Coyne, L. W., Gould, E. R., Grimaldi, M., Wilson, K. G., Baffuto, G., & Biglan, A (2020). First Things First: Parent Psychological Flexibility and Self-Compassion During COVID-19. *Behavior Analysis in Practice*. https://doi.org/10.1007/s40617-020-00435-w

Cruz, M (2009). Enfoques y modalidad de investigacion social: La Etnografia como herramienta para sustentar una conciencia social trasformadora. En F. l. noguera, Métodos de investigación y planificación en intervención socioeducativa. https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/62821059/1.A.3.012_CL_2011_EnfoqyModalidadInvestig.pdf?1586018244=&response-content-

Cyrulnik, B (2001). *Los patitos feos: La resiliencia: una infancia infeliz no determina la vida* (9.ª ed.). Gedisa.

Dabrowska, A., & Pisula, E (2010). Parenting stress and coping styles in mothers and fathers of pre-school children with autism and Down syndrome. *Journal of Intellectual Disability Research*, *54*(3), 266-280. https://doi.org/10.1111/j.1365-2788.2010.01258.x

De Rivera, L (2010). *Los síndromes de estrés*. Síntesis.

Deater-Deckard, K (1998). Parenting Stress and Child Adjustment: Some Old Hypotheses and New Questions. *Clinical Psychology: Science and Practice*, *5*(3), 314-332. https://doi.org/10.1111/j.1468-2850.1998.tb00152.x

El Peruano (2020, 15 marzo). *Decreto Supremo que declara Estado de Emergencia Nacional por las graves circunstancias que afectan la vida de la Nación a consecuencia del brote del COVID-19. Decreto Supremo Nº 044-2020-PCM*.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

https://busquedas.elperuano.pe/normaslegales/decreto-supremo-que-declara-estado-de-emergencia-nacional-po-decreto-supremo-n-044-2020-pcm-1864948-2/

Frigerio, G., Poggi, M., Tiramonti, G., & Arguerrondo, I (2006). *Las instituciones educativas cara y ceca*. Editorial Troquel.

Gobierno Regional de Moquegua (2021, 13 enero). *Covid-19: Sala Situacional Moquegua* https://www.facebook.com/moquegua.geresa/photos/a.124168522466019/257601695789367/

Goleman, D (1996). *Inteligencia emocional*. Kairós.

Goleman, D (2006). *Inteligencia emocional*. Kairós.

Gerstein, E., Crnic, K., Blacher, J. & Baker, B (2009). *La resiliencia y el curso del estrés parental diario en familias de niños pequeños con discapacidad intelectual.* Revista de investigación sobre discapacidad intelectual, 53(12), 981–997. doi: 10.1111/j.1365-41 2788.2009.01220.x

Günther-Bel, C., Vilaregut, A., Carratala, E., Torras-Garat, S., & Pérez-Testor, C (2020). A Mixed-method Study of Individual, Couple, and Parental Functioning During the State-regulated COVID-19 Lockdown in Spain. *Family Process*. https://doi.org/10.1111/famp.12585

Landero, R. & González, M (2011). Apoyo social, estrés y autoestima en mujeres de familias monoparentales y biparentales. *Summa Psicológica UST*, 8(1), 29-36.

Lazarus, R., & Folkman, S (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Martínez Roca.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

Li, N. P., van Vugt, M., & Colarelli, S. M (2017). The Evolutionary Mismatch Hypothesis: Implications for Psychological Science. *Current Directions in Psychological Science*, *27*(1), 38-44. https://doi.org/10.1177/0963721417731378

Llavona, L., & Méndez, F (2012). Manual del psicólogo de familia: Un nuevo perfil profesional. Ediciones Pirámide.

Hayes, S. C., Strosahl, K., & Wilson, K. G (2012). *Acceptance and Commitment Therapy: The Process and Practice of Mindful Change* (2nd ed. ed.). Guilford Publications.

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P (2014). *Metodología de la investigación* (Sexta ed.). McGraw-Hill.

Husserl, E (2008). *La crisis de las ciencias europeas y la fenomenología trascendental* (1.ª ed.). Prometeo Libros.

Jayakumar, S., Ilango, S., & Thirusangu, S (2020). Risk factors and protective factors of mental health during COVID-19 outbreak and lockdown in adult Indian population- A cross-sectional study. *medRxiv*. https://doi.org/10.1101/2020.06.13.20130153

Kashdan, T. B., & Rottenberg, J (2010). Psychological flexibility as a fundamental aspect of health. *Clinical Psychology Review*, *30*(7), 865-878. https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.03.001

Lazarus, R., & Folkman, S (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Martínez Roca.

Lenzo, V., Quattropani, M. C., Musetti, A., Zenesini, C., Freda, M. F., Lemmo, D., Vegni, E., Borghi, L., Plazzi, G., Castelnuovo, G., Cattivelli, R., Saita, E., & Franceschini, C (2020). Resilience contributes to low emotional impact of the COVID-19 outbreak among the general population in Italy. *PsyArXiv*. https://doi.org/10.31234/osf.io/af8u4

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

Li, N. P., van Vugt, M., & Colarelli, S. M (2017). The Evolutionary Mismatch Hypothesis: Implications for Psychological Science. *Current Directions in Psychological Science*, *27*(1), 38-44. https://doi.org/10.1177/0963721417731378

Llobet, V (2005). *La promoción de resiliencia con niños y adolescentes: entre la vulnerabilidad y la exclusión*. Noveduc.

Losada, A (2015). *Familia y Psicología*. Editorial Dunken.

Manciaux, M., Vanistendael, S., Lecomte, J., & Cyrulnik, B (2003). *La resiliencia: estado de la cuestión* (1.ª ed.). Gedisa.

Manzo, L. K. C., & Minello, A (2020). Mothers, childcare duties, and remote working under COVID-19 lockdown in Italy: Cultivating communities of care. *Dialogues in Human Geography*, *10*(2), 120-123. https://doi.org/10.1177/2043820620934268

Marquina, R (2020). Autopercepción del estrés en aislamiento social en tiempos de Covid-19. *Revista ConCiencia EPG*, *5*(1), 83-97. https://doi.org/10.32654/concienciaepg.5-1.6

Marquina, R., & Jaramillo-Valverde, L (2020). El COVID-19: Cuarentena y su Impacto Psicológico en la población. https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/view/452/560

Mella-Morambuena, J., López-Angulo, Y., Sáez-Delgado, Y., & Del Valle, M (2020). Estrategias de afrontamiento en apoderados durante el confinamiento por la COVID-19. *CienciAmérica*, *9*(2), 322. https://doi.org/10.33210/ca.v9i2.324

Ministerio de Salud - Perú (2021, 13 enero). *Casos confirmados por coronavirus Covid-19. Comunicado N° 338*. MINSA. https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/324640-

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

minsa-casos-confirmados-por-coronavirus-Covid-19-ascienden-a-1-043-640-en-el-peru-comunicado-n-388

Minuchin, S (1983). *Familias y terapia familiar*. Gedisa.

Moreno-Proaño, G (2020). Pensamientos distorsionados y ansiedad generalizada en COVID-19. *CienciAmérica*, *9*(2), 251. https://doi.org/10.33210/ca.v9i2.314

Näslund-Hadley, E (2020, 21 octubre). *El involucramiento de padres en la educación a distancia y la brecha de género en salud mental*. Enfoque Educación. https://blogs.iadb.org/educacion/es/involucramientodepadres/

Olhaberry, M., & Farkas, Ch (2012). Estrés materno y configuración familiar: estudio comparativo en familias chilenas monoparentales y nucleares de bajos ingresos. *Universitas Psychologica*, 11(4), 1317-1326.

Olhaberry, M., Escobar, J., Oyarce, D., Sieverson, C., Aldoney, D. & Pérez, C (2021). Criar y crecer en tiempos de COVID: cómo la pandemia ha deteriorado el bienestar de madres, padres y niñas/os. Centro de Investigación Periodística. https://www.ciperchile.cl/2021/04/05/criar-y-crecer-entiempos-de-Covid-como-la-pandemia-ha-deteriorado-el-bienestar-de-madres-padres-y-ninas-os/

Olson, D. H., Sprenkle, D. H., & Russell, C. S (1979). Circumplex Model of Marital and Family Systems: I. Cohesion and Adaptability Dimensions, Family Types, and Clinical Applications. *Family Process*, *18*(1), 3-28. https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.1979.00003.x

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

Organización Mundial de la Salud (2020). *Preguntas y respuestas sobre la enfermedad por coronavirus (COVID-19)*. https://www.who.int/es/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/q-a-coronaviruses

Organización Mundial de la Salud & Organización Internacional del Trabajo (1984, septiembre). *FACTORES PSICOSOCIALES EN EL TRABAJO: Naturaleza, incidencia y prevención* (N° 56). http://www.factorespsicosociales.com/wp-content/uploads/2019/02/FPS-OIT-OMS.pdf

Orgilés, M., Morales, A., Delvecchio, E., Mazzeschi, C. & Espada, J. P (2020). *Immediate psychological effects of the COVID-19 quarantine in youth from Italy and Spain. Psyarxiv Preprints.* https://doi.org/10.31234/osf.io/5bpfz

Orlandini, A (1996). *El estrés: Qué es y cómo evitarlo* (2.ª ed.). Fondo de Cultura Económica.

Peltz, J. S., Daks, J. S., & Rogge, R. D (2020). Mediators of the association between COVID-19-related stressors and parents' psychological flexibility and inflexibility: The roles of perceived sleep quality and energy. *Journal of Contextual Behavioral Science*, *17*, 168-176. https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2020.07.001

Piña Ferrer, L (2020). El COVID 19: Impacto psicológico en los seres humanos. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria de Ciencias de La Salud. Salud y Vida*, 4(7), 188–199. https://doi.org/10.35381/s.v.v4i7.670

Rodrigo, M. J., Martín, J. C., Cabrera, E., & Máiquez, M. L (2009). Las Competencias Parentales en Contextos de Riesgo Psicosocial. *Psychosocial Intervention*, *18*(2), 113-120. https://doi.org/10.5093/in2009v18n2a3

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

Rodríguez, M., Fernández, M. L., Pérez, M. L., & Noriega, R (2011). Espiritualidad variable asociada a la resiliencia. *Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología*, *11*, 24-49. https://www.yumpu.com/es/document/read/13238065/espiritualidad-variable-asociada-a-la-resiliencia-universidad-el-

Rogers, C. R (1961). *El proceso de convertirse en persona*. Paidós.

Romero, E., López-Romero, L., Domínguez-Álvarez, B., Villar, P., & Gómez-Fraguela, J. A (2020, June 24). Testing the effects of COVID-19 confinement in Spanish children: The role of parents' distress, emotional problems and specific parenting. https://doi.org/10.31234/osf.io/spxtw

Sánchez Flores, F. A (2019). Fundamentos Epistémicos de la Investigación Cualitativa y Cuantitativa: Consensos y Disensos. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 101-122. https://doi.org/10.19083/ridu.2019.644

Scholten, H., Quezada-Scholz, V. E., Salas, G., Barria-Asenjo, N. A., Molina, R., García, J. E., Juliá Jorquera, M. T., Marinero Heredia, A., Zambrano, A., Gómez Muzzio, E., Cheroni Felitto, A., Caycho-Rodriguez, T., Reyes Gallardo, T., Pinochet Mendoza, N., Binde, P. J., Uribe Muñoz, J. E., Rojas Jara, C., Bernal Estupiñan, J. A., & Somarriva, F (2020). Abordaje psicológico del COVID-19: una revisión narrativa de la experiencia latinoamericana. *Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology*, *54*(1), e1287. https://doi.org/10.30849/ripijp.v54i1.1287

Selye, H (1936). A Syndrome produced by Diverse Nocuous Agents. *Nature*, *138*(3479), 32. https://doi.org/10.1038/138032a0

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

Spinelli, M., Lionetti, F., Pastore, M., & Fasolo, M (2020). Parents' Stress and Children's Psychological Problems in Families Facing the COVID-19 Outbreak in Italy. *Frontiers in Psychology*, *11*, 1713. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01713

Sprang, G., & Silman, M (2013). Posttraumatic Stress Disorder in Parents and Youth After Health-Related Disasters. *Disaster Medicine and Public Health Preparedness*, *7*(1), 105-110. https://doi.org/10.1017/dmp.2013.22

Taylor, S. J., & Bogdan, R (1990). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación*. Paidós.

Urbanos-Garrido, R. M., & González López-Valcárcel, B (2013). Desempleo y salud: Un análisis de la repercusión de la crisis económica sobre la salud de los españoles. *Studies of Applied Economics*, *31*(2), 303. https://doi.org/10.25115/eea.v31i2.3284

Vanistendael, S (2005, noviembre). *La resiliencia: desde una inspiración hacia cambios prácticos* [Ponencia]. 2° Congreso Internacional de los Trastornos del Comportamiento en Niños y Adolescentes, Madrid, España.

Vanistendael, S., & Lecomte, J (2004). *Resiliencia y sentido de vida*. Paidós.

Vásquez, G., Urtecho-Osorto, S. R., Agüero-Flores, M., Díaz Martínez, M. J., Paguada, R. M., Varela, M. A., Landa-Blanco, M., & Echenique, Y (2020). Salud mental, confinamiento y preocupación por el coronavirus: Un estudio cualitativo. *Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology*, *54*(2). https://doi.org/10.30849/ripijp.v54i2.1333

Wang, Y., Wang, Y., Chen, Y., & Qin, Q (2020). Unique epidemiological and clinical features of the emerging 2019 novel coronavirus pneumonia (COVID-19) implicate

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

special control measures. *Journal of Medical Virology*, *92*(6), 568-576. https://doi.org/10.1002/jmv.25748

Watzlawick, P., Beavin, J. B., Jackson, D. D., & Rosenblatt, N (2002). *Teoría de la comunicación humana: Interacciones, patologías y paradojas* (1.ª ed.). Herder Editorial.

Wolff, H. G (1953). *American lecture series: The Bannerstone division of American lectures in physiology: Vol. 166. Stress and disease*. Charles C Thomas Publisher. https://doi.org/10.1037/11785-000

Yang, Y., Peng, F., Wang, R., Guan, K., Jiang, T., Xu, G., Sun, J., & Chang, C (2020). The deadly coronaviruses: The 2003 SARS pandemic and the 2020 novel coronavirus epidemic in China. *Journal of Autoimmunity*, *109*, 102434. https://doi.org/10.1016/j.jaut.2020.102434

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

Anexos

Anexo 1

Consentimiento informado.

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA
FACULTAD DE CIENCIAS TECNOLÓGICAS, SOCIALES Y HUMANIDADES
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

Consentimiento informado

Estimado participante, somos Kathia Lucía Castillo García y Tania Milagros Gómez García, bachilleres en psicología. Actualmente nos encontramos realizando nuestra tesis para obtener la Licenciatura en Psicología. El presente estudio tiene el objetivo de: ***Describir las manifestaciones de estrés parental que están experimentando los padres y las madres de familia durante la pandemia del coronavirus en la ciudad de Ilo.***

Usted ha sido invitado a participar de este estudio. A continuación, se entrega la información necesaria para tomar la decisión de participar voluntariamente. Utilice el tiempo que desee para estudiar el contenido de este documento antes de decidir si va a participar del mismo.

1. Si usted accede a estar en este estudio, se le pedirá responder preguntas en una entrevista. Esto tomará aproximadamente 1 hora de su tiempo.
2. Lo que conversemos durante estas sesiones se grabará, de modo que las investigadoras puedan transcribir después las ideas que usted haya expresado. Una vez transcritas las entrevistas, las grabaciones se eliminarán.
3. La participación en este estudio es estrictamente voluntaria.
4. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Sus respuestas a la entrevista serán codificadas usando un número de identificación, por lo tanto, serán anónimas.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

5. Si tiene alguna duda sobre este proyecto, puede hacer preguntas en cualquier momento durante su participación en él.
6. Si alguna de las preguntas durante la entrevista le parece incómodas, tiene usted el derecho de hacérselo saber al investigador o de no responderlas.
7. Igualmente, puede retirarse del proyecto en cualquier momento sin que eso lo perjudique en ninguna forma.
8. Los resultados del estudio, tienen únicamente fines investigativos y académicos, los cuales podrán ser plasmados en nuestra tesis de grado, y futuras publicaciones científicas.

Desde ya agradecemos su participación.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

Acta de consentimiento informado

Acepto participar voluntariamente en esta investigación, conducida por _____ y _____.

He sido informado (a) de que el objetivo de este estudio es:

_____

_____.

Me han indicado también que tendré que responder cuestionarios y preguntas en una entrevista, lo cual tomará aproximadamente _____.

Reconozco que la información que yo provea en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio sin mi consentimiento. He sido informado de que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento y que puedo retirarme del mismo cuando así lo decida, sin que esto acarree perjuicio alguno para mi persona. De tener preguntas sobre mi participación en este estudio, puedo contactar a Kathia Lucía Castillo García y Tania Milagros Gómez García al teléfono 941445575.

Entiendo que una copia de esta ficha de consentimiento me será entregada, y que puedo pedir información sobre los resultados de este estudio cuando este haya concluido. Para esto, puedo contactar a las investigadoras al teléfono anteriormente mencionado.

_____	_____
Firma del Participante	**Kathia Castillo y Tania Gómez**
_____	_____
Fecha	**Fecha**

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

Anexo 2

Protocolo de entrevista.

Guión de Entrevista

Objetivo general: Describir las manifestaciones de estrés parental que están experimentando los padres y las madres de familia durante la pandemia del coronavirus en la ciudad de Ilo.

Presentación

Mi nombre es (nombre del investigador), bachiller en Psicología de la Universidad Católica de Santa María, me reúno con ustedes el día de hoy para poder conversar acerca de cómo ha enfrentado la cuarenta su familia debido a la pandemia.

Consigna general sobre el estudio.

Como ustedes ya saben, la enfermedad del coronavirus 2019 (COVID-19) es una afección causada por un virus que se puede propagar de persona a persona. Este virus puede causar desde síntomas leves (o ningún síntoma) hasta casos de enfermedad grave. Esta pandemia ha conllevado que el Gobierno Peruano declare un confinamiento mandatorio a nivel nacional, obligando a todas las familias a enfrentar cambios drásticos en las rutinas de sus hogares: comenzando por la educación virtual de los hijos desde casa, el teletrabajo, y la manera de socializar con otros miembros de la familia y/o amigos. Observando esta "nueva realidad" es que deseamos conocer más y describir sobre estos cambios que se han dado en las rutinas de sus hogares, de tal manera que podamos analizar los niveles de estrés en los padres durante esta pandemia del COVID-19.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

Establecimiento de las pautas para la entrevista:

Antes de comenzar con la entrevista, quiero recalcar nuevamente que toda la información que se recoja el día de hoy es estrictamente anónima y confidencial, ciertamente se grabará la sesión de hoy con finalidad meramente investigativa, y posterior a su análisis esta será eliminada. Por lo cual pueden sentirse plenamente seguros de que su privacidad será totalmente custodiada.

Entrevista

A continuación, se realizará una serie de preguntas para conocer sobre su situación familiar

1. ¿Cuál es su edad? / ¿Cuáles son sus edades?
2. ¿Cuál es su estado civil? / ¿Tiene una relación sentimental?
3. ¿Actualmente se encuentra trabajando? ¿Cuál es su situación laboral actual?
4. ¿Cuántos hijos tiene? ¿Cuáles son sus edades?
5. La vivienda en la que reside actualmente, ¿es alquilada o propia? ¿Cuántas habitaciones tiene? ¿Cuenta con conexión estable a internet?
6. ¿Con quiénes vive?
7. ¿Actualmente está realizando cuarentena voluntaria? ¿Por qué sí? / ¿Por qué no?
8. El COVID-19 es esta nueva enfermedad que nos está afectando a nivel mundial, ¿sabe usted en qué consiste esta nueva enfermedad/virus? ¿Cómo obtuvo esta información? ¿Tiene alguna duda respecto a la enfermedad?
9. ¿Algún familiar suyo o conocido se ha infectado con este virus? / ¿Algún familiar suyo o conocido ha fallecido debido a este virus?

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

10. ¿Qué cambios ha notado en su familia desde que la cuarentena inició?

11. ¿Cómo era su rutina antes del COVID-19? ¿Cómo es su rutina actual?

12. ¿Qué piensa sobre la situación actual?

13. ¿Cómo se siente respecto a esta nueva normalidad?

14. ¿Qué es lo que más le preocupa sobre la situación/el COVID-19?

15. Como padre/madre, ¿qué es lo que más le preocupa/lo agobia de esta situación?

16. ¿Se siente usted nervioso sobre regresar a trabajar, estar en lugares públicos, que sus hijos puedan estar en lugares públicos o tengan que regresar a los colegios?

17. Adicional a estos sentimientos que ha estado experimentando durante la pandemia, ¿ha sentido usted algún cambio o malestar físico?

18. ¿Quién acompaña o supervisa las actividades escolares de sus hijos? ¿Cómo es la nueva rutina de sus hijos? ¿Les resultó fácil o difícil adaptarse a ella?

19. ¿Siente que la cuarentena ha favorecido la relación con sus hijos? / ¿Ha notado cambios positivos o negativos en ellos?

20. ¿Cree usted que ha podido manejar adecuadamente la crianza de sus hijos en esta cuarentena? ¿De qué manera? Si no es así, ¿qué necesitaría para hacerlo?

21. Actualmente, ¿cómo fomenta la comunicación con sus hijos?

22. Como familia, ¿realizan actividades de recreación con sus hijos? ¿Qué actividades realizan? ¿En qué momento las realizan?

23. ¿Cómo se distribuyen los deberes del hogar en la familia?

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

24. ¿Cómo ha sido su relación de pareja / sentimental durante la cuarentena? ¿Ha notado algún cambio? ¿Qué cambios ha notado?

Cierre

Ya no tengo más preguntas por realizar, pero ¿hay algo más que le gustaría agregar?, ¿tiene alguna duda, o algo que crean que es importante contar o que se les haya olvidado decirme?

Si eso es todo, aquí culminamos, no sin antes agradecerles profundamente por su tiempo y disposición para realizar esta entrevista, la cual nos ayudará a poder entender más sobre el estrés parental que se genera ante esta emergencia sanitaria, y a su vez nos permita en un futuro crear herramientas de soporte para los padres de familia respecto a la crianza y cuidado de sus hijos. Así mismo, deseo que se mantengan seguros y saludables, ustedes y sus familias (Despedida)

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

Anexo 3

Objetivo de la entrevista

Objetivo de la entrevista

Objetivo: describir las manifestaciones de estrés parental que están experimentando los padres y las madres de familia durante la pandemia del coronavirus en la ciudad de Ilo.

Cuadro 2

Datos Sociodemográficos

Edad	
Estado Civil	
Situación laboral actual	
Número de hijos	
Vivienda	Si es propia, número de habitaciones, conexión a internet
Con quiénes vive	
Si están en cuarentena voluntaria	
Posición frente al COVID-19	Información, preocupaciones, miedos
Si un familiar o cercano se ha contagiado/fallecido por COVID-19	

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

Cuadro 3

Estrés parental

Situación y contexto	Factores predisponentes Cambios antes de cuarentena y situación actual Responsable del hogar
Manifestaciones de estrés	Cómo se sienten frente a los cambios (Intentar encontrar indicadores de estrés)
Relación padre-hijo	Responsable del niño (en clases virtuales) Cambios positivos y negativos en sus hijos Se han sentido capaces de mantener un buen estilo de crianza Establecimiento de rutinas durante la contingencia Cambios en la relación padre-hijo Rol de los padres en el hogar Acciones y estrategias que están realizando
Relación de pareja	Cambios en la relación de pareja

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

Cuadro 4

Preguntas según indicadores sociodemográficos

Datos sociodemográficos
1. ¿Cuál es su edad? / ¿Cuáles son sus edades?
2. ¿Cuál es su estado civil? / ¿Tiene una relación sentimental?
3. ¿Actualmente se encuentra trabajando? ¿Cuál es su situación laboral actual?
4. ¿Cuántos hijos tiene? ¿Cuáles son sus edades?
5. La vivienda en la que reside actualmente, ¿es alquilada o propia? ¿Cuántas habitaciones tiene? ¿Cuenta con conexión estable a internet?
6. ¿Con quiénes vive?
7. ¿Actualmente está realizando cuarentena voluntaria? ¿Por qué sí? / ¿Por qué no?
8. ¿Sabe usted en qué consiste esta nueva enfermedad/virus? ¿Cómo obtuvo esta información? ¿Tiene alguna duda respecto a la enfermedad?
9. ¿Algún familiar suyo o conocido se ha infectado con este virus? / ¿Algún familiar suyo o conocido ha fallecido debido a este virus?

Cuadro 5

Preguntas según indicadores de situación y contexto

Situación y contexto
10. ¿Qué cambios ha notado en su familia desde que la cuarentena inició?
11. ¿Cómo era su rutina antes del COVID-19? ¿Cómo es su rutina actual?
12. ¿Qué piensa sobre la situación actual?

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

Cuadro 6

Preguntas según indicadores de manifestaciones de estrés

Manifestaciones de estrés
13. ¿Cómo se siente respecto a esta nueva normalidad?
14. ¿Qué es lo que más le preocupa sobre la situación/el COVID-19?
15. Como padre/madre, ¿qué es lo que más le preocupa/lo agobia de esta situación?
16. ¿Se siente usted nervioso sobre regresar a trabajar, estar en lugares públicos, que sus hijos puedan estar en lugares públicos o tengan que regresar a los colegios?
17. Desde que inició la cuarentena, ¿ha sentido usted algún cambio o malestar físico?

Cuadro 7

Preguntas según indicadores de relación padre-hijo

Relación padre-hijo
18. ¿Quién acompaña o supervisa las actividades escolares de sus hijos? ¿Cómo es la nueva rutina de sus hijos? ¿Les resultó fácil o difícil adaptarse a ella?
19. ¿Siente que la cuarentena ha favorecido la relación con sus hijos? / ¿Ha notado cambios positivos o negativos en ellos?
20. ¿Cree usted que ha podido manejar adecuadamente la crianza de sus hijos en esta cuarentena? ¿De qué manera? / ¿Qué necesitaría para hacerlo?
21. ¿Cómo fomenta la comunicación con sus hijos?
22. Como familia, ¿realizan actividades de recreación con sus hijos? ¿Qué actividades realizan? ¿En qué momento las realizan?
23. ¿Cómo se distribuyen los deberes del hogar en la familia?

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

Cuadro 8

Preguntas según indicadores de relación de pareja

Relación de pareja
24. ¿Cómo ha sido su relación de pareja / sentimental durante la cuarentena? ¿Ha notado algún cambio? ¿Qué cambios ha notado?

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

Anexo 4

Matriz de datos sociodemográficos

Fecha	Familia	Rol	Sexo	Edad	Estado Civil	Situación laboral	Ocupación	N° de hijos	Sexo hijo 1	Edad hijo 1	Sexo hijo 2	Edad hijo 2	Sexo hijo 3	Edad hijo 3	Vivienda	N° de habitaciones	Conexión a Internet	N° de personas con quién vive	Composición familiar (vive con)	Cuarentena Voluntaria
02/03/21	Familia 1	Padre	M	32	Conviviente	Trabajo presencial	Agente de seguridad	2	F	9	F	4			Alquilada	2	Sí	4	Pareja e hijas	Solo salidas indispensables
02/03/21		Madre	F	33	Conviviente	Trabajo presencial	Asesor de créditos													
02/04/21	Familia 2	Madre	F	40	Separada	No trabaja actualmente	Arquitecta	2	F	11	M	5			Propia	3	Sí	3	Hijos	Sí
01/04/21	Familia 3	Madre	F	38	Soltera	No trabaja actualmente	Enfermera	1	M	6					Propia	4	Sí	3	Padre e hijo	Solo salidas indispensables
02/04/21	Familia 4	Padre	M	35	Casado	Trabajo semi presencial	Ingeniero	3	M	8	F	5	M	2	Alquilada	3	Sí	5	Esposo/a e hijos	Solo salidas indispensables
02/04/21		Madre	F	36	Casada	Ama de casa	Ama de casa													
02/03/21	Familia 5	Padre	M	38	Conviviente	Trabajo presencial	Técnico en un tragamonedas	1	F	3					Alquilada	1	No	3	Pareja e hija	Solo salidas indispensables
04/04/21		Madre	F	27	Conviviente	Ama de casa	Ama de casa													
04/04/21	Familia 6	Padre	M	45	Casado	Trabajo presencial	Área fundición	3	F	24	F	11	F	9	Propia	4	Sí	5	Esposo/a e hijas	No
03/04/21		Madre	F	47	Casada	Ama de casa	Ama de casa													Solo salidas indispensables
11/02/21	Familia 7	Madre	F	43	Soltera	Trabajo remoto	Docente nivel inicial	3	M	26	M	23	M	8	Propia	4	Si	4	Hijos	Solo salidas indispensables
31/03/21	Familia 8	Madre	F	29	Casada	Trabajo presencial	Secretaria	1	M	7					Propia	2	Sí	2	Hijo	Solo salidas indispensables
11/02/21	Familia 9	Madre	F	46	Soltera	Trabajo presencial	Fiscalizador de pesca	1	M	7					Propia	4	Sí	4	Madre, hermana e hijo	Sí
16/04/21	Familia 10	Madre	F	27	Soltera	Trabajo presencial	Agente comercial	2	F	8	F	4			Alquilada	3	Sí	5	Madre, hermana e hijas	No
04/04/21	Familia 11	Padre	M	31	Conviviente	Trabaja presencial	Soporte técnico	1	F	8					Propia	3	Sí	3	Pareja e hija	Solo salidas indispensables
01/04/21		Madre	F	29	Conviviente	Emprendimiento	Ventas													
31/03/21	Familia 12	Madre	F	31	Casada	Trabajo presencial	Terapista estimulación temprana	2	M	8	F	3			Propia	3	Sí	4	Esposo/a e hijas	Solo salidas indispensables
		Padre	M	32	Casado	Trabajo presencial	Policía													
06/02/21	Familia 13	Padre	M	34	Conviviente	No trabaja actualmente	Obrero de construcción	2	F	17	F	5			Propia	2	Sí	4	Esposo/a e hijas	Solo salidas indispensables
06/02/21		Madre	F	42	Conviviente	Trabajo presencial	Ventas en autoservicio													No
11/02/21	Familia 14	Madre	F	30	Soltera	Trabajo presencial	Negocio propio de comida	1	M	8					Alquilada	2	Sí	2	Hijo	Solo salidas indispensables
17/04/21	Familia 15	Madre	F	42	Casada	Trabajo remoto	Personal administrativo	2	F	11	M	4			Propia	4	Sí	4	Esposo e hijos	Sí
16/04/21	Familia 16	Padre	M	37	Conviviente	No trabaja actualmente	Ing. Minas	2	M	7	F	5			Propia	3	Sí	5	Suegra, esposa e hijos	Solo salidas indispensables
06/02/21	Familia 17	Madre	F	42	Casada	Ama de casa	Ama de casa	3	F	13	M	8	F	5	Propia	2	Sí	4	Esposo/a e hijas	Solo salidas indispensables
		Padre	M	44	Casado	Trabajo presencial	Ing. Mecánico													No

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

Anexo 5

Propuesta de registro: libro de categorías y códigos

Código	Definición
Adaptación al cambio	Hace referencia a la capacidad para asumir las diversas alteraciones tanto en las rutinas o en el entorno a los cuales estamos acostumbrados, a no ofrecer resistencia y aceptar hacer las cosas de otra manera si las circunstancias así lo determinan.
Adquisición de tecnología	Se refiere a la obtención de productos tecnológicos (computadoras, tablets, laptops, internet) que los padres de familia se vieron obligados a adquirir debido a la educación virtual.
Beneficios/Ventajas durante el confinamiento	Refiere a los aspectos positivos y aprendizajes que los padres de familiares presentaron durante el tiempo de confinamiento.
Cambio de rutina	Son los cambios que los participantes notaron en sus rutinas debido a la pandemia del COVID-19.
Cambios en el trabajo	Son los cambios que los participantes notaron en sus rutinas laborales debido a la pandemia del COVID-19.
Conflictos en teletrabajo	Hace referencia a las dificultades y/o problemas que los padres de familia presentaron durante el trabajo remoto o teletrabajo.
Conocimiento COVID	Son los conocimientos y saberes previos de los participantes acerca del virus del COVID-19
Contexto sociofamiliar	Se refiere a cómo es la relación entre los integrantes de la familia, la dinámica y la calidad de las relaciones entre hermanos, padres/madres e hijos.
Convivencia familiar	Es la manera en que los miembros de una familia se relacionan día a día
Cuarentena	Se refiere al periodo de confinamiento debido al COVID-19, esta pudo ser: obligatoria, cuando fue dictaminado por el gobierno o voluntaria, cuando se levantaron las restricciones, pero aun así algunos preferían prevenir los contagios.
Dificultad de adaptación escolar virtual	Refiere a las situaciones difíciles que experimentaron las familias debido al cambio de educación virtual durante el confinamiento por el COVID-19.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

Dificultades durante el confinamiento	Hace referencia a las situaciones difíciles que presentaron los participantes durante el confinamiento por el COVID-19.
Establecimiento de normas y roles en el hogar	Se refiere a los límites y posturas que los padres y madres de familia adoptan para evitar conductas de riesgo en sus hijos.
Fuentes de información	Son todos los medios por los cuales los participantes obtuvieron información sobre la situación del COVID-19.
Igualdad en roles parentales	Implica que las responsabilidades y compromisos familiares se distribuyan equitativamente entre los padres y madres de familia, de acuerdo a sus capacidades y posibilidades.
Impacto frente a los cambios	Hace referencia a cómo los cambios originados por el COVID-19 afectaron a los participantes y a sus familias.
Miedos	Se refiere a los temores y/o preocupaciones que los participantes experimentaron durante la pandemia del COVID-19.
Percepción de la situación actual	Es el concepto o impresión que los participantes tienen respecto a la situación actual debido al COVID-19.
Percepción del COVID-19	Es el concepto o impresión que los participantes tienen respecto al virus del COVID-19.
Preocupación como madre/padre	Son los temores y/o miedos que los participantes presentaron desde su punto de vista como madre o padre.
Preocupación por alza de precios de alimentos	Hace referencia a la preocupación por parte de los participantes debido a la situación económica del país y al alza de precios de los alimentos y de los productos de primera necesidad.
Preocupación por educación de hijos	Hace referencia a la preocupación por parte de los participantes con respecto a los cambios que se dieron en la educación.
Preocupación por falta de conciencia social	Hace referencia a la preocupación por parte de los participantes debido a la falta de conciencia de otras personas y los pocos cuidados que otros tenían frente al COVID-19, ocasionando que los contagios aumenten en demasía.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

Protocolos de higiene	Se refiere a los cuidados y/o rutinas de higiene, aseo y bioseguridad que las familias siguen para mantenerse limpios y desinfectar sus hogares.
Rechazo a reapertura de colegios	Es el rechazo por parte de los padres y/o madres de familia hacia la reapertura de colegios y el retorno a clases presenciales.
Reforzamiento de lazos familiares	Hace referencia al estrechamiento de lazos familiares que los padres y madres de familia pudieron experimentar durante el tiempo de confinamiento.
Resiliencia parental	Capacidad que presentan los padres y madres de familia para establecer vínculos afectivos con sus hijos, basados en la adaptación y actitud positiva frente a incidentes que surgen en el entorno familiar
Resistencia a la educación virtual	Es el rechazo por parte de los hijos, padres y/o madres de familia hacia la modalidad virtual de la educación.
Resistencia al cambio	El mecanismo de defensa que se presenta frente a situaciones de miedo o situaciones totalmente nuevas y diferentes.
Rutina familiar	Se refiere a las actividades diarias que realizan los miembros de una familia, que se repiten constantemente y están establecidas dentro del núcleo familiar.
Rutina pre-COVID	Hace referencia a las actividades diarias que realizaban los miembros de una familia, que se repetían constantemente y estaban establecidas dentro del núcleo familiar, antes de la pandemia del COVID-19.
Síntomas de estrés	Manifestaciones físicas y psicológicas que se presentan ante situaciones de amenaza, miedo o estrés.
Sistema de recompensas y consecuencias	Estrategia utilizada por padres y madres de familia para modelar la conducta de sus hijos
Situación económica	Se refiere a los ingresos económicos de los padres y madres de familia.
Situación laboral	Hace referencia al estado laboral de los padres y madres de familia
Soporte espiritual	Creencias religiosas y/o espirituales que sirvieron como soporte a los padres y madres de familia frente a situaciones difíciles y/o adversidades.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

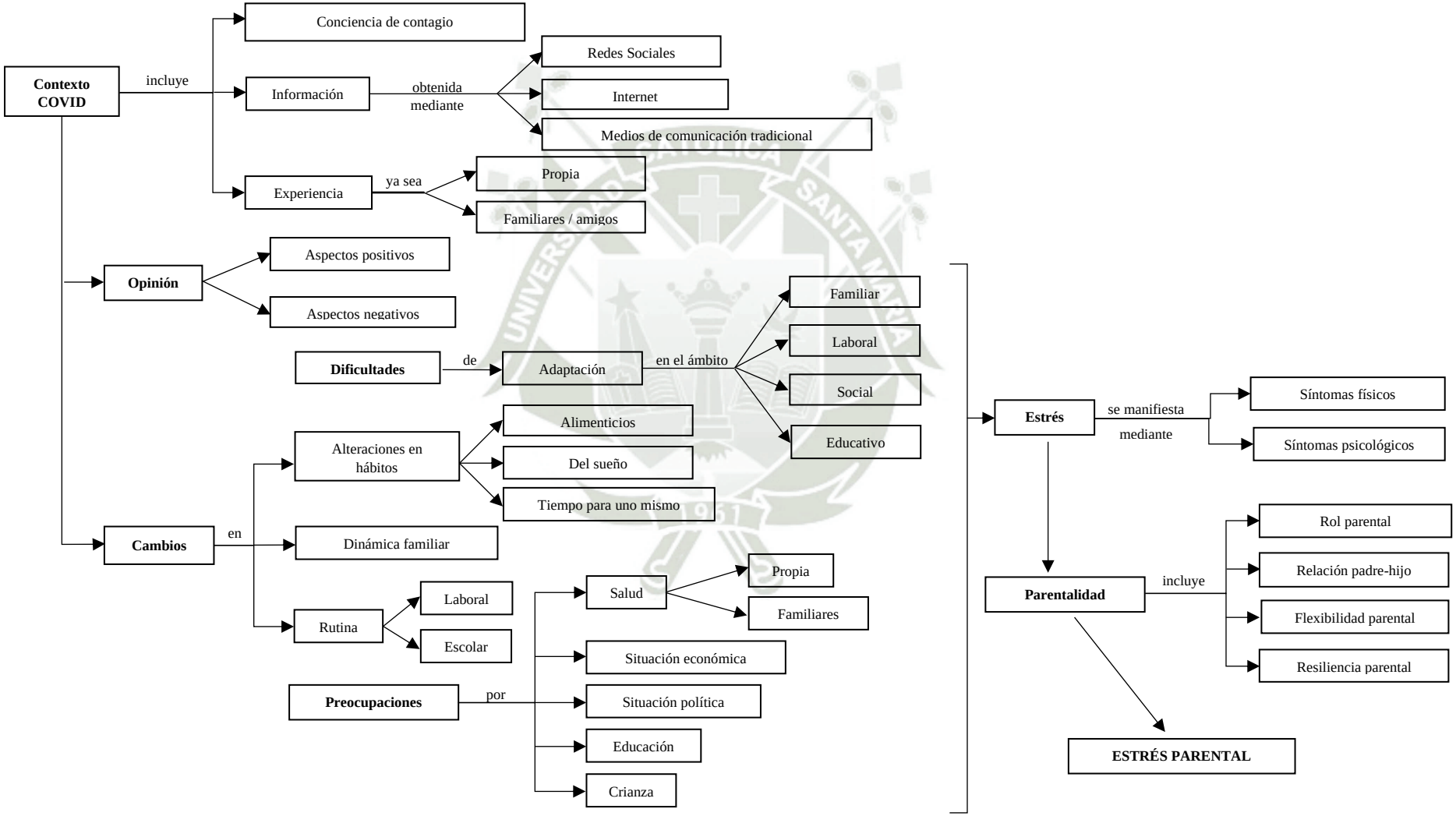
Teletrabajo	Trabajo que realizaban los padres y madres de familia desde sus hogares debido al confinamiento por COVID-19.
Temor a perder familiares	Sentimientos de miedo y preocupación que experimentaron los participantes frente a la idea del fallecimiento de un ser querido por COVID-19.
Uso excesivo de tecnología	Se refiere al incremento del tiempo en el que los niños utilizaban aparatos tecnológicos durante el confinamiento por COVID-19.
Ventajas de educación virtual	Aspectos positivos que los padres y madres de familias pudieron encontrar en la educación de modalidad virtual.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

Anexo 6

Red extensa general



Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

Anexo 7

Juicio de expertos

Juicio de experto sobre entrevista semi-estructurada

Instrucciones:

Califique del 1 al 10 en cada casillero. En donde 1 es el puntaje más bajo y 10 el puntaje más alto.

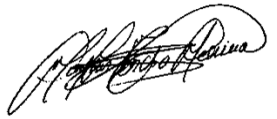
Preguntas	**SUFICIENCIA** (¿Mide el objetivo?)	**CLARIDAD** (¿Puede ser entendida por la población?)	**COHERENCIA** (¿Tiene relación con el objetivo?)	**RELEVANCIA** (¿Es esencial o importante?)	**Comentarios**
10. ¿Qué cambios ha notado en su familia desde que la cuarentena inició?	10	10	9	10	
11. ¿Cómo era su rutina antes del COVID-19? ¿Cómo es su rutina actual?	10	10	9	10	
12. ¿Qué piensa sobre la situación actual?	10	10	9	10	
13. ¿Cómo se siente respecto a esta nueva normalidad?	9	10	9	10	
14. ¿Qué es lo que más le preocupa sobre la situación/el COVID-19?	10	10	10	10	
15. Como padre/madre, ¿qué es lo que más le preocupa/lo agobia de esta situación?	10	10	9	10	
16. ¿Se siente usted nervioso sobre regresar a trabajar, estar en lugares públicos, que sus hijos puedan estar en lugares públicos o tengan que regresar a los colegios?	9	10	9	10	
17. ¿Ha notado usted algún cambio o malestar físico?	7	6	8	10	
18. ¿Quién acompaña o supervisa las actividades escolares de sus hijos? ¿Cómo es la nueva rutina de sus hijos? ¿Les resultó fácil o difícil adaptarse a ella?	9	10	9	10	
19. ¿Siente que la cuarentena ha favorecido la relación con sus hijos? / ¿Ha notado cambios positivos o negativos en ellos?	9	10	9	10	
20. ¿Cree usted que ha podido manejar adecuadamente la crianza de sus hijos en esta cuarentena? ¿De qué manera? / ¿Qué necesitaría para hacerlo?	9	10	9	10	
21. ¿En qué momento de la semana aprovechan para fomentar la comunicación y recreación con sus hijos?	8	8	9	8	

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

22. ¿Cómo se distribuyen los deberes del hogar en la familia?	9	10	9	10	
23. ¿Cómo siente que la cuarentena ha afectado su relación de pareja /sentimental? ¿Qué cambios han notado?	8	8	9	8	

Observaciones:
17 ¿Ha notado usted algún cambio o malestar físico? ¿En esta pregunta se debe aclarar en quien se ha notado el cambio o malestar…si es en los hijos o en quién?...
21. ¿En qué momento de la semana aprovechan para fomentar la comunicación y Recreación con sus hijos?
Se sugiere que la pregunta puede ser dividida en dos partes…
¿Cómo se fomenta la comunicación en sus hijos? ¿Cómo se favorece la recreación en sus hijos?
23. ¿Cómo siente que la cuarentena ha afectado su relación de pareja /sentimental?
Se sugiere modificar la pregunta… ¿Cómo ha sido su relación de pareja / sentimental en la cuarentena?

VALIDEZ					
Aplicable	si	**No aplicable**		**Aplicable atendiendo a las observaciones**	si
Entrevista validada por:	Mg. Maylen Marcela Concha Medina				
Teléfono:	969 097 743				
Correo electrónico:	Macome67@hotmail.com			**Firma**	

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

Juicio de experto sobre entrevista semi-estructurada

Instrucciones:

Califique del 1 al 10 en cada casillero. En donde 1 es el puntaje más bajo y 10 el puntaje más alto.

Preguntas	**SUFICIENCIA** (¿Mide el objetivo?)	**CLARIDAD** (¿Puede ser entendida por la población?)	**COHERENCIA** (¿Tiene relación con el objetivo?)	**RELEVANCIA** (¿Es esencial o importante?)	**Comentarios**
10. ¿Qué cambios ha notado en su familia desde que la cuarentena inició?	5	7	7	8	Factores ¿Qué?
11. ¿Cómo era su rutina antes del COVID-19? ¿Cómo es su rutina actual?	6	8	8	8	
12. ¿Qué piensa sobre la situación actual?	5	7	7	8	
13. ¿Cómo se siente respecto a esta nueva normalidad?	5	6	6	8	Manifestaciones físicas, aspectos
14. ¿Qué es lo que más le preocupa sobre la situación/el COVID-19?	5	6	6	8	Manifestaciones psicológicas, aspectos
15. Como padre/madre, ¿qué es lo que más le preocupa/lo agobia de esta situación?	5	6	7	7	Cualitativas o cuantitativas.
16. ¿Se siente usted nervioso sobre regresar a trabajar, estar en lugares públicos, que sus hijos puedan estar en lugares públicos o tengan que regresar a los colegios?	6	6	8	8	
17. ¿Ha notado usted algún cambio o malestar físico?	6	7	6	8	
18. ¿Quién acompaña o supervisa las actividades escolares de sus hijos? ¿Cómo es la nueva rutina de sus hijos? ¿Les resultó fácil o difícil adaptarse a ella?	7	8	8	8	
19. ¿Siente que la cuarentena ha favorecido la relación con sus hijos? / ¿Ha notado cambios positivos o negativos en ellos?	6	7	7	8	
20. ¿Cree usted que ha podido manejar adecuadamente la crianza de sus hijos en esta cuarentena? ¿De qué manera? / ¿Qué necesitaría para hacerlo?	6	7	7	8	
21. ¿En qué momento de la semana aprovechan para fomentar la comunicación y recreación con sus hijos?	8	8	8	8	
22. ¿Cómo se distribuyen los deberes del hogar en la familia?	7	7	7	7	
23. ¿Cómo siente que la cuarentena ha afectado su relación de pareja /sentimental? ¿Qué cambios han notado?	6	6	6	6	Las preguntas no describirían el objetivo específico, planteado.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

Observaciones:
El cuarto objetivo específico, se podría adecuar al trabajo o podría ser retirado del estudio.

VALIDEZ					
Aplicable	-	**No aplicable**		**Aplicable atendiendo a las observaciones**	X
Entrevista validada por:	Ps. Daniel Núñez Cabrera				
Teléfono:	974 400 904				
Correo electrónico:	dan_nc@hotmail.com			**Firma**	

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

Juicio de experto sobre entrevista semi-estructurada

Instrucciones:

Califique del 1 al 10 en cada casillero. En donde 1 es el puntaje más bajo y 10 el puntaje más alto.

Preguntas	**SUFICIENCIA** (¿Mide el objetivo?)	**CLARIDAD** (¿Puede ser entendida por la población?)	**COHERENCIA** (¿Tiene relación con el objetivo?)	**RELEVANCIA** (¿Es esencial o importante?)	**Comentarios**
10. ¿Qué cambios ha notado en su familia desde que la cuarentena inició?	10	9	10	10	Al momento de hacer la entrevista puede hacerse más específico que tipo de cambios se ven.
11. ¿Cómo era su rutina antes del COVID-19? ¿Cómo es su rutina actual?	10	10	10	10	
12. ¿Qué piensa sobre la situación actual?	8	8	9	8	
13. ¿Cómo se siente respecto a esta nueva normalidad?	10	9	10	10	Explicar en la entrevista a que se refieren con nueva normalidad
14. ¿Qué es lo que más le preocupa sobre la situación/el COVID-19?	10	10	10	10	
15. Como padre/madre, ¿qué es lo que más le preocupa/lo agobia de esta situación?	10	8	10	10	¿Sobre el niño o en general? Especificar en entrevista
16. ¿Se siente usted nervioso sobre regresar a trabajar, estar en lugares públicos, que sus hijos puedan estar en lugares públicos o tengan que regresar a los colegios?	10	10	10	10	
17. ¿Ha notado usted algún cambio o malestar físico?	10	8	10	7	¿Desde cuándo?
18. ¿Quién acompaña o supervisa las actividades escolares de sus hijos? ¿Cómo es la nueva rutina de sus hijos? ¿Les resultó fácil o difícil adaptarse a ella?	10	10	10	10	
19. ¿Siente que la cuarentena ha favorecido la relación con sus hijos? / ¿Ha notado cambios positivos o negativos en ellos?	10	10	10	10	
20. ¿Cree usted que ha podido manejar adecuadamente la crianza de sus hijos en esta cuarentena? ¿De qué manera? / ¿Qué necesitaría para hacerlo?	10	9	10	10	
21. ¿En qué momento de la semana aprovechan para fomentar la comunicación y recreación con sus hijos?	10	10	10	10	
22. ¿Cómo se distribuyen los deberes del hogar en la familia?	10	10	10	10	
23. ¿Cómo siente que la cuarentena ha afectado su relación de pareja /sentimental? ¿Qué cambios han notado?	10	10	10	10	

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

Observaciones:
El cuarto objetivo específico, se podría adecuar al trabajo o podría ser retirado del estudio.

VALIDEZ					
Aplicable	X	**No aplicable**		**Aplicable atendiendo a las observaciones**	
Entrevista validada por:	Ps. Eduardo Franco Chalco			**Firma**	
Teléfono:	986 083 264				
Correo electrónico:	efranco1@uc.cl				

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

Anexo 8

Transcripción de entrevistas

FECHA: 3 de Febrero de 2021 **ENTREVISTA:** N° 1

DURACIÓN: 00:44:02 min. **ENTREVISTADO:** Madre de familia, 42 años

E1: Entrevistador

E2: Entrevistado

TRANSCRIPCIÓN DE ENTREVISTA

E1: Entonces este…, como ya pudiste ver el objetivo de nuestra investigación es describir las manifestaciones de estrés parental que están experimentando los padres y madres durante esta pandemia del Coronavirus en la Ciudad de Ilo, entonces para entrar un poquito en el contexto, voy a dar un pequeño preámbulo, como ya sabes la enfermedad del Coronavirus es una enfermedad causada por un virus, que, se puede propagar de persona a personas, también este virus puede causar desde síntomas leves en el caso de los asintomáticos o también este…ya cuando depende del estado inmunológico de cada persona ya se puede propagar la enfermedad más grave, y esta pandemia obviamente ha conllevado a que el gobierno peruano declare en confinamiento, este…a nivel nacional como ya lo hemos visto en el mes de Marzo, y obviamente esto obligó a todas las familias a enfrentar cambios drásticos, tanto a nivel escolar, que sabemos qué, que pasó a una educación virtual, y luego también en el tema laboral, que se empezó con el teletrabajo e incluso las personas que tenían contacto con personas directas, ya sea digamos en los mercados tuvieron que cerrar un tiempo y ya luego poco a poco se han ido regularizando hasta el día de hoy. Entonces todo nos ha generado una especie de nueva realidad, en la que estamos este…, prácticamente acostumbrándonos a vivir a lo que tenemos actualmente, entonces nuestra

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

investigación se centra en eso, en analizar cómo es que los padres de familia han vivido esta pandemia y como la siguen viviendo, porque todavía continua, porque sabemos que esta pandemia nos afecta todos a nivel mundial, pero obviamente a cada persona le afecta de una manera distinta, porque todos tenemos una distinta realidad, entonces un poquito más para conocer a cada uno de los padres de familia, cómo es que ellos se sienten actualmente y cómo se han sentido también antes, pero como ya vamos casi un año desde que empezó esta pandemia entonces es para todo; entonces ahora si para conocer un poquito más de tu contexto me gustaría saber, ¿Cuál es tu edad?

E2: 42 años.

E1: Actualmente, tu estado civil ¿es? ¿Casada?

E2: Casada.

E1: Si, ok, después; actualmente ¿te encuentras trabajando?

E2: No.

E1: ¿Cuántos hijos tienes?

E2: tres [3].

E1: Y ¿Cuántos años tienen cada uno?

E2: La mayor de trece años [13], el segundo, de ocho años [8], y la menor de cinco años [5].

E1: Bien, la vivienda en donde están residiendo actualmente ¿es alquilada o es propia?

E2: Bueno es propia de…bueno es propia de mi esposo

E1: Propia, ¿Cuántas habitaciones cuentan en su vivienda?

E2: Ummm, son dos habitaciones, si

E1: Actualmente ¿Cuentan con conexión a internet?

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E2: Si. Si tenemos internet

E1: y ¿Cuántas personas están viviendo ahora en su vivienda?

E2: Papá, mamá e hijos

E1: ¿cinco [5] personas?

E2: Si

E1: Ok, actualmente ¿se encuentra realizando algún tipo de cuarentena voluntaria?

E2: Si, o sea solo salimos para lo necesario, para hacer compras, y ya…de ahí nos quedamos.

E1: ok, bueno; como te mencioné desde un inicio el COVID – 19 es una enfermedad que nos está afectando a todos a nivel mundial, y me gustaría conocer un poco acerca de esta enfermedad, si me puedes comentar un poco lo que tú sabes…

E2: claro, este umm…, ¿el COVID es un virus no?, es este…letal, afecta a, mayormente este …o sea les afecta más a las personas que tienen otros tipos de enfermedades, ¿no?; ahora lo que estamos haciendo es alimentarnos bien y tener nuestro sistema inmunológico…este fuerte, por así decirlo, para poder sobrellevar esta enfermedad, porque, yo estoy con la idea de que algún día nos va a dar este virus, nos va a dar esta enfermedad, pero este…lo que estamos cuidando bastante es la alimentación para no nos de muy fuerte ¿no?, pero si tengo mentalizado que algún día nos va a dar y yo si estoy tranquila, no me estoy desesperando porque que ya voy a tener el virus, no, yo trato de estar tranquila y para tampoco estar alertando a mis hijos ¿no?, porque si me ven que yo estoy haciendo desesperación, ellos también van a imitar eso, yo lo llevo así de esta manera, tranquila y tengo que aceptar ¿no? Ha vivir así por un buen tiempo, porque no queda de otra, tenemos que cuidarnos ¿no?, es así incluso que van a…ya hay

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

otra cepa, me da temor, pero tengo que estar tranquila. El hecho que tengo que estar así encerrada y solamente para salir lo necesario, eso es lo que estoy haciendo ¿no? ...porque si no ya…este…hora que está atacando a las personas más jóvenes, por eso es que ya en estos momentos ya no estoy saliendo mucho, hay que cuidarnos nada más.

E1: Y toda esta información que obtienes de…bueno de lo que está pasando con la enfermedad ¿de dónde la obtienes? ¿de qué medio?

E2: yo este…del Facebook ¿no?, a veces dan este…otras páginas, también veo en CNN de las páginas, del Facebook de CNN, de noticias, entonces leo ahí…pero, no todo lo que dicen también es cierto porque también leo los comentarios de las personas, entonces…pero si me gusta leer el comentario de todos y así también informarme más, porque también no todo lo que dicen en redes es cierto, también veo noticias, veo en YouTube algunas noticias, tampoco me gusta estar mirando todo porque ya uno como que se trauma con todo lo que se escucha, pero solamente ciertas cositas, sobre las vacunas y esas cosas, ¡en YouTube!, es lo que yo también veo.

E1: Claro no, uno también siempre tiene que buscar sus fuentes e investigar ¿no?

E2: Claro…

E1: y este… ¿algún familiar suyo o algún conocido de su círculo cercano se ha contagiado de COVID – 19?

E2: No, (titubea y aclara), amistades sí, ¿pero así familiar?, son algunos tíos, unos tíos que no los frecuento mucho, pero si unos familiares…

E1: y ¿le comentaron un poco como ha sido su proceso durante la enfermedad?

E2: ehhhh…yo me he enterado por unas tías que se han enterado después de que ya pasó la enfermedad, no sabían que tenían COVID…

E1: ¿o sea eran asintomáticos?

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E2: si, asintomáticos, no sabían. Y, pero igual han hecho su cuarentena y todo eso ¿no?, pero así grave, grave no hasta ahorita no, por lo que yo sé, no, todavía no.

E1: ok, entonces este…sabemos que todo esto se inició desde diciembre del 2019 en China y que llegó a febrero a Perú, y es en marzo recién el gobierno peruano toma las acciones, ya sea, de cerrar país, las fronteras y también este...obviamente cerrar los colegios, también los trabajos, todo lo que conllevaba el área social, lo limitaron unos meses para estar en confinamiento; y me gustaría saber un poco más sobre su proceso en ese tiempo, nos vamos a situar o través en marzo del año pasado, donde empezó y me gustaría saber ¿cómo es que tú has notado…porque obviamente ha sido un cambio ¿no?, porque prácticamente de un día a otro día, donde cerraron todo y nos quedamos encerrados varios meses, entonces me gustaría saber mucho de su proceso durante ese tiempo en tu familia? ¿qué cambios has podido notar?

E2: Bueno, el primer no tanto, o sea porque ya pensábamos que como decía el presidente Vizcarra, 15 días de aquí 15 días, y decía ya a terminar (repite 2 veces), pero ya al segundo mes, ya se notó cambios ya por ejemplo en mis hijos, ya el encierro, el que no puedan salir, no salían para nada, entonces este… mi hijito era el que si sintió un momento en que puso nervioso y me exigía que ya quería salir, quería salir…entonces ya le expliqué todo eso como íbamos a estar, o sea lo comprendió pero igual se sentía ellos que querían salir, lo único que quería hacer yo, era sacarlos al balcón, porque estábamos haciendo la cuarentena, hice cuarentena 3 meses en la casa de mi mamá y lo único que hacía era sacarlos al balcón, para que un ratito miren la calle y todo eso, porque si ya se les notaba que se estaban…estresándose ¿no?, incluso cuando empezamos con las clases virtuales, ya no querían hacer, o sea solamente era, se levantaban, tenía yo mañana y tarde las clases virtuales, entonces las mañanas las clases y después en la tarde con otro, este con mi otro hijito, o sea si estábamos estresados al

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

inicio, ya creo que ha mitad de año ya está un poco este…ya se han relajado ¿por qué?, porque ya este, cuando pudieron salir los autos particulares este [este, ¿qué mes habrá sido? Se cuestiona, no se acuerda]

E1: supongo que en julio o agosto o a mitad de año,

E2: ya han podido salir, entonces este…ya mi papá los llevaba a dar una vueltita en el carro, y ya ellos un poco más relajados, ya salían a mirar, no se bajaban del auto eso sí, pero ya se notaba ya que estaban aceptando, pero al inicio si fue un poco chocante sobre todo para mi hijo, La menor, más o menos, porque no quería entrar a clase, ella todo el día quería estar mirando televisión, todo el día quería sino estar en el celular entonces eso, lo malo así de esto ha sido mucho, como no había actividades que podían hacer fuera de la casa, entonces se quedaba en la casa con el celular, mirando televisión, ese era todo el día, eso sí es lo malo ¿no?, entonces decía ya que actividades podemos tener acá en la casa, el jugar con juegos de mesa, pero eso solo dura un poco, porque después se aburren, quieren otra cosa y quieren salir, quieren correr, entonces eso no podían hacer acá en la casa, no se puede, entonces en ese aspecto o sea, dura este, aguantan un poquito de tiempo y ya después donde explotan y quieren otras cosas, ya quieren salir…

E1: o sea son niños, igual quieren estar activos y hacer cosas…

E2: sí, y como que eso…también es lo malo que, al no descargar energías, hace que también se acuesten tarde, se despiertan tarde, entonces este….

E1: ¿A qué hora se acostaban aproximadamente?

E2: Ellos sea acostaban normalmente era 8:30 p.m. yo los estaba acostando, y pasó todo esto de la pandemia el año pasado era 11:00 p.m. de la noche 11:30 p.m. y eso que yo los ponía a dormir a las 9:30 p.m. máximo, [ya 9:30 p.m. en el cuarto indica que les decía], pero no se dormían, no tenían sueño entonces como nos descargaban energía,

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

este ¿Qué hacía?, esperar no más a que les dé sueño y era 11:30 p.m., a veces 01:00 a.m. de la mañana, ese también era lo malo.

E1: ¿y al día siguiente que tenían sus clases también se podían despertar o también les costaba?

E2: si, les costaba, costaba y a veces lloraban porque no querían hacer clases y querían seguir durmiendo, entonces tenía que estar amenazándolos para que hagan caso [risas], si asistían, pero ya yo les tenía que castigar con algo que a ellos les guste para que puedan despertarse y más aun acostándose tarde, levantándose más temprano, yo dije van a tener más sueño, pero igual era todo, tarde se acostaban, no les daba sueño, eso es lo malo también ¿no?

E1: y digamos ¿cómo era su rutina antes de que la cuarentena iniciara? ¿normalmente como era su rutina?

E2: Ah ya, este, ellos salían se iban a un lugar donde eran juegos que se llama "La Jungla Feliz", ¿no sé si lo conoces?, ahí iban a jugar con sus primos, íbamos bastante a la casa de sus primitos y todo el día paraban ahí jugando y nos íbamos caminando hasta la urba y nos veníamos caminando…

E1: y ¿cuánto tiempo salían? ¿o sea era casi todos los días? ¿o?

E2: A la semana nos íbamos, cuatro hasta cinco veces, salíamos 4:00 p.m. y llegábamos 21:00 p.m., todo el día jugaban, por eso es que, bueno al inicio no lo sintieron tanto, pero ya después si, ya les chocó. Ahora el hecho de que otra vez les digo que va a ser virtual, no quieren, ahorita si me están diciendo que no quieren clase virtual [risas] así me han dicho, y se dan cuenta porque miran ya febrero [niños: ya van a empezar las clases, entonces niños refutan] me dicen eso, ahorita no quieren clases virtuales…

E1: y ¿qué les haz dicho para que se tranquilicen?

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E2: lo mismo, lo mismo he dicho que vamos a continuar un tiempito más con lo del COVID, sigue todavía el virus y que tenemos que seguir con las mismas clases, va haber otra miss, le digo, ¿no?, para ver si se les motiva, les digo va otra miss, va ser todo nuevo, entonces un poco comienzan a…me miran no más y me dicen ¡NO!, o sea no quieren me dice, estar sentados y estar ahí, o sea ellos quieren moverse. Parece que extrañan lo que es el colegio el salir, el tener su recreo, compartir con otros niños, porque no tienen relación con otros niños y eso es lo que también es en contra ¿no?, es un punto en contra porque al menos mi hijo quiere relacionarse con otros niños, porque son chiquitos pue todavía…

E1: Claro, y les gusta todo ese ambiente ¿no?, estar en el colegio…

E2: Yo también veo en… la mayor, este…que se está siendo introvertida, o sea antes si se conectaba con, o sea conversaba con otras compañeras ¿no?, pero ahora no, como que se ha encerrado en ella, el no tener contacto, o sea eso es lo que ha afectado ¿no?, la pandemia para ellos…

E1: Claro, como no tienen contacto con otras personas, este...prácticamente todo el virtual ahora...entonces es lo único que tienen al alcance…

E2: Incluso con las salidas ¿no?, no tienen contacto con amigas, ni con amigos, es solamente en el momento del colegio, después ya no, o sea solamente es solo las horas de clase y después nada más, o sea como que aleja esa relación que tienen con sus amigas, así, si se ha alejado, es lo malo de todo esto…

E1: y actualmente con lo que está pasando en nuestro país y también en el mucho ¿Qué es lo que tú piensas no?

E2: Ehh (pausa), bueno que debemos seguir no más cuidándonos ¿no?, hasta que aparezca la vacuna o no sé qué pase, que baje esta…toda la cantidad de contagiados que hay ¿no?, que, que podemos hacer, no podemos hacer nada, solamente esperar

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

vacunarse y después volver a…ya no va a ser lo mismo, ahora la gente creo yo que se está cuidando, ahora hay que cuidarnos más y se está cuidando un poco más, entonces no podemos hacer nada más…solamente quedarnos en casa y tratar de salir menos ¿no?...

E1: Claro, es como una nueva normalidad que estamos viviendo, el hecho de salir con la mascarilla y todo eso ¿no?, y digamos respecto a esa nueva normalidad ¿cómo es que tú te has sentido?

E2: Si me ha afecta, porque yo si salía bastante, me relacionaba con bastantes amigas, me gustaba salir en las tardes, este…porque yo vendo productos, entonces me gustaba salir, ofrecerlos, repartía, o sea todo eso si me ha afectado, ahora si lo hago, pero ya me tengo que estar centrando en ciertos días, y ha afectado también en lo que es las ventas ¿no?, más que todo a mí el estar vendiendo me gustaba relacionarme con las personas, o sea conversar con mis amigas, aunque sea un ratito, yo necesitaba el salir a la calle así no me encuentre con ninguna amiga, me gustaba salir, distraerme, ir a comprar o algo, lo que tenga que hacer y regresaba, o sea eso si me gustaba hacer y ahora el hecho de estar encerrados, era como que, me afectó en la salud, sufría más de migrañas, y entonces porque yo si necesito salir, entonces es lo que me ha afectado…

E1: de las migrañas que mencionas, a la semana ¿cuántas veces te daba migraña?, por ejemplo…

E2: Ay este…me podía dar dos o tres veces, a veces me duraba siete días la migraña, o sea si me ha afectado, y tenía, o sea, la migraña era solo descansar es de dormir, para que se te pase, o sea ¿Cómo podía hacerlo yo?, dormir todo el día, si estaba todo el día con niños, o sea si era bien difícil; ahora yo estoy buscando otras maneras para distraerme para no…este no me venga esos dolores de cabeza, incluso también el caminar bajo el sol mucho aunque sea media hora ya me hace mal, yo creo que todo eso

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

ha venido por lo de estar encerrada y te estas acostumbrando a esta vida, o sea estar ahí en la casa, entonces te afecta…

E1: Claro, estamos todos más sedentarios, entonces…

E2: Es más estresante, entonces a mi este…me viene esos dolores de cabeza…

E1: ¿Y esos dolores de cabeza no te venían antes de la cuarentena?

E2: Si, si tenía esos dolores, pero, como que ya poco a poco ha se han ido pasando y ya no eran tan intensos, porque como los bebes ya estaban más grandes, entonces yo ya podía salir más tiempo, dejarlos, y poder salir más tiempo, pero, ahora no; entonces ya me están viniendo los dolores, ya estoy o través con esos síntomas con los que viene la migraña…entonces yo al toque, me viene el dolor y tengo que echarme a dormir…entonces ¿qué tengo que hacer?, tomarme mi pastilla y echarme a dormir ¿no?, pero tampoco dormir todo el día y dejarlos solos, es lo malo…

E1: ¿Y a parte de las migrañas, hay otro síntoma que haya tenido?, por ejemplo, como es que dormías a penas te dolía la cabeza, ya eso modificaba tus horas de sueño, supongo…

E2: Claro, sí, me acostaba tres de…umm…tres de la mañana hasta hace un mes, ¡no!, quince días, hasta hace quince días me estaba acostando tres de la mañana, cuatro de la mañana, a veces no dormir toda la madrugada, me acostaba seis de la mañana, no me daba sueño; entonces en el día como te tenía que estar despierta, por eso también me venían los dolores, porque no descansaba, entonces eso es lo que ha afectado ¿no?, todo eso de estar encerrada, te afecta ¿no?, te altera las horas de sueño, entonces es por eso también…

E1: Y entonces, en esos momentos en los que no podías dormir, en los que estabas hasta las tres de la mañana ¿qué hacías en ese tiempo?

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E2: Mirar televisión, a bajo volumen a ver si así me daba sueño, pero no me daba sueño, solamente miraba Netflix, las series para que se me pase le sueño, pero quería que venga el sueño, pero nada…

E1: Claro, eso también es lo que nos ha traído toda esta cuarentena ¿no?, nos ha desorganizado totalmente, ya sea en las horas de sueño…este…todos tenemos un horario ¿no?, desde la mañana hasta la noche, pero al no hacer muchas actividades, también nos ha dejado como con toda esa energía, que tampoco nos permitía dormir, también el tema de las comidas, de repente eran más tarde, entonces todo eso nos ha desordenado…

E2: mmjm, claro, es un desorden, es realidad lo que se ha hecho ¿no?...

E1: Bien, este…eh, me has contado poco sobre cómo has estado, cómo te ha afectado realmente, me gustaría cómo es que a ti como madre ¿qué es lo que más te preocupa?, de todo lo que está pasando ahora…

E2: ¿Con relación a los hijos?

E1: Mjm…claro…

E2: En ellos, o sea en que no están viviendo…este…su niñez ¿no?, el estar en el colegio, estar jugando con otros niños, interactuar con otros niños, igual para la mayor ¿no?, se están volviendo más introvertidos…entonces eso es lo que no me gusta, ellos tienen que relacionarse, salir, conocer ¿no?, o sea eso es lo único que a mí no me gusta y aparte de que este…ellos necesitan relacionarse con otros niños ¿no?, incluso ni con sus primitos se pueden ver; hubo un tiempo que sí, el mes pasado que se ha estado juntando con sus primos, que se han estado visitando ¿ya?, y eso ha sido un…o sea un relajo total para ellos, se han divertido hasta tarde, prácticamente han estado igual que antes, desde las cuatro de la tarde (16:00hrs.) hasta las nueve de la noche (21:00 hrs.), o sea les hizo bien, pero luego esto de que ha aparecido la nueva cepa, entonces como que

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

un poco ya se han vuelto a distanciar ¿no?, y si sienten porque me preguntan ¿cuándo voy a ir a jugar?, entonces otra vez están así. Eso es lo que me preocupa el hecho de que no puedan relacionarse con otras personas ¿no?, porque eso les afecta…eso es más que todo.

E1: Claro y digamos…supongamos que el día de mañana el presidente dice: "ok, ya hemos controlado todo y ya pueden regresar a hacer su vida como antes", ¿Qué piensas que sentirías? ¿Qué crees que harías en ese momento?

E2: Esperaría un poco, porque no estaría tan segura, o sea dudaría en ir así de frente y salir "yeee, ya somos libre", ¡no!, o sea me entraría cierta duda, pero si saldría de a pocos creo yo, es lo primero que se me viene a la mente ¿no?, que saldría de a pocos y lo primero que haría con ellos, es que se reúnan con sus primitos más que todo y que jueguen todo el día, porque todo el tiempo que no han podido hacer, y los sacaría a la calle, porque antes teníamos una rutina de cada fin de mes salíamos a comer tortas y eso ya no se podía, ya no hemos podido hacerlo ¿no?, y todo lo hacíamos caminando, nada de combis, taxis ¡nada!, todo lo hacíamos caminando para que ellos vean y observen ¿no?, entonces eso si haría, que salga con sus primos y poder salir nosotros a caminar, eso es lo haría, más que todo por ellos ¿no?

E1: Claro, y bueno entrando un poco más al tema de tus hijos, me gustaría saber, ¿Quiénes se encargaban de acompañarlos y supervisarlos a la hora de sus clases?

E2: Yo…

E1: Y tú me contabas que, si les costaba el hecho de estar sentados, de que se aburrían, entonces ¿Cómo tú los motivabas a que se quedaran ahí?, a qué no se distrajeran de repente ¿no?

E2: Prácticamente les quitaba lo que a ellos les gustaba, o sea les decía "si tu no haces clases, ya sabes lo que te va a pasar, o sea no vas a estar en la computadora, no vas a

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

agarrar el celular…" y así, diciéndole esas cosas ahí si se sentaban y hacían, pero lo que sí, creo yo para este año, puede ser un poquito más dinámica las clases, con mi hijo, por ejemplo, el año pasado las clases eran mucho, es que también era 1er grado, escribía, está ahí, era más tiempo de horas entonces era como que al él no le gustaba y era el que se resistía más, en cambio la menor era más recta ¿no?, mi hijo si…y bueno la mayor también, le aburría toda la tarde, estar ahí sentada , o sea no es lo mismo, pue ¿no?…

E1: Y también, son niños distintos, cada niño es distinto…

E2: Si, y no…no, o sea las clases también, los profesores tendrían que ser más, por ejemplo, en la mayor si noté que las clases deberían ser más dinámicas…no sé…es que también recién en el año pasado es nuevo, y entonces no se sabía cómo manejar y a ella si la miraba como un rato estaba atenta a la clase y después mirando a otro lado o haciendo otras cosas, como que no estaba muy concentrada, pero si eso ha sido las clases en ellos; y bueno a ellos les he dicho que este año va a ser igual, para que se vayan haciendo la idea de que ya va a empezar poco a poco les estoy diciendo, porque así de golpe "ya empieza mañana", se van a poner a llorar, entonces de a poco les estoy diciendo…

E1: Claro, como este cambio ha sido tan drástico, ni los profesores se esperaban que algo así pasara, así que le aprendizaje ha sido para ambos, tanto para los alumnos como para los docentes.

E2: Claro sí, yo a algunas amigas les decía, de que, tanto echamos la culpa al profesor, entonces yo le decía, no es culpa de ellos tampoco, pobrecitos los profesores en este tiempo que estén haciendo las clases, porque trabajan mucho más, entonces como yo he trabajado en colegio, les he dicho yo de que "no se compara el tipo de trabajo, ahora están trabajando el doble" les digo, porque hasta madrugada trabajan, si ha sido bien fuerte, si yo me pongo en el lugar de ellos y si ha sido bien fuerte…y yo creo que no se

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

merecían con todo lo que les decían a los profesores, no se merecían las críticas…es que no saben…

E1: Claro igual cada quien se preocupa por lo que también, lo que también vive, de repente tampoco no piensan por lo que otra persona también está pasando, cada persona está viendo esta pandemia bajo su realidad ¿no?

E2: Mjm, si pues…

E1: y también me comentabas, también que antes con tus hijos también salías, salían a jugar o se iban a comer tortas, y eso es como tu relación con tus hijos ¿no?, que siempre salían que siempre estaban activos, y digamos, en ese tiempo que han estado encerrados ¿sientes que esa relación de repente ha mejorado, de repente se han distanciado? ¿cómo la has sentido tú?

E2: Se ha distanciado ¿no?, o sea porque ya cada uno está en su mundo, por ejemplo, la mayor ya está en su celular o en la computadora, mi hijo también está en sus videojuegos y mi hija menor en la televisión, o sea cada uno en su mundo, entonces yo miro y digo "vamos a hacer esto" y no quieren, le doy propuestas este… "vamos a jugar esto" "pinten esto", como no quieren encuentran más divertido ver televisión, estar en el celular y todo eso, sentados, es por eso que yo antes que suceda esto de la pandemia, es por eso que yo los saqué, porque antes estaban en ese mundo ¿ya?, yo los saqué de ese mundo, saliendo así a caminar, a salir para que se despeguen de todo eso, de la tecnología y la pandemia lo que ha hecho es volver a traer eso ¿no?, por eso lo que yo quería quitar, vuelve a meterlos en este mundo y es lo que no me gusta; es que también no tiene otra cosa que hacer, digo yo "¿qué más pueden hacer?", no los puedo sacar ni acá a una canchita, porque también van otros niños, van adultos, entonces no puedo…

E1: Claro, tampoco uno nunca sabe ¿no?, uno se puede cuidar, pero nunca sabe los demás ¿no?...

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E2: Si pues, prefiero quedarme acá ¿no?, están ellos en su propio mundo ¿no?, los quiero desconectar un ratito, pero después otra vez quieren, entonces ¿Qué hacen?, televisión…o sea no pueden hacer otra actividad más…y eso que les pongo así…a mi hijo le decía "lee un libro, lee un cuento, todo el día me tienes que leer un cuento", ya me lee unos días, pero ya luego se resiste, ya no quiere, quiere mirar televisión o jugar en el celular…entonces yo ya estoy viendo esa manera de que si no me lee un cuento, este, en el día, no me agarra la computadora, esas son normas que estoy poniendo, por ejemplo en la mañana no me miran televisión, así ¿no?, lo miro a veces y digo ¿Qué pueden hacer?, ayuden a ordenar, pero después me miran y ya bueno vean un ratito televisión, no pueden hacer otra cosa pues, si no diría ya salgamos ¿no?, pero no se puede…

E1: Claro, por ahora no pueden salir, también todo lo que me comentas, el hecho de les pongas este…como que hacer tratos con ellos "de que, si haces esto, te voy a dar esto", son como que una estrategia que tenemos para la crianza, y digamos, si tu tuvieras que analizar cómo lo has estado criando ahora, digamos durante la cuarentena y toda la pandemia que estamos viviendo ahora, digamos ¿cómo tú te calificarías? ¿cómo has estado criando a tus hijos?, tuvieras que ponerte una nota, por ejemplo, ¿cuánto te podrías?

E2: ¡Ay! me pondría un catorce [14/20], no me pondría veinte, por sé que no soy perfecta tampoco, tampoco sé cómo se…o sea uno va aprendiendo cada día con los niños ¿no?, con los hijos…uno va aprendiendo y creo yo que todavía me falta aprender con ellos…

E1: Y ¿qué crees que te faltaría para subir esa nota?

E2: Haber…este…saber llegar sobre todo a la mayor, sobre todo a la mayor, lo que es adolescente, saber cómo comunicarme ¿no?, con ella, porque ella si se nota los cambios

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

que tienen ¿no?, lo que es parte de la adolescencia, entonces eso ¿no?, este…saber cómo…porque a los más chiquitos los puedes manejar, pero a la que es mayor ya no, porque ella ya tiene sus propias ideas, piensa distinto…entonces en ese aspecto ¿no?, es lo que si…por eso es que yo digo "todos los días vas aprendido con ellos", una nota así veinte [20] ¡no!, todavía no…

E1: Entonces habría que trabajar en el tema de la comunicación ¿no?, como dices…y bueno me comentabas también ¿no? de que antes salían y ahora como que están haciendo juegos de mesa, ¿qué otras actividades también les haces hacer?, aparte de que ellos estén jugando en sus celulares…

E2: Compré juegos para que ellos se distraigan, tengo también para que pinten, sacaba incluso de internet para imprimir…A mi hija menor le gusta pintar, pero eso solo dura o te puede durar dos días [2], después ya no quieren, o sea puedes ya…lo motivas un día [1], pero solamente es para ese día o un día más, pero después ya no sirve, compré otros juegos de mesa y solo dura un día, después otro día ya no quieren, entonces voy a estar comprando tantos juegos, pero…entonces este con lo que veo, ya digamos este, les regalaron ese de las burbujas, les sirvió un ratito y después este, no más…o sea ya no sé qué más se puede hacer ¿no?, eso es también lo que me falta ¿no?, saber qué otras cosas más puedo hacer ¿no?, uno pensé que ya iba a terminar la pandemia, pero vamos a seguir así…¿qué más puedo hacer, no?, todo este año por lo menos, ahora en las clases van a estar ocupado y todo eso pero no es lo mismo que ellos jueguen, yo quiero cosas así donde hagan funcionar su cabecita ¿no?, entonces el que razonen, entonces eso es lo que yo quiero…entonces por más que busque, busco algo pero dura poco, solo te dura dos días no más…

E1: Claro algo que sea constante, es lo que quieres buscar…

E2: Si…

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E1: Y respecto a tu hogar, ¿cómo es que se distribuyen, digamos las tareas? ¿no? ...del hogar…

E2: Yo bueno, les puse reglas…pero, como que se resisten en cumplirlas, este la hacen, pero no porque les nazca, sino porque yo los amenazo, entonces si no lo hacen, ya saben lo que van a tener ¿no? ...lo que no van a tener…, entonces por eso es que lo hacen, entonces así lo estoy manejando, si no hace esto…ah, mi hija mayor sabe que es lo que tiene que hacer en las mañanas, yo les digo "todo eso tienen hacer en la mañana, en la tarde se dedican a jugar" ¿no?, o lo que quieran hacer, pero mi hija mayor ya sabe que es lo que tiene que hacer en las mañanas, y mi hijo y mi hija menor que son más chiquitos, solamente les digo a ellos que "ayuden a recoger esto" u "ordena esto" "guarda tu ropa interior", así, esas cositas…pero ya mi hija mayor ya sabe lo que tiene que hacer y también se resisten a hacerlo, no quiere hacer, entonces ahí estoy en esas ("tu no haces esto=no tienes esto") ¿no?

E1: Y bueno, ya para terminar, me gustaría saber este…bueno respecto a todos esos cambios que me has comentado, respecto a tus hijos y a ti…me gustaría saber si esto también ha afectado un poco tu relación de pareja, ¿sientes que ha cambiado en algo o igual, de repente?

E2: Ummm, bueno sí, yo creo que sí, porque como que no tenemos la misma, o sea pensamos distinto ¿ya´?, yo estoy ahorita como que "me quiero cuidar, no quiero salir", en cambio mi esposo está como que "él sale", entonces yo le digo "no debes salir" y se molesta porque él quiere hacer lo que él quiere, entonces yo no me voy a parar aquí a discutir y nada con él porque están los bebes, ¿qué simplemente hago?, no le hablo, él tampoco no habla, no hablamos, solamente hola/chau…punto, solamente yo veo, sale y sale y yo le digo "¿A dónde vas a ir?", me dice "a tal sitio"…ah, o a veces sale sin decir nada y bueno ¿no?, eso…entonces como que nos hemos dejado de hablar…porque he

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

optado como decir "ya haz lo que quieras" ¿no? "haz lo que quieras" "ya si te contagias o no, es tu problema", pero yo sí estoy optando en mí y en los bebés en no salir y no exponernos ¿no?, entonces ahora es lo que está ocasionando este encierro…

E1: y ese distanciamiento ¿sientes que es desde ahora?, digamos desde marzo del año pasado o ¿ya venía desde antes?...

E2: No, yo creo que, de ahora, el año pasado no mucho, aunque no salía tanto como ahora, no salía tanto como ahora, entonces ya bueno, se fue a trabajar y nosotros hemos seguido así bien ¿no?, no salíamos, bueno seguíamos igual, pero ya cuando ha venido ahí sí…en un momento como que él me dice "tenemos que salir, tenemos que hacer nuestra vida como siempre, o sea como hacíamos siempre" pero yo le digo "no, pero ¿tú no sabes que hay afuera?", "pero no, tenemos que salir, nos quieren ver encerrados, y esto…", él tiene sus ideas, yo no tengo, y no me parece…

E1: Es un choque de ideas entre los dos…

E2: sí, entre los dos, entonces lo que hacemos simplemente "tu haz tus cosas, yo mis cosas y ahí no más", tampoco está bien eso, yo creo que debe haber este…conversar, también hace ver como todo lo que yo le digo está mal y no es así, y me hace ver que lo que yo le vaya a decir "no, tú estás mal" y él quiere hacer valer su verdad y no es así tampoco…

E1: ¿cómo están un poco así distanciados, ¿quién se encarga más de tus hijos? ¿no?, ¿quién está más pendiente? ¿los dos o…?

E2: Ahorita, bueno yo, porque yo me quedo con ellos ¿no?, si él sale, él no está muy pendiente, o sea se acerca, les conversa, pero al final y al cabo soy yo la que paso más tiempo con ellos…

E1: Bueno, y ¿le has comentado el hecho de que te preocupa que estén tan pegados al celular o a la televisión? ¿le ha comentado un poco de eso?

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E2: Sí, ya hace tiempo le he dicho que no hay que darles mucho tiempo, que me apoye, porque él sí les daba… "ya agarra tu celular" entonces yo le decía no, "ahora las reglas son dos horas [2 hrs.] diarias del celular o de la computadora, que escojan ¿no?" la computadora o el celular, es algo que yo ahorita esas reglas he puesto, solamente dos horas [2 hrs.], y si las están cumpliendo y que hagan lo que quieren, les digo "ya mira, agarra tus juguetes, haz lo que quieres y busca tú sacarte de ese aburrimiento", porque no saben qué hacer, o sea se aburren y [refiriéndose a los niños "ay, no sé"] no saben qué hacer si se aburren, entonces yo le digo "ustedes tienen que ver la manera de ver que hacen para que no estén aburridos" pues, pero eso si yo ya les he puesto de que dos horas [2 hrs.] diarias escojan, celular o computadora…

E1: De repente si quieres estimular su cognición, podrían hacer como que rompecabezas, esos que ya son más largos de repente…esas cosas de LEGO que son para armar de repente podrían ser, también podría distraerlos…

E2: Sí, a mi hijo ya le hemos comprado, pero ya lo armó y ahora ya no quiere armar y este ahora me ha pedido un rompecabezas de mil piezas [1000] y si se lo voy a comprar para que este ahí, pero él se centra…y si lo va a terminar, porque si le gusta y quiere eso y ahí se queda hasta que lo termine…y pobrecito de ellos que no puede ser niños…

E1: Claro es una etapa muy importante de sus vidas que lamentablemente está yendo muy limitada ahora…

E2: Si…es lo malo…

E1: Bueno ya con eso hemos terminado ya la entrevista y te quería agradecer por participar en la entrevista…

Fin de entrevista

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

FECHA: 3 de Febrero de 2021 **ENTREVISTA:** N° 2

DURACIÓN: 00:52:04 min. **ENTREVISTADO:** Madre de familia, 33 años

E1: Entrevistador

E2: Entrevistado

TRANSCRIPCIÓN DE ENTREVISTA

E1: Entonces vamos a empezar ahora. Como me presenté al comienzo mi nombre es Kathia Castillo y soy bachiller en psicología de la Universidad Católica de Santa María de Arequipa y estoy hoy día con usted para poder conversar un poco más sobre como usted ha enfrentado la cuarentena, este…con su familia ¿no?, entonces, como usted ya sabe esta enfermedad del coronavirus…el COVID – 19, es una afección causada por un virus que se puede propagar de persona a persona, y este virus puede causar desde síntomas leves o tal vez ni un síntoma, hasta casos de enfermedad grave ¿no?, como ya hemos visto…y esta pandemia ha conllevado a que el gobierno peruano declare en confinamiento obligatoria a nivel nacional, obligando a todas las familias a enfrentar cambios drásticos en las rutinas de sus hogares, y claro con esto comenzó…desde la educación virtual ¿no?, también teletrabajo, también todo el distanciamiento social ¿no?, que ya no había las reuniones y llegando a esta nueva realidad que estamos viviendo ahora…entonces con esta información previa y antes de empezar la entrevista, quería hacerle una preguntas así rápidas para conocer un poco más sobre su contexto ¿no?...¿me podrías indicar cuál es su edad?

E2: Yo tengo 33 años

E1: Actualmente ¿cuál es su estado civil?

E2: Eh…conviviente

E1: Después… ¿actualmente se encuentra trabajando?

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E2: si, trabajo en una… "Compartamos Financiera"

E1: usted es ¿personal administrativo? ¿cuál es su cargo en la financiera?

E2: soy asesor de créditos, soy bachiller en economía

E1: ah ya, y ¿cuántos hijos tiene?

E2: tenemos dos hijas, una de cuatro años [4], otras de ocho años [8]…nueve años [9], perdón…

E1: ok, en la vivienda que reside actualmente es ¿alquilada o es propia?

E2: es alquilada

E1: y ¿cuántas personas viven en su vivienda?

E2: eh, mis hijas y mi pareja…

E1: ¿solamente los cuatro [4]?

E2: si…

E1: ah ya…ok…y actualmente este…bueno que otra vez estamos volviendo al estado de emergencia ¿no?, ¿actualmente usted se encuentra realizando algún tipo de cuarentena voluntaria?

E2: si, bueno nosotros en un inicio hemos acatado las recomendaciones de las autoridades y…bueno hemos vuelto a esa cuarentena ¿no?, claro que solamente salimos para el tema laboral y a abastecernos nada más, en caso de que no tenga con quien dejar a mis hijitas, porque por lo general, las ve su papá…las llevo donde mi suegra, pero solamente para eso…

E1: Claro, para cosas indispensables…

E2: Sí…

E1: y, bueno como le comentaba al inicio, el COVID – 19 es una enfermedad que no ha afectado a todos a nivel mundial ¿no?, y me gustaría saber ¿qué es lo que

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

usted sabe en sí, sobre la enfermedad? ...o sea usted podría comentarme para usted, con lo que se ha informado, con todo…

E2: bueno, es un virus ¿no?, que afecta más que todo al tema respiratorio y al margen de eso, creo que hay bastante incidencia sobre todo en las personas que tienen riesgo, se han identificado el tema de la obesidad mórbida, de las personas con diabetes, los asmáticos, entre otras ¿no?, que tienen que guardar más…este, más cuidado ¿no?, por esta enfermedad, en niños es poco porque los niños, este…no es que sean inmunes, pero parecen que no generan un contagio mayor como los adultos ¿no?, que suelen presentar síntomas incluso llegan a la muerte pue' ¿no?, que es como lo que estamos viviendo ahora, incluso familiares míos también han fallecido por este tema y por condiciones que no se pueden diagnosticar ¿no?, que yo pienso que es referente a la misma enfermedad…

E1: Claro, y esos familiares que usted me comenta ¿eran muy cercanos a usted?

E2: si, tan cercanos como también este…, en primero como en segundo grado, ya serían primos de mi mamá, la hermana de mi mamá…este sí, si había habido familiares cercanos…

E1: Claro, esta información la tenemos tanto de las noticias, de lo que leemos y también…en parte de nuestro entorno ¿no?, porque como este virus ya ha avanzado tanto ¿no?, ya tenemos conocidos, familiares que se han infectado ¿no?, bueno este…continuando…bueno esta enfermedad ha iniciado desde diciembre del 2019 ¿n0?, pero fue en marzo cuando recién llegó al Perú y fue justo también en marzo, en la quincena de marzo que se inició el estado de emergencia y se puso en cuarentena, cerraron todos los negocios, escuela y todo prácticamente cambió, de un día para el otro; entonces me gustaría saber un poco sobre…respecto a todo esta coyuntura, todos esos cambios que llegaron a ocurrir… ¿ cómo es que usted

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

ha notado ciertos cambios en su familia, desde que inició? ¿no?, porque obviamente esta cuarentena como le explicaba fue de un día para el otro y entonces obviamente ha habido muchos cambios ¿no?, ya sean positivos o negativos…usted personalmente ¿qué cambios ha notado?

E2: bueno la verdad que nosotros, bueno, en mi caso particularmente como yo no soy de acá, vivo acá siete años [7], en un inicio un poco de resistencia al cambio porque yo solía visitar a mi mamá casi todos los fines de semana o por lo menos una vez al mes o dos veces al mes y…como mis papás son mayores de edad fue bien complicado no poder verlos, ni ver cómo están, igual no solamente para mí, sino para mis hijas, porque ellas también estaban acostumbradas a abuelitos, a sus tratos, a su cariño y fue bien complicado privarlas de eso, porque también estaba el tema de viajar y vivir una aventura, por decir así ¿no?, y fue bien complicado incluso este…mi hija menor que ella iniciaba su etapa escolar en inicial, ella si pienso que es la que sufrió un poco más porque una que ella iniciaba su etapa escolar y ya quería tener lo mismo hábitos de su hermana ¿no?, como ir al colegio, tener sus amigos, hacer sus tareas pero para ella pues este…fue como tres o cuatro días al colegio y luego no fue, para ella se le cayó el mundo porque ella lloraba en la puerta, quería ir, quería su colegio, se ponía su uniforme y quería abrir la puerta…la verdad que por lo menos las primeras semanas si fue bien complicado más que todo por nuestras hijas, y a nosotros nos tocó como que ser fuertes y tratar de tolerar eso, mi hija mayor incluso como que se sorprendió más porque ella veía con bastante extrañeza, de lo que ella siempre paraba de…porque acá solamente veníamos a dormir, porque por mi trabajo y el trabajo de mi pareja…o estaban en Tacna o estaban con su abuelita y veníamos a dormir ¿no?, pero ya todo eso se quedó anulado y permanecimos en la casa…la parte positiva fue que nos unimos como familia ¿no?, porque nosotros teníamos una casa especialmente para vivir, pero no

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

vivíamos, solamente veníamos para dormir y nos tocó una convivencia real ¿no?, esa fue la parte positiva y creo con eso que compensó un poco su rutina diaria, el cambio de su rutina diaria, porque los niños siempre expresan su cambio de rutina, o sea si expresa con ciertos comportamientos que están afectando su rutina, entonces que eso…vernos…verme a mí en la casa, ver a su papá en la casa, porque también nuestra empresas habían tomado un protocolo también de cerrar la agencia ¿no?, gracias a Dios nuestra situación laboral por lo menos los primeros meses, pero…y teníamos que mantenernos en casa ¿no?, y fue bonito porque era…bueno a mí me gusta cocinar, entonces aproveché para cocinarles lo que ellos querían, hacer más postres, hacer pan, cocinar con ellas, como que eso compensó un poco su cambio de rutina ¿no?, porque fue algo como que esa resistencia al cambio como que lo tratamos con mi pareja de estabilizar, el encuentro que tuvimos e incluso adoptamos un cachorrito para que ellas se fijen en otra cosa y no ver mucho el contexto ¿no?...

E1: para que se distraigan un poco…

E2: si, pasaban los militares, pasaba la policía, y la verdad es que no nos ayudaba mucho la zona de acá, porque como que más abajito es el mercadito y siempre había rondas porque se quedaban, había gente, había aglomeración y obviamente pasaban con las sirenas y todo, y los mismos militares pasaban por la ventana, y la verdad que…

E1: claro, y los niños viendo eso obviamente si les asusta un poquito…

E2: si, fue horrible, fue horrible pero ya como que ya llegamos a convivir con eso pues

E1: mjm, claro, eso es lo más importante ¿no?, que obviamente para todos ha sido un cambio radical ¿no?, pero que ya con el pasar de todos estos meses ya poco hemos ido adecuando ¿no?, y justo también este quería preguntarte su rutina, obviamente todos tenemos una rutina, que se ve afectada debido a la pandemia y

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

me gustaría un poco saber un poco cómo era su rutina y también la de su familia ¿no?, antes de la cuarentena ¿no?…

E2: Ah…antes de la cuarentena, cuando ya iniciaron las clases era pues de levantarme temprano, hacerles su desayuno, mandarlas al colegio, y luego yo irme a trabajar ¿no?, esa era ¿no?, o era la forma de hacer hora porque entraba media hora tarde o dejarla con alguien y la recogían allá, incluso creo que mi hija menor todavía la recogía la movilidad también para que vayan juntas porque al final igual ya iba a llegar, y así estábamos iniciando esa rutina ¿no?, con la etapa escolar, y yo las mandaba al colegio y para mí era más fácil porque me iba a trabajar tranquila, ya a la dos [14:00 p.m.], que regresaban también estaba en mi hora de refrigerio y ya pues almorzaba, y en la tarde no más que las llevaba yo donde mi suegra, si es que mi pareja no estaba y las recogía en la noche y llegábamos a dormir, y así era…

E1: de repente todo el día estaban fuera de la casa...

E2: sí, todo el día estábamos fuera de la casa, porque también, mi trabajo pues, es una financiera y tengo que estar en constante seguimiento de los clientes, como son créditos grupales es un poquito más responsabilidad y hacer seguimiento a los clientes, y si pues hacían visitas y entonces yo sí o sí tenía que estar en campo…era mi rutina ¿no?

E1: y, luego este…cuando la cuarentena empezó ¿cómo fue su rutina?

E2: ya en un inicio, estuvimos hasta mayo en casa, pero no es que no trabaja, también teníamos este…teletrabajo y teníamos que contactarnos con las clientas por teléfono y a veces había conflictos porque las niñas lloraban y no podía contestar a mi jefe y también teníamos un control así de presentar cierta base hasta cierta hora y así ¿no?, y así fue el por lo menos el segundo mes, porque le primer mes me acuerdo que no hicimos mucho y más que todo en coordinar con las señoras lo que prosigue y luego ya hacer trámites y así hasta Julio maso menos que ya…mayo…marzo, abril, en mayo ya aperturaron

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

oficina y autorizaron en aperturar oficinas de acá y ya asistíamos pero una semana sí, una semana no, una semana sí…y nos dividieron en grupos, para no tener el número de [irreconocible], y así estábamos…y luego fue reduciendo, se redujo ¿no?, en vez de una semana, ya un día, y hasta ahora estamos así ¿no?, un día nos toca oficina, otro día nos toca campo, pero ahora con todo es un poco más estricto porque ahora si tenemos que presentarnos a oficina a primera hora, de ahí al que le toca oficina entra a oficina y al que le toca campo hace sus actividades en campo ¿no?, y ahora nosotros hemos regresado a eso ¿no?...y mis hijas obviamente en casa, tienen que estar en este caso sus clases ¿no?, les tuvimos que habilitar la computadora, con todo lo que se necesita ¿no?, el internet, y bueno también la cámara, bueno más que todo implementar no mass, el internet no tenía mucho porque como no estábamos acá, yo en la noche compartía internet con todos y ya era suficiente, pero ya si tuvimos que adquirir más servicios, el internet, el cable…como no estábamos acá no necesitábamos mucho y ya tuvimos incluso…la tele se nos había malogrado un mes antes y estábamos en la cuarentena sin tele, bueno una tele pequeña ¿no?, y la costumbre siempre era tener una tele grande y luego adquirirnos una tele grande con cable para que por lo menos estén tranquilas ellas, pero fue bien…bonito pero dentro del caos fue bonito ¿no?, porque ya fue temas familiares, tuvimos que abastecer y decidir ¿no?, y gracias Dios tuvimos cierta forma de como solventarlo, porque sé que hay familias que han perdido sus trabajo…gracias a Dios nuestra realidad hemos ha podido cubrir esas necesidades para que estén bien…

E1: Es como que uno también se pone a pensar de repente, en mi familia todos trabajamos y obviamente uno se pone a pensar en otras personas no tienen eso, y también uno se pone como que a valorar las cosas…eso es lo que también nos traído esta cuarentena, como estamos aislados nos ponemos a pensar…

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E2: Sí, gracias a Dios sí, y hemos podido porque también ni un familiar tan cercano a mí, ni mis padres, ni mis hermanos, ni mis suegros, ni mis cuñados han estado delicados pues ¿no?, si mi suegra si se enfermó, pero la pasó así…no como en otras familias…

E1: Que bueno que todos estén bien…bueno respecto a toda esta nueva normalidad que estamos viviendo ¿cómo usted se siente?, ¿qué piensa? ¿qué siente respecto a esta nueva normalidad?

E2: bueno…solo que debemos adaptarnos ¿no?, lamentablemente pues…a veces los científicos o la voluntad de Dios, o sea lo que sea, ya está y tenemos que saber afrontarlo y cuidarnos no más, protegernos, y gracias a Dios pues, nuestra protección es no más el agua y jabón y nos ha enseñado a bañarnos, mucho más de lo que antes lo hacíamos, y bueno el alcohol, que bueno es escaso por ahora, pero pienso que es económico en cierto sentido, porque si en caso fuese otra enfermedad que implicara una inversión más grande y mucho más fuerte, yo pienso que estaríamos ahorita, con un debate mundial, no tendríamos habitantes en este tierra, si hacemos una…bueno, yo por mi carrera este el tema de la distribución, de la riqueza, este…y las sociedades, pues nosotros tenemos acceso a cierta, tecnología en medicina, y yo pienso que esta pandemia si es complicada pero no es cara, pienso que guardar bien el tema de distanciamiento, guardar bien el tema del aseo ¿no?, y sobre todo la responsabilidad yo creo que no, en costo o sea no es muy significante, claro que es lo que pienso…

E1: claro ¿no?, si cada uno es responsable por su seguridad, se cuida bien, realmente se podría control todo esto, lamentablemente hay muchas personas que realmente no son tan conscientes, lamentable es que por esas personas nos vemos perjudicados todos, y vuelven a cerrar los negocios o reducen ¿no?, como ahora está ocurriendo. Y bueno, respecto a esta situación ¿cuál es su posición? Por ejemplo, ahora, que el gobierno ha vuelto a…en unas ciudades si la cuarentena

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

absoluta, y aquí en Ilo que solamente en la noche el toque de queda… ¿qué es lo que usted piensa?...

E2: el gobierno está ahorita muy protector porque en otras ciudades esas restricciones no están porque a las finales son la responsabilidad de uno ¿no?, yo pienso que pedir al gobierno no porque el gobierno solamente es una empresa nada más que ve, que si no cerró pues es criterio de cada uno, no guarda el aseo, las restricciones o siguen celebrando sus cumpleaños con toda la familia discretamente entonces…aunque el gobierno ponga mil camas, pues no…yo estoy en una posición bien este…yo si doy un poquito más de responsabilidad a las personas ¿no?, el gobierno es una empresa ¿no?, si aporta, sí, pero no es todo, quizás ahorita está mal administrado , porque lamentablemente las autoridades que tenemos a veces se dejan llevar por el lucro y eso pues se nota ¿no?, pero no es nuestro benefactor, uno es responsable de su vida y su independencia y su forma de vivir…

E1: claro ¿no?, y respecto a esta situación ¿qué es para usted lo que más le preocupa, lo que les causa cierta preocupación?...

E2: lo que si me causa cierta preocupación es en el aspecto quizás pierda a mi familia, mis papás son mayores de edad, mis hijas ¿no?, y eso es lo que me causa cierta preocupación más que todo y que continúe esto ¿no?, quizás las personas no se concienticen, no se sensibilicen con esto y con las cosas que están pasando y sigan con sus fiestas privadas, porque uno se cuida ¿no?, yo puedo ir a un restaurante, pero si te dicen cierto porcentaje de personas que van y veo que ya está lleno, y yo quiero entrar…entonces ya la decisión es mía ¿no?, eso es lo que me preocupa a mí, que las personas no tomen conciencia y no cuiden las cosas naturales, la tierra, todas las cosas que ahorita tenemos ¿no?, el agua no la valoramos mucho ¿no?, porque todas esas pequeñas cositas causan la devastación mundial, a mi esa es mi preocupación, que ni si

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

quiera por esta pandemia, tengan un poquito de responsabilidad y de cuidado ¿no?, porque no solo es cuidar mi cuerpo, sino cuidar una sociedad ¿no?, cuidar una creación, Dios nos da todos estos recursos para poderlos aprovechar y cuidar ¿no?, incluso en la biblia dice ¿no?, que debemos cuidar las criaturas y no estamos haciendo mucho, esa es mi preocupación…

E1: La conciencia social es lo que le preocupa a usted…

E2: Sí, si conciencia social

E1: Ok, y si nos ponemos en una posición de usted como madre, con sus hijas ¿qué es lo que más le preocupa, respecto a esta situación?...

E2: a mí me preocupa que más adelante vengan peores epidemias, y peores catástrofes, y yo no pueda ayudarlas o que yo no les haya dejado lo que necesiten para poder sobresalir ¿no?, no tenga ellas quizás un lugar donde refugiarse o quizás una reserva ¿no?, con que puedan contar porque Dios no quiera, yo siga trabajando y me pasa algo y ahorita no cuento con algún terreno, ni nada y esa es mi preocupación, y sobre todo como estamos sin esa conciencia social justo estábamos comentando, este…ellas que van a vivir ¿no?, y esa es mi preocupación ahorita como madre…

E1: Su vivienda actualmente ¿es alquilada?

E2: Sí…

E1: y ¿cuántas habitaciones hay en su vivienda?...

E2: ummm, la sala, la cocina, y dos cuartos y el patio…

E1: Ah ya, tienen un patio para que las niñas estén jugando…

E2: sí, incluso, hasta un tobogán les íbamos a conseguir…

E1: bien este, bueno cuando usted me comentaba cuando inicio la cuarentena también comenzó con el tema del teletrabajo, que trabaja desde casa y ya luego en mayo me comenta que empezó o través a ir a la agencia ¿cómo fue digamos, ese

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

cambio?, digamos todo marzo y abril estuvieron en casa ¿no?, casi sin salir solamente para compras cosas esenciales, digamos con el tema de que usted tuvo que volver a regresar a su centro de trabajo… ¿cómo se sintió? ¿qué expectativas tenía? ¿cómo lo vivió?

E2: bueno con miedo, porque yo podía traer la enfermedad a mi casa, con miedo porque no sabía si yo podía ser el transmisor, tanto como para mi familia, como para mis compañeros y clientas ¿no?, porque a veces iban a la oficina y preguntaban sobre sus deudas, porque hay personas más portables…o sea fue bien feo y difícil, yo iba con miedo a mi trabajo y regresaba con miedo, claro que, con todos los protocolos, pero siempre pue ¿no?…

E1: Sí, a pesar de que uno esté siempre seguro, siempre hay un cierto miedo ¿no? ...y actualmente ahora que está yendo a trabajar con más frecuencia ¿cómo te sientes?... ¿más segura? ¿O sigue con ese miedo?

E2: bueno, ya no tan aterrorizada, porque yo sí llegué aterrorizada de no hablar con nadie, incluso hubo problemas morosidad, porque mucho depende también del asesor, pero ahora ya, ose sí tengo miedo obviamente pero ya tomo mis precauciones y no entro mucho en contacto y tampoco sugiero mucho contacto, porque nosotros si debemos sostener reuniones grupales, pero como están también prohibidas, entonces trato de trabajo más que todo con las cabezas de esos grupos y concientizar ¿no?, para que sean más precavidas…porque casi tienen que llevar sus cuotas todas a una misma hora o por lo menos juntarla ¿no?, y siempre hay una que falta, entonces le dije que se un día antes para que eviten…eviten pues malos ratos o contratiempos ¿no?...y puedan cumplir sus objetivos y pagar sus cuotas, igual una como asesor de créditos he tenido que ser un psicólogo incluso porque a pesar de que yo tenía miedo y temor de que no sabía que iba a pasar, continuar con mi trabajo, pero ya dándoles pues…aliento, de superación, que

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

todo va a pasar, que es un problema que lamentablemente es un problema mundial que tenemos que sobrellevar ¿no?, como cualquier otro problema que hemos tenido va a pasar y así, o sea…y así poder buscar una solución con ellas porque a veces era un poco difícil que decías una reprogramación y no…y también por ellas mismas ¿no?, porque si ellas también no producen les afecta en sus casa y también les afecta obviamente en pagar sus responsabilidades y ya más que todo pues ser un poquito más humana en esas cosas, siempre les decía primero que tienen que cuidarse ¿no?, para que no entraran, porque si tenía clientas, muchas clientas que entraban en locura y ya bueno ya como que pasamos esa etapa nosotros y ya el trabajo en un poquito mejor, pero siempre hay casos, pero siempre tomando las previsiones ¿no?...

E1: y bueno ahora este que…el Ministerio de Educación prácticamente ha dicho que los primeros meses de las clases que van a iniciar ahora en marzo hasta el quince [15] de abril, van a estar viendo para volver a las clases presenciales, pero nosotros también como colegio también sabemos que es muy poco probable que esto suceda, porque vemos también la situación, y como está y realmente no lo vemos muy probable que este año por lo menos se vuelvan a las clases presenciales, de repente a fin de año tal vez todo mejor y yo también pienso de que usted como madre también está al tanto de eso ¿no?, ¿qué es lo que usted piensa que podría o cómo se podría sentir respecto, si es que se vuelven a reabrir los colegios?, más que todo…

E2: bueno sí, si lo hemos pensado incluso con mi pareja, incluso con unas amistades que también tenemos hijitas de más edades en común y así esa apertura como que siempre va a ver ese recelo de nosotros como padres ¿no?, podrán quizás aperturar, pero yo de acuerdo a mi criterio yo pienso que quizás se esfuerce para niños con mayor edad, no creo que sea para infantes y colegios primarios sobre todo de primero a tercero,

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

cuarto; puede ser para secundaria es lo que yo pienso y si no fuese el caso no creo que yo mandaría a mis hijas, porque es riesgo, como son niños ellos esperan en la puerta la movilidad o me pueden esperar a mí, uno nunca sabe lo que pueda pasar y el viento es el mejor transmisor de enfermedades…incluso las semillas, no se habría mucho riesgo…

E1: claro, sería muy riesgoso, aparte de que también son niños y uno como adultos talvez si pueda acatar las normas, pero al final los niños siempre se olvidan ¿no?, entonces ahí…

E2: ni los adultos pueden…

E1: claro, hay adultos que por más que les digas no hacen caso, y los qué…peor…

E2: pero la verdad yo sí me he dado cuenta y agradezco a mis hijitas también, que cuando vamos donde mi suegra bien puestas sus mascarillas, bien puesta su antifaz…

E1: ah, qué bueno si saben de la seguridad y de todo eso…

E2: si, pero igual en un círculo social de niños cambian, siempre cambia pues el comportamiento…pero no creo que las mandaría…

E1: claro, y también lo que usted me comentaba de que al comenzó usted sentía un poco de miedo al salir a la calle ¿no?, porque estaba expuesta, aparte de esos sentimientos… ¿ha sentido algún malestar físico?, por ejemplo, no sé, dolores de cabeza, dolores de espalda…

E2: sí, migrañas, se intensificó porque…una hace tiempo que yo no tenía migraña y por la presión del trabajo, también la casa y tenía episodios de migraña un poquito fuertes y fui a emergencias, al hospital he ido como dos veces fui, y después ya con pastillita…pero si, si me afectó…me afecta

E1: claro ¿no?, y esos son síntomas del estrés…y es lo que estamos viendo justo en esta investigación y le comento un poco esto, el estrés seguramente lo ha escucho o

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

siempre le han mencionado ¿no?, el estrés afecta tanto de manera física o psicológico ¿no?, el estrés también se manifiesta como miedo, preocupaciones; y es algo con lo que siempre vamos a vivir toda nuestra vida, y a lo largo de toda nuestra vida siempre van a ver cosas que nos estresen digamos en el colegio, en la universidad, en el trabajo, en la familia incluso ¿no?, pero a su vez también se debe saber cómo afrontar tales situaciones estresantes ¿no?, y justo ahora que ha venido esta pandemia, que realmente nadie se la esperaba y obviamente que ha tenido varias consecuencias en cuanto al estrés ¿no?, en todas las personas…bueno a parte de su malestar físico…bueno eso es en cuanto al estrés, y quería preguntarle ahora…el tema de las clases virtuales que se iniciaron el año pasado ¿quién era, digamos el encargado, el que se encargaba de acompañarlas y supervisar a sus niñas?...

E2: mi esposo era más porque, como él estaba…bueno primero ambos, pero ya después él, porque yo tenía que trabajar todo el día, y lo bueno de su trabajo es que es más flexible y pudo controlar sus horarios ¿no?, yo no, porque yo si tenía que estar sí o sí ocho y media [08:30 a.m.], y ya no pude hacerles mucho seguimiento, solo por las tardes a veces, pero era muy complicado, más que todo era mi esposo…

E1: y usted ¿cree que su esposo si pudo adaptarse y apoyar a sus hijas?, o…

E2: lo ha hecho de la mejor manera que ha podido…

E1: se ha esforzado…

E2: sí, se ha esforzado bastante por eso hemos decidido ver a alguien que nos pueda apoyar, porque había tareas que no lográbamos cumplir o había cosas que no se entendían, había veces que también se cruzaban dos clases y era complicado también estar trabajando, a veces no atendían bien a la profesora, creo que mi hijita, que su resistencia al cambio también lo mostró así, como que no quería atender, no se

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

acostumbraba mucho a que tenía que atender a la profesora y escuchar por la cámara, que estaba acostumbrada a su presencial, y ya con eso, si no le llamaba la atención, no podía porque estaba en clase y peor era que se ponga triste o se enoje, no progresaba…mejor era que aprenda y no escuchaba nada y estaba con sus conflictos emocionales…no, si ha sido horrible…

E1: claro, ha sido también complicado para los niños también adecuarse a este estilo de enseñanza ¿no?, que ellos están obviamente acostumbrados a venir al colegio ¿no?, y aparte también como son más pequeños es un poco más complicado, no es como un adulto que ya está en la universidad que ya se puede adecuar más rápido a las clases virtuales, que un niño que siempre están activo, que les gusta todo dinámico…

E2: les gusta el juego pue, y no pueden jugar, si es bien complicado

E1: digamos de su hija mayor o su hija menor, ¿usted quien siente que le ha sido más difícil el adaptarse en esta enseñanza virtual?

E2: la menor, porque no quería hacer los ejercicios, no respondía, se engría, renegaba…al principio lloraba, la primera clase virtual empezó a llorar, era porque quería ir a su colegio, o sea como que le tocó ver a su profesora en video llamada y ella no estaba en el colegio, empezó a llorar y a llorar en la primera parte de la clase…fue horrible, y después para hacer las tareas, si las hacía, pero el problema es que el seguimiento, yo no podía hacer el seguimiento, llegaba con mi trabajo, cansada…y a veces a la semana les hacíamos hacer todo y así ha sido, bien complicado; y a veces los trabajos de mi hija mayor de conseguir las coas y como ya está cerrado todo, pucho no…pero lo bueno no nos pedían mucho, pero de todas maneras uno siempre trata de presentar lo mejor ¿no?, pero….lo mejor posible, también para que ellas hagan actividades…pero si veía que mi hija mayor si se…fue la que se acopló mejor, porque

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

ya estudiaba sus exposiciones, ya tenía la manera de paseas a la profesora, porque a veces veíamos que estaba en clase y al costado se ponía su YouTube, y la ponía en mute a la profesora, era la muerte también mi hijita…

E1: y ¿quién era el que se encargaba de controlar esas cosas?

E2: el que se quedaba en casa, si pues, ahí veíamos pues, o sea eran cositas que, si pudimos identificar, los pros y los contras…lo bueno es que si como todo estaba en la casa se podía armar mejor las cosas y ahí exponía y no había el tema de…como cuando hicimos la maqueta del universo y como la hicimos así también, que si la llevábamos al colegio se iba a malograr y como estaba ahí no más era un poco más factible, pero yo creo que la que se adaptó mejor fue mi hija mayor y mi hija menor si no…

E1: bueno como era más chiquita era más complicado…

E2: sí…

E1: ya y bueno respecto a la relación con sus niñas, este…usted me comentaba que ha pasado un tiempo más en familia, que de repente antes no pasaban ¿qué otro cambio, ya sea positivo o negativo, usted ha notado en su relación con sus niñas?...

E2: ya pude disciplinarlas mejor, porque también como estaban de acá para allá, era complicado poder comunicarme y mi manera de vivir con ellas, porque como estaban en diferentes hogares absorben diferentes costumbres ¿no?, y aprovechamos también nosotros para formar nuestra familia como nosotros queremos que ellas sean, algo así también…inculcarles un poquito más de respeto y consideración…de un hábito ¿no?, el simple hecho de lavar los platos, de tender su cama, ya un poco más exigentes ¿no?, poner su ropa en su lugar…

E1: y ese proceso de digamos…de ponerles límites, reglas ¿ha sido difícil?, o ¿usted considera que ha sido fácil?...

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E2: yo pienso que ha sido…yo pienso que ha estado bien…ha sido un poco complicado por lo mismo de que son niñas pues, ni en los adultos, nos complica un poco las reglas, yo creo que sí, que se han adaptado bien, nos ha costado y nos sigue costando, incluso hay veces que yo me olvido, pero yo creo que sí, ha sido complicado como todo, pero creo que es parte de lo normal…o sea medio complicado…

E1: y bueno con lo que usted me comenta, que ha estado como que inculcando más ¿no?, los límites, y todo ese proceso de crianza y digamos si usted tuviera que calificarse, se tuviera que poner una nota, por ejemplo… ¿qué nota usted se pondría?...

E2: o sea ¿a mí?

E1: sí

E2: (ríe), 7, claro de uno al diez [1 al 10], siete [7] me pondría, seis [6]; yo pienso que he podido dar más pero mi trabajo me complica un poco las cosas…

E1: entonces ¿usted piensa que, si tuviera más tiempo con ellas, si podría llegar a un diez [10]?

E2: claro, definitivamente sí, con más estabilidad, más estabilidad económica…bueno más estabilidad económica pues porque no tendría que ir a trabajar, si no tendría que ir a trabajar si pues, uno se dedica un poco más ¿no?, pero como tengo que ir a trabajar…tengo que limitarme en ciertas cosas ¿no?...

E1: digamos ¿qué cosas, así en específico usted cree que podría mejor?...

E2: este, tener su rutina más exigente, las rutinas, el hecho de levantarse, tender su cama, formarlas con sus rutinas ¿no?, en el cuidado, en el aseo personal, la comunicación, en hacer actividades juntas, en la confianza, porque eso también noto como que no tienen mucha confianza a mí, porque como no me ven mucho, en eso y fortalecer sus habilidades sociales de ellas ¿no?, ser más comunicativos, expresivas,

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

porque como no conversan mucho con ellas por el poco tiempo, converso un poco durante la semana o un sábado o domingo…yo hay veces que me siento bien limitada en disfrutar y es frustrante para mí, pero trato de sobrellevar y hacer lo mejor posible…

E1: claro, también en el caso de que usted comentaba de que pone límite ¿quién es el que se encarga principalmente de eso, usted o su pareja, o los dos?...

E2: yo inicio y ya después él también, creo que ambos; primero sí, yo era la que…después ya él ya se acopló y ya entendió también…con la misma convivencia hay ciertos comportamientos que no van, y entonces también le hice ser un poquito más estricto con ciertas actitudes…para guardar una armonía en la casa…

E1: claro, el trabajo siempre tiene que ser equitativo, y a bueno, hacer este…como familia ¿qué actividades suelen realizar?...

E2: comer (risas), nuestra mayor actividad es hacernos comida, mi pareja y yo hacemos una comida, digamos no sé, una parrillada o algún queque, o no sé, algo así ¿no?, y ellas son las que me ayudan con los ingredientes, me quieren ayudar, ordenan la mesa, ya ponen los cubiertos, los platos y como que nos alistamos para comer…esa es nuestra mayor actividad…

E1: siempre es importante hacer actividades así que les gusten a todos, si para que todos participen, y dentro de eso también fluye la comunicación ¿no?

E2: sí…

E1: y la recreación, y bueno este…digamos en casa ¿cómo es que se distribuyen las tareas?, ¿no?...

E2: ah este, en un inicio este yo soy la que cocino y él es el que limpia, o por lo menos las hace limpiar su cuarto, y después ya como que les está apoyando un poquito más, y ya cuando él no está soy yo la que está…dependiendo del día. Lo bueno de mi pareja es

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

que, si guardamos una cooperación y tratamos de dividir las tareas, y si da bastante apoyo…

E1: y ya ahora que ya está un poco más levantado el tema de la cuarentena, digamos ya se puede salir como que, a los parques, así… ¿han llegado ustedes a salir como que en familia?, de paseo… ¿con las niñas?...

E2: sí, claro que contadas veces, dos [2] o tres [3] veces creo hemos salidos, a la playa hemos ido, hemos ido a la playa dos veces [2], cuando ya autorizaron playas, creo que el lunes y martes, menos sábados y domingos creo así, una cuando fue a mediados y una cuando ya estaban restringiendo, la última, después también fuimos misa porque justo también el año pasado nos invitaron para que ingrese mi hija mayor a hacer su primera comunión y ya ahí participamos en misa más que todo que nos invitaron una vez para que sea presencial porque ya estaba mejor la…ya se podía ir este por cierta cantidad a…bueno la misa ya a desayunar…nada más y contaditas…

E1: claro, no salen tampoco mucho y digamos ¿la primera vez que tuvieron que salir así los cuatro, como fue esa experiencia? Digamos para sus niñas, después de tanto tiempo podían salir…

E2: mis hijitas con miedo, con todas las previsiones, …ah también viajamos a Tacna a ver a mi mamá, uy si era…lo bueno es que ellas guardaban esa responsabilidad de la mascarilla y todo eso ¿no?, y no tocar nada y el alcohol en las manos y llegar a bañarse…ellas ya sabían que tenían que bañarse, y ya y bien, si fue bonito porque por ellas más que todo porque estaban y notaron "no hay nadie, ¿por qué todo está cerrado?", y ellas tenían esa referencia que antes todo estaba más poblado, había más gente pero cuando fuimos a [irreconocible, hace referencia a un lugar], todo estaba cerrado, no había gente, no había nada, ni baño había creo, y si pues como que ellas también notaron esa diferencia…

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E1: bueno ya para terminar la entrevista quería hacerle una pregunta respecto a su relación de pareja, obviamente que también ha habido cambios ¿no?, ya sean positivos o negativos, me gustaría que me comente un poco que cambios ha notado en su relación de pareja…

E2: bueno, mayor comunicación, las decisiones ya se toman juntas ¿no?, se han tomado bastantes, si como que hubo más comunicación y las decisiones han sido siempre juntas y pensando en pros y contras, ya incluso veíamos un presupuesto, a ver nuestros gastos, mayor control de nuestros gastos, por todo eso ¿no?, porque ya había gastos que ver, comprar la mascarilla, uy si, la verdad que sí, lo he sentido así…nos ayudó a consolidarnos mucho mejor como pareja ¿no?, como relación ya a ver más proyectos como tener una casa, pero ya este…más serios ¿no?, puedes a veces ser muy mayor y nos dejamos llevar por el tiempo y pasamos los años y nos damos cuenta que a las finales estamos trabajando y no tenemos cosas que no ayuden ¿no?, como una casa ¿no?, ahí tenemos principal preocupación, y creo que eso…eso es muy importante en una relación, tomar la decisión juntos…

E1: claro, eso de la comunicación es básica en una relación ¿no?, y el hecho de tener proyectos juntos ¿no?, para que se vaya consolidando más…bien esas serían todas mis preguntas y si hay algo que usted quisiera comentar o si quiere hacer una pregunta…

E2: no, yo creo que agradecerte ¿no?, porque creo que por medio de esta tesis tú, hemos podido mantener una conversación bonita ¿no?, y espero que te vaya bien…

E1: muchas gracias a usted también por apoyarnos en esta investigación, igual como le comenté al inicio ya cuando terminemos toda nuestra investigación, usted va a saber sobre los resultados, lo que hayamos obtenido se lo podemos enviarlo para que usted también lo pueda revisar…

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

E2: sería bonito tener los resultados…

E1: listo, entonces muchas gracias por haber participado…

Fin de entrevista

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

FECHA: 3 de Febrero de 2021 **ENTREVISTA:** N° 3

DURACIÓN: 00:53:02 min. **ENTREVISTADO:** Padre de familia, 32 años

E1: Entrevistador

E2: Entrevistado

TRANSCRIPCIÓN DE ENTREVISTA

E1: Si, ok bueno muchas gracias por su participación ahora si vamos a empezar. Me voy a presentar rápidamente, este… mi nombre es Kathia Castillo y soy bachiller en psicología de la universidad... de Católica Santa María y bueno como le comenté al inicio este... esta entrevista es para mi tesis, en la cual estoy investigando el estrés parental en los padres de familia durante la pandemia del coronavirus; y obviamente como usted ya sabe esta enfermedad del COVID-19 es una afección causada por un virus que se puede propagar de persona a … de persona a persona, y este virus puede causar desde síntomas leves o tal vez ningún síntoma en el caso de los asintomáticos o también causa casos graves de enfermedad, y que obviamente esta pandemia ha conllevado a que el gobierno peruano declare en confinamiento… un confinamiento mandatorio a nivel nacional, obligando a que todas las familias… este tengan un cambio drástico en su rutina diaria. Obviamente empezando por el tema de la educación virtual, también el teletrabajo, ¿también muchas familias han perdido su trabajo no? … y también principalmente el tema de la socialización que ahora estamos con el distanciamiento social, que no nos podemos reunir. Son todos esos cambios que hemos vivido desde marzo en realidad ¿no?, porque en si esta enfermedad está desde diciembre, pero a nuestro país llegó recién en marzo. Bueno ya un poco sabiendo el contexto de la investigación vamos a iniciar con unas preguntas que

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

son super rápidas sobre datos sociodemográficos, me gustaría saber ¿cuál es su edad?

E2: ¿Como me dijo?

E1: ¿Cuántos años tiene usted?

E2: Tengo 32… primaveras.

E1: Ok… Y su estado civil actual ¿cuál es?

E2: Es conviviente.

E1: Ok… ¿Actualmente se encuentra trabajando?

E2: Si.

E1: ¿En qué está trabajando?

E2: Eh… agente de seguridad.

E1: Ok en… ¿está trabajando en una empresa? O …

E2: Si... Bucker Security se llama la empresa de seguridad.

E1: Ah ya Ok…y ¿cuántos hijos tiene?

E2: Tengo dos hijas.

E1: Y, ¿cuántos años tienen sus hijas?

E2: Hummm… la menor de cuatro y la mayor de nueve.

E1: Ok...la vivienda en la que están residiendo actualmente ¿es alquilada o es propia?

E2: Alquilada.

E1: Ok... ¿cuántas habitaciones tiene su vivienda?

E2: Habitaciones tiene...dos habitaciones, tiene este... un comedor, ehhh...cocina y un patio y un baño.

E1: Ah ya… y ¿cuántas personas viven ahí con usted?

E2: Cuatro.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E1: Ok, bueno actualmente este… usted y su familia se encuentran realizando algún tipo de cuarentena voluntaria?

E2: Cuarentena voluntaria?... ehh bueno... en lo que es cuarentena voluntaria... cumplir no más los protocolos que están que estipulan el estado no más.

E1: Humm ok, bien este bueno como le comenté al inicio no? el COVID- 19 es esta enfermedad que no está afectando a nivel mundial y me gustaría saber un poco ¿qué es lo que usted sabe respecto a la enfermedad?

E2: Ah ya bueno de que es este...es un virus, parte… parte eso de un virus en la cual hace de que ...hace que se transforme en el COVID-19 en la parte final no? en su última evolución. Lo que entiendo de ese virus es de que es un virus mortal, ataca este eh… a las personas este… con bajas defensas este… más que todo como, como lo referente este...al aseo eh… y una, y una manera así de poderse este, poderse este defender así es mediante las medidas que ya conocemos no? ...El aseo personal en.…en… en primer lugar y también lo que es este la... inspección propia no, por alcohol por gel…

E1: Mmmm…

E2: Eso más que todo.

E1: Y digamos … esa información de donde usted la… la obtuvo? ¿de internet? ¿de las noticias?

E2: Ah ya mediante el...mediante el trabajo, las noticias… como nosotros este por trabajo nos capacitan por seguridad...ya pues eso ya es algo así como el pan de cada día, cada día hay una charla de cómo es el lavado de las manos correcto, en el ambiente laboral, en casa, el uso de la ropa, los útiles este… de los útiles de trabajo...y hay una charla así este… interdiaria en mi centro de labor… sobre estos temas.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E1: Ah ya que bueno que siempre le están informando … y bueno respecto a eso, alguien en su círculo familiar, de repente amigos cercanos, se ha contagiado de COVID?

E2: Si, claro, este … bueno en la casa donde yo vivo no, eh en lo que es este en mi familia directa está pues mi este… mi abuelo por parte de por parte de mi mama, como se llama este que, que tuvo el virus, pero es pues este asintomático por suerte, pero como dice no este… las secuelas, mi abuelo es una persona de edad pasa los ochenta años, y eh como es asintomático no llegó pe este ah … ah adquirir o a absorber el virus en sí… se recuperó , hizo su cuarentena como tiene que ser, pero...como a él por la edad siempre tiene bajas defensas y … y ya pue ya, no está ahorita, no está mal, pero… si tiene dolencia de … de una operación que se hizo del virus… es eso lo que… y otra...

E1: Hummm… le ha afectado.

E2: Claro le ha afectado, porque ya lo del virus… baja la defensa ya pe ahí, él es diabético encima, este… ya pue ya ...es más difícil ya que se pueda recomponer.

E1: Hummm…

E2: Ya esa es una no… y lo otro es mi papá pue… pero igual también mi papá es este… asintomático y ya pue ya… hizo su cuarentena, no tuvo este … los síntomas, pero dio este positivo.

E1: Y actualmente este… ¿ambos se encuentran bien? …solamente con esas secuelas.

E2: Si… ambos por suerte se encuentran bien.

E1: Qué bueno … bien este como le estaba hablando al comienzo este… esta enfermedad es una pandemia mundial y nos afecta a todos no, en cierto punto. Y obviamente que a todos nos afecta de manera distinta no, y obviamente como ha

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

sido prácticamente de un día para el otro este… me gustaría saber un poco ¿qué cambios usted ha notado en su familia desde que la cuarentena inició?

E2: Ah ya...bueno, que te podría decir… mira este en mi caso afectar, al contrario no... no me ha afectado… claro que si en lo laboral por que… porque bueno uno necesita trabajar no, pero por suerte mi esposa y yo este… hemos... mantenemos aún nuestros trabajos, pero más que todo, no lo veo como desventaja, la ventaja es por decirlo así...es en que más este… más nos ayudó a convivir, más que todo en la convivencia, se fortaleció bastante lazos familiares que estábamos dejando de lado por el… por el… por ciertos motivos como es el laboral que es elemental, trabajamos mucho, que yo y mi esposa laboramos, que ...en horarios pues así, por ejemplo yo trabajo doce horas y fuera… y fuera de la ciudad. Mi esposa también trabaja diez horas, y prácticamente no parábamos en casa, más mis hijas paraban con mis papas que con nosotros, nosotros solamente nos encontrábamos para dormir. Esta pandemia nos ayudó pues a trabajar en casa, y a convivir con las bebes, recuperar, recuperar eso. Claro que después vino a la larga pues lo que son...la crisis económica que afectó a toditos.

E1: Claro siempre hay cambios positivos y negativos, lo positivo obviamente es que, como usted menciona el hecho de que estar juntos en casa, fortalecen los vínculos y por ese lado…

E2: Claro… y aprender, lo que he hecho es aprender bastante en esta cuarentena, no tanto por lo que es este...el aseo, la limpieza es algo que tiene que ser con o sin virus, pero más que todo este... conocer a mi familia, que es… que eso era lo que estábamos dejando de lado. Ya conocer a mi esposa, a mis hijas, qué necesidades tienen… y pucha en realidad he aprendido bastante, he aprendido bastante en esto me ha ayudado bastante el virus, más que agradecido con el COVID, por decirlo así.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E1: Claro siempre hay que ver pues… las cosas positivas ¿no? de esta experiencia, que a pesar de que ha sido muy fuerte hay que sacar las cosas buenas que hemos aprendido de esto no.

E2: Si…

E1: Bueno que seguimos aprendiendo ¿no? porque todavía no termina.

E2: Si, ya ahora pues ya viene ya la segunda fase como dicen no, ya ahora si es las prevenciones. Ya una vez que ya nos hemos conocido, porque nos hemos conocido en un año, con mis hijas por decirlo así, a pesar de que son pequeñas… las he conocido un poco más, y también he conocido…

E1: Claro, como son pequeñas es mucho mejor, porque ellas se van a acordar de esto.

E2: Claro, si...si y uno … y uno este… y uno como padres hemos tratado pues de darle lo mejor que hemos podido a nuestro alcance ¿no?, darles las mejores este... la mejor educación, alimentación, cuidados y todo lo que representa un núcleo familiar en la sociedad no. Escuela de valores, acercándonos más a Dios y este… y bueno ya lo que es... lo que es el cuidado y la protección, lo que es este el COVID...que es lo que ...es lo que...es como te digo ahorita, por decirlo así, si les hemos hablado a mis hijas de lo que es el virus, que es COVID, que riesgos tiene, pero si… hemos tratado de, de que ellas este no se deje… no se dejen absorber por la magnitud de este...del virus, ósea que ellas no se espanten, tengan miedo, pavor… o que se psicoseen. Como le digo por las estrategias que hemos tenido mi esposa y yo ¿no? este… ya están más con ellas, hacen actividades, este… mantenerlas en movimiento, infinidad de cosas, cocinar en familia, pucha ...si miles de cosas... miles de cosas, lo bueno es que mis hijas este...por ese lado están tranquilas, tiene conocimiento que eso es malo, pero no tienen esa psicosis ¿no?,

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

de que… hubo en tiempo en que, todo el mundo estaba con la psicosis y le cuento no… mi mamá estuvo enferma, se llegó a enfermar por eso por tanto, por tanta enfermedad…

E1: Si, muchas veces el hecho de estar, teniendo tanta información así te afecta mucho más ¿no?...

E1: Si, si, y hemos tratado nosotros de cuidar esa parte con mis hijas, para que no… para que no sufran ese… esa crisis, porque es una crisis.

E1: Si...está bien, porque a fin de cuentas son niñas, tienen que saber lo que está pasando, pero tampoco es para que se ahoguen ¿no?

E2: Claro, claro… sí.

E1: Y… Ya que hablamos también un poco de su rutina, me gustaría saber cómo era su rutina… usted mencionó un poco que trabaja mucho todo el día… y me gustaria saber, conocer bien cuál era su rutina antes de la cuarentena.

E2: Ah ya… este, lo que era mi rutina… era más que todo, como le digo, mi trabajo no… no es este, no era como se diga...acá en Ilo, yo trabajaba y tenía que viajar a Tacna, Moquegua, Arequipa… tenía que estar así unos… de casa, estaba, no estaba cuatro días, cinco días y yo solamente y lograba estar dosa tres días a lo mucho este en casa, y era pues un día de… un día muerto por que este… de esos tres días de que yo estaba con mis hijas era un dia perdido por que ya… por el viaje y por el trabajo este… a descansar, y de ahí dos días cortos que tenía para estar con ellas y poder ponerme al corriente de las cosas… en las cosas que yo pudiese ayudarlas, y bueno… bueno eso era lo más que todo este… mi rutina ¿no? En los días que yo estaba libre este… ayudar en casa, ayudar en su tarea a las bebes, en ayudar este… ayudar en lo que yo podía este… mi esposa y … y bueno eso eran todas las semanas, por que todas las semanas tenía que viajar. O sea era el pan de cada día, como le digo, al mes las miraba no más este… nueve días, doce días… contadito no más.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E1: Ah claro… por eso es que usted me comenta de que ahora que han estado encerrados este tiempo ya pudieron pasar más tiempo juntos ¿no?

E1: Claro y ya cambiaron también pues las reglas en mi trabajo, ya por pandemia no… no me hicieron viajar y ahí trabajaba aquí en casa pues… y ya pues ya…

E2: Actualmente usted sigue viajando o trabaja solamente acá en Ilo…

E1: Si… ahora que se había calmado, si estaba viajando de manera normal, pero ya no ya, este… ya no ya, este como antes, ya no me pierdo cuatro, cinco días… dos días por semana, y a parte que me han dado a mi la… me han dado la potestad de… de yo este... de yo escoger que días… que días o que turnos. Trato de… siempre trato de poner días, turnos en la cual este… no afecte mucho a mi familia.

E1: Ah ya que bueno, bien bueno… respecto a ésta… a la actualidad… la realidad actual que estamos viviendo en nuestro país, ¿qué es lo que?... me gustaría saber ¿qué es lo que usted piensa sobre esta situación actual?

E2: Uhhh en la realidad actual, este… mucha este… mucha incertidumbre ¿no?, porque este...salió este... a flote todas las este… todas las desventajas de vivir en esta sociedad que es recontra informal. Este… ya se miró este nivel de cultura y de educación que tenemos todos los peruanos este… a conciencia de cada uno porque… todo, todo para mi ¿no? En este virus… todo dependía de la conciencia de cada uno, todo es por… acá nadie ha obligado a hacer algo a alguien, uno lo ha hecho por necesidad, como se dice ¿no?... porque ese es el este… ese es el escudo ¿no?... que uno… que uno pone… por necesidad tengo que salir, por necesidad tengo necesidad y ya… y que hay veces de que uno como por la falta de información o por no tener conciencia al interpretar necesidad y ya… se hacían cosas que no se debían...distanciamiento social, cosas que hemos podido manejar...pero en mi punto de vista, el peruano nunca está satisfecho con las necesidades de que este… que ha tenido ¿no?... no ha podido sobrellevar esta

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

enfermedad o esta pandemia este… teníamos que culpar a alguien ¿no?... y ya lo hicimos este… al estado, las cosas que ocurren ¿no?... con las marchas que ha habido, con las autoridades que se han reflejado, todo el tema de que es la corrupción aquí en el Perú, se ha reflejado a viva voz en esta pandemia, porque de tantas cosas que se han visto, que se han descubierto…

E1: Han pasado muchas cosas en este tiempo ¿no?...

E2: En un año han pasado muchas cosas, han cambiado de congresistas, de presidentes… asi se ha visto hasta la policía...hasta las fuerzas armadas...todo, todo…

E1: Si… ha sido un año muy intenso…

E2: Si… demasiado, pero como le digo ¿no?, la conciencia, para mi es la conciencia. Si uno no es consciente, porque no quiere serlo y ya pues ya… y acá están pues ahora, ahora estamos con el rebrote y estamos peor. Y son consecuencias de los actos que hemos hecho anteriormente pues ¿no?, nos descuidamos… tantas marchas, tantas cosas que hemos hecho, y ya ahora pues este… ahora… ahora se refleja el resultado.

E1: Y… bueno con respecto a esta nueva normalidad ¿usted cómo se siente?

E2: Ah yayay!... este… regresar a lo mismo, tomar más conciencia, como le dijo yo este… a mi esposa hace unos días de que… ya, ya se están… las cosas yéndose al otro extremo… este ya no lo podemos controlar, inclusive ya no es este… ya no es este nosotros, por lo menos uno...uno podía controlar o podía estar este… en su casa ¿no?... aislado, pero ahora sí… ahora sí se está viendo el golpe ¿no?, ya las cosas están subiendo, los precios están subiendo, ahora si la necesidad te obliga a romper este esos… los nuevos protocolos que hay, por qué las cosas han subido, la necesidad ha crecido, y la… y el tema de la consciencia cada vez es nula y… y te obliga pues ¿no? ...como se llama a este… a no cuidarte, a trabajar así esté… al como sea, con quien sea, ya este… ya, es más uno ya ni siquiera puede, por ejemplo, yo le digo por mi trabajo

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

¿no?, yo ya no puedo escoger ya, ¡no puedo escoger un trabajo!... no puedo darme el lujo yo de decir ya sabes que, no me conviene, voy a renunciar, voy a ir a otro… ¡Ya no!... ahora ya no se puede. Ahora hay que regirse a…

E1: Claro ¿no?… ahora el trabajo es lo que más falta…

E2: Claro… tienes que agarrar lo que hay, con lo que te den, y con lo que es...ya pues ya, eso limita bastante.

E1: Claro… y bueno este, me estaba también comentando un poco sobre la situación, me gustaría también saber ¿qué es lo que a usted le preocupa en sí no?, sobre esta situación…

E2: Lo que este no… obviamente la familia ¿no? Este… que ocurra una desgracia este… mayor y tengamos este… y tengamos que lamentar este… como se llama, una pérdida grande, la hemos tenido por parte de mi familia que falleció una tía muy directa de nosotros… y no pudimos hacer nada, no pudimos hacer nada, por más que quisimos, por más que hubiéramos querido no este… no pudimos hacerlo y… y tanto fue nuestra desesperación como familia que, pucha solamente por videollamada así como estamos haciendo ahorita…

E1: Y es muy frustrante ¿no?... es alguien de tu familia...

E2: Es frustrante...frustrante, y ese… ese es el temor ¿no?, de este… de cuidarnos más, tomar más medidas, me preocupa ahorita este… el trabajo que estamos teniendo...yo y mi esposa que es exponernos ¿no?, en mi caso como le digo es viajar, y como se llama… y yo me cuido, yo me pongo mis guantes, mi traje, mi mascarilla, protector facial, mi alcohol mi todo pero… yo, yo… pero este… yo veo a mi alrededor porque la gente sigue aún pues este… ahí solamente se pone la mascarilla no más para la foto, sino para pasar un control y de ahí se la saca, y eso… eso me preocupa bastante porque este… porque yo circulo con ese tipo de gente… semanal, por no decir diaria, y creo

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

que… creo que mi esposa también ¿no?... y esa es la preocupación, por eso es de que ahora estamos tomando más medidas, mas ...no extremas, porque son las mismas de antes, nada cambio, son los mismos, pero ahora sin ningún este… sin ningún reparo, sin ningún…

E1: Si no, no hay que bajar la guardia porque igual no… nunca sabemos ¿no?...

E2: Y la alimentación que es básica ¿no?, pero que ahora está creciendo pues, ahora lo que me preocupa es el alza de los precios pues… ya no está ya como antes, ya el pollo, las verduras...ya han subido, lo que yo compraba antes a un sol ahora está dos soles… es el doble…

E1: Si… está subiendo todo....

E2: Si, es el doble… es el doble, en lo que es verduras todavía que es elemental… ahora no más, yo le digo ahora que ha sido lunes nomas que uno ha hecho la feria, me he caído para atrás… todo ha subido…

E1: Huy! ... Voy a ver ahora, porque estoy ahora justo a comprar...ya vamos a ver...

E2: Si...ya no ya, este… ya, como le digo, le dije a mi esposa y a unas amistades, que siempre les digo que este… de… que la crisis ya, ya va a empezar ¿no?, hay que prever, hay que comprar cosas ya, lo básico a este precio por que ya está subiendo… y va a subir más, la necesidad va a ser más y uy… bueno ¿no?... eso pues…

E1: Digamos este...a usted como padre de familia ¿qué es?, ¿qué cosas le preocupan?

E2: A mí como padre de familia… ahorita me preocupa bastante la educación de mis hijas, siento que este método no sirve… de este… porque muy ...por ejemplo, es muy diferente que alguien te indique lo que tienes que hacer, a que estés así ¿no?, al costado...que es muy… es más fácil esconder emociones o situaciones a en una pantalla,

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

yo puedo decirle que sí estoy feliz y contento pero… me puedo voltear y nadie me ve, o … retiro la cámara y yo puedo estar llorando, puedo estar contando y usted no va a poder percibir, y … eso me lleva a mí a ver este… en lo que es este… mis hijas, no sé yo hasta qué punto… hasta qué punto este… como se llama… estén captando todo lo que hacen este con los… profesores se nota que hacen un esfuerzo grande, pero este… es diferente siempre… siempre se importa el aprendizaje que uno ha tenido este… con un … de manera o uno virtual…es… no es igual...

E1: Claro...

E2: Para mí no es igual…

E1: Claro si no, no es lo mismo ¿no?, cuando… justamente cuando son niños pequeños es muy distinto ¿no?, digamos uno ya cuando es más grande si puede captar todo, es distinto, pero con los más pequeños es más difícil…

E2: Claro una persona universitaria ya tiene pues ya este… ya tiene ya esa conciencia ¿no? De estudiar, de hacer las cosas, ya de… él sabe que es un docente, sabe que es este… sabe qué reglas tiene que seguir para ser mejor, pero… niños, por ejemplo lo que es este… mi niña la menor, que recién estaba así este... entrando al mundo de lo que es este...lo que es el colegio pues, la escuela, el jardín y era tener alguien que la pueda orientar, que lo pierda porque ahora este año es perdido, son dos años que va a perder… que no tiene esa, no va a tener esa… esa consciencia no de que es una profesora, que es una maestra, la mayor… en algo sí no, pero también está en este proceso ¿no?, de adquirir ese conocimiento básico, de respetar, pero … que ahora ni con este medio, no se consigue pues, no… no estoy así satisfecho con … no estoy asi aliviado...

E1: Ahora también parte del rol de los padres, que tienen que estar mucho más pendientes de sus niños…

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E2: Ah bueno eso sí es parte de no… con o sin pandemia uno tiene que estar ahí, claro que ahora es con más intensidad ¿no?... pero eso es parte de, es parte de un rol del padre, sino que yo me voy al otro lado ¿no?, al ...a lo que ellos este… absorben ¿no?... y también exponerlos, exponerlos a las… porque ahorita los exponemos a lo que es este… la tecnología ¿no?, ya lo están conociendo a un nivel que yo a esa edad nada que ver no, pero… ella ya tiene ya...

E1: Igual antes no había tanta tecnología como ahora ¿no?

E2: Tanta información a la mano, porque se le da bastante información a la mano, ahorita está, es una computadora abierta, ellas están ahí eh… cien por ciento a lo que es este… a lo que es este… la tecnología... y está en cada uno ¿no? Como… como dijo tu mami ¿no?, en tantas charlas que nos ha dado, el poderlos guiar, el poderlos dar… buena información, pero… es tanta información que se ve y que a veces uno le cuesta controlarlo, pero… así no más que todo ¿no?, la preocupación en que como están tomando mis hijas la educación… virtual.

E1: Ah ok… y bueno, este… como hablábamos antes de cuando se inició la cuarentena, obviamente hubo unos meses en los que no podíamos salir de nuestras casas, y ya cuando usted tuvo que regresar otra vez a trabajar físicamente, ¿cómo fue ese proceso para usted?

E2: Hummm, este… fue un poco duro porque ya, ya te habías acostumbrado a algo ¿no?, ya te habías acostumbrado a estar… a estar más en casa, y… ya el hecho de volver a salir, exponerse más que todo ¿verdad?, y me tocaba exponerme, porque el trabajo… tienes que trabajar, no hay otra… no queda de otra, pero este… el exponerse pues...el exponerse era lo preocupante, porque… yo salía y a lo que a mi más me psicoseaba era el que me exponía y yo venía a casa, con mis hijas estaban acá con todo el cuidado aca de mi esposa, pero… siempre tenía ese temor, ya no salía a como antes,

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

por así decirlo…cuando yo me iba contento a trabajar y me regresaba contento de mi trabajo, pero ahora no, salía… con una duda y venía con más duda, por el temor de contagiarlas, y ya… obviamente en el trabajo en sí, este… como le digo siempre hemos tenido charlas interdiarias y no era mucho este… no había mucho desconcierto, porque… siempre hemos tenido...siempre han tenido ese cuidado por las charlas, por necesidad… sino que cada uno en el ambiente se tornó un poco tenso en mi trabajo por lo que este, como yo venía de otra ciudad y ellos… y mis compañeros de trabajo son de las ciudades de donde yo iba, y tenían también ese riesgo, por qué mira… está viniendo de un bus, siempre había... siempre había ese momento tenso al iniciar el trabajo y al terminar ¿no?...

E1: Bueno son esas emociones ¿no?, que se han propagado ahora, y… bueno a parte de ese temor, de esa tensión, me gustaría saber si usted antes a de repente ha experimentado algún malestar físico ¿no?, por ejemplo, no se… dolores de cabeza, o dolores de espalda…

E2: Haber… de espalda sobre todo, este… sí bueno, dolores en... en, bueno lo que es este… lo físico, este… por parte de la pandemia...podría ser dolores de espalda más que todo, este… y...y, qué más… sí, de vez en cuando dolores de cabeza por la misma este… por la misma psicosis ¿no?... de no saber qué hacer, ingeniárselas, pensar, ver… preocupaciones, la familia, como le digo tenía dos familiares que se este...muy cercanos pues que han tenido el virus y… uno no sabe qué hacer.

E1: Claro ¿no?... y esos síntomas físicos que le pregunto este… son parte del estrés ¿no?, y le comento... ¿no?… el estrés… obviamente que ha escuchado ese término un montón de veces, ya ha tenido un concepto claro de lo que es, y ...

E2: Y está de moda pues ¿no? …

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E1: Más que esté de moda, solo que es algo con lo que vivimos toda nuestra vida ¿no?, desde que nacemos hasta que morimos, porque es algo que está siempre presente, lo que importa es que nosotros cómo vamos a afrontar ¿no?, ese estrés… y también tenemos que aprender a identificarlo ¿no?... como usted menciona, el dolor de cabeza porque ah pensaba mucho en las preocupaciones y todo eso, o también el dolor de espalda de repente… en otras personas también se manifiesta de distintas maneras ¿no?... dolor de estómago, dolor muscular, en general… entonces siempre importante reconocerlo ¿no?, para estar alerta. Bien, este… hummm… bueno ahora, este… me gustaría saber un poco sobre… hablábamos antes sobre la educación virtual, usted me comentaba un poco, me gustaría ahondar un poco más ahí… me gustaría saber este… ¿quién era el que se encargaba o acompañaba a sus niñas durante las clases virtuales?

E2: Eh… era dividido, hummm...como le podría decir, yo este ...yo estaba más encargado de la mayor y la menor estaba a cargo este… mi esposa, pero este… pero ya como su trabajo también este...le comenzaron a exigir ya más presencia, este… ya este dejó pues a un lado, este...bueno por necesidad de trabajo, no pudo estar muy al pendiente de mi hija menor, y ya y… yo como se llama, la acompañaba en lo que podía ¿no?, no mentirle sería decirle que he estado con mi hija menor al cien por ciento, y… ha habido veces de que perdíamos… perdíamos clases, este… hay veces que las tratábamos de recuperar de… no, no ha habido un buen este… no ha habido una buena, este… no ha sido parejo, no ha sido regular, con ambas… pero más con la menor, con la menor si hemos tenido bastante problema... mi hija mayor no, como es mayor ella solita ha podido manejar, hasta cierto punto… pero este con la menor sí tenía que aprender, sobre todo… tenía que aprender, todo es una… tres años pues…

E1: Claro es más pequeña…

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E2: Sí tenía… teníamos que estar ahí, y como le digo… hay veces este... yo este… viajaba y mi esposa trabajaba y a veces la dejaba pues este con mi mamá, o con mi hermana y ...o había veces de que no había con quién y… como mi mamá también es … tiene una edad y no, no sabe manipular las computadoras y simplemente no hacía clases.

E1: Claro y bueno este… obviamente usted me comentaba que ha sido un poco difícil que sus niñas se adapten a esta nueva rutina escolar ¿no?, que ahora es virtual… usted ¿quién siente que le costó más a su hija mayor o a su hija menor?

E2: A ambas… no podría decirte a quien más o a quien menos, eh… porque la menor quería ir… al colegio, y la me... y la mayor estaba estresada, miraba estrés, como se llama, y… les costó a las dos este… a la par, les costó este… adaptarse, porque… porque mi hija mayor pues este...como es mayor y como cuenta de que su profesora no podía controlarla se aprovechó pues de eso, se aprovechó de eso pues ¿no?... y la menor que este… como no tiene esa consciencia de que tiene que obedecer o seguir una orden, una indicación, le era este difícil pues, este como se llama, este… responder este a las clases y eso al principio les costó bastante a las dos, ya de ahí poco a poco fue… fueron este adaptándose pues ¿no?, pero si me dice a ¿quién más?... ¿quién más pues no?

E1: A las dos…

E2: Sí a las dos… a las dos les chocó bastante, bastante… bastante ¿no?...bastante, se notó bastante, pero...bueno como le digo a mi esposa ¿no?, podría decir la menor ¿no?, pero la menor, porque es niña lloraba, me imagino que si hubiera tenido la otra esa misma edad… claro, la menor ya no llora porque ya es grande, pero si miraba su… si miraba que se frustraba bastante, no lloraba pero se frustraba bastante… se frustraba, no...no...,le daba cólera no poder entender, no poder captar…se frustraba...apagaba la computadora...

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E1: Uhumm, y digamos cuando ocurrían esas frustraciones como… ¿cómo la apoyaba?

E2: Ah ya como yo este...apoyaba como le digo, este…como también a nosotros este nos chocó, ya le...tratamos de estar más al pendiente de ellas, más al costado, ya...toda la clase completa por decirlo así...con mi hija mayor, porque a veces con mi hija mayor estábamos un rato y no, nosotros pensábamos que estaba pues ahí bien pues, pero...a veces se frustraba y le apagaba pues a...le apagaba este el celular a la profesora o apagaba la computadora… mi hija menor lloraba, o sea como le digo cada una tenía su, su este...su nivel de este, de frustración a la par.

E1: Bien y, bueno este ahora al comienzo también usted mencionaba el hecho de que... la cuarentena lo ayudó como que, a coger los vínculos en familia, a pasar más tiempo juntos y me gustaría que me comente un poquito más, ¿qué cambios positivos o negativos también ha notado en sus hijos?... en sus hijas.

E2: Ah ya, bueno así como le comentaba ¿no? como dijo… como le digo ahorita este...todos esos problemas, nos llevábamos a… teníamos que solucionarlos y, gracias a Dios hemos podido, no al 100% obviamente...pero si eso me ayudó también a conocerlas este...las virtudes y las desventajas, o las cosas que tienen que mejorar mis hijas, y yo también como padre...y ahí es donde empieza ese lado, como le digo ¿no?... eso es lo que , como le dije en un principio, que le agradezco a la pandemia porque… me llevo este… a indagar, a conocer más, el rol que uno tiene como padre, y este… a conocer este… las debilidades este de mis hijas, que es lo que a veces uno se obsesiona ¿no?, uno a veces quiere que sus hijos sean fuertes, que nada...que nada, como se llama… que nada las dañe, que nada las debilite y… y ahí este, y mediante esas circunstancias que yo le estaba comentando ahora por, por lo que tenían en clases...ya miraba sus personalidades ¿no?... como son, este… que actitudes toman en ciertas

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

situaciones, como poder reaccionar, que hacer, como actuar...como este concientizar, como poder arreglar, porque a veces tenía que hacer tratos con ellas… con ellas para que puedan cumplir sus deberes… todas esas este, todas esas cosas...las pude aprender por decirlo así, con esto, con la pandemia pues ¿no?...ya conocerlas, conocer más que todo sus mañas, sus actitudes, este… poder convivir más con ellas, que ellas puedan interactuar más conmigo y...unir este más lazos pues ¿no?, darles más responsabilidades en casa, saber qué es lo que hay que hacer en casa, y también cómo ellas pueden ayudar en casa...no, no es el hecho de que ellas estudian y ahí queda ¿no?, siempre hemos tratado de inculcarles a las… ahora en pandemia a mis hijas de que si, que digan ellas más cosas, la única manera que ellas puedan ayudar es eso, en clases y en casa, y… eso nos ha ayudado a los cuatro, porque junto...junto con mi esposa hemos tratado de hacer un sin fin de estrategias… fin de semana familiar, a pesar de que estábamos acá en casa, teníamos nuestro domingo familiar…

E1: Y ¿qué hacían esos domingos familiares?

E2: El domingo familiar era este...relajarse, hacer lo que uno… por decirlo ¿no?, este… hacer lo que uno quisiese, comer lo que uno quisiese, preparar lo que uno quisiese, tomar lo que uno quisiese, y ya...ya pues … y lo que es este… relajarse, porque ya este... a mis hijas no les daba esa responsabilidades que yo les hacía tomar de lunes a sábado, ya el fin de semana era un día relax, que ellas podían hacer lo que querían, jugar, estar en el celular, que ahora es… es algo de ellas ya, o...mirar tele, o escoger ellas que quieren comer, este… ¿qué quieren jugar?, porque hasta llegábamos a comprar juegos de mesa para poderlas, este… para poder variar los domingos para que no sean monótonos, para que no esté...o sea tratábamos de que un fin de semana sea diferente

E1: Ah ya, que bueno… ¿Y eso lo siguen haciendo?

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E2: Sí, tratamos este… de siempre eh, claro que ya ahorita se nos han acabado las ideas, pero antes… antes era este... innovador, porque lo que menos queríamos era que se estresen… que uno de los problemas de esta pandemia, esta pandemia es… el estrés de ellas, de las niñas porque ellas tienen energías pues, ellas quieren... tener la manera de como poder explotar eso...así buscamos nosotros que por lo menos…. fines de semana que sea diferente ¿no?... por qué era como le digo ¿no?, domingo familiar...pero… que domingo familiar si toda la semana estábamos en familia pues, pero… tratábamos de marcar esa diferencia, domingo...especial, ya...y era una de sus maneras era así ¿no?, como le digo...comer lo que quieran, querían un heraldo, ya… hacíamos lo posible y comprábamos un helado así, empachados de helados todo el domingo por decirlo...una torta y ya hacíamos una torta los cuatro, de una actividad… por decirlo así grande, hacíamos los fines de semana...

E1: Ah ya que bueno, y qué bonito este pasar también tiempo en familia, porque ellas también...ellas se van a acordar de eso, cuando sean grandes se van acordar de que, obviamente estuvieron encerradas en su casa pero tenían sus días especiales que se divertían, comían, hacían lo que les gustaba ¿no?... y bueno todo lo que usted me comentaba es parte de cómo está criando a sus niñas ¿no?, y me gustaría que usted digamos se autoanalice y me diga que, si tuviera que poner una nota en cómo usted siente que ha estado criando a sus niñas, ¿que nota se pondría?

E2: Pondría un catorce, eh… me falta bastante.

E1: ¿Qué cosas siente usted que le faltarían?

E2: Eh…involucrarme más, pienso yo este… estar más al, más este al pendiente, darme este más tiempo… este, es este frustrante el que como se llama... no poderles ayudar, porque uno como papá mira su frustración de ellas y uno tiene que aguantarse… no poder este… no poder ayudarlas como uno quisiese ¿no?… y por eso le digo ¿no?,

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

este... sé que como papá he fallado en bastante cosas ahora… este más comunicación con ellas, este...saber en sí lo que quieren, eso me costó bastante como papá porque...he tenido yo ese… ese error de siempre decir ¿no?, que de… cositas de mujeres son para mujeres ¿no?, y… como tenía a las dos mujercitas, siempre le daba ese trabajo más a mi esposa pero… con la pandemia he aprendido a poderme, poderme acercar… con la menor he tenido esa facilidad, recién estoy entendiendo con ella, pero con la mayor me costó, porque eran nueve años ya, y estaba formándose así...y que de la nada yo me acerque eso también este… le chocó bastante a la mayor, el tema así de la nada… de querer saber más las cosas que ella pensaba, pero poco a poco hemos estado ahí…

E1: Claro, como todo es un proceso y poco a poco ella va involucrándose más.

E2: Claro como le digo ¿no?, ahí yo me dí cuenta en qué nivel estaba como padre ¿no?... por que como le digo, cuando paso la pandemia así jalado ¿no?, pero ahora … por lo menos ya …

E1: Ya está recuperándose…

E2: Claro, ya vamos por ahí… mejorando…

E1: Claro ¿no? y eso también le sirve para que usted reflexione y también puede mejorar en este, y ya poco a poco puede ir mejorando las cosas que usted quisiera ¿no?, para sus niñas. Y bueno me gustaría también saber ¿cómo es que actualmente se distribuyen los deberes en la casa no?

E2: ¿Cómo me distribuyo?, ya en lo que es este… en lo que es este, en las mañanas este… bueno ahora que están en vacaciones es este el aseo y deberes principales… por ejemplo son los cuartos, este… los este, la cocina o sea todo lo que requiere este...la casa, la primera mano. Ya después ya en la tarde, ya este las dejo… bueno por decirlo así, ya después de almuerzo las dejo este relajar las pequeñas ¿no?... y yo también ya este, ya les dejó jugar ya… les doy esa libertad de que puedan hacer lo que ellas quieran

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

siempre y cuando hayan terminado sus deberes, y ya en la noche, en la noche ya bueno ya… como para esto viene, para eso ya está ya su mama... conversamos un rato, cenamos, un rato también nos relajamos en las cosas que nosotros queramos hacer... y ya a dormir.

E1: Y digamos en el caso de, cómo usted comentaba de… ponerles hábitos o ponerles límites, ¿quién es el que se encarga de eso?, ¿usted o su pareja? O ¿los dos por igual?

E2: Eh… como le digo son por días, por días...porque como le digo mi trabajo también es viajar… cuando estoy acá yo estoy al mando por decirlo así...cuando yo me voy, ya la que toma el mando es mi esposa.

E1: Entonces es como que compartido entre los dos…

E2: Claro...compartido, compartido… porque como le digo cuando estoy acá ya yo me encargo, y mi esposa solamente labora y se concentra en su trabajo...igual yo también cuando yo me voy me concentro cien por ciento en mi trabajo y mi esposa se encarga.

E1: Y bueno ya para terminar...me gustaría saber también un poco sobre su relación de pareja, y me gustaría que me comente… si usted, obviamente ha habido cambios, como usted mencionaba al comienzo, de que ahora están, conviven más...me gustaría saber ¿qué cambios ya sean positivos o negativos ha notado en su relación de pareja?

E2: No… positivos de hecho, eh como se llama… he sabido, aprendí pue de que mi esposa trabaja, trabaja bastante, es bastante presión… y eso yo lo estaba dejando de lado pues y no le estaba dando el valor que se debe...yo miraba como algo fácil, pero no, no es fácil para nada… y ahí me ayudó a entender mucho a mi esposa...y eso me conllevó a tomar mejores decisiones, este… más comprensión en darle más...comprenderla más...y este... eso también nos ha ayudado a nosotros pues este ya a poder...a poder conversar

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

un poquito más, de las cosas que podemos hacer, mejorar… este ya ver cosas más familiares este… ver ya las necesidades que hay en casa, que nos falta, en que podemos mejorar, cómo podemos hacer para tener más este ...más bienestar, más que todo este… más que todo en lo que es la relación con mi esposa nos ha...hemos mejorado más que todo en ese… en relacionarnos... en involucrarnos más en la familia…más… más, más en la familia...

E1: Claro...en la comunicación también...

E2: En la comunicación… y también animó a hacer en bastantes cosas, este… regresar a las sorpresas por decirlo así ¿no?, ya porque a pesar de que… a pesar que hemos estado acá también es estrés pues… así como se estresan las bebés, este...yo siempre he tratado de que mi esposa en ese lado no se estrese ¿no?... de, porque verme todos los días este, también es estresante, este como se llama...y lo que, lo que hemos ...en lo que sí hemos coincidido este...los dos es en sorprendernos, no es el hecho de que nos vemos todos los días, y sea ...sea el cumpleaños o el aniversario del mes de nosotros… siempre hacerlo especial, sorprendiéndonos...el día de la madre, el día del padre, cumpleaños, aniversarios… siempre ahí con un pequeño este detalle de ambos, para que… para no estresarnos.

E1: Ah ya, que bueno que en ese lado ha sido muy positivo para usted...bueno con eso ya hemos terminado la entrevista, me gustaría saber si usted ¿quisiera comentar algo? o ¿quisiera preguntarme algo?, de repente…

E2: Ah...no bueno más que todo este… nada interesante, este... es una pequeña autoevaluación ¿no?... de las cosas que he hecho en el 2020 y ahora lo que se viene...rebobinar me ha hecho este acordar las cosas que solía hacer, cosas que hago ahora ¿no?, increíblemente se aprendió bastante...y ya por ese lado sí agradecerle...agradecerle porque, así como que sea una ayuda recíproca ¿no?...

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

E1: Sí bueno igual también le agradezco porque ha participado en esta investigación y ya bueno, cuando ya terminemos de hacer todo el análisis...también usted sabe le podamos este, brindar nuestro documento para que usted también pueda leerlo ¿no?... todo lo que hemos investigado...

E2: Claro, claro...sí, sí bueno… eso es este lo positivo que puedo sacar y, nada… no, no habría, este... no tendría que preguntarle este...no tengo ninguna curiosidad por ahora ¿no?, más que todo agradecerle por este pequeño…

E1: Muchas gracias por participar…

Fin de entrevista

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

FECHA: 31 de Marzo de 2021 **ENTREVISTA:** N° 4

DURACIÓN: 00:46:46 min. **ENTREVISTADO:** Madre de familia, 29 años

E1: Entrevistador

E2: Entrevistado

TRANSCRIPCIÓN DE ENTREVISTA

E1: Como le mencioné mi nombre es Kathia Castillo y actualmente soy bachiller en psicología la Universidad Católica Santa María de Arequipa, entonces como le comenté también en un inicio el objetivo general de mi investigación es describir las manifestaciones de estrés parental que están experimentando los padres y madres de familias durante la pandemia de coronavirus en la ciudad de Ilo… y el día de hoy vamos a conversar un poco más sobre este tema no?... bien ustedes ya saben no?, esta enfermedad el coronavirus es una afección causada por un virus que se propaga de persona a persona ¿no?, ¿este virus puede causar desde síntomas leves en el caso de los asintomáticos o también puede ser una enfermedad muy grave no?, dependiendo de otras como... como olvidada de las personas… bien está esta pandemia ha conllevado a que el gobierno peruano declare en confinamiento mandatorio a nivel nacional como lo hemos visto el año pasado en Marzo... y esto hizo que muchas familias se enfrentarán a cambios drásticos en la rutina no?... ya que muchas personas perdieron su trabajo o no podían salir a trabajar...también en el caso de la educación se tuvo que cambiar a una educación virtual… también en el trabajo algunos tuvieron que hacer trabajo remoto en sus hogares y de esta manera también se cambió el el área social de las personas, ya que no se podía visitar entre familiares, específicamente no se podía juntar con adultos mayores ya que son los más afectados por esta enfermedad…entonces

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

actualmente estamos viendo como una nueva realidad en la cual ya estamos ya más de un año que… este ha sido un año difícil el año pasado, y yo sé que a todos nos ha afectado y por eso es que yo escogí este tema, porque me gustaría saber ¿cómo es que a los padres les ha afectado toda esta situación?... entonces vamos a empezar con unas preguntas para conocer un poco más sobre su situación familiar, ¿me podría indicar cuál es su edad?

E2: Veintinueve años.

E1: Actualmente ¿cuál es su estado civil?

E2: Casada.

E1: Actualmente ¿se encuentra trabajando?

E2: Sí

E1: ¿En qué está trabajando?

E2: Soy secretaria de un estudio de abogados.

E1: ¿Y actualmente está haciendo el trabajo remoto o está haciendo trabajo presencial?

E2: Presencial.

E1: Bien... ¿cuántos hijos tiene?

E2: Uno.

E1: Y ¿cuál es su edad de su hijo?

E2: Siete años.

E1: ¿La vivienda en la que reside actualmente es alquilada o es propia?

E2: Propia.

E1: ¿Con cuantas habitaciones cuenta su vivienda?

E2: Humm, por ahora dos.

E1: ¿Y cuenta con una conexión estable a internet?

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E2: Si.

E1: OK, ¿actualmente con quienes vive?

E2: Con mi hijo y mi esposo que ahora transitoriamente está fuera de la ciudad, pero normalmente vivimos los tres ¿no? ahí.

E1: Su esposo ¿en qué ciudad se encuentra?

E2: Ayacucho.

E1: Ah y ¿él está trabajando allá?

E2: Si, recién a inicios de este año.

E1: Ah ya, y ¿actualmente se encuentra realizando algún tipo de cuarentena voluntaria?

E2: Eh... más que todo sólo salgo no a comprar y a trabajar, no salgo para otras cosas, podríamos decir que ¿tal vez?, no sé.

E1: Claro, solamente saliendo, las salidas de esenciales...ok, y bueno como le comentaba al inicio este el COVID 19 o coronavirus esta enfermedad es la que nos ha afectado a nivel mundial y me gustaría saber un poco sobre lo que usted sabe sobre esta enfermedad.

E2: Eh esta enfermedad afecta a los pulmones y en ocasiones cuando uno tiene alguna enfermedad grave este igual ¿no?, este...la enfermedad también choca con esta parte del cuerpo que está mal y termina destruyendo ¿no?, sobre todo se va a los pulmones.

E1: Esta información ¿de dónde la obtuvo?

E2: De medios de comunicación y algunas veces pues por medio de vídeos este...de YouTube ¿no?

E1: Ok, hummm… ¿algún familiar suyo o conocido suyo se ha infectado por este virus?

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E2: Ahora no, pero sí yo me infecté, se infectó mi esposo, eh... mi hermano, mi suegra, la mamá de mi suegra, o sea hubo bastantes personas que sé que se contagiaron, pero gracias

a dios que no fue a mayores algunos fueron asintomáticos otros han tenido síntomas, pero han podido salir de esta situación…

E1: Qué bueno.

E2: Si…

E1: Y me gustaría que me comente un poquito de ¿cómo fue su proceso en esta enfermedad?

E2: En el caso mío pues este yo pensé que era solamente…como una gripe, tomé mis mates esos de sábila con eucalipto de kion nada más, fue durante tres días en el que se sentía establecido... yo lo sentía como una gripe, nada más, pero pasado... pero sí sentí una bola acá en mi garganta, una bola que no me dejaba tragar saliva, no me dejaba pasar nada, ni podía respirar muy bien… eh, pero después de los tres días se me fue también, no sé a mayores, no me dolía el cuerpo nada, solamente era la molestia la garganta nada más…

E1: Fueron síntomas muy leves…

E2: Si, yo no pensé que tenía por eso, pero sí me aislaron mi esposo ya más viejito, igual mi hijo no, más lejos por el miedo ¿no?, de que podría ser porque no salía, en ese tiempo de cuarentena, solo salía a comprar y ya...se me pasó y ya cuando después de tiempo cuando mi esposo si empezó a tener los síntomas, le dolía la cabeza, le dolía el estómago se puso mal mal...dije no, tenemos que hacerte tu prueba, hicimos la prueba él salió negativo teniendo todos los síntomas estaba bien mal, y yo salí positiva pero yo ya no tenía nada ¿no?, pero ya asumimos pue de que como son esas pruebas rápidas también no son del todo seguras...asumimos que en el tiempo de gripe si tenía COVID,

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

no este... y mi esposo sí tenía también tal vez yo le habré contagiado ¿no?...pero felizmente ya mi esposo se recuperó, igual yo y felizmente ya no...últimamente me he hecho una prueba antígena y salió negativa felizmente.

E1: Y eso ¿hace cuánto tiempo fue?

E2: La prueba antígena me la hice más o menos hace dos semanas.

E1: Y ¿cuándo en… cuando se contagiaron o cuando estuvieron con...?

E2: ¡Ah ya!... yo me contagie el año pasado, más o menos será en el mes de agosto, y mi esposo en el mes de octubre o noviembre, no ... que ya empezó a tener esos síntomas terribles, pero normal después éste se recuperó gracias a Dios, con todos los cuidados que nos dieron, la ivermectina, las medicinas que nos dieron, ya felizmente pasó esa situación.

E1: Qué bueno que hayan salido muy bien de esa enfermedad, siempre hay que cuidarse y alimentarse bien no, para estar bien inmunizados, bueno este... cómo le comentaba también

inició este... esta enfermedad llegó a nuestro país en febrero y recién es en marzo cuando el gobierno dictaminó este el confinamiento y, me gustaría saber si usted nota algún cambio en su familia desde que este confinamiento inició, en marzo del año pasado.

E2: Eh...hubieron creo cambios positivos en todo sentido porque... antes de la pandemia, antes de el hecho de que Marzo nos dijeran este de que ya no salgamos de casa pues, todos andábamos trabajando ¿no?, llegábamos solamente en la noche, a veces nos saludábamos, a veces nos encontrábamos pues durmiendo, no había tanta eh... familiaridad entre todos ¿no?, pero ya llegado ese momento, como las entidades financieras siguieron trabajando y mi hermano trabaja ahí, mi mamá este…sí se quedó en casa y ya estaba ella cansada creo de, de…o sea de tal vez estar tanto tiempo en el

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

trabajo ¿no?, y ya fue como un respiro para ella y bueno mi papá trabaja en seguros y el, no puede dejar de trabajar, él por más que le dijeron que se quede, tiene… mi papá 72 años y no, él no aguanta estar en casa…entonces mi hermano y mi papá han seguido en casa , este...yo, mi esposo bajábamos para aquí, para la casa de mi mamá y... andábamos pues todos juntos... yo como me enfermé, igual mi mamá me dijo no te vienes acá y yo te cuido acá como sea, igual tu esposo, está enfermo, tengo que cuidarte, porque no pueden ustedes agarrar agua, no pueden mojarse, no pueden lavar ropa entonces...tienen que estar cuidados extremo, y ya pues nos vinimos acá pasar la cuarentena, a la casa de mi mamá...y fue como que más familiar, o sea como que sentíamos más el apego, el apoyo, el cuidado que tuvimos que tener con mi abuelita que está acá, este... como que mejoró como familia algo así ¿no?, hasta para mi esposo... o sea como que tal vez, para algunos fue difícil...pero para nosotros podríamos decir que fue como que... bueno ya tómate un descanso ¿no?, y tranquila ¿no?, y todos van a estar bien, apóyense, ayúdense entre familia...y ya pues felizmente no, no hubieron muchas cosas en las que nos haya afectado de manera negativa.

E1: Hummm, muy bien, y me gustaría que me comente un poco ¿cómo era su rutina antes de que esta pandemia iniciara?

E2: La rutina era el trabajo, cien por ciento trabajo… iba en la mañana, venía a almorzar y bajaba de nuevo a la oficina en la tarde y en la noche regresaba a cenar y ya descansar ¿no?... ver a mi hijo, este... bueno como en el colegio hacían sus tareas, hacían todo, como que no había mucho... ya dentro de la pandemia fue pues diferente ¿no?... ya más tiempo en casa, más tiempo con mi hijo, las clases, me tuve que volver maestra, porque... fue terrible la primera vez que nos quedamos con los hijos en la casa, hacer sus clases no, no, no...no doy para maestra creo, y… pero bien o sea eso era antes de la

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

pandemia, era full trabajo y solamente los sábados y domingos que era para lavar ropa o hacer las cosas de la casa y limpiar y así … nos consumimos en eso.

E1: Claro y… ¿quién se encarga de supervisar este... las clases o las tareas de su hijo?

E2: Mi hijo ahora tiene siete años, yo he tratado de enseñarle a usar la computadora, el... la laptop y tiene un celular igual le he enseñado...como ahorita mi mamá ya regresó a trabajar, no tengo el apoyo de mi madre, antes ella se quedaba con él, este... ya él solito, y ya yo en la tarde que llego este... ya como estoy trabajando medio tiempo, este... ya en la tarde que llego ya veo que tareas tiene, todo y ya le envió ¿no? este...a la maestra, las tareas ya realizadas

E1: Bien y… actualmente, bueno con toda la situación que estamos viviendo en nuestro país y también en el mundo respecto a la enfermedad, me gustaría saber ¿qué es lo que usted piensa sobre la situación, sobre esta situación actual?

E2: Humm la situación..., ¿qué es lo que pienso?, pienso que hummm… que en nuestro país no ha estado preparado para esto, este... hasta el día de hoy se puede ver de que la, nuestras autoridades no pueden hacer grandes cosas para poder ayudar a la población, y las pocas ayudas que ellos generan para la población más vulnerables, pues no les llegan a los más vulnerables, no tienen un control eh o un...sobre las cosas que ellos entregan, no se aseguran de que esas cosas lleguen a los que más lo necesitan, eh... pienso de que totalmente en nuestro país necesita un cambio radical en todo sentido, porque... uno pensaría ¿no?, en esta pandemia pues uno puede entregar todo de sí, todo, todo... todo de sí para poder ayudar a los demás, pero nuestras autoridades o algunas de ellas, pues no es, no es eso... sino todos están pensando en.… ver de dónde saco para poder llenarme los bolsillos o algo así ¿no?... entonces no están pensando en apoyar, están pensando simplemente en sus propias eh.... prioridades, sus propias cosas, en hacerse,

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

en enriquecerse ellos mismos, porque la ayuda en sí, no se ve, ¿no?...no, no, no se ve y no se ve tampoco el...el hecho de poder este... de tomar unas buenas decisiones en cuanto por ejemplo a las pruebas rápidas, que no son nada confiables y este... han costado full y no se preocupan por, por... no se han preocupado en este momento por comprar otro tipo de pruebas que sean más seguras, y ahora con lo de las vacunas igual ¿no?, están vacunando primero ellos y después a la población total, aunque no es, no... efectivamente nuestro país no estaba preparado para esto, y necesita un cambio radical.

E1: Claro ¿no...y al final los que seremos afectados somos nosotros en toda esta situación, y… bueno respecto también a este, a esta situación y... al comienzo le comenté sobre esta nueva normalidad ¿no?, que es este el salir de la casa con mascarilla, tener este la...el distanciamiento social ¿no?, evitar las aglomeraciones o reuniones sociales ¿no?, ¿cómo se siente usted frente a esta nueva normalidad que estamos viviendo?

E2: Esta nueva normativa este, si bien es cierto es para proteger a la población, para proteger este... a los más vulnerables, este... aparentemente, creo que también está generando ya en personas eh, ciertos problemas psicológicos, porque ya hay personas de que no...no pueden este, como que se psicosean, como que alguna cosita o ...ven a alguien que está con la mascarilla más abajito empiezan a gritar y empiezan a insultar y quieren llamar a la policía entonces como que...hay cosas que, pienso de que...por ejemplo yo me bajo un rato la mascarilla cuando camino largos trechos porque, no puedes respirar, te impide respirar normalmente, y te la bajas un ratito ¿no?...no estoy, yo no estoy tan cerca a la gente, no es de que están pegaditas a mi...pero hay personas de que no te quieren ver en ningún momento con la mascarilla baja o que tomes un respiro, o algo... porque no, o sea ya hay personas que están empezando a tener problemas creo psicológicos, porque las reacciones que tienen son muy agresivas ¿no?...

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

y ya el hecho de pensar de que alguna cosita, una gripe, algo y ya creen que tienen COVID y esas personas les afecta bastante, entonces...si es una ayuda pero deberían de dar también más ayuda psicológica a las personas también ¿no?, ellos preocuparse por eso...porque ahora las postas este... y el hospital del MINSA no están atendiendo, más que para emergencias COVID, que tienen que encontrarte con todos los síntomas, para justificar tu ingreso porque si no, no te ingresan... y todo lo que la psicología no te atienden, o sea no te atienden otros servicios, y una persona que se siente mal, que está deprimida, que ya se siente que no puede…imagínate ¿no?... tendrían que, tal vez, llevar de la mano el hecho de protegerte, con tu salud mental ¿no?, y es algo que no están haciendo.

E1: Claro ¿no? igual, realmente nunca se ha presenciado tanto el tema de salud mental, antes de incluso esta pandemia y ahora ha sido mucho peor ¿no?, justo también lo que usted mencionaba eso...esas reacciones, las personas es causada por el estrés ¿no?, y seguro usted ya ha escuchado tantas veces el término estrés, y le explico un poco lo que es...el estrés es este , son un conjunto de reacciones biológicas que...es causado por un estresor, una situación estresante... es como una especie de un sistema de alerta biológico, el cual nos ayuda a sobrevivir, si es que lo tomamos de una manera positiva nos ayuda a este...darnos cuenta ¿no?, de qué situación nos está poniendo, nos está causando estrés y con eso podemos afrontar la situación ¿no?...o de lo contrario si no sabemos controlar ese estrés nos puede afectar, ya sea este... de manera biológica o también psicológica...y entonces también... bueno respecto a esta nueva normalidad que usted me ha comentado y también a la situación actual me gustaría saber ¿qué es lo que a usted le preocupa, sobre todo lo que estamos viviendo?

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E2: A mí me preocupa el hecho de poder contagiar a los, a mis seres queridos ¿no?... cuando salgo a trabajar estoy en mi mente no, tengo que bañarme en alcohol, o tengo que desinfectarme, o ya si alguien veo que está con una tos, pucha ya la contagie... estoy con este miedo ¿no?, de no querer contagiar, en mi casa hay personas vulnerables...yo por ejemplo tengo asma, felizmente como me dio el COVID y felizmente no no pasó mayores... pero mi madre si tiene asma, mi abuelita, entonces... estoy con ese miedo ¿no?, de no transmitir o no llevar... el caso de hacer lo posible para no subir por ejemplo a las combis, o de, si voy a algún lugar compro algo y a desinfectar este lo que compro, el dinero...tengo todos esos cuidados ¿no? que en sí recomiendan.

E1: Y como madre ¿qué es lo que le preocupa?

E2: Eh...lo económico, ahorita no hay trabajo, este...hasta para los mismos abogados que en cierto momento este se paralizó todo, el poder judiciales, se dejó de trabajar durante bastante tiempo, ahora están trabajando pero igual están haciendo el trabajo remoto ...es como que ha afectado la economía, en cuanto… creo que de todos ¿no?, este pero a las personas que no tienen trabajo seguro, trabajan para el estado ni que están en planilla, los ha afectado más afectado ¿no?...económicamente, es como familia eso me afecta bastante porque ya se me hace más difícil comprar los libros a mi hijo, poderle comprar tal vez este... las frutas por ejemplo han subido los alimentos también en cierto periodo han subido, este...entonces se hace la situación un poquito más difícil ¿no?, o sea uno tiene que salir adelante ¿no?...

E1: Claro ¿no?, bueno como usted también dice nos ha afectado a todos... tanto en lo económico, también en temas psicólogos ¿no?, todos estos cambios nos han afectado, y ...este, bueno hablábamos también el hecho que está trabajando actualmente y supongo que también el tema de que... cuando empezó en la cuarentena usted estuvo trabajando como un trabajo remoto ¿verdad?

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

E2: No me paralice, o sea no, no... deje de trabajar, recién ahora me encuentro con trabajo…

E1: ¿Por cuantos meses no trabajó?

E2: ¿Cómo?...

E1: ¿Cómo por cuántos meses estuvo sin trabajar?

E2: Desde que empezó... desde marzo, desde marzo hasta más o menos, hasta que volvió a iniciar el poder judicial, que fue septiembre… septiembre u octubre, fueron bastantes meses que me quedé sin trabajo, al igual que mi esposo este él era profesor...es profesor, pero en este tiempo estaba trabajando en dos este...entidades educativas, pero igual para lo

pararon ¿no?, este y le dijeron que ya no, entonces imagínate ¿no?, tuvimos que recurrir nada más con la ayuda de mi familia para poder estar mejor y a los ahorros más que todo ¿no?

E1: Y bueno todas esas veces que estuvo sin trabajar cómo fue para usted en septiembre volver a trabajar y salir a las calles para trabajar ¿cómo se sintió frente a esa presión o esa situación?

E2: Al inicio... al inicio, no quería que entre nadie a la oficina, estaba llena de mascarilla, de mi careta, del alcohol... pero ya poco a poco he tenido que normalizarlo y de alguna forma pues este, no estar con tanto miedo ¿no?, porque dicen que también el miedo es el que te baja las defensas...si fue, fue un cambio, fue un cambio, pero fue también como que estás todo el día en cama como que ya también estresa estar en casa mucho tiempo...este, ya ¿no?, como que ya un poquito más de relax, y tu mente también dice ya vas a generar dinero, generar ingresos y también como que te sientes mejor ¿no?.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E1: Y adicionalmente a esos sentimientos que tenía de miedo, de preocupación ¿usted ha notado algún malestar físico durante todo este tiempo?, ya sea dolores de cabeza, dolores de espalda o algún dolor muscular.

E2: Dolores, si...dolores acá en la parte del cuello, toda esta parte y de la columna, de la columna me dolía, así como si tuviera lumbalgia, ya no podía ni cargar peso, no podía moverme…últimamente he sentido esos dolores ¿no?, pero ya poco a poco ha ido reduciendo con el hecho de que ya he estado normalizando ¿no? mis actividades.

E1: Claro, justo esos esos malestares este... físicos les causa el estrés ¿no?, mayormente es causa del estrés, que el cual le comentaba ¿no?, este...el estrés lo vivimos a lo largo de nuestra vida ¿no?, esa que... es como un indicador, el cual nos dice que algo está pasando ¿no?... de repente yo soy una persona que trabaja demasiado y no me doy cuenta ¿no?, pero empieza a doler la cabeza, me empieza a doler la espalda o el estómago, o algún otro malestar físico y es también una forma de que el cuerpo te dice que tienes que parar ¿no?... tienes que relajarte, tomarte un tiempo y no estar siempre trabajando, o siempre preocupado, o siempre angustiado... entonces si es que uno aprende esto a controlarlo, esas reacciones de nuestro cuerpo, es que podemos sobrellevar ¿no?, cualquier situación... por eso es que siempre este, estar alertas con nuestro cuerpo porque es el que también nos indica ¿no?, porque muchas veces no nos damos cuenta, porque estamos muy preocupados o muy metidos en nuestros problemas y no nos damos cuenta de que algo está pasando… entonces es nuestro cuerpo el que nos va a decir ¿no?, te duele la cabeza... ah ya es por el estrés, tengo que cambiar eso, tengo que relajarme, tomarme un tiempo de repente con mi familia o estar yo un tiempo para mí ¿no?, para estar tranquilo... porque de igual manera si no nos damos cuenta de eso, también bajan nuestras defensas y cómo estamos en toda esta coyuntura también

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

nos pueda afectar… por eso siempre es importante darnos cuenta de las reacciones de nuestro cuerpo... Bien, este... usted me comentaba que al comienzo usted estaba más pendiente de las actividades escolares de su hijo, ¿también es su mamá quien la apoyaba ahí verdad?...entonces este, me gustaría saber si este cambio de la educación presencial a la educación virtual, ¿fue fácil para su hijo adaptarse a ella o le costó un poco?

E2: Le costó bastante...le costó bastante porque extrañaba a sus compañeros, extrañaba los juegos del colegio, el recreo, el solo hecho de que yo lo tenía acá prisionero ¿no?, estaba acostumbrado a hacer... antes de la pandemia él estaba en una academia de fútbol también y él salía con sus compañeros, se iba corriendo desde acá, yo vivo en la pampa inalámbrica, él salía y corría hasta la playa boca del río que queda pues este en San Jerónimo ¿no?...y este, estaba acostumbrado porque él es así full full energía, y acá pues...después de la pandemia pues él sí, mi hijito se me estresó bastante, gritaba de todo, esto todo le molestaba, parada enojado y...me di cuenta pues, de que era por el hecho ¿no?, de que ya pues estaba confinado, el que estaba acostumbrado a hacer actividades, pues este, estar expuesto ahí en el salón, tener ya que no tener la presencia de la maestra, que la maestra se acerque a él, le diga que sí mira tienes que hacer esto, tienes que hacer aquello, sino ya está en una pantalla en donde...en donde tú… en donde él no se podía comunicar también bien con la profesora ¿no?, porque todos sus compañeritos también prendieron los micros, hacían bulla, mi hijito decía mamá mucha bulla, mucha bulla ¿no?...es porque no, no lo estaba captando bien todavía ¿no?... tampoco no sabían las normas de convivencias que se tienen ahora con las clases de videollamada que ya, son muy diferentes a las que se tenían cuando se estaba en el colegio…sí le costó bastante adaptarse, hemos tenido que trabajar bastante con él, ya mi esposo lo empezó a llevar a caminatas largas, en lugares alejados, donde no tenía

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

contacto con nadie, porque a mi hijo les gusta cantar, le gusta correr, este... y ahora ya aprendió a usar su, le compramos el celular, este ya aprendió a usarlo, le hemos enseñado a usar también este...la laptop para que el mismo ingrese, el imprime sus hojas para sus clases, el este, hace sus clases, entra al link de las maestras, el saca fotos a las hojas de su cuaderno y lo manda al classroom… entonces como que también el no, o sea como que ya se está haciendo el parte, con todo lo nuevo ¿no?, que ha aparecido que es la virtualidad, que él ya está sociabilizando con eso y se siente… yo leo veo que está mejor, él solito hace sus clases y me sorprende porque si entiende bien ¿no?...entonces todo está en la mamá o el papá, les enseñen ¿no?, y los ingresen a esto de la virtualidad, porque creo que de aquí a más tiempo van a estar en esto ¿no?, hasta que por lo menos puedan, pueda haber una solución con lo del coronavirus...porque no queremos que ningún familiar se vaya o fallezca no queremos...

E1: Claro ¿no?, y con el tema de educación ha sido también un cambio muy drástico porque básicamente cambio de un día para el otro ¿no? ...fue también difícil tanto para los profesores, como para los niños ¿no?, de un día para otro estar frente a una pantalla y utilizar este recurso para poder llevar el aprendizaje ¿no?, pero ya bueno como usted menciona, ya pasó ya más de un año y entonces ya poco a poco se han ido adaptando, se han ido acostumbrando a esto ¿no?... y también, al comienzo también me mencionó sobre los cambios en su familia que usted siente que han sido más positivos, bueno el hecho de que estén más unidos como familia, y...¿siente que, usted siente que la relación con su hijo también ha mejorado o ha tenido algún cambio?

E2: Sí ha mejorado en bastante grado, porque antes no compartía mucho con él, por lo mismo que estaba trabajando e igual mi esposo ¿no?, y...más estaba con los abuelitos o con mi tío ¿no?, entonces no, no compartía tanto con nosotros, y ahora sí me doy el

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

tiempo de...terminas bien tu tarea o haces bien tus cosas, miramos una película y me quedo con él mirando la película, o hago juegos con él en la tarde, o ya le estoy cocinando porque antes no cocinaba, cocinaba mi esposo porque él tenía más tiempo...el hecho de que él salía más temprano y podía estar más tiempo haciendo las cosas ¿no?, yo salía más tarde, y ahora yo cocino, yo hago, entonces ya como que me está viendo más, antes no...antes no compartía mucho conmigo mi hijo ¿no?, más que los sábados y domingo un poquito, pero ahora sí, si...estoy como que compartiendo más cosas con el...

E1: Y…bueno justo lo que usted me comenta, el tema de compartir, esta más con su hijo es parte de la crianza ¿no?... y me gustaría saber que usted se autoevalúe y me diga, si tuviera que ponerse una nota ¿no?, respecto a la crianza que le está brindando a su hijo actualmente ¿qué nota se pondría?

E2: Humm….del uno al diez me pondría un 8, porque...porque si siento que ahora, ahora, ahora que...en este tiempo de pandemia, de crisis, es donde yo siento que he crecido más ¿no?, porque antes si yo me, antes me hubiera puesto yo cuanto…un tres, porque casi no, no, no ,no compartía...era más también me doy cuenta mi la actitud, ahora por lo menos tengo más paciencia, como que ya hijito… pero antes de la pandemia ¿no?, yo era puro grito, apúrate tienes que avanzar, apúrate este tengo que hacer, apúrate haz ayúdame...o sea como que también era el hecho de ¿no sé?, habré regresado yo del trabajo, regresaría un poco cansada, molesta, que ya no quería mi cuerpo jugar con él, quería descansar nada más...ahora sí, si estoy compartiendo bastante con el...

E1: Y ¿qué le faltaría a usted para llegar digamos a un diez, a una nota máxima? ¿qué siente qué le faltaría?

E2: Tenerle más paciencia,,, porque mi hijo es terrible, si a veces ya me saca, lo castigo, este por ejemplo le digo ya no sé una semana no me usas el celular,o no miras película

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

el día de hoy, este,,, aunque eso es bueno ¿no?, también para poder este a él, ponerle límites a lo que quiere hacer ¿no?, pero me falta paciencia para todo...a veces no sé, me habla de sus tareas, lo ayudo, pero cuando él se distrae, o se pone a hacer la misma cosita, que no es con su tarea le llamó la atención, y a veces elevo la voz ¿no?, y él me dice mamá qué pasó para que eleves la voz, mamá me dice, me haces asustar, pero no me hagas enojar pues le digo...pero, eso quiero cambiar porque sí, soy muy gritona, soy muy este...rápido me, este soy muy fosforito me dice mi esposo, rápido me enciendo, eso tengo que cambiar, ahí sí creo que me pondría un diez porque, ahí sí o si no puedes estar hablando no gritando, entonces pero si, si estoy trabajando en eso todavía...

E1: Entonces hay que seguir trabajando ahí, igual es justo lo que usted comentaba, el hecho de que usted comparta más con su hijo, que esté más con él, también le ayuda a usted a conocerlo más...y justo lo que me comentaba ¿no?, el hecho de que él le comente a usted, ah que no le gusta que le griten, entonces ya sabe qué es lo que no tendría que hacer con él ¿no?...de repente buscar otra manera de corregirle ¿no?, no tan, no tan, no usando los gritos de repente de otra manera ¿no?, un poco más firme...para que así él también, como usted dice tenga sus límites y sepa lo que tenga que hacer ¿no?...bien este, bueno ese es el tema de la crianza que, también este, como usted también mencionó, se vio afectada debido a este confinamiento ¿no? porque de repente antes no miraban a sus hijos pero ahora como ya están más tiempo en casa si los pueden ver y pueden compartir mucho más con ellos...y bueno justo lo que me comentaba usted ¿no?, que ahora comparte más con él, me gustaría saber de ¿qué manera usted fomenta la comunicación con su niño?

E2: Hmmm

E1: ¿Tienen algún tiempo específico?, de repente no sé, ¿cuándo almuerzan, o cuando hacen las tareas?

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E2: Hablamos todo, desde que llegó del trabajo que salgo a la una este...de la tarde, desde que llego ya estoy conversando con él, me acompaña este...estamos juntos, o sea es como que está ahí…

E1: Todo el tiempo…

E2: Si, todo el tiempo conmigo y ahí estamos conversando, me hace preguntas de cosas, yo le contesto...estamos entre, todo ese rato estamos en comunicación hasta que nos dormimos porque, como mi esposo no está aquí ahora, está trabajando lejos, el es mi única compañía...así nada más estoy, haciendo mis cosas, metidos ciertas cosas, que me toca hacer ciertas cosas, el igual, entonces en todo momento de comunicación ahora.

E1: Y usted también me comentó que a su niño le gustaba, digamos hacer deporte, hacer muchas actividades y ¿cómo es que usted ahora fomenta esas actividades de recreación con él?

E2: Caminatas, caminatas largas, caminatas bastante largas este, y ya con esto también él baja ¿no?, su energía que tiene...con las caminatas más que todo.

E1: ¿Y en cuanto a actividades que realicen digamos como familias, no se digamos salir a pasear juntos o hacer una actividad entre ustedes, algún juego, ver televisión de repente?

E2: Lo que realizamos por ejemplo los fines de semana a veces, a veces salimos con mi hijo yo, y mi mamá, mi papá ¿no?, a veces no vamos al algarrobal bastante lejos ahí porque tenemos viñedo este... ya él se sube a los árboles, está ahí mirando, jugando...otra actividad que hago con él es que a veces tiene su scooter y lo sacó a un parque, lejano donde no haya nada, y ahí por ejemplo se pone a jugar con su scooter, y yo a veces tengo una bicicleta, a veces llevo la bicicleta, lo jalo a él este, a veces lo llevo por ejemplo al puerto, bastante alejado igual de la gente porque...a veces los niños son

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

los que jalan el virus, porque ellos tocan todo, por más que ellos quieran protegerse, usar el alcohol y todo, pero ellos siempre van a tocar todo, siempre, siempre...

E1: Si no, al final son niños y siempre tienen esa necesidad de curio sear, de tocar algo…

E2: Si... y ellos son los que cargan más el virus, entonces agarro... lejos, pero ya ahí lo tengo, ahí al lado del mar, tirando piedritas este, o algo, este...pocas veces, poquísimas veces lo he llevado a Plaza Vea, creo que una vez nada más, o dos...porque él me decía mamá que quiero ir, que quiero ir, ya pues me lo llevaba, pero sí poquísimas veces, serán dos veces nada más porque, ahí igualito hay mucha gente, todo se toca, se agarra y no está el contagio, que todavía nos está dando miedo ¿no?... pero sí tenemos actividades, bastantes actividades, más actividades que las que realizaba antes, antes solamente estaríamos tal vez los días sábados nada más, pero ahora pues trato de todos los días salir a caminar con él en las tardes, y ya este, sábado por ejemplo salgo con él, el domingo estoy todo el día con él, haciendo las cosas, miramos películas en la tarde si se porta bien y terminar sus tareas, le preparo popcorn,estamos ahí comiendo su salchipapa o su pan, o sea ya como que hasta mí misma se me ocurre ya cualquier cosita para poder tenerlo contento, y pueda hacer bien...y así sin tener que estar ahí de ahí mamá ahora me toca hacer no, sino que ya mamá sí lo voy a hacer porque ya sé que tú me vas a dar un premio o algo así.

E1: Sí también, eso también ayuda mucho lo de las motivaciones, porque también...como usted sabe ¿no?, este encierro para los niños ha sido muy fuerte y también se aburren demasiado estar en la casa, entonces de esa manera incentivamos a que estén más activos, empiecen este a comunicarse mucho más, no esten simplemente encerrados...y justo lo que usted me comentaba ¿no?, de que a

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

veces salen a pasear, ¿cómo fue la primera vez desde que estuvo en confinamiento, cómo fue la primera vez que salió con su niño?...Después del confinamiento…

E2: Uuuy, mi niño estuvo tan contento, que quería que le compremos todo. todo quería mirar, todo querían hacer, no quería ir para allá, para acá, para todos lados...entonces hemos tenido que también decirle no tranquilo, poco a poco, hay cosas que no podemos comprar porque no sabemos cómo lo prepara la persona, en la casa te lo preparo, ya le tenía que comprar tal vez cosas que estaban selladas y que se pudiera desinfectar ¿no?...pero si él estuvo para que este, el hecho de su carita la primera vez, me acuerdo que lo saque la primera vez cuando lo lleve al dentista, lo lleve al dentista porque...no, no atendían los dentistas, pero él tenía una curación que le tenían que hacer y la primera vez que salió todo tapado no quería que nadie lo mire, estaba todo así asustado, que hay mamá me voy a contagiar, me voy a contagiar...pero bajó del carro y ya quería agarrar todo, quería que le compre todo, quería que compre ya un pastel, algo, algo ¿no?...pero si esa fue la primera vez que nunca me voy a olvidar, hasta una foto le saque porque su cara como estaba…

E1: Claro después de meses de estar ahí en la casa, salir otra vez fue totalmente distinto para él...y ¿actualmente cómo se dividen las tareas del hogar?

E2: Ahora eh... más que todo la que hace todo soy yo, mi hijo me ayuda en cosas pequeñas como por ejemplo barrer este, y arreglar la cama, la habitación ¿no?, más que todo eso, y después yo ya me tengo que encargar de todo, lavar los platos, mi hijo pocas veces me ayuda a lavar los platos, no le gusta...me gustaría que me ayude más, pero me rompió un plato y ya no lo dejé...

E2: Claro como él es pequeño hay que darle tareas poco a poco ¿no?, para que él poco a poco vea que tiene esa responsabilidad, y bueno ya para terminar, este...

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

¿usted siente que su relación de pareja ha sufrido algún cambio, ya sea positivo, o negativo durante todo este confinamiento y toda esta pandemia?

E2: Hummm, ha sido positivo, el cambio ha sido positivo, mi esposo este... hemos estado más juntos, la que siempre paraba más lejos por lo que tenía un horario de trabajo era yo, o sea mi esposo, eh como era profesor habían ciertas horas que tenía, eh días, algunos días tenía clases, algunos días no, estaba más libre...y él siempre me decía pero porque estás tan lejos, porque no estas cerca del bebe, tienes que estar con él bebe, porque estás allá, acá ¿no?, a veces los hombres son así, este… y yo le decía que estaba trabajando ¿no?, entonces este, pero ya con la pandemia pues obviamente tenía más tiempo en la casa, más tiempo que compartía también con él, estaba con él y ahora que ya empezó a trabajar este... igual o sea como que ya él está entendiendo todo, o sea como que ya este hemos tenido bastante tiempo para poder conversar, para poder trazarnos también metas, ahora que se ha reactivado todo y tratar de apoyarle… estoy apoyando bastante, como que ha mejorado para bien.

E1: Qué bueno... y justo como usted me comentó su esposo trabaja ahora en otra ciudad ¿cómo es su comunicación ahora, se llaman regularmente o cómo se comunican ustedes?

E2: Si, nos comunicamos bien, este… felizmente, mi esposo podría decir este, y me siento bien contenta por eso, no tiene vicios, el único problema de mi esposo es que a veces es un poco flojo, o sea flojito ¿no?, como que le pesa, le da pereza trabajar en cosas fuertes, más que todo a él le gustaba lo de docente porque no tenía que cargar mucho o a hacer cosas rudas ¿no?, a lo mucho decía la garganta nada más pues de tanto la con los alumnos, pero este,...entonces él está trabajando ahora un lugar lejano, lejos de nosotros en una actividad que no le gusta, donde…

E1: ¿En que está trabajando actualmente?

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E2: Está trabajando en minería...entonces ahí tienes que trabajar pues…

E1: ¿Como obrero?

E2: Obrero uhumm, entonces este, y es cargar, es hacer con la pala, la zanja, todo y sí al inicio le ha chocado…

E1: Y es totalmente distinto a lo que hacía antes realmente…

E2: Totalmente distinto, ya la primera, la primera semana en la que trabajó y me llamó me dijo que estaba muerto, muerto, muerto, muerto...que quería dormir, quería dormir, quería dormir pero, este lo único que me queda es motivarlo, motivarlo porque hay cosas que tenemos que lograr y, acá en Ilo ahorita no hay trabajo, y los trabajos que él por ejemplo quiere ingresar, tampoco...piden experiencia en ciertas cosas, te pide preparación, preparaciones que a veces uno mismo no, no, no, no tiene por qué no pensaste que necesitarías esa preparación...entonces como que acá él la tenía más difícil, y a los trabajos que él podía ingresar, para él, el pago le parecía muy poco ¿no?, entonces este él dice no es muy poquito, mejor no trabajo, para que me voy a acabar trabajando, si es tan poquito el pago ¿no?...pero ya es algo le decía, pero no, es poquito no quiero...entonces se ha ido lejos, esté él sabe que allá el lugar en donde está ahora le pagan más, o sea el triple de lo que pagan acá...entonces se está acabando allá, yo le digo tendrás que trabajar, te acabarás, junta dinero y ya una vez que te establezcas, en su régimen, termines porque ya terminó su carrera universitaria y ahora tiene que empezar sus trámites de titulación, de egresado, todo eso, y para eso se necesita dinero… entonces yo lo motivó con eso ¿no?, mira que ya has terminado, trabaja sigue, sigue, sigue, ya cuando tu saques tu título no vas a volver a trabajar en eso, ya vas a trabajar más tranquilo, más calmado y ya pues te tendrás que sacrificarte nada más pues le digo...y ya no te preocupes por nosotros que yo con mi trabajo esté, ya yo también

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

puedo sacar adelante acá, ya no no te preocupes, tú sigue trabajando, junta el dinero y así ¿no?, como que nos apoyamos los dos.

E1: Qué bueno que se apoyan mutuamente, justo también lo que usted comentaba ¿no?, el hecho de que el mercado laboral está muy, este...muy fuerte ahora, porque antes este de por sí te pedían muchas cosas para un trabajo ¿no?, pero ahora con todo este tema de la pandemia los puestos de trabajos han reducido, hay poco trabajo y hay muchas personas que quieren trabajar y es que piden muchísimas cosas ¿no?, y por ese lado está muy difícil conseguir un buen trabajo ¿no?, entonces esperemos que ya con esto que vaya cambiando poco a poco, ya ahora el mercado laboral se pueda por lo menos este normalizar y sea más accesible para todos, que es lo que todos queremos realmente ¿no?...y bueno ya con esto hemos terminado la entrevista, le quiero agradecer otra vez por haber participado porque su información me va a servir de mucha ayuda para terminar mi tesis...y le recuerdo que en el consentimiento informado, son dos hojitas la primera con todas las indicaciones que él mencioné el comienzo y en la segunda hojita es un acta de consentimiento, la cual usted tiene que llenar a ahí con los datos de la primera hoja y firmar...si eso lo puede tomar de repente una fotito ,o si me lo puede escanear me lo puede enviar por el whatsapp de mi mamá para yo tenerlo.

E2: Ya…

E1: Listo ya con eso hemos terminado la entrevista, otra vez le agradezco, muchas gracias por su participación y bueno...que siga cuidando, que siga con su familia, y ojalá que…

E2: Tengo una pregunta…

E1: Ah sí…

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E2: Eh...este algunas amistades me dijeron de que ellos están sacando normalmente a sus hijos a que se juntes con otras niños, porque el hecho de que estén aislados en sí o no tengan comunicación con otros niños o no generen este, como se dice este, afinidad con otras personas este, puede ser un problema para él...para mi hijo desde que ha empezado la pandemia este, no, no tiene acercamiento con un niño me da miedo, o sea por el mismo miedo que yo tengo ¿no?, de que se contagie y pueda contagiar tal vez a otra persona, no, tiene cercanía con niños, no juega con otros niños, eh entonces no sé si eso ¿es algún problema de qué, o algún problema que pueda tener mi hijo?

E1: Claro ¿no?, justo en realidad sí es algo que dificulta a los niños, porque como ustedes justo menciona, los niños son siempre de jugar, de estar juntos en grupo y digamos en el colegio ¿no?, ellos siempre están con sus compañeras y compartían, en cambio ahora cada uno está en tu casa...sí está afectando mucho el tema de la se sociabilidad en los niños, si se tienen la oportunidad de que su niño pueda compartir con otros niños y que siempre cuando esté todo bien seguro ¿no?, cada uno no sé con su alcohol, siguiendo todos los protocolos, sería bueno que también lo haga participar ¿no?, de actividades con otros niños para que en sí, él también pueda compartir ¿no?...porque digamos este, supongamos que el próximo año las clases se vuelven a, las clases presenciales se vuelvan a reintegrar y tiene, su niño tiene que acudir otra vez al colegio, va a ser un poco difícil ¿no?, cambiar este, que ha estado casi dos años en su casa y luego él tiene que ir otra vez al colegio presencial le va a sacar un poco eso, otra vez ese cambio ¿no?...entonces sería bueno que ahora poco a poco, si es que tienen la oportunidad de hacerlo y que sea todo seguro, si sería bueno que su niño comparta con otros niños….para que usted también pueda, pueda, porque digo con usted también puede compartir muchas cosas ¿no?, pero distinto a lo que él comparte con un niño de esa edad ¿no?, en los

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

juegos especialmente, entonces para que tampoco no se pierdan y como le digo ...si usted tiene la oportunidad de compartir con otros niños que, usted sepa que los padres se cuidan y que no hay ningún riesgo de contagio lo puede hacer ¿no?, y sí le ayudaría mucho a su niño.

E2: Sí, voy a ver, a ver porque no, porque si me han dicho de que puede generar un problema, bueno me han dicho papá, papitos que sí los llevan a un parque donde hay hartos niños y ahí dejan que sus hijas o sus hijos estén compartiendo...pero yo no hago eso, yo trato de alejarlo bastante, porque no, me da temor ¿no?, todavía, pero qué hago, voy a ver si alguna amiga mía también, porque todas se están cuidando, mis amigas toditas se están cuidando, o no, no estan compartiendo casi con nadie ¿no?, entonces vamos a ver pues…

E1: Claro ¿no?, siempre y cuando todo sea súper seguro y, usted sea consciente de que esa persona se cuida, ya así podrían compartir ¿no?, de vez en cuando, para que su niño también se sienta...comparta ¿no?, con alguien de su edad, como le decía con usted puede compartir muchas cosas, muchos juegos, pero siempre es distinto como comparte con un niño de su edad ¿no?, y…está bien generar ciertos problemas, especialmente si son niños que por lo general no son muy sociables, sí puede generar un problema ¿no?, pero si son niños que son muy extrovertidos, son muy sociables de repente no les afecta tanto ¿no?, pero si, si tiene la oportunidad de hacerlo, si le recomendaría que lo haga, mientras todo sea seguro no hay problema.

E2: Muchas gracias.

E1: Listo, muchas gracias a usted por haber participado y como le dije, espero que todo le vaya muy bien y que ojalá que la situación ya termine, podamos estar más tranquilos.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E2: Muy bien…

E1: Muchas gracias, cuídese mucho... hasta luego.

E2: Hasta luego.

Fin de entrevista

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

FECHA: 4 de Abril de 2021 **ENTREVISTA:** N° 5

DURACIÓN: 22 min 12 seg **ENTREVISTADO:** Padre de familia, 45 años

E1: Entrevistador

E2: Entrevistado

TRANSCRIPCIÓN DE ENTREVISTA

E1: Bien me presento, mi nombre es que Kathia Castillo, soy bachiller en psicología de la Universidad Católica de Santa María y me reúno el día de hoy con usted para así poder conversar acerca de ¿cómo usted ha enfrentado a la cuarentena?, y con su familia durante todo ese tiempo que está la pandemia...como usted sabe de enfermedad del coronavirus COVID 19 es una afección causada por un virus que se propaga de persona a persona vía respiratoria y, este virus puede causarles síntomas leves o ningún síntoma en el caso de los asintomáticos o hasta casos de grave enfermedad... y esta pandemia ha conllevado que el gobierno Peruano declare un confinamiento mandatorio a nivel nacional, obligando así que todas las familias tengan también cambios drásticos grandes en sus rutinas, como es en el caso de la educación, que se tuvo que cambiar de una educación presencial a una educación virtual, o también en el caso del trabajo que varias familias perdieron sus empleos, e incluso muchas este...personas tuvieron que, cambiar a una modalidad virtual o teletrabajo, y de igual manera en el área social nos ha afectado, ya que no podemos reunirnos con nuestros familiares o con amigos, tenemos que evitar las aglomeraciones y mantener el distanciamiento social... son todos estos cambios que hemos podido observar desde el año pasado, ya que este virus llegó en febrero del año pasado, pero es recién en marzo donde el gobierno decide tomar acción...y entonces sumado a todos estos cambios que hemos tenido que pasar como familias, es que yo quiero conversar con ustedes acerca de cómo

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

ustedes como padres de familia ha podido sobrellevar todo este tiempo que estamos viendo de pandemia... entonces para conocer un poco sobre su contexto familiar me puede indicar por favor ¿cuál es su edad?

E2: Eh...yo en la actualidad tengo 45 años.

E1: Ok, ¿cuál es su estado civil actual?

E2: Casado.

E1: Ok, ¿actualmente se encuentra trabajando?

E2: Sí.

E1: ¿Y en qué está trabajando?

E2: Bueno yo trabajo en la empresa Southern, en el área de fundición.

E1: ¿Y actualmente se encuentra yendo a la empresa diariamente?, o...

E2: Si, eh...pertenezco al área de fundición que… (señal congelada) ... ¿me escuchaste?

E1: No, se colgó...este, me contaba que estaba yendo a trabajar...

E2: Eh, si, si...como pertenezco a fundición al área de operaciones, eh... no hemos tenido en un momento alguna para, hemos trabajado es decir toda la cuarentena.

E1: Ah ya, en ningún momento ha dejado de trabajar Ok. Bien, ¿cuántos hijos tiene?

E2: Tres.

E1: Y cuántas... ¿Cuál es su edad de cada uno?

E2: La mayor tiene 24, la segunda tiene eh va a cumplir 11 y la menor eh... tiene 9.

E1: Ok, ¿la vivienda en la que residen actualmente es alquilada o es propia?

E2: No, propia.

E1: Y ¿cuántas habitaciones tiene su vivienda?

E2: Cuatro.

E1: Ok, ¿actualmente cuenta con conexión estable a internet?

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E2: Sí.

E1: Bien y, ¿con quienes vive actualmente?

E2: Eh...con mi esposa y mis hijas.

E1: Bien, ¿actualmente se encuentra realizando algún tipo de cuarentena voluntaria?

E2: No, actualmente no estoy en ninguna cuarentena.

E1: Claro ¿no?, como usted me comenta que sigue yendo a trabajar no solamente por ese lado, pero adicionalmente de salidas de trabajo, ¿sale con regularidad a la calle o el tiempo que tiene libre se queda descansando en casa?

E2: No no no, actualmente cumplimos, gente de la empresa salimos del trabajo, cumplimos el protocolo, salgo del trabajo y estoy permanente aquí en casa.

E1: Ok, como le mencionaba el COVID 19 es esta enfermedad que nos está afectando a nivel mundial. me gustaría que usted me diga ¿en qué consiste esta enfermedad?, ¿qué es lo que usted sabe sobre esta enfermedad?

E2: Bueno, de hecho, es una enfermedad que se transmite a través de...de un contagio ¿no?, a través de la vía respiratoria y por eso que se trata de cumplir todos los protocolos ¿no?, el lavado de manos...en el caso de nosotros eh...el transmitir el virus en los buses por eso desinfectan bastante los buses, no tenemos casi contacto con los compañeros, eh... siempre nos cuidamos demasiado.

E1: Y esta información sobre la, sobre el COVID- 19, ¿de dónde la ha obtenido?

E2: Eh... por todos los medios, tanto en la empresa, como los medios del hospital y los medios de comunicación ¿no?

E1: Bien... ¿Algún familiar suyo o un amigo suyo se ha infectado de este virus?

E2: Eh...en la actualidad no, pero en el trabajo y familiares si lo han tenido ¿no?

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E1: ¿Y esas personas que se han contagiado les han comentado a ustedes cómo ha sido su proceso durante esta enfermedad?

E2: De diferente manera, algunos que han tenido malestares en el cuerpo, como que otros han pasado desapercibidos ¿no?

E1: Bien este...como le mencionaba este vídeo ha llegado en febrero a nuestro país, pero es recién en marzo cuando el gobierno decide tomar acción y mandando a nivel nacional un confinamiento... lo cual ha originado ciertos cambios en las familias y me gustaría saber en su caso, ¿qué cambios han notado en su familia desde que la cuarentena inició?

E2: Aló? Aló?

E1: Hola…

E2: Aló?

E1: Hola, ¿me escuchas?

E2: Aló?

E1: ¿Me escucha?

E1: Hola, ¿me escucha?

[Reconexión]

E2: Hola…

E1: Se cortó.

E2: Ya ahora sí se ha arreglado.

E1: Listo, le estaba preguntando ¿no?, eh... cómo este virus llegó recién en febrero y recién en marzo cuando el gobierno dictamina el confinamiento a nivel nacional, y a partir de ahí surgieron varios cambios en las familias...me gustaría que usted

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

me comente en el caso de su familia, ¿qué cambios ha notado desde que la cuarentena inició?

E2: Eh...en el caso de nosotros, eh...yo tuve primero el contagio, eh...estuve en cuarentena un promedio de 15 a 20 días y de ahí nos, nos pasamos a cuidados al extremo, al extremo ya no hemos podido salir ¿no?, por ahí entre comillas la libertad que sabíamos tener y, hemos aprendido a convivir con esta con este virus ¿no?, en la cual hay...a cuidarnos en demasiado, en demasía y eh...a cumplir todos los protocolos que implica el virus.

E1: Hum... ¿Y me podría comentar cómo era su rutina antes de que la pandemia iniciara?

E2: Eh...lo que pasa es que... antes de...de esta cuarentena yo normalmente, día de por medio siempre salía a visitar a mi familia, en este caso a mi mamá o A mis hermanos...casi a diario, un día salía de cumplía el horario de trabajo, llegaba a mi casa y al día siguiente iba a visitar a mis familiares ¿no?, hoy en día ya no puedo hacer eso.

E1: Claro ya no puedo hacerlo, ¿y actualmente como es su rutina diaria?

E2: Eh ya, después de casi haber pasado un año, ya bajó un poco la presión, eh... igual salgo del trabajo, voy, llegó a la casa, descanso y por ahí cada dos o tres días voy a visitar a mi familia a mi mamá, por ahí hacemos un poco de deporte, tratando siempre de no estresarnos ¿no?, se liberar un poco la presión.

E1: Y ¿qué es lo que usted piensa sobre la situación actual que estamos viviendo, con respecto a esta enfermedad?

E2: No que...nos debe de enseñar que no debemos bajar la guardia, no debemos descuidarnos ¿no?, porque es una realidad, eh...en el caso propio, en el caso de nuestra familia hemos tenido familiares que han fallecido, entonces eso nos dice que todavía no debemos descuidarnos y debemos tener, seguir teniendo todas las precauciones del caso.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E1: ¿Y usted cómo se siente frente a esta nueva normalidad?, lo que le comentaba de salir con mascarilla, usar esta careta, ir siempre con alcohol, mantener la distancia, ¿cómo se siente usted frente a esta nueva normalidad que estamos viviendo?

E2: Lo que pasa que... más allá de cómo uno se sienta tiene que vivir la realidad y la realidad dice que el virus existe y tienes que tener todos los cuidados, eh... en el trabajo más allá de que hay reglas está en uno cuidarse y como normalmente pasamos mayor tiempo en el trabajo, ya se nos hace un hábito el hecho de estar con mascarillas, respiradores, protectores, cumplir todos los protocolos ¿no?

E1: Y actualmente ¿qué es lo que más le preocupa sobre esta situación?

E2: Me preocupa que mi familia se pueda infectar ¿no?, ese es el gran temor que yo tengo, que más allá del cuidado que podemos tener el virus siempre puede entrar, yo que salgo todos los días y puedo estar exponiéndome en el trabajo, pueda traer todo algún virus, pueda traer a la casa y a mis hijas contaminar.

E1: Y desde su posición como padre de familia, ¿qué cosa le preocupa o qué cosas le agobia?

E2: Eh...eso como te digo, yo cómo como responsable en la casa y el hecho de estar saliendo todos los días al trabajo, en el trabajo de cierta manera uno se puede cuidar, pero no sabemos cómo se están cuidando los demás compañeros, la demás gente y el hecho de no saber en qué momento me pueda contagiar y no saber eh...si puedo traer el día a día el virus a la casa.

E1: Entonces, ¿usted se siente a veces nervioso cuando va trabajar y está en lugares públicos?

E2: Si, sí es un riesgo y más allá que uno pueda cumplir los protocolos, igual el hecho de salir a las calles es un riesgo.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E1: Digamos en el caso de sus hijas, sabemos que el gobierno ha dictaminado que estos primeros meses van a hacer la educación virtual, pero aún están como que, evaluando, analizando para que los próximos meses se vuelva a una educación semipresencial ¿no?, y supongamos que el gobierno dictamina que en mayo o en junio se reanuden las clases presenciales como se sentiría usted?

E2: Eh...empezando no creo que se puede cumplir el reglamento del estado, no creo que sabiendo la realidad en la que vive la sociedad peruana eh...siento que no estamos preparados todavía para dar el siguiente paso eh...lo demuestra la sociedad y no, personalmente no mandaría a mis hijas al colegio.

E1: Bien adicionalmente estos sentimientos que usted me comentó de se preocupaba o que por momentos se estresaba, ¿ha sentido algún malestar físico debido al estrés, ya sea como dolores de cabeza dolores de espalda?

E2: Eh...la presión que existe en el trabajo, eh...de que no estén presionando se puede decir en el cuidado, hace que uno llegue a estresarse ¿no?, más allá de los horarios de trabajo y lo que implica también el cansancio físico, mental y se le agrega más ahora al virus ¿no?

E1: ¿Cuentas de trabajo realiza?

E2: Hemos estado llegando a trabajar hasta dieciséis horas.

E1: Wow!... bastante. ¿Y actualmente quien acompaña, quien supervisa las actividades escolares de sus hijas?

E2: Hmmm, en todo lo que es mis hijas en temas del colegio se encarga mi esposa.

E1: ¿Y usted podría notar de repente como sus hijas se han podido adaptar a esta nueva educación?

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E2: Bueno les ha costado, les ha costado porque de cierta manera no tienen una libertad que por ahí tenían, el hecho de poder ir a vivir a visitar a sus abuelos o por ahí salir a hacer un poco de deporte… y han tenido que adaptarse y ser valientes también ¿no?

E1: Uhum...bien, este bueno dado el hecho de que la cuarentena inició y que bueno sus hijas van a pasar más tiempo en casa, siente que esa nueva situación que están ahora, ahora estar todos juntos en casa, ¿ha ayudado de repente a reforzar su relación con ellas?

E2: Sí, sí, sí indudablemente que el tiempo que se pasa en casa es mayor, indudablemente el compartir que uno tiene o que no lo tenía antes se ha mejorado en la convivencia, pero... en el caso mío, por la exigencia en el trabajo en toda esta pandemia no ha sido mucho, como te digo el horario de trabajo a veces no me permitía estar mayor tiempo con ellas ¿no?, el poco tiempo que me quedaba era para descansar.

E1: **Y entrando un poco más en el tema de crianza, si usted tuviera que autoevaluarse y colocarse una nota con respecto a cómo usted ha estado criando a sus niñas durante todo este tiempo, ¿qué nota se pondría?**

E2: No, yo aprobado...aprobatoria.

E1: ¿Con cuánto?

E2: Del uno al veinte, veinte jajaja.

E1: ¿Se puede decir que es un padre ejemplar?

E2: Ja ja ja, se puede decir que sí, llevo una vida ordenada, trato de ser ejemplar.

E1: Haber, justifíqueme esa nota... ¿qué cosas usted hace que dice, si tengo que tener esa nota veinte?

E2: Mira empezando con los protocolos, trato de ser responsable en el trabajo con el protocolo porque sé que yo puedo traer ese virus a mi casa, el hecho de yo llegar a casa me desinfecto totalmente, el hecho de pasar la puerta, me quito toda la ropa, un baño

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

cumpliendo todos los protocolos...es hoy en día lo que se vive, ser responsable y cumplir todos los protocolos y en el poco tiempo que tengo, trato de compartir aquí en familia, por ahí el día de descanso tratamos de hacer algo en familia.

E1: ¿Y de qué manera usted fomenta la comunicación con sus hijas?

E2: Eh... Los pocos momentos que podemos compartir, son mis días de descanso, en la cual conversamos por ahí, planificamos algún juego, por ahí también ver unas películas y los momentos pasamos en familia mayormente conversamos.

E1: ¿Y también realizan alguna actividad recreativa como familia feliz?

E2: Si, si, si por ahí, aparte de algunos juegos familiares, por ahí salimos, manejamos bicicleta, a hacer algo juntos.

E1: ¿Y actualmente cómo se distribuyen las tareas del hogar en su familia?

E2: Eh...la que maneja el tiempo con mis hijas es mi esposa, yo como te digo por el tema del trabajo, el poco tiempo que yo tengo trato de estar con ellas... pero normalmente la que distribuye es mi esposa.

E1: Y en cuanto a su relación de pareja, ¿siente que desde que inició la cuarentena ha surgido algún cambio?, ya sea positivo o negativo…

E2: No, no, no... todo, todo bien, siempre hay mayor diálogo con mi esposa, bueno tomando todas las precauciones, ya a parte de los temas que siempre existe, se ha agregado el tema del cuidado.

E1: Y ya con esto hemos terminado la entrevista, ¿no sé si usted desea agregar algo más? o ¿comentar algo? ¿preguntar algo?

E2: No, agradecer que me hayan tomado en cuenta para...para esta entrevista, y que haya servido de algo para seguir eh...colaborando con todos los protocolos ¿no?, y todas las exigencias que exige el virus.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E1: Entonces hemos terminado, otra vez le agradezco por haber participado, porque realmente la información que me ha brindado el día de hoy me sirve bastante para poder hacer este...el análisis correspondiente.

E2: Listo, gracias.

E1: Gracias.

Fin de entrevista

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

FECHA: 31 de Marzo de 2021 **ENTREVISTA:** N° 6

DURACIÓN: 01:01:28 min. **ENTREVISTADO:** Madre de familia, 31 años

E1: Entrevistador

E2: Entrevistado

TRANSCRIPCIÓN DE ENTREVISTA

E1: ¿Cómo está?, Buenos días, lo primero quiero presentarme mi nombre es Tania Gómez, y quiero agradecerle de verdad el tiempo que se está dando, para poder estar este día conmigo en la entrevista, sé que es temprano y es un día sábado que podríamos ocupar en otras actividades, pero de verdad agradezco mucho su participación. Nosotras le hemos enviado un documento, un correo con un consentimiento informado, ¿ha podido usted ver ese consentimiento?

E2: Si, sí lo leí, pero todavía no lo llené

E1: Ah ok, bueno esta entrevista tiene como objetivo una investigación, la cual es describir las manifestaciones de estrés parental que están experimentando los padres y las madres de familia durante esta pandemia de coronavirus en la ciudad de Ilo, entonces usted ha sido invitada para participar en este estudio y hay ciertas indicaciones, que si desea se las puedo leer, así rapidísimo, bueno si usted accede a estar en el estudio se le va a pedir responder preguntas en la entrevista no que tomará aproximadamente una hora de su tiempo lo que comienza de esta sesión se grabará de modo que las investigadores puedan transcribir después las ideas que usted haya expresado y una vez transcritas en entrevista en las grabaciones se van a eliminar, la participación en este estudio es estrictamente voluntaria y la información que se recoja será de manera confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de esta investigación, sus respuestas a la entrevista serán codificadas usando un número de identificación por lo tanto serán completamente

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

anónimas si tiene alguna duda sobre este proyecto siempre nos puede hacer unas preguntas directamente a mi o compañera en cualquier momento, y bueno lo importante es entender que esta investigación solo tiene un fin investigativos y académico. ¿Listo?, ¿está usted de acuerdo que se le grabe en la sesión?

E2: Si

E1: ok muchas gracias, bueno otra vez me presento un poco más, mi nombre es Tania Gómez, yo soy bachiller de psicología en la Universidad Católica De Santa María y me reúno con usted el día de hoy para conversar acerca de cómo ha enfrentado la cuarentena a su familia debido a esta pandemia de coronavirus, ¿no?, como usted ya sabe la enfermedad del Coronavirus, del 2019, lo que es el Covid 19, es una afección causada por un virus que se puede propagar de persona a persona este virus puede causarle síntomas leves hasta casos de enfermedad grave, esta pandemia ha conllevado que el gobierno peruano declare un poco y emita un mandatorio a nivel nacional, este confinamiento empezó el año pasado en el mes de marzo, en el cual que tuvimos que pasar varios meses en casa y nuevamente estamos viviendo de este confinamiento ¿no?, debido a la segunda ola que se está dando en nuestro país, este confinamiento está trayendo cambios drásticos en las rutinas de nuestros hogares, comenzando por la educación virtual, la educación desde casa, el teletrabajo, la manera de socializar con otros miembros de familia o amigos y observando a estas nuevas realidad es que deseamos conocer un poco más y describir sobre estos cambios que se están dando en su hogar, de tal manera que podamos analizar con fines académicos…antes de comenzar esta entrevista quiero recalcarle nuevamente que toda la información que se recoge el día de hoy es estrictamente anónima de confidencial y posteriores análisis esta grabación va a ser eliminada, así que usted puede sentirse plenamente segura de su

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

privacidad y todo esto va a ser debidamente cuidado. Para comenzar, quisiera empezar con unas preguntas básicas muy breves, para los datos sociodemográficos y lo primero es ¿cuál es su edad?

E2: 31

E1: y ¿cuál es su estado civil?

E2: casada

E1: ¿actualmente usted se encuentra trabajando?

E2: sí

E1: ¿dónde está usted laborando actualmente?

E2: un programa de intervención temprana

E1: este ¿es un centro de estimulación o…?

E2: de intervención temprana, atiende a niños de 0 a 3 años con alguna discapacidad o en riesgo de adquirir alguna…

E1: este es un ¿programa del estado o particular?

E2: si, del estado

E1: ¿cuántos hijos tiene usted?

E2: 2, dos hijos

E1: ¿cuáles son los nombres de sus hijos?

E2: S[Nombre] que tiene ocho años, que va a cumplir pasado mañana ocho años y A[Nombre] que tiene tres

E1: S[Nombre] y A[Nombre], de 8 de y tres años; en la vivienda donde ésta reside actualmente ¿es alquilada o propia?

E2: es propia

E1: ¿con cuántas habitaciones cuenta con esa casa?

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E2: ¿Habitaciones?, ¿o sea cuartos para dormir?, cuartos tres, tengo tres cuartos, la sala-comedor, cocina patio y baño, y lavandería

E1: y usted cuenta con una conexión estable en internet a casa o ¿es a través del celular que se conecta a internet?

E2: si, con Wi-fi

E1: ¿Con quienes actualmente vive usted en su casa?

E2: mis dos hijos y mi esposo

E1: entonces son cuatro personas que están recibiendo en casa ahora, actualmente ¿está realizando alguna cuarentena voluntaria?

E2: ¿voluntaria?, ¿o sea por Covid?

E1: por Covid, por la segunda ola…

E2: bueno estamos en la casa, mi esposo tuvo Covid, pero ya está trabajando

E1: porque a diferencia de la primera fase, la primera etapa de llama que se vio el año pasado en marzo, la cuarentena fue mucho más estrictas y por la novedad, por todas las restricciones que había por parte del gobierno, en este caso nuevamente estamos viviendo ciertas restricciones es verdad que de acuerdo al departamento está variando, hay departamentos donde están en riesgo más alto, y pues está un poco más restringida y hay toques de queda, pero ahora llegamos con esta segunda ola y con todo lo que hemos vivido…¿ustedes tienen algún protocolo o alguna restricción?

E2: bueno, no por como mi esposo tuvo Covid hace dos semanas, terminó su aislamiento porque salía negativo, no estamos presentando a ningún familiar, o sea antes si nos íbamos a la casa de mi mamá o a la casa de mis suegros, pero no estamos yendo, por cómo empezó la segunda ola y mi esposo tenía neumonía entonces tenía que cuidarse y como ellos salen porque también trabajan y este pueden también contagiarse

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

y él puede volver a contagiarse y obvio queda débil, igual mis suegros son mayores de datos, y entonces para cuidarlos…

E1: ¿En qué trabaja su esposo?

E2: es policía

E1: ¿Usted también tuvo que hacerse le test?

E2: antes sí sí, lo hicimos como unas tres veces o sea también negativo ahora si mis hijos todos salimos negativos, también les hicieron a los pequeños

E1: bueno el Covid 19 es esta nueva enfermedad que nos está afectando un nivel mundial esta pandemia, ¿sabe usted en qué consiste esta enfermedad este virus o tiene alguna información sobre este virus?

E2: claro, bueno que es un virus que se puede contagiar a través de los fluidos, que puede ser este es los fagocitos que esparcen cuando estornudamos, también este más que todo cuidarnos, ponernos la mascarilla

E1: ¿cómo obtuvo usted esta información?

E2: bueno por todo lo que se ve es lo que informan, aparte de eso por mi trabajo tuve que hacer un curso por internet, de los cuidados que debe tomar de forma veloz

E1: de hecho, usted ya me comentó un poco, pero adicional a su esposo hay algún familiar suyo conocido que se haya infectado con ese virus

E2: no solamente él

E1: entonces no ha tenido que pasar digamos por el fallecimiento de un amigo o familiar

E2: no

E1: ¿Qué cambios se ha notado usted en su familia desde que la cuarentena empezó?, digamos, retornando a lo que sería el año pasado en el mes de marzo, cuando surgió, bueno, si bien es cierto la enfermedad ya surgió en el 2019, por eso

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

es que es Covid 19, en diciembre, nosotros recién lo experimentamos en nuestro país en marzo y se decreta ¿no?, la cuarentena obligatoria, desde ese momento que cambios ha notado usted en su familia

E2: ¿cambios del encierro? S

E1: desde esa cuarentena, regresando a marzo ¿qué cambios ha notado usted en su familia?

E2: bueno yo la verdad no soy de salir mucho, por eso es que a mí, si a veces un poco de estrés, porque pues ni si mi hijo tiene TDH y él pues obviamente que siempre salíamos en las tardes porque él pues tenía que botar las energías ¿no?, hacía básquet o hacia otra actividad extracurricular, y ahora pues ya no se pudo hacer ¿no?, y pues obviamente el estrés que él siente, pues éste de diferentes, a veces se pone a gritar o hacer diferentes éste y cosas ¿no?, propias de ese síndrome, pero estrés más que todo y bueno, y nosotros ya nos hemos acostumbrado, bueno a no salir tanto, a veces salimos y ya mis hijos saben que el parque no podemos estar en los jueguitos, porque todo el mundo agarra, todo el mundo coge ¿no? como que se ha hecho un hábito ¿no?, mi hijo también, bueno ahora que se puede salir un poco más ya esté…. salimos a dar una vuelta, pero ya no es como antes obviamente…que vamos a los dos y subía y bajaba, u otros lugares donde haya actividades para niños, solamente es una vuelta en el carro y en el parque, pero ya no negó al que antes

E1: entonces ahí podríamos mencionar el estrés, que generalmente ha sido una de los grandes factores en esta pandemia en muchas familias, el cambio de rutina de sus pequeñas en especial de su hijo mayor que estaba quizás más acostumbrado a actividades físicas, fuera de casa, pues como que cambiar ahora esa rutina, ¿algún otro cambio que notaba ustedes en sus hijos o el estrés su esposo?

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E2: más que todo en la rutina sí, que ha cambiado, obviamente que yo tengo que trabajar acá y bueno al principio no estuve trabajando, yo empecé a trabajar los tres últimos meses y al principio estaba más tranquila porque yo hacía las cosas con él y con mis dos hijos, pero cuando empecé a trabajar, ya tuve que dejarlos y contratar a alguien que los estuvo cuidando, porque mi hijo mayor no no puede estar sin supervisión cuando está en clases, entonces ya yo me dedicaba a hacer mi trabajo, cuando estaban de vacaciones, veían televisión y yo sigo trabajando ¿no? pero cuando se den clases pues siempre que están mirando ¿no?, si están atendiendo ¿no?, pero más que todo es el estrés de cambio de rutina

E1: justo iba a pasar a esta pregunta ¿no?, ¿cómo era su rutina?, la de usted y de su familia antes del Covid 19…

E2: antes del Covid 19, bueno yo me iba a trabajar, mis hijos se iban…bueno mi hijo se iba a estudiar porque mi hija todavía no estaba en el colegio, ella se quedaba con su abuelita y mi esposo iba a trabajar, cada uno estaba en su trabajo y mi hijo en el colegio… ¿no?,. yo salía a la una de la tarde, este…bueno mi esposo lo recogía, luego recogíamos a mi hija, almorzamos y nos regresamos a la casa y si había que seguir porque mi hijo tenía alguna actividad, salíamos, sino ya hasta el día siguiente igual

E1: usted también trabajaba en el mismo programa que está ahora y de manera presencial

E2: presencial sí

E1: su pequeña estaba en el colegio y la pequeña estaba con su suegra

E2: porque ella todavía ya no entraba en colegio, recién en el año 2020

E1: y esta rutina cambia ahora con el Covid, porque estos últimos tres meses a estado trabajando de manera virtual

E2: sí

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E1: entonces tiene que trabajar en casa, se encarga de me imagino de los cuidados en casa o ¿hay alguien en casa que ayude con lo que es la limpieza?

E2: yo tenía una señora que venía dos veces a la semana a ayudarme en la limpieza, por lo mismo que yo estaba trabajando y a veces no tenía mucho tiempo, pero por esto del Covid ya no, porque como la señora también trabajaba en varias casas, entonces ya no, entonces yo tengo que encargarme de la limpieza de toda la casa y bueno igual pues de cuidarlos, de todo prácticamente

E1: entonces digamos que toda la red de soporte o apoyo que usted tenía, el colegio donde usted enviaba a su pequeño, la mamá de su esposo que es la que cuidaba a su hija y la señora que le ayudaba dos veces a la semana de la limpieza y mantenimiento de su hogar, tuvo que cortarse ¿no?, y usted pasa a ser la primera, digamos responsable del mantenimiento de su hogar

E2: si

E1: en cuanto al cuidado ¿no?, su esposo durante la pandemia imagino que por su trabajo él no podría hacer trabajo virtual desde casa o ¿si podría trabajar desde casa?

E2: no… también tenía que ir, aunque hubo casi un mes, más o menos 15 días que, que se quedó en la casa, porque en su trabajo todos salieron positivos, entonces por ser contacto directo, bueno le dieron por 15 días entonces estuvo en casa

E1: de hecho, la profesión o el trabajo de su esposo, pues era una de las líneas frontales ¿no?, y con toda esta enfermedad, entiendo que luego cambian a las clases virtuales y ya no estaban saliendo

E2: los primeros meses nada, por el miedo obviamente y realmente estaba todo reciente

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E1: y ¿qué es lo que usted piensa de la situación actual?, ahora ya a casi un año desde que empezó esta pandemia, del aislamiento, de no poder salir en general de la situación por la que estamos pasando ya sea por la pandemia

E2: yo la verdad es que a veces reniego cuando miro las noticias, porque la gente no entiende y no comprende y sigue saliendo, bueno sigue haciendo fiestas y ahí es donde ha empezado todos los contagios, pero bueno también la gente habla de que empieza la cuarentena y no hay trabajo no hay trabajo, pero bueno al menos en Ilo, este, ¡dios mío! qué la gente no sé cómo decirlo, estela gente dice no hay trabajo, no hay trabajo, pero aquí el comercio por lo menos ha estado normal, porque la gente que vendía cosas por internet, y más que todos los perjudicados han sido buenos los colegios pues ¿no?, ya no han podido trabajar y cobrar lo que obviamente se cobra por las clases presenciales y también bueno algunas instituciones que eran presenciales, eso bueno para mí el confinamiento o estar aislado de este otro para mí están bien, pues porque igual yo no salgo mucho y uno no salgo mucho y a mí la verdad no me gusta mucho salir…quizás en mis hijos un poco, tratamos de dar vueltas por acá pero ya no es como antes igual y ya nos hemos acostumbrado a la verdad, hemos tratado de comprar cosas juegos que estén aquí dentro de la casa para que por ejemplo no esté aburrido y variarle cada razón las actividades ¿no?

E1: y justo pasó a esa pregunta ¿cómo se siente usted respecto a esta nueva normalidad?, entiendo que no salía mucho a usted antes, entonces no está afectando tanto ese punto, pero en general digamos con las restricciones de la mascarilla, de la socialización, aunque ya no se puede visitar mucho a nuestros familiares, sobre todo a las nuestras familias que son mayores, nuestros padres, abuelos, tíos… cómo se siente usted respecto a esta la normalidad

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E2: como le dije, yo no era de salir mucho, pero éste sí obviamente a veces pues ¿no? me extraña no salir, de decir "hoy sábado y hoy me voy donde mi mamá todo el día" ¿no? y no se puede pues no obviamente más que todo por cuidarlos a ellos, para que no se no se enfermen, por si acaso pero igual es como le digo es a veces el estrés un poco más este tema sobre todo el estrés, por ver este vamos a mis hijos aburridos, y a veces si sí o si no podemos salir porque mi esposo está de servicio y trabaja un día sí y un día no y viene por ratos a veces como está trabajando pero no podemos salir por ejemplo porque si quiero salir tengo que ir a buscar un taxi, y a veces tengo un señor que a veces por emergencias hace taxi, pero a veces éste no está por aquí en donde yo vivo, en la pampa, entonces no podría salir, porque no tomo cualquier taxi, con los cuidados me pongo media neurótica creo, es extremo e igual cuando entran a mi casa, alcohol y en el piso con tapete de lejía, nos cuidamos bastante

E1: y entrando este lo que usted mencionó, que es un poco preocupada, por decirlo como usted lo menciona "neurótica", ¿por qué cree usted que será eso o qué exactamente qué es lo que más le preocupa sobre esta situación del Covid?

E2: bueno obviamente este…contagiarnos ¿no?, porque si bien es cierto, mi esposo ya ha estado mal y esa situación es peor porque ni siquiera yo puedo salir porque si salgo yo no sé si tengo o no tengo y puedo contagiar las otras personas y a mis hijos no los puedo mandar a que los cuiden los abuelitos, ni mis papás, porque también pueden contagiarlos ¿no?, entonces ese es mi temor, otra vez enfermarnos, y todo me lo traían a la casa y dejamos las cosas en la puerta e igual mi suegro ¿no?, por no salir entonces es horrible, al menos cuando uno no está enfermo puede ir a la tienda o puede ir ¿no?, pero exactamente no salir para nada de tu casa

E1: digamos que lo que le preocupa, es que se vuelva a contagiar obviamente por la exposición que tiene su esposo pues es también un riesgo y segundo si se da pues

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

usted ya pasó por esa situación y no poder contar con apoyo externo digamos, usted está mal pues pueden venir y visitarla quizás darle apoyo, pero en esta situación en esa enfermedad no puede ser recibir visitas, no puede recibir este apoyo directo más que le dejen cosas fuera de su casa…esas son las cosas que más le han preocupado

E2: si, y también interno ¿no?, por como mi esposo estaba mal, entonces él estaba en un cuarto encerrado y yo le pasaba todo por la ventana, entonces éste y mis hijos estaban yo estaba sola con mis hijos prácticamente no y tampoco no podía servir con ellos y encima de todo estaba dando clases, entonces hay una hora en que era hora de que yo le decía la "hora del alboroto", porque les ponía la televisión les ponía todo, y empezaba a dar mis clases indicadas y tenía cinco minutos entre clase y clase…y yo salía y los miraban ¿no?, pero de rato en rato escuchaba que gritaban o se peleaban como todos los niños, y yo apagaba mi micrófono y decía la hora del alboroto empezó

E1: y la verdad, admiro mucho todo el trabajo que estaba haciendo, porque ha estado cuidando de su hogar, cuidando de sus hijos, cuidando de su esposo enfermo y a la vez trabajando, las responsabilidades que ha tenido usted que llevar…

E2: si, pero ya paso

E1: exacto, pero lamentablemente todavía hay muchas restricciones, pero quizás estamos aprendiendo a sobrellevar digamos esta nueva normalidad mejor manera, no como al principio que todo cambio y pues nos cambió bastante la rutina, y ¿cuándo su esposo se enfermó hay algo que le preocupó?

E2: sí, más que todo cuando le dijeron que tenía neumonía, obviamente este pues uno piensa ¿no? que es lo que pasa y se pone peor y hay que llevarlo al hospital y si fallece y si se muere, se complica, me vi en la situación sola ¿no?, pero ese era mi mayor temor, que se complicara la situación…

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E1: ¿cómo padre o madre que es el que más lo ha preocupado o agobiado de esta situación?

E2: bueno, mi hijo más que todo ¿no?, porque como le digo el salía constantemente, porque tenía que desestresarse por decir ¿no?, y ahora no podía hacerlo entonces, mi preocupación era buscar nuevas actividades para él dentro de la casa ¿no?, para que no se sienta así, porque él ya decía "estoy aburrido" "a qué hora salimos" "porque no nos vamos" "no tengo nada que hacer", había todo para que él hiciera, pero él "no no no tengo nada que hacer" "ya no hay nada con que jugar" entonces es buscar nuevas actividades para que él haga dentro de la casa, por decir ahora le hemos tenido que comprar una piscina porque él quería en la playa pero ya no hay playa, entonces tenemos que llenar la piscina entonces el por lo menos hasta unas tres veces al día metido ahí entonces hay que cambiarlo y volverlo a cambiar, entonces cuando él está ansioso empieza a hacer ruidos, empieza a hacer unos ruiditos, empieza a hacer "ah ah ah ah" y empieza a gritar así, y entonces ya sé que está aburrido y estresado y por eso mismo hemos comprado eso, y ahora estamos viendo ocupar y nos han recomendado una cama saltarina, y tener todas esas cosas dentro de mi casa, porque sí

E1: y por lo que usted me comenta la rutina que se tenía por su hijo, tenía que tenerlo en varias actividades físicas y externas al colegio ¿no?, entiendo que involucre más energía en esas actividades, si nosotros tuviéramos que regresar a la normalidad, lo que era antes digamos que eso beneficiaría obviamente muchísimo a su hijo , o sea me refiero…¿cómo se sentiría usted si le dicen a partir del día del lunes nos olvidamos de las restricciones, las pandemias y ya no hay más y pueden regresar los niños al colegio que ustedes pueden regresar? ¿cómo se sentiría usted, estaría nerviosa ante esto?

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E2: sí, sí, porque si la pandemia sigue y ya habilitan todo, pero no hay nada, no hay una solución, obviamente estaría nerviosa, porque el hecho de que mi hijo vaya al colegio y se junte con otros niños que yo no sé cuáles sean las actividades que realizasen sus padres o si tienen el mismo cuidado que yo tengo en mi casa con ellos o sea por decir todo lo que es para el cuidado para no contagiarse ¿no?, porque obviamente ellos se van a sacar la mascarilla en el colegio y no va a ser igual ¿no?, sería mi miedo, diría "dios de verdad, lo mando, no lo mando", igual yo tendría los mismos cuidados que hasta ahora ¿no?, no sería " vamos salir y vámonos" no, no

E1: si digamos le dicen "ahora en febrero empiezan las clases y empiezan presenciales"

E2: la verdad es que…

E1: y si le dicen a usted el lunes empieza a trabajar presencialmente

E2: la verdad es que yo he conversado con mi esposo y si tuviese que trabajar ya presencialmente, uno, bueno en mi trabajo me plantearon que de repente este este año iba a ser semipresencial por ejemplo una semana si una semana no, algo así ¿no?, pero igual, con esposo dijimos de repente no, lo pensaría bien , y de repente no trabajaría sinceramente, bueno por qué por qué no te dan ninguna garantía de que de repente yo me enfermo o un hijo se enferma y después dan garantías ¿no?, las consecuencias no se saben pues, ahora los niños se están enfermando, como ese niño que ha muerto en Arequipa, no habrían todas las garantías que se necesita para estar segura

E1: y adicional a esos sentimientos que me han comentado, que se sintió estresada y un poco preocupada, ¿hay algún otro sentimiento que ha experimentado en esta pandemia?

E2: y claro a veces ansiedad, porque yo tenía que hacer una cosa, tenía que hacer otra, y más que todo cuando mi esposo estaba enfermo, me las veía sola, entonces qué hago

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

cómo hago todo, pero ya y bueno este yo más que todo…como mi hijo hacía terapias, tenía esa ansiedad porque no sabía, el psicólogo me enseñó, me dijo "tienes que respirar, respira, cuentas y piensa, que puedo hacer, que solución le doy", entonces ya hacía eso

E1: ¿y cómo se manifestaba esta ansiedad?

E2: yo me sentía este, que no sé, es un sentimiento, así como que el nerviosismo, no sé todo, tenía que a veces dar clases y yo en ese momento, yo este… pasaba algo con mi hijo, o era la hora del almuerzo, y a veces éste tenía una reunión así en vía ZOOM con el personal de mi trabajo y mi solución era apagar la cámara, y el micrófono, y seguir con la reunión pues no, pero en realidad no está totalmente atenta a la reunión pues ¿no?, pero dentro de un rato si escuchaba algo

E1: y esta ansiedad se manifiesta de manera física también, ¿usted ha experimentado algún cambio o malestar físico durante esta pandemia o cuando usted se sentía un poco ansiosa?

E2: yo sufro de migrañas para con todos los males y este me empezaba a doler la cabeza ¿no? pero igual ya no era como antes, porque yo me echaba a mi cama a dormir después, y mi esposo cuidaba a mis hijos , y la señora que venía cuidaba a mis hijos y yo mechaba a mi cama a dormir, pero ahora no porque no había nadie que me ayudara, ni modo lo que ha pasado conmigo o el cambio que tenía es que yo a veces dormía en las tardes, dormía una hora o dos horas en las tardes, después que llegaba de trabajar pero ahora ya no, yo estoy todo el día despierta, más que todo yo me levanto [8:30 a.m.] ocho y media de la mañana y los sábados me a las 10:00 a.m. [diez], pero este eso ha cambiado mi rutina de sueño yo ya no duermo en las tardes, y me cuesta dormir en las noches

E1: justo eso iba a preguntarle, si usted puede descansar bien

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E2: no consiguiese el sueño muy rápido y siempre dormido tarde, porque mi mamá también era profesor y hacía cosas en la noche haciendo sus cosas del colegio pero ahora más ¿no? me cuesta más conciliar el sueño y a veces como también ahora tenía un cambio porque este, mi hija la menor, todavía dormía conmigo pero ahora ya está durmiendo en su cuarto y mi esposo a veces hacia a mi hijo dormir ya ya se quedaba durmiendo con él y mi hijo lo llamaba a mi esposo para que duerma con él, pero ahora ya no hace como dos semanas, cada uno duerme en su cuarto ¿no? y nosotros lo menos en nuestro cuarto obviamente pero a cada rato voy a mirar a ver si están bien tapados así…eso es más que todo un cambio, el sueño, la rutina del sueño

E1: antes de la pandemia, que tan frecuentes eran sud olores de la cabeza, sus migrañas…

E2: yo antes de tener a mi hija mi hija, si tenía bastante bastantes dolores de cabeza me venían las migrañas y bastante, pero después de tener a mi hija no me ha dado muchos dolores no sé así a veces da más yo lo pongo…

E1: por semana o por mes

E2: no por mes y 1 o 2 veces al mes, no sé por qué será, pero después de tener mi hija y este o sea bajó bastante en el tema de los dolores de cabeza y este y ahora en la pandemia igual sea tampoco es nada muy continuo, pero si me ha dado dolores de cabeza…

E1: digamos al mes cuántas veces le daba la migraña…

E2: tres a cuatro veces

E1: digamos que el doble de dos a cuatro migrañas, pero la diferencia es que pues demoraba más en pasar ¿no?, no podía usted descansar, y ¿en cuanto al sueño? Antes de la pandemia usted me dice que siempre a dormido un poco tarde, antes de la pandemia ¿a qué hora usted más o menos se dormía?

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E2: yo, a la una [1], una y media [1:30 a.m.], así, cuando bueno si tenía que hacer informes o amanecerme haciendo informes si hasta las tres [3:00 a.m.] de la mañana, pero era una vez cada 3 meses…

E1: pero digamos, su semana regular siempre era tarde, a la una [1:00 a.m.] de la mañana usted dormía…

E2: sí, pero a veces dormía a las once [11:00 p.m.] de la noche, por lo general estaba durmiendo a esa hora, pero cuando tenía ese trabajo, si a la una [1:00 a.m.]

E1: y cuando empiece a la pandemia, a qué hora usted podía dormirse

E2: yo a las 3 [3:00 a.m.] de la mañana y a veces 1 vez, no más de una vez, 3 o 4 veces me he dormido a las siete [7:00 a.m.] de la mañana

E1: y cuando no podía dormir ¿qué es lo que hacía?

E2: miraba películas o miraba el celular o me ponía a revisar, este…como yo vendo unos productos también por catálogo, me ponía a mirar que había

E1: y digamos que le costaba un poco dormir más, porque simplemente no le daba el sueño y no podía, digamos cerrar los ojos o había algo que en ese momento éste estaba preocupada o pensando

E2: si, pero no es que no duermo por preocupaciones la verdad, muy pocas veces, más que todo es que no puedo dormir, porque yo no pueda dormir por alguna preocupación, la verdad, no,

E1: si pues, porque cuando vamos a dormir, empiezan a aparecer pensamientos e ideas de lo que ha pasado durante el día, pero no, era simplemente que el cuerpo no podía ok…y ahora pasando un poco al tema de sus hijos ¿no?, ¿quién acompaña o supervisa las actividades de sus hijos?

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E2: en un principio, lo estaba haciendo yo, pero cuando empecé a trabajar este tenía…una tía de mi esposo que trabaja como auxiliar de educación, y ella es la que estuvo viendo a mi hijo, a mi hijo y Alondr

E1: ella es la que los acompañaba, ¿digamos en sus clases virtuales?

E2: sí, ella lo acompañaba en sus clases virtuales

E1: le resultó fácil adaptarse a esta nueva realidad, a esta nueva

E2: claro, claro, obviamente si , cuando una lo lleva al parque, pues ahí se desestresan más, pero a veces él también reniega, ya está renegando o este, como se dice, este…intolerante a la frustración, cualquier cosa pasa y para él es, para no llorar a los cambios mejor mucho dicho, ¿no?, si tú le dices vamos a hacer algo hoy en la mañana, tengo que hacerlo, porque si no todo el día está "ya, ya, ya" y si le digo pues no tengo tiempo ahora, pues "buaaa" ¿no? rápido, si tenemos algo que hacer en la calle, por a o b, ya no se pudo hacer…

E1: entonces, ¿siente usted que esta cuarentena ha favorecido en la relación con sus hijos, ha notado usted algún cambio?

E2: sí, porque hemos estado más tiempo juntos pues no, porque yo trabajo porque eso, pero en realidad yo siempre he estado con ellos, porque como yo trabajo hasta la una de la tarde y ellos salían casi a la misma hora, casi toda la tarde era para estar, nosotros junto, tampoco no, desde chiquitos y no de repente otras personas me los han criado ¡no!, siempre han estado conmigo, claro pero igual al estar prácticamente todo el día juntos o sea ha favorecido es más que todo para para poder controlar más que todo a mi hijo, es un poco difícil más que todo con el encierro se podía muy intenso…

E1: y como usted pasa bastante tiempo con ellos incluso antes de la pandemia, usted era la que los cuidaban en la tarde y ahora pues con su me dicen son todo el

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

día con sus pequeños, ¿usted ha notado algún cambio que sea positivo o algún cambio que haya visto que sea negativo?

E2: bueno mi hija ahora está más pegada a mí, y mi hijo igual ¿no? mi esposo es el que se ausenta más, porque él tiene que ir a trabajar y ellos están más pegados a mí, están más dependientes

E1: y eso sería para usted algo bueno o algo como que no tan bueno

E2: si yo pienso que, si es bueno, porque de repente mi hijo antes era más pegado a su papá si no estaba su papá o si esto si no dormía con su papá, este para él era un drama "no no no está mi papá", "papá tienes que venir hoy día", pero ahora ya no, ya se acostumbró, a que no está y ahora soy yo…

E1: podríamos decir que sus vínculos se han fortalecido ¿no?, con sus hijos y algo de lo que he escuchado de lo que me comenta, es la frustración de su hijo mayor de mi hijo como que no está tolerando mucho ciertas situaciones ¿no? digamos que ese nivel de frustración se está incrementando con la pandemia…

E2: si al principio un poco más ahora como que ha bajado, por el hecho de que de repente ya hemos ido al parque y ya hemos salido un poco más ¿no?, pero sí ya bajó un poco y también porque ya no estamos en épocas del colegio y ya no tenía que hacer tareas, porque él también se estresa bastante a la hora de que ya clases, hubo un rato en que ya le agarró el hilo y ya estaba sentado ¿no? pero al principio si se estresa bastante con la metodología pero ya al final, todos ¿no?, uno se llega a acostumbrar

E1: y ¿cree usted que ha podido manejar adecuadamente la crianza de sus hijos durante esta cuarentena?

E2: si, bueno haciendo las actividades, como le digo yo también como hago terapia, entonces yo también hacía digamos que se está haciendo el libro dilo, ya también les imprimía a ellos así mi hijo ya, todos pintando

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E1: digamos, ahí la ventaja es que soy cuenta con los conocimientos digamos y los materiales para, para poder manejar adecuadamente la crianza de sus hijos

E2: si, aunque igual con mi hijo siempre es un reto todos los días porque no se sabe de qué un humor va a amanecer, pero, pero soy su mamá ¿no?, si yo no puedo con él

E1: y actualmente como fomenta de la comunicación con sus hijos

E2: y bueno, o sea, si tienen confianza conmigo

E1: cómo se da la comunicación con sus hijos en su familia

E2: sí bueno y mi hijo, si los dos dicen lo que sienten, no sé no sé cómo se callan, no es que hay hoy día éste les le llamé la atención por algo, los castigué por algo y en este recienten ¡no!, mi hija es más lora que mi hijo, pero sí siempre hablan lo que sienten, eso para mí está bien ¿no?, porque siempre les hablo no cualquier cosa así o si por ejemplo y siempre hay que tener desconfianza con todo el mundo, si vas a algún lado y tal persona te dice algo tienes que contarme

E1: entonces digamos que usted tiene esa ventaja que sus hijos pueden expresar siempre cómo se sienten con usted, y usted también conversa con ellos y les dice "no hagas esto o si sientes esto" ¿usted cree que ha mejorado durante la pandemia?

E2: sí porque hemos estado juntos todo el tiempo

E1: ¿han tenido mayor tiempo para comunicarse? Digamos

E2: sí y por ejemplo hasta los dibujos ¿no?, antes por ejemplo yo los dejaba "ya mira tus dibujos" y yo me ponía hacer otras cosas, pero ha habido tiempos donde yo me he sentado con ellas a mirar los dibujos, a veces la han mirado como mi hija la menor, a mirado una película como 10 veces

E1: luego de ver esos dibujos podían comentar un poco de los dibujos

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E2: si, y hasta jugar porque incluso hemos ido un día a Plaza Vea, y hemos visto unos lentes de una niña que salía en la película y "mira, hija, los lentes de tal personaje" ¿no? entonces te los compro y jugamos, a veces tal juguete y yo de qué es eso, no conocía, pero ahora ya no, me ha ayudado a saber sus gustos

E1: y como familia, realizan actividades, de recreación con sus hijos, que actividades realizado o en que momentos las realizan, por ejemplo, me comenta lo de la piscina, lo que estaban viendo películas, ¿qué actividades realizan ustedes como familia?

E2: bueno cuando salimos a dar vueltas, a veces también mi hijo le gusta bastante los juegos de mesa, también hemos comprado una mesa, también miramos películas juntos no sé por qué pero les gustan las películas de terror, y gusto ayer decían vamos a ver una película en familia decía mi esposo, y mi hija decía "papá, yo quiero ver Chucky" y ya mí no me gustan las películas de terror pero ni a mi modo vamos a ver chucky, y ellos o sea parece un chiste la película de terror y ya todos ponemos los cojines en una alfombra y miramos Chucky pero estamos juntos no

E1: y ¿en qué momento realizan estas actividades?

E2: en las noches ¿no?, más que todo porque mi esposo de este ahora también tiene una empresa de desinfección entonces a veces tiene que estar en las mañanas allá y entonces no tiene mucho tiempo por las mañanas, entonces es mayormente a partir de las 6 de la tarde, a veces antes bueno, pero mayormente por la tarde estamos juntos ¿no?, entonces ya esa hora cenamos juntos y miramos película o algo, a veces mi hija quiere jugar con su papá lo hace jugar a la cocina y ya está jugando

E1: y ¿cómo están distribuyendo los deberes del hogar en la familia?

E2: bueno todo lo que es la limpieza lo hago yo, antes mi esposo me ayuda un poco más cuando viene cuida a los bebés y yo hago toda la limpieza y cuando tengo clases él se

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

encarga de cuidarlos, pero ahora como está con otro trabajo más como le digo, que es la desinfección este a veces éste no está mucho tiempo, e igual y como existe la necesidad, porque yo estoy construyendo, tengo esta casa, pero estoy construyendo otra casa donde vamos a ir a vivir entonces éste necesitamos pues más ingresos para poder terminarla, entonces está bien por ese lado, nos estamos apoyando así pues no mientras yo pueda o las que es yo no puedo hacer él las hace cuando hasta aquí sí

E1: porque ha estado estoy haciendo un gran trabajo, cuidar a sus hijos, trabajar desde casa, la limpieza, las clases virtuales, usted también tenía que cocinar para ellos

E2: estuve cocinando sí más que todo cuando mi esposo estuvo mal, yo estuve cocinando porque no podía comprar comida y también porque le dieron una dieta alcalina y tenía que hacer puras ensaladas, verduras, no nada de frituras y esas cosas, pero este mayormente por ejemplo cuando yo sé que no me va a alcanzar el tiempo, ya tengo un delivery que me trae menú, entonces yo llamo y ya me lo traen, o mi esposo lo recoge, pero a veces todo la semana no cocino, puede ser de repente sábado o algún día entre semana ¿no? que mis hijos quieran algo porque a veces también me dicen "mamá yo quiero comer tallarines rojos pero los que tú haces" entonces ya tengo que coordinar mis tiempo y ya les tengo que hacer

E1: regresando el tema de su esposo ¿no?, si bien es cierto está trabajando más ¿no?, pero también siempre busca la oportunidad para apoyarla ¿cómo ha sido de la relación de pareja durante la cuarentena? ¿usted ha notado algún cambio?

E2: o sea está más tiempo con nosotros, bueno si bien siempre estaba un día sí y un día ¿no?, a veces éste salía pues ¿no? pero ahora esté yo no se puede porque obviamente no se puede juntar mucho con otras personas ¿no?, pero sí o sea él siempre ha sido cariñoso con sus hijos ya siempre ha buscado el tiempo para estar con ellos ¿no?, es ese en ese

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

aspecto o sea siempre ha sido así siempre ha sido así con ellos, como dice su mamá esté a él le gustaban los niños de chiquito ¿no?, siempre estaba cuidando sus primitos o así no siempre ha estado con ellos, igual es con mis hijos, siempre está con ellos, quizás la que dice la malvada soy yo, porque yo siempre estoy no hagas esto o así no es, la que imparte la disciplina en la casa, por mi mamá ha sido profesora y mi papá ha sido oficial de la policía, entonces en mi casa era como el ejército y yo soy igual aunque dicen no puedes criar a tus hijos igual como te han criado a ti, ya el mundo no es igual pero igual siempre quedan 2portate bien" o en la mañana mi suegro me cuestiona porque yo le digo a mi hijo" éste ya te levantaste" bueno ya "que has hecho todo el día" "tiende tu cama" y "arregla tus juguetes", me dice parece que no tuviera, porque le digo, si tiene que hacer, le digo, "que tal le toca una mujer que tiene que trabajar todo el día, le va a estar todo el día con la cama distendida todo el día, pues no, él tiene que caer" tiene que aprender a hacer cosas, y quizás yo le digo a mi esposo "tu mamá ha tenido un error muy grande porque ella le ha hecho todo a mi esposo" entonces cuando recién nos casamos mi esposo también quiere que yo le haga todo y en mi caso no ha sido así porque cada uno tenía sus obligaciones ¿no? y hasta que él se ha acostumbrado a mí a mis rutinas y bueno obviamente yo tiendo en mi cama ¿no?, entiendo porque él se va a trabajad, aunque a veces si cuando yo estoy ocupada pero mi esposo no ha lavado un plato y ahora ya ha cambiado y ahora más porque también es el veces el ve que estoy haciendo otra cosa y él ya empieza a ayudarme, o sea siempre hay problemas obviamente ¿no? pero no me puedo quejar de mi esposo

E1: porque justo de acuerdo a la pregunta que le hice usted me está comentando y pues no está comentando en la relación en cuanto a él como padre y que está apoyando sus hijos que es muy amoroso que incluso la convivencia pues al comienzo del matrimonio fue pues adaptarse a nuevas reglas a lo que ustedes están

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

formando en su nueva familia, pero mi pregunta iba más respecto hacia ustedes dos…como su relación de pareja, ¿usted ha notado un cambio durante esta pandemia?

E2: quizás ahora hemos compartido más tiempo juntos, más tiempo juntos, pero también por ejemplo él y yo…este una vez a la semana o dos a la semana salíamos solos ¿no?, salíamos solos nos íbamos al cine o salíamos a un lado cuando no había pandemia, entonces tratábamos de darnos un tiempo para nosotros, pero ya no se puede, porque obviamente todo el tiempo estamos con los bebés y ya no podemos dejarlos donde mi mamá o donde mi papá, o con otra persona para poder salir juntos. pero sí o sea por ejemplo cuando los bebés se duermen, también vemos películas juntos ¿no?, y ya no hay este tiempo para nosotros juntos, pero igual lo disfrutamos con los bebés ¿no?

E1: entonces digamos que esa convivencia que ahora están pasando más tiempo juntos y que ya no pueden tener actividades netamente a solas fuera de casa siéntese que ha mejorado o como que bueno…es lo que hay

E2: bueno como le dije a mi no me gusta salir, o sea para mí, no es como que "ay extraño…", ¡no!, para mi está bien y para el también porque compartimos tiempo juntos igual, bueno también habría que preguntarle a él también

E1: bueno, hasta aquí llegué, ya no tengo más pregunta que realizarle, no sé si de repente tenga usted algo más que agregar o compartir conmigo o si tuviera alguna pregunta o alguna duda…

E2: no, no está bien

E1: bueno si eso es todo, creo que ya podemos culminar, no sin antes en verdad agradecerle profundamente y a su familia. Usted me comento de su rutina, los sábados usted aprovechaba para dormir un poquito más ¿no?, y que me brinde un momento y un espacio para compartir esto de aquí lo que ha experimentado su

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

familia durante esta pandemia, de verdad lo valoro mucho, como le comenté en un principio si usted tiene alguna duda o alguna pregunta, no dude en contactarnos, ya sea por correo electrónico o por teléfono, que nosotras siempre estamos disponibles para usted. Me despido, muchísimas gracias, que tenga un bueno, hasta luego.

E2: hasta luego, gracias.

Fin de entrevista

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

FECHA: 11 de Febrero de 2021 **ENTREVISTA:** N° 7

DURACIÓN: 01:15:49 min. **ENTREVISTADO:** Madre de familia, 46 años

E1: Entrevistador

E2: Entrevistado

TRANSCRIPCIÓN DE ENTREVISTA

E1: ok, le hemos enviado a WhatsApp un consentimiento informado, ¿lo puedo usted leer?, se lo leo, en arte del documento dice usted ha sido invitada a participar de este estudio y a continuación se le entregara una información necesaria para tomar la decisión de participar voluntariamente, si usted estar en este estudio, se le pedirá responder preguntas en una entrevista, esto tomará una hora aproximada de su tiempo, lo que conversemos durante esta sesión se va a grabar, de modo que las investigadoras en este caso yo y mi compañera, lo podamos transcribir todas las ideas que usted está expresando, una vez que transcribamos esta entrevista la grabación se va a eliminar, la participación en este estudio es estrictamente voluntaria, la información que se recoja es estrictamente confidencial y no se utilizará para ningún otro propósito fuera de lo que es esta investigación, su respuesta en la entrevista será codificada usando un número de identificación, por lo tanto van a ser anónimas y si tiene alguna duda sobre ese proyecto puede hacer preguntas en cualquier momento durante la participación de ella y si tuviese usted alguna pregunta siempre nos la puede hacer llegar a mí o a mi compañera, entonces ¿está usted conforme?

E2: si

E1: luego usted llena la partecita del consentimiento informado y así puede escanear o tomar una foto, entonces empecemos con la entrevista, el objetivo general de esta entrevista es de describir las manifestaciones de estrés parental que

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

están experimentando los padres y las madres de familia durante la pandemia del coronavirus en la ciudad de Ilo, ahora si me presento correctamente, mi nombre es Tania Gómez, yo soy bachiller en Psicología de la Universidad Católica De Santa María, y el día de hoy me estoy reuniendo con usted para poder conversar acerca de cómo ha enfrentado la cuarentena con su familia debido a la pandemia, si bien ahora estamos en otra cuarentena, pero en cualquiera de los dos casos me gustaría saber cómo es que usted pasó esta cuarentena con su familia desde la primera cuarentena que empezó en marzo porque como se sabe la enfermedad de coronavirus del 2019, es una afección causada por un virus que se puede propagar de persona a persona, este virus puede causar de síntomas leves hasta casos de enfermedad grave, esta pandemia ha conllevado que el gobierno peruano declare un confinamiento mandatorio a nivel nacional, con el primer confinamiento que empezó en el mes de marzo del año pasado, obligando a todas las familias a realizar cambios drástico en las rutinas de sus hogares, comenzando por la educación virtual, todo se tornó virtual, desde los hijos hasta el teletrabajo ¿no?, la manera de socializar con otros, con amigos, familia, cómo celebraremos los cumpleaños con nuestro familiares ahora, como todos podemos detenernos en contacto con ellos, entonces observamos esta nueva realidad es que nosotros deseamos conocer un poco más y describir sobre estos cambios que se han dado en las rutinas de los hogares de tal manera que podamos analizar los niveles de estrés que los padres han experimentado esta pandemia, antes de comenzar con la entrevista quiero recalcar nuevamente que toda la información que nosotros recojamos el día de hoy será estrictamente anónima y confidencial, la cual se va a grabar con la finalidad meramente investigativa, posterior a su análisis esta va a

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

ser eliminada, a continuación vamos a realizar una serie de preguntas sobre la situación familiar, ¿Cuál es su edad?

E2: 46 años

E1: ¿Cuáles son las edades de sus hijos?

E2: bueno mi único hijo tiene 7 años cumplidos

E1: 7 años, y ¿su estado civil actual es?

E2: soltera

E1: ¿tiene usted alguna relación sentimental?

E2: no, no hay

E1: ¿actualmente se encuentra trabajando?

E2: sí

E1: y ¿cuál es la situación laboral actual, en qué trabaja usted?

E2: yo trabajo en sector pesquero, trabajo como fiscalizador de pesca

E1: y el trabajo que tiene, las funciones, le ha permitido realizar lo que es el teletrabajo o sea poder trabajar desde casa o ha tenido que ir a su oficina, a su lugar de trabajo

E2: no, no, tuve que ir a campo, a la oficina

E1: exactamente hay trabajos en los que, si necesitan estar en el campo, no se puede realizar desde casa entonces ahí hay diferentes factores que van a influir, me comento usted que tiene solo un hijo ¿verdad?

E2: sí

E1: la vivienda en la que reside actualmente es ¿alquilada o propia?

E2: es propia

E1: ¿con cuántas habitaciones cuentan en su casa?

E2: tiene algo de 10 habitaciones

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E1: y usted cuenta con una conexión estable e internet

E2: sí sí, o sea el wifi

E1: ¿Con quienes vive actualmente en su casa?

E2: con mi mamá, con mi hermana y mi hijito

E1: están viviendo ahora solo los 3…

E2: si los 4

E1: ¿actualmente está realizando cuarentena voluntaria?

E2: claro claro… aunque ya si bien es cierto esta ley es mandatoria para la parte de riesgo

E1: el Covid 19 es una enfermedad que nos está afectando a nivel mundial ¿sabe usted en qué consiste esta enfermedad o ese virus?

E2: es un virus no que nos ataca nuestro sistema inmunológico, más que todo el respiratorio y nos deteriora, nos llega a matar ¿no?, y nos aparte que nosotros lo tenemos también podemos este transmitirlo a otras personas, como otros seres cercanos ¿no?

E1: y como obtuvo usted esa información de lo que consiste el virus?

E2: bueno esa información la tengo pues ¿no?, por las redes sociales, por el ministro de salud ¿no?, lo que nos informan también como usted ya sabe este lo que era presidencial, o sea el presidente no también informaba cómo era

E1: tiene usted alguna duda ahora de lo que es esta enfermedad ¿en lo qué consiste?

E2: bueno con eso que sale como diciendo la segunda ola luego que más potente ¿no?, entonces todo eso trae confusión ahora ¿no?

E1: como que surgen más dudas ¿no?, lo importante es que si bien es cierto del internet tiene muchas ventajas y nos ayuda muchísimo en lo que es la conectividad

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

y en la búsqueda de la información también es importante que en estas situaciones pues busquen fuentes ¿no? confiables como usted me indicó del ministerio de salud, páginas del gobierno es donde nosotros vamos a encontrar información confiable ¿algún familiar suyo o algún conocido se ha infectado con este virus?

E2: un familiar directo, no, todavía, esté en mi caso tampoco ¿no? gracias a dios, pero si amistades, vecinos cercanos, que han llegado a fallecer

E1: ¿qué cambios ha notado usted en su familia desde que inició la cuarentena?

E2: o en un cambio primero como dice usted, en las primeras este, algo nuevo algo que todavía no se tomaba muy en serio, pero si es como dijo usted ¿no? las redes sociales son buenas, pero a la vez también son, como decimos criollamente "te mete miedo", nos confunden entonces todo eso hacía que uno se quede en casa ¿no? en verdad, entonces por todas las perdidas, por todas las muertes, por todos los casos que uno veía en las redes ¿no?, entonces éste fuimos más responsable y si para que, hemos tenido mucha responsabilidad, tenemos personas vulnerables en casa ¿no? como es mi señora madre y mi hijo menor, entonces éste teníamos que ver por ellas ¿no? porque tanto mi hermana como yo trabajamos en campo ¿no? salíamos y entrábamos a casa, y teníamos que resguardarnos bien

E1: ¿cómo era su vida o su rutina antes del Covid y de la pandemia?

E2: no era mucha la diferencia de estar en casa, pero si podía salir por ejemplo ¿no? a comprar cualquier día a día, bueno al colegio ¿no?, iba al colegio, reuniones eso hacia ¿no?, y a mi casa, así normal, o sea yo me movía bastante

E1: imagino que usted trabajaba unas ocho horas diarias en su trabajo

E2: yo trabajo 12 horas

E1: 12 horas ¿de lunes a viernes?

E2: claro trabajo, siete días a la semana, pero mi descanso es cualquier día ¿no?

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E1: durante…

E2: claro, empiezo con lunes después martes miércoles

E1: pero como usted me comentó es netamente campo

E2: si, es en el campo, yo soy bueno yo soy ingeniero pesquero y trabajo pues, ahora trabajamos en los desembarcaderos pesqueros, ya pues ahí entonces en el campo

E1: durante los días de semana su hijo se quedaba ene l colegio ¿no?, y ya pues ahí estaba cuidado, ¿quién lo recogía?

E2: bueno yo le contrataba movilidad escolar, pero primero iba yo, el primer año yo iba a recogerlo de mañana y tarde, pero por mi trabajo porque ¿no? Cosas, contraté una movilidad después

E1: y luego en la tarde cuando esa movilidad lo recogía ¿quién lo recibía en casa?

E2: muchas veces este, mi mamá era la que lo recibía porque yo tengo turnos rotatorios y de turno día y turno noche, en el turno día no lo recibía ¿no? solamente cuando me tocaba trabajar en la noche yo lo recibía

E1: y como es el turno de noche ¿a qué hora empezaba?

E2: yo mis turnos se empiezan de 7 a 7, 7 la mañana y 7 de la noche, vice versa ¿no? entonces éste yo salgo a las seis y media, debo salir entre comillas a las 7

E1: y digamos adicional a usted ¿quién es su soporte de apoyo para cuidar su hijo? ¿su mamá y su hermana un solo su mamá?

E2: mi mamá

E1: ok entonces imagino también que los días que su hijo no estaba en el colegio quien cuida de su hijo en casa de su madre

E2: si

E1: para entender un poco cómo era en la rutina antes y después del Covid, ¿cómo también esta rutina una vez que empiece a la pandemia fue capaz de trabajar?

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E2: primero paramos, habré parado 2 semana, o sea todos no fuimos a trabajar, y de repente la empresa nos comenzó a llamar personalmente a cada uno, pero nosotros personalmente ¿no?, mis compañeros todos nos comunicábamos en que no nos podíamos obligar a ir a trabajar porque estaba todo ese bom de la epidemia, entonces muchos no aceptaron ir, entonces yo me vi como como le digo obligada en algo así, porque yo como le digo ¿no? soy soltera, yo tengo que velar por mi hijo, no tengo otra entrada ¿no? más que yo, otra fuente de ingresos, entonces yo tuve que ir y acepté, acepté claro que conversé bien con mis jefes en cómo iba a ser nuestro trabajo, el protocolo de la empresa ¿no? entonces nos dijeron "así va a ser, te vamos a dar esto" incluso se acuerda que no había movilidad, entonces ellos nos tenían que traer a casa llevarnos de la casa al trabajo y viceversa ¿no? entonces con esas condiciones yo acepté ir a trabajar y hasta el día de hoy o sea como le digo ¿no? desde que empezó yo no he parado de trabajar, claro que ya no eran los 6 días solamente trabajábamos dos a tres turnos nada más hasta el día de hoy dos a tres turnos, y ya tengo cuatro a seis días de descanso prácticamente, pero al menos era mi ingreso para mí y actualmente hay compañeros que no han ido hasta el día de hoy a trabajar

E1: digamos que en el sector que usted trabaja pues ha tenido que reiniciar sus actividades antes

E2: claro, era por lo que supuestamente son alimentos ¿no? De primera necesidad, porque él es descargar pescado para el consumo humano

E1: cuando empezó la cuarentena que fue entre el 16 y 17 de marzo ¿usted digamos regresó a trabajar en el mes de Abril?

E2: sí claro, claro si

E1: incluso no teníamos mucho conocimiento ¿no?, de las mascarillas ni de los protocolos ¿no?

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E2: claro, nos tuvimos que acostumbrar a eso y todo protector que nos daban

E1: y su hijo asistió al colegio ¿cuántos días?

E2: este 2020 solamente ha ingresado por creo cuatro días y claro que ni bien empezaron el colegio, los tuvieron que enviar a sus casas

E1: ¿qué es lo primero que pensó cuando le dijeron tiene que irse a casa? tanto en el colegio como en su trabajo

E2: bueno en el trabajo yo dije que hago ahora no se, era una preocupación pero también me embargaba como dice la preocupación de que estaba en juego la vida, y por qué pasando esto pero bueno este ¿no?, aceptamos pero no pensaba, nunca pensé que iba a ser tanto ¿no? pensé que con unos ahorros íbamos a sobrellevar las cosas y en cuanto al colegio este bueno ¿no? esté mi hijo está en la casa, está mejor acá y ya se arreglaban las cosas porque en este momento como usted dice que pensé no pensé que iba a ser tanto que iba a ser algo pues de algo mínimo de días que todo se iba a solucionar rápido

E1: claro, incluso que no iba a llegar a nuestro puesto ¿no?

E2: claro, porque estábamos limpios esos días, estas veces ¿no? cuando eso todo en el pasado cuando ha habido esas situaciones de virus es lo máximo que ha llegado, ha sido a Arequipa,

E1: ¿qué es lo que se piensa sobre esta situación actual sobre esa pandemia?

E2: bueno el cambio de las personas que está, que esto ha propiciado ¿no? en cuanto a la familia hay más unión, hay más este, valoras más a lo que están contigo, en cuanto a lo que yo veo, en la sociedad es que muchas veces muchas personas no estamos, no son responsables de los actos, de su salud, de lo que está pasando esto y que se arriesga años que muchas veces no hacen caso a las autoridades ¿no?, en cuanto a lo político ¿no? como toman este esta pandemia también igual no son responsables, no ven por toda la

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

ciudadanía ¿no? quisieron apoyar con bonos, cosa que a todos no llegó y siempre vemos la pobreza y todo eso ¿no? o sea acarreaba todo ¿no? a este virus y para que entonces en lo personal a mí este, yo he aprendido a hacer más como le digo ¿no?, esté más consciente de las cosas entonces lo mínimo es algo lo que necesito hago todo y regreso, todo eso ¿no?

E1: incluso ahora se está hablando de una nueva normalidad que es de la mayoría de actividades dependen de una conexión a internet ¿no? en el uso obligatorio de las mascarillas, de distanciamiento social, ¿cómo se siente usted con este nuevo estilo de vida o normalidad?

E2: un poquito no esté, un poquito, un poco como que me entristece, me pone mal porque a veces uno quiere abrazar a alguien ¿no? a veces encuentras con alguien o es el cumpleaños de alguien y entonces tú quieres este ser afectuosa ¿no?, entonces pero no ya no se puede ni tocarse su mano como antes ¿no?, un apretón de manos ¿no? no puedes no puedes ir a visitar a alguien, es más no puedes ni siquiera visitar o ver a las que están con esta enfermedad ¿no? a ver como antes visitaba, nada, nada no puedes ir ni siquiera a despedirte ¿no? Hasta su última morada ¿no?, que es el cementerio ¿no?, no puedes ni acompañarlo bueno todo tiene un pro y un contra, también no podemos ir por tal motivo, pero me gustaría ¿no? pero es una pena ¿no? es una pena, pero no debemos hacerlo, pero todo esto nos ha traído a esta pandemia ¿no?

E1: ¿qué es la que más le ha preocupado o que incluso hasta ahora le preocupa sobre el Covid?

E2: a mí, a mí me sigue preocupando esta enfermedad, este, el saber que cuando se va a acabar, este bueno este deberíamos…. me sigue preocupando qué como le digo ¿no? este es el riesgo que seguimos este es lo que todavía estamos pasando el peligro de que muchas veces en mi trabajo, por ejemplo en mi trabajo hay un protocolo como estar

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

allá entrar o permanecer ahí con los epps ¿no? pero muchas veces esas personas no lo cumplen entonces yo tengo, yo tengo que interactuar con esas personas y muchas veces yo me protejo pero ellos no, entonces a mí me preocupa esto, me preocupa este trato como de alejarme un poco, pero no es suficiente ¿no? entonces tengo que estar siempre con alcohol y todo eso, ando siempre con esta preocupación a veces me llega a estresar no pienso que al llegar a mi casa voy a traer ese virus ¿no? trato de desinfectarme todo lo que pueda entonces ahí preocupa las personas que no toman en cuenta esto no lo toman en serio, arriesgan y también nos ponen en riesgo a otras personas

E1: y en cuanto a su perspectiva como madre ¿qué es lo que más le preocupa de esta situación?

E2: que yo de repente por esta irresponsabilidad de estas personas yo pueda contraer y aún no me di cuenta porque los síntomas, puedo ser asintomática ¿no? entonces pueda traer esto a casa, mi hijo y todo eso ¿no? en el hospital no lo atienden bien, entonces tengo todo ese temor esta preocupación

E1: y cuando usted tuve que regresar a trabajar, ¿me sintió nerviosa?

E2: sí, sí, para que, fue como el primer día, como que fuera mi primera vez a trabajar ¿no? pensaba que todos tenían ¿no?, una mira alrededor y estaba que echaba alcohol a todo y bien protegida máscara, con careta, con mis guantes todo caso me ponía entonces sí paraba preocupada, me fui muy asustada también ¿no?, ya después me fui acostumbrándome, estaba bien total el protocolo estaba haciendo efectivo

E1: y entonces si me comenta que usted es la que sale de casa digamos al mercado ¿no?, solo cuando es necesario, ¿usted ha podido llevar a su hijo, a algún lugar público?, digamos al mercado o al parque…

E2: no no hasta hora del día cuando empezó todo esto le digo que a los 3 meses tuve que sacarlo obligatorio por el corte el pelo, porque le creció mucho en cabello y en casa

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

no cortamos, entonces tuve que sacarlo, pero bien cuidadito y lo llevé, lo senté, busqué un lugar que estuviera vacío, al rato que acabó el joven me lo traje a casa ¿no?, no salgo, nadie lo saca, siempre ha sido para cortar el cabello

E1: ese es el único lugar que sale ¿no?, parque todavía ¿no?

E2: cerca en mi casa hay un campo deportivo y ahí con unas áreas verdes que sin contar han sido dos veces que ha salido con los primos que vinieron ya conmigo ahí no pero no había nadie más que él y dos niños más ¿no?, pero no no sale también dice no salimos estamos en cuarentena, él también lo tiene bien clarito eso

E1: usted siente que no insiste para salir para hacer algo en un lugar público porque tiene cierto conocimiento y temor al Covid, o normalmente él siempre prefería estar más en casa

E2: siempre ha estado en casa, siempre ha preferido estar en casa y ahora mucho más, no no sale

E1: adicional a esos sentimientos que estaba experimentando durante la pandemia ¿usted ha sentido algún malestar físico?

E2: no esté hasta ahora no me ha enfermado nada que estoy bien

E1: entonces digamos que ha sido solo la preocupación de esta pandemia... me dice….

E2: si en cuanto a cambio físico, me subí de peso por estar más en casa, bueno este de salud también acarreado el subir de peso me ha cargado este algunas, no dolencias, pero si no esté en el cuerpo como decir este, dolor de cabeza, dolor de piernas ¿no?, todo eso ¿no?, que tengo ¿no? todo eso por estar un poco más sedentaria

E1: ok y ahora pasando a las nuevas rutinas que tenemos con el Covid, quien es la persona que se encarga o acompaña las actividades escolares de su hijo porque a veces usted rota turnos

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E2: mi hermana cuando no voy como bueno ella si hace teletrabajo también, cuando no iba a su oficina estaba acá pero también un ratito con él, y un ratito también ella ¿no? entonces ya mi mamá también que tuvimos que enseñarle a la fuerza a usar las aplicaciones esta vez estuvieron ahí con mi hijito

E1: ellas han sido las personas que ha acompañado, le fue difícil a él adaptarse a esta nueva situación

E2: primero si no quería estar mucho tiempo sentado y me pedía por ejemplo quería que abra sus juguetes se quería ir no, no quería prestar atención quería que se haya el recreo supuestamente, así lo tuve, después ya se acostumbró y ya estuvo ahí no

E1: y siente usted que está cuarentena de ha favorecido la relación con su hijo, ha notado algún cambio que se positivo o negativo en su relación con él

E2: si positivo porque como no sé no le digo que era su primer año, pero primer grado, entonces era un momento en que yo pensé que yo nunca pensé que le iba a ayudar a vivir a aprender, usted sabe que la profesora está en la pantalla ¿no? No es como si ella estuviera, no es como presencial las clases, entonces me ha costado un poquito ¿no? porque siendo su mamá a veces con nosotros se ponen engreídos de repente ¿no? no nos hacen mucho caso y ahí a veces tenía que con una mano amor con la otra mano rigor, ha sido positivo para mí porque también he teniendo paciencia que tiene que sacar tiempo, a veces como sabes venía de amanecida y venían las 7 u 8, y a las tenía clases 10 ya no dormía ¿no? entonces eso me ha ayudado también tenía que hacerlo porque era su primer año de mi hijito y me enseñó bastante también

E1: entonces usted podría decir que ha podido manejar adecuadamente la crianza de su hijo durante esta cuarentena

E2: sí sí sí la y su educación si he podido estar ahí a la par con él

E1: ¿usted siente que le falta algo más?

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E2: si de repente lo que es no seguimos con la educación falta un poquito más de un poquito más de carácter repente para que aprenda ciertas materias, alguna no ha podido y así ¿no? entonces este ahí un poquito me ha faltado

E1: a qué se refiere usted con un poco de carácter o que le ha faltado

E2: o sea por ejemplo esté después de clases él tenga que hacer un reforzamiento, entonces yo sé que necesitaba eso como de repente más lectura o un poquito más de matemática, entonces yo yo después de esto vamos a seguir no y claro que que ahora ya está en casa y lo único que ellos les distraiga de las zonas son sus juegos en computadoras ¿no? el celular, entonces no podía yo ¿no? o sea él ya estaba metido en su juego y así han pasado días y yo no he podido ya es y cuando yo he querido he empleado ya mi voz más fuerte que cuando él invitándole y ya no se podía

E1: digamos que lo que le ha faltado es controlar un poco el tiempo de pantallas de celulares juegos, computadoras, ¿cómo fomentó usted la comunicación con su hijo?

E2: bueno hay momentos en que yo estoy ¿no? acabamos la hora también que estamos en casa tenemos tanta actividad ¿no? estoy en casa, ayudo, entonces ya un poco se acaban los quehaceres, y voy ahí con él, porque él para más en el cuarto, o sea, entonces ahí ya me echo con él, le hago un poco de cariño, le converso, le digo que lo quiero mucho, en las noches igual, le hablo, siempre le digo que lo quiero, que lo amo, le digo "que tienes que ser así, que tienes que ser, no seas así, sé agradecido, pide por favor", esas cosas cositas como que le faltan, yo le hablo eso ¿no?, y si hay ahora más compenetración con él, él y yo, o sea está con mi mamá, con mi hermana, pero conmigo más, conmigo se pega, a mí me habla más, se complementa más conmigo

E1: ¿y el haber estado tanto tiempo juntos en la casa han podido ustedes compartir alguna actividad en la familia?

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E2: más que todo actividades de hacer un postre que se vea ahí en el Facebook, que se vea una receta y virtual y así hemos tenido eso, ver películas, pero más no, más el juego…

E1: ¿cómo se distribuyen los deberes del hogar en la familia? ¿Quiénes se encargan de la limpieza, de lavar la ropa, de cocinar, cómo se distribuyen esas tareas?

E2: lo que son tareas de la casa, mi mamá se dedica a cocinar, cocina ella, le ayudo cuando estoy, pero lo que es así comida ella lo hace ¿no?, y la limpieza lo compartimos todas, mi mamá, yo, mi hermana, o sea es compartido

E1: dentro de alguna de esas tareas ¿está también su hijo? Apoyando en algo o todavía no lo incluyen…

E2: no, soy sincero, no él no hace, él está ahí no más, es más yo le hago la cama, le hablo, le digo "tienes que hacer esto", pero él no hace

E1: ok, creo con eso ya hemos llegado a la última pregunta, no sé si tiene usted alguna pregunta, alguna duda que quiera realizarla para mi…

E2: no, solo que espero haberla apoyado en lo que usted está tratando en su carrera, y bueno que pueda servir esto ¿no? Para poder titularse ¿no?

E1: Desde su experiencia ¿usted diría para quienes ha sido más difícil esta pandemia? ¿para los padres o para sus hijos?

E2: yo creo que, para los padres, porque somos ahorita también padres maestros, enfermeros, economistas, todo somos ahora ¿no? es como ahora último le digo a mi mami, mi hijito está con fiebre y yo no quiero llevarlo al hospital por nada ¿no?, primero lo controlo yo, gasta todas las posibilidades, y ya lo último ¿no?, pero eso es lo que estamos haciendo ahora los padres, más responsables, más habilosos…

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E1: y algo que usted está mencionado, es que los padres nos hemos convertido en todo, somos papás, somos los maestros, tenemos que proveer la comida, tenemos que proveer el dinero a la casa, cuidar de ellos. Entonces ¿cree usted que la salud y el bienestar de los padres es ahora bastante primordial?

E2: Si, ya yo digo no, este si yo me enfermo, si mi mamá se enferma, ¿Quién lo va a cuidar a mi hijo, no?, y si mi mamá se enferma, quien va a atraer para la casa, y entonces todo eso ¿no?, trato de cuidarme en lo posible, en lo mínimo cuando salgo de casa

E1: imagino que estos cuidados que usted tiene son el protector fácil, las manos ¿y cómo se protege usted emocionalmente?

E2: bueno emocionalmente trato de no pensar mucho en esta enfermedad ¿no?, trato de no ver mucho, escuchar las noticias que vengan y eso, de no meterme mucho en eso porque comienza así a preocuparme ¿no?, y trató todo de protegerme más, emocionalmente estoy bien, no estoy bien no me voy a enfermar ¡no!

E1: ¿cree usted que como madre ha contado con las herramientas o el apoyo necesario para seguir adelante en de manera general no sólo económicamente sino como un soporte tanto emocional como familiar?

E2: si este es durante este año se ha pasado de la pandemia, con un escaso trabajo, trabajo que ha disminuido para pagar los estudios de mi hijo y yo digo ¿cómo lo he hecho? cuentas en el banco y éste también aportar en mi hogar, porque yo también aporte en mi hogar con la alimentación, entonces éste he podido he podido este pasar eso, sin recurrir a hacer uno y otro préstamos, sin endeudarme, y también contar con el apoyo de mi familia no nos ha faltado la alimentación, no ha faltado ningún servicio de primera necesidad como luz o agua, si he podido sobrellevarlo este año y ya está ahora lo estoy haciendo

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

E1: ha sido usted bastante fuerte lo sigue siendo y quizás lo que podría hacer es dejarla usted con esta reflexión, a veces como padres nos podemos preocupar mucho por que nuestros hijos estén, que los hijos estén bien, pero nuestros hijos no están bien si nosotros no vamos a estar bien, entonces creo que todo ese soporte y apoyo que he tenido tanto que laboral en su familia y el cuidado que usted tiene también con usted misma la ha ayudado bastante para poder sobrellevar esta cuarentena y es muy importante que siga cuidando de usted para que pueda seguir siendo el soporte de su familia sobre todo de su hijo

E2: gracias sí

E1: le agradezco yo infinitamente que me haya podido apoyar con esta entrevista como lo comenté solo tendría que mandarnos lo el consentimiento firmado y cualquier cosita nosotros estamos aquí para ayudarla

E2: ya muchas, gracias

E1: gracias

Fin de entrevista

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

FECHA: 1 de Abril de 2021 **ENTREVISTA:** N° 8

DURACIÓN: 00:27:59 min. **ENTREVISTADO:** Madre de familia, 29 años

E1: Entrevistador

E2: Entrevistado

TRANSCRIPCIÓN DE ENTREVISTA

E1: Me voy a presentar mi nombre es Kathia Castillo y soy bachiller en psicología de la universidad católica de santa maría y el día de hoy me reúno con usted para poder conversar un poco sobre cómo ha enfrentado este confinamiento, esta pandemia a su familia durante todo este tiempo, como usted ya sabe esta enfermedad de coronavirus es una afección causada por un virus el cual se puede propagar de persona a persona y de vía respiratoria y este virus puede causar distintos más leves o realmente ningún síntoma en el caso de los asintomáticos hasta casos de enfermedad grave, como ya hemos estado viendo y esta pandemia ha conllevado que el gobierno peruano decida declarar en confinamiento mandatorio a nivel nacional como lo hemos visto el año pasado en el mes de marzo, viendo que este virus llegó a nuestro país en febrero y recién en marzo que el gobierno toma medidas y empezar las fronteras y empieza a mandar a la gente a confinamiento haciendo que esto paralice todas las familias peruana, realizando cambios drásticos en las rutinas diarias como por ejemplo en el caso de la educación que de un día para otro prácticamente tuve que cambiar a una educación virtual, también en el caso del trabajo ¿no?, muchas familias perdieron sus trabajos u otras familias que empezaron con el teletrabajo de trabajo remoto, de igual manera también ha visto que afectado en el área social porque no nos podemos reunir como antes, este de repente en las familias o un grupo de amigos y todo esto nos ha llevado como una nueva realidad en la cual para salir a la calle

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

tener y con nuestra mascarilla con nuestra careta, mantener la distancia social y todas las acciones que las hemos ido acomodando desde el año pasado, entonces en base a esto es lo que vamos a conversar el día de hoy cómo es que usted y su familia han podido sobrellevar todo este tiempo y para empezar pues quería hacerle unas preguntas para conocer un poco más sobre su contexto familiar que podría indicar ¿cuál es su edad?...

E2: este, 29 años

E1: ¿su estado civil actual? ¿Cuál es?

E2: conviviente

E1: actualmente ¿se encuentra trabajando?

E2: bueno, ama de casa y ahora con un nuevo negocio familiar que hemos empezado

E1: un emprendimiento

E2: claro emprendimiento

E1: ¿cuántos hijos tiene?

E2: sólo una nada más

E1: y ¿cuántos años tiene su hija?

E2: 8 años

E1: ¿la vivienda en la que residen actualmente es alquilada o es propia?

E2: propia

E1: y, ¿con cuántas habitaciones, tiene esta vivienda?

E2: 3 habitaciones

E1: ¿actualmente cuenta con conexión estable internet?

E2: si contamos

E1: ¿con quién reside actualmente en su casa?

E2: solo con mi esposo y mi hija

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E1: actualmente, ¿está realizando algún tipo de cuarentena voluntaria? adicional a la que estamos justo en estos tres días de semana santa

E2: o sea si hacen, claro solamente vivimos aquí los tres sí pero no tratamos de no salir los más básico ¿no?, trabajo ¿no?, para lo que se necesita en la casa después si no salimos

E1: ok, bien como ya he mencionado al inicio, esta enfermedad del COVID 19 es la que nos ha afectado a nivel mundial desde el año pasado y me gustaría saber este que es lo que usted conoce sobre esta enfermedad

E2: si es si este, bueno, por todo lo que, no solamente en las noticias ¿no?, también cuestión familiar hemos nos ha tocado, este lamentablemente este virus ¿no?, pero lo que puedo decir eso de seguir cuidando los mismos seguir cuidándonos protegiéndonos y bueno como dijiste anteriormente ¿no? hay personas que nos tocan algo así leve otros que no presentan síntomas, hasta ahora que les toca uno, que sean casos bien graves…pero gracias a Dios en el ámbito de bueno de acá, de mi lugar, de mi casa, estamos bien ¿no?, pero si en lo familiar si nos ha tocado

E1: familiares suyos, si se han contagiado de este virus, entonces…y ¿eran familiares cercanos suyos? O…no están cercanos

E2: parte de mi papá, parte de familia de mi esposo, en ambos lados si ellos, otros leves…otros han sido graves

E1: estos familiares les han comentado cómo ha sido un poco su proceso durante esta enfermedad

E2: sí sí, sí ha sido al comienzo con medicamentos, hasta que finalmente tuvieron que internarlo, sí, pero gracias a dios…

E1: se llegaron a recuperar entonces….

(falla técnica)

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E1: le preguntaba si sus familiares, se lograron recuperar de la enfermedad

E2: si gracias a dios sí gracias…y así es como me digo ha sido uno ha sido fuerte lamentablemente tuvieron que internar, pero gracias a dios salió bien y bueno y la otra persona este fue algo leve ¿no?, algo que lo pudo sobrellevar en casa

E1: qué bueno…bien éste como le comentaba inició esta enfermedad es la que nos hizo cambiar de rutina prácticamente de un día para otro, y me gustaría que usted me comenté cómo era su rutina antes que la pandemia iniciara

E2: bueno, bueno siempre hemos estado en casa, pero teníamos la libertad de poder salir de poder darnos, este…. Crearnos ¿no?, más que todo sacar a pasear a mi hija ¿no?, porque bueno una niña siempre quiere salir al parque ¿no? pero ahora con esto ya nos hemos limitado de muchas cosas ¿no?, hasta también a alejarnos de la familia más que todo por para cuidarlos y protegerlos a ellos, por prevención más que todo ¿no?, pero ahí estamos sobrellevando ¿no?, pero ya también ya nos estamos ya… con todo esto…todo lo que, bueno todo este año que ha pasado ya, nos estamos acostumbrando ¿no?, pero ha sido sí un cambio ha sido un cambio así bien este…un cambio un poco difícil ¿no?, más que todo por mi niña que ella está en casa y siempre se ha acostumbrado a salir y ahora está en casa también se ha estresado ¿no?

E1: o sea usted ha sentido que su niña se ha empezado a estresar poco a poco por estas medidas, ¿y en el caso suyo y de su pareja también ha sentido ese estrés?

E2: sí también, por lo que no podíamos no podemos no esté salir con esa libertad que antes lo hacíamos puede visitar a la familia no estaba en contacto con ellos, recrearon, pero tratamos de no ver la manera no de acá en casa no pasarlo bien ¿no? mirar películas, de no de que el estrés no nos consuma

E1: y bueno gustaría saber también qué es lo que usted piensa sobre la situación actual que estamos viviendo…

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E2: ah, bueno lo único que ahora bueno, solamente puedo decir que tratar de cuidarnos, esperemos que esto ya pronto pueda pasar y más que todo vernos con la familia ¿no?, por la familia para este…poder reunirnos ¿no? y bueno que pronto esto ¿no?... este…esto sea aparte ¿no?, del pasado y volver a la vida que teníamos antes…

E1: y también le mencionaba al inicio que ahora estamos como en una especie de nueva de realidad ¿no?, en la que para salir a la calle hay que usar la mascarilla, las caretas de evitar las regulaciones…y me gustaría saber ¿qué es lo que usted siente frente a esta nueva realidad?

E2: si siento, bueno como si siento como que, como dije anteriormente salir a ver a ver si cuando me dicen, por ejemplo, mi esposo me dice vamos a salir pero para un ratito recrearnos, siempre un poquito lo dudo porque a veces es este uno por el miedo no por el miedo de exponernos ¿no?, y también este por no tener esa libertad ¿no? de salir como antes no si no sin usar los protocolos ¿no?, porque uno llegar de afuera ¿no? hay que despertarse lavarse las manos, entonces este, como le digo este estamos acá tratando de sobrellevarlo y si nos ha chocado bastante, pero ahora estamos ya tratando de acomodarnos ¿no? de acomodarnos y ver la manera de que haiga una distracción en casa, del juego ¿no?, más que todo por mi niña que es la que más estresa, por lo que por lo que ya no pueda salir ¿no? puede fundación con cerraditos, entonces a uno ya no sabe ya ella quien ser más en casa

E1: y qué actividades realizan para entretenerla, para convivir….

E2: ahora este más que todo, este nos hemos comprado juegos didácticos, lo que el monopolio bingo, esas cositas, y entonces ya como es un poco nos distraemos, este, y a veces hacemos deporte, también para que también este se ejercite, porque también estar en casa todos hacemos una vida sedentaria y entonces está ahí estamos con ella ¿no?, también como mirar películas ¿no?...

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E1: entonces ¿qué es lo que a usted más le preocupa de toda esta enfermedad, de la situación que estamos viviendo, ¿qué es lo que más le preocupa a usted?

E2: que… bueno no estar como antes ¿no?, el no estar con esa libertad de poder salir sin miedo sin hacer tanto protocolo ¿no?, y ese es más que todo mi temor ¿no?, de no regresar como éramos como bueno como todos vivíamos ¿no?, como esa esos momentos que de repente teníamos con la familia y veces no lo valoramos y ahora creo que con esta epidemia, este nos ha enseñado que debemos valorar bastante la familia ¿no?, es de rescatar lo más bonito bueno, y bueno ese es más mi miedo, de no de no regresar como como éramos antes, como vivíamos antes

E1: y a usted como madre ¿qué es lo que le preocupa?

E2: bueno mi niña, por lo que ella ya no…. está aquí en casa no…no, no está creciendo como como las demás personas ¿no?, como bueno mi niñez ¿no?, así esté con la libertad de salir ¿no?, sin tener sin temor a nada, eso es más que todo mi temor, por lo que est… no está creciendo libremente…

E1: y usted se siente nerviosa, bueno sabemos que el ministerio de educación, por lo menos esta primera etapa del año escolar, donde dice que va a hacer de esta manera virtual, y que aún están como que en posibilidades de que, para el siguiente semestre del año, sea presencial, es lo que están evaluando, ¿usted cómo se siente con esa medida, usted se sentiría cómoda mandando a su niña al colegio?, de repente no tanto ¿cómo se sentiría usted frente a eso?

E2: yo en mi caso no, no la mandaría por el miedo ¿no?, por el miedo a lo que pueda pasar y este…yo esperaría ¿no?, que la mayoría de la población se vacune para yo poder tener una seguridad, pero por ahora, no imposible, así estoy tranquila mientras que están estudiando así virtualmente así, pero bueno no solamente yo, creo que la mayoría de los padres ¿no?...

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E1: claro usted puede controlar la situación…bien inicialmente a los sentimientos que usted estaba sintiendo como la preocupación o del miedo a salir, al contagio, ¿usted ha sentido algún malestar físico?

E2: ¿malestar físico?, bueno, al comienzo cuando empezó todo esto bueno como yo también estaba metida, hará sido pasando los dos meses, claro dos meses, tres meses, que hemos bueno, yo más que todo, como soy ama de casa, estoy en casa y esto más atenta, y bueno mi esposa que es el que sale a trabajar, era poco de salir y la veces incluso en el carro, sentía un poquito de repente de nauseas, un poquito de dolor de cabeza, entonces me decía ah no será de repente es por lo que no salía mucho, entonces ya me da un poquito de miedo salir y cuando vamos en el carro a dar vueltas, tenía un poquito de miedo por el temor de que me venga esos esos síntomas, pero ya como el tiempo y ya ahora que ya pasó tiempo, gracias a Dios, ya no ya no me viene, pero sí

E1: también usted mencionaba que a veces sentía estresada ¿no?, al igual que su pareja y su niña, ¿cómo usted se da cuenta que está estresada? Hay algunas personas que de repente sienten y se dan cuenta que tienen estrés porque les da dolor de cabeza, o porque les duele alguna parte del cuerpo o incluso no pueden dormir… ¿cómo usted se da cuenta que está estresada?

E2: como le decía, o sea ¿no?, estar en lo mismo, en casa hacer, la misma rutina de siempre todos los días, de repente no me concentraba, a veces en la noche uno no puede a dormir me daba insomnio, y como le dije anteriormente cuando salía en carro, tenía esos síntomas de náuseas y dolor de cabeza, entonces yo no me explicaba por qué, ya entonces cuando llegaba a casa ya, normal, ¿no?, solamente cada vez que yo salía…

E1: de esa manera, ese miedo se manifestaba de esa forma ¿no?

E2: pero en casa ya se me pasaba esos síntomas…

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E1: se mencionó que también a veces le ha costado conciliar el sueño, ¿eso hace cuánto tiempo fue hace varios meses o fue recientemente?

E2: no, eso ha sido varios meses y hace ya más o menos, si, casi a los tres meses que empezó, pero ya de poco a poco ya se me fue…

E1: y bueno respecto a todos estos cambios que ha habido desde el año pasado, siente que estos cambios han favorecido su relación en su familia, con sus hijos

E2: al comienzo sí, al comienzo sí, bueno en mi caso, también a mi pareja, más que todo nos ha chocado ¿no?, bueno pasando los cinco o seis meses nos ha chocado en la misma rutina ¿no?, la misma la misma rutina de todos los días no saber qué hacer no estar acá en casa, pero ya pasando esa fecha este hemos tratado de acomodarnos, de ver la manera de estar bien en casa de estar bien y seguir cuidando

E1: en el caso de la educación de su niña, ¿quién es la persona que se encarga de supervisar, de acompañarla en sus clases?

E2: yo, soy la estoy con ella, este siempre viviendo sus tareas, sus trabajos,

E1: y usted, ¿cómo ha notado que su niña se puedo adaptar esta nueva situación? porque entiendo que ha sido prácticamente de un día para otro, y usted es la que estuvieron ha visto cómo ha sido todo el proceso ¿no?, la adaptación a esta nueva educación virtual…

E2: Sí, gracias a Dios, ella cuando, el año pasado empezó con nuestras clases virtuales, sí, sí, lo tomo lo tomó bien, también eran pocas horas eran poquitas horas, eran dos horas tres horas pero no más de tres horas, y si ha estado con la cola con, en el salón con sus compañeritos profesoras y el detalle a veces, es que a ella a veces le chocaba ¿no?, como ya tiene su amiguita, sus amiguitos ,entonces, no poder verlo ¿no?, solamente verlos detrás de una pantalla, a veces como que decía ¿no?, que cuando vamos a salir,

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

pero ella ya se está acostumbrando ¿no?, ahora este año como que ya no me pregunta mucho, pero, ahí vamos, pero ahora si está mejor…

E1: y encuentro a su relación con su niña, porque como usted me comenta, usted siempre está todo el tiempo, ¿ha sentido algún cambio?, ya sea positivo o negativo, ¿durante todo este tiempo?

E2: si, a veces tiene esos momentos que ella, se aburren o en casa, a veces usted quiere salir ¿no?, a veces salir ya no quiere ponerse a veces la mascarilla ¿no?, salir este salir más que todo ver también a sus abuelos, y también a los familiares ¿no?, que ella y extraña, pero ahí estábamos explicándole ¿no? explicándole ya que ya falta poco ¿no? …pero ahí tratamos de estar en casa…

E1: claro y también en el tema de crianza, sería en dar un poco más, digamos usted se tiene que autoevaluar y ponerse una nota, en cuanto al tema de crianza de su niña, ¿qué no está se pondría a usted?

E2: yo creo que un 15, porque de repente también tengo que reconocer que no me alcanza todo el tiempo para poder estar con ella, más que todo por lo que me tengo que repartir en casa, es también por lo que como le dije anteriormente, por lo que he iniciado un negocio también, entonces ahí estamos viendo la manera, pero yo creo que un 15

E1: entonces digamos para para elevar esa nota usted tendría que empezar a organizarse un poco más ¿no?, y así puede pasar más tiempo con su niña

E2: sí, sí, como le dio yo me reparto de aquí en casa, ahora como con el trabajo ¿no?, esté ahí entonces, éste si me falta un poquito más de tiempo ¿no?, de estar con ella, pero sí trato, en los estudios de estar con ella ¿no?, cuando está ahí en las tardes tenemos tiempo, ya éste nos jugamos o salimos ¿no?, pero yo creo que sí un 15…

E1: y ¿cómo se distribuyen los quehaceres del hogar?

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E2: quehaceres, bueno mi esposo es que ahorita trabaja, él ya está tarde a casa más o menos ya pasando de la hora del almuerzo, entonces usted yo soy normal, la responsable de hacer acá, mi hija me ayuda no más en las cosas básicas ¿no?, en poner los individuales, los servicios ¿no?, pero yo soy la que se encarga

E1: y en todo ese tiempo ¿ha notado algún cambio en su relación de pareja del sea positivo o negativo?

E2: si, bueno siempre hay problemas ¿no?, por el estrés o de repente la misma rutina, pero hemos tratado de sobrellevarlo y gracias a dios estamos bien y seguimos juntos

E1: y esa sería toda la entrevista, y no sé si usted quisiera comentar o preguntar algo antes de terminar

E2: lo único normal es decir este que pronto pueda acabar todo esto, y bueno este poder salir libremente, reunirnos con la familia, y bueno por mientras seguir cuidando ¿no?, protegiéndonos, que esto no es un juego ¿no? es éste a continuar hacia adelante y echarle ganas cada minuto que Dios no da

E1: Le quiero agradecer este, por poder haber participado, porque esa información ayuda bastante a la hora de hacer mi análisis de este tema… y una preguntita, actualmente su pareja está en su casa ¿cree que pueda ser factible que yo lo pueda entrevistar?

E2: sí sí sí

E1: no se olvide del consentimiento informado, de la segunda hojita, tiene que completar con la información que le brinde, y firmar… muchas por su participación, espero que a todos les vaya bien en familia que se siguen cuidando y no hay que bajar la guardia

E2: sí gracias a usted por considerarnos

E1: muy bien hasta luego gracias

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

Fin de entrevista

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

FECHA: 3 de Abril de 2021 **ENTREVISTA:** N° 9

DURACIÓN: 00:53:02 min. **ENTREVISTADO:** Madre de familia, 47 años

E1: Entrevistador

E2: Entrevistado

TRANSCRIPCIÓN DE ENTREVISTA

E1: Mi nombre es Kathia Castillo y soy bachiller en psicología de la Universidad Católica de Santa María, y me reúno el día de hoy con usted para poder este, conversar un poco acerca de cómo usted ha podido sobrellevar esta cuarentena con su familia... como esto ya sabe la enfermedad el coronavirus o COVID-19 y esta enfermedad que es causada por un virus que se transmite vía respiratoria, la cual se puede propagar de persona a persona y este virus puede causar desde síntomas leves o ningún síntoma en el caso de los asintomáticos o hasta casos de grave enfermedad, y… esta pandemia ha conllevado a que el gobierno peruano declare un confinamiento obligatorio a nivel nacional, obligando así que las familias tengan que cambiar su rutina drásticamente prácticamente de un día para otro ¿no?, como es en el caso de la educación que se tuvo que optar por una educación virtual, o también en el caso del trabajo ¿no?, que muchas familias perdieron su trabajo o tuvieron que cambiar a una modalidad virtual o trabajo remoto… de igual manera les ha afectado en el tema social ya que no nos podemos reunir con nuestras familias como antes lo hacíamos con regularidad, o también no nos podemos reunirnos con nuestros amigos y tenemos que evitar las aglomeraciones, y mantener el distanciamiento social, de igual manera esto ha creado como una nueva realidad en la cual tenemos que usar siempre la mascarilla, usar este… caretas, utilizar alcohol, lavarnos las manos así conscientemente... y son todos esos cambios que de esta manera han generado un nivel de estrés en la población, y el

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

día de hoy yo quiero conversar con usted acerca de cómo usted como madre de familia ha podido sobrellevar toda esta situación todo el vídeo del año pasado…

E2: Ya perfecto…

E1: Para conocer un poco de su contexto familiar, me puede indicar ¿cuál es su edad?

E2: 47 años.

E1: ¿Cuál es su estado civil actual?

E2: Casada

E1: ¿Actualmente se encuentran trabajando?

E2: Actualmente no

E1: Anteriormente antes de que la pandemia iniciara, ¿estaba trabajando?

E2: Sí tenía… en el rubro de comida, hacía delivery a través de snacks...eh, preparaba alimentos saludables y.… a pedido era y los repartía, los preparaba y los repartía.

E1: ¿Y dejó de trabajar en ese rubro debido a la pandemia o antes de que la pandemia iniciara?

E2: Eh…teníamos planificado descansar en marzo, eh... mejor dicho descansar febrero, enero y febrero que era el tiempo que los chicos estaban en el colegio, porque era avocado un poco a refrigerios y snacks de chicos, y en marzo retomar juntamente con eh...con ellos que regresaban al colegio, pero ya se vino todo lo de la pandemia y hasta el momento ya no he podido retomar.

E1: Y ¿cuántos hijos tiene?

E2: Tres.

E1: Y ¿qué tiene cada uno?

E2: La mayor que tiene 24, la segunda que tiene 10 y la menor que tiene 9.

E1: ¿La vivienda en la que reside actualmente es alquilada o es propia.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E2: Es propia.

E1: ¿Y cuántas habitaciones tiene su vivienda?

E2: Tiene cuatro habitaciones.

E1: ¿Cuenta actualmente con conexión estable a internet?

E2: En el momento sí.

E1: ¿Y con quienes viven en su vivienda?

E2: Ahora estamos los cinco, que somos los miembros de la familia, porque mi hija la mayor la que está en Arequipa en la universidad está también con nosotros, como esto virtual nosotros allá pagamos lo que era cuarto, comida y esas cosas, y… con esta pandemia ya, ella está haciendo las clases virtuales desde la casa, así que estamos todos los cinco.

E1: Y ¿actualmente vienen realizando algún tipo de cuarentena voluntaria? adicional a que estos tres días de Semana Santa estamos este... confinados de manera obligatoria por el gobierno, adicional estos días su familia ¿realiza algún tipo de cuarentena voluntaria?

E2: Voluntaria en el sentido bueno no, solamente estamos acatando este... las disposiciones del gobierno, del estado y cuidándonos, si nos movilizamos nos movilizamos en el auto y nada más...

E1: Y bueno... cómo le comenté al inicio el COVID-19 es una enfermedad que nos está afectando a nivel mundial, me gustaría saber...conocer ¿qué es lo que usted sabe sobre esta enfermedad?

E2: Bueno en casa, mi esposo, él trabaja en una empresa donde todos los días va y...y les hacen exámenes salió positivo eh… y estuvo en cuarentena, es más toda la familia tuvimos que estar en cuarentena todos estuvimos en...en casa en cuarentena pero eh… puedo decir que ha sido, hemos tenido no sé si la suerte o qué, pero hemos sido

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

prácticamente asintomáticos, pero cumplimos con esa cuarentena, en el caso mío lo que yo sé del COVID es que definitivamente lo más importante es el tener un sistema inmune lo mayor ...lo más fuerte posible ¿no?, la alimentación es muy importante y... y lo demás creo que todo el mundo lo sabe, cómo afecta el COVID, y cómo es que ingresa, cuáles son las maneras de cuidarse eh... la importancia de mantener la distancia social, la importancia de estar lavándose constantemente las manos y la mascarilla ¿no?, porque es una enfermedad que dependiendo de cómo esté tu cuerpo te puede afectar tremendamente, ya se está viendo la cantidad de muertes y el sufrimiento que hay en estos momentos ¿no?.

E1: ¿Y es la información de dónde la obtiene?

E2: Un tanto de los me, no...sobre todo de los medios, de los medios no tan, tanto de la televisión, de las noticias y de información que nos llega y que podemos buscar a diario pues a través del internet ¿no?

E1: Bien...este, justo usted me comentaba que en su familia la más cercana no se han infectado de COVID, pero ¿algún conocido suyo o algún familiar realmente no tan cercano se ha infectado de este virus?

E2: Muchos...muchos, realmente es más he tenido, ehmm... la mala suerte de recibir noticias de gente que he querido mucho, que quiero mucho y que lamentablemente pues no pudieron superar la enfermedad y que ya no están en estos momentos ¿no?, personas de las cuales este no pensaba siquiera que podían pasar por esto... que tú las veías tan fuertes y jóvenes, y que... por tu cabeza no pasa pues de que eso podría sucederles a ellos ¿no?, o que si les sucedía de repente hubieran estado, o estarían, o estaban fuertes como para poder afrontarlo, pero estamos viendo de que ésta es una enfermedad que no respeta nada prácticamente ¿no?, antes eran los viejitos, ahora hasta los jóvenes y niños y todo ¿no?.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E1: Esas personas que usted menciona ¿eran familiares suyos o eran amigos?

E2: Tengo la suerte de que han sido amistades más que familiares.

E1: Bien y.… bueno desde que inició esta cuarentena el año pasado en marzo, porque sabemos que este virus llegó a nuestro país en febrero, pero es recién en marzo donde el gobierno decide tomar medidas y declarar en cuarentena a nivel nacional, cerrando las fronteras y así cambiando la rutina de todas las familias… ¿qué cambios ha notado en su familia desde que la cuarenta inicio?

E2: Eh muchos, muchos realmente ha sido todo un proceso de adaptación, creo que no solo para mi familia sino para muchas, para todas las personas… eh por empezar de que mi esposo tuvo que trabajar más, en la empresa donde trabajaba lamentablemente es en la labor que él hace es operaciones netamente y no podía ser un teletrabajo... y su horario de trabajo se amplió de ocho horas a doce horas, y ha estado trabajando así hasta hace un par de meses que recién ha vuelto a su horario normal de 8 horas, yo dejé de trabajar mis hijas...eh mis hijas que por lo general siempre han estado acostumbradas a estar fuera ¿no?, en el sentido de que nosotros no jugábamos tanto juegos de internet, ni nos pegábamos mucho del televisor, sino que todo era vamos al parque, vamos a caminar un rato, vamos a visitar, vamos y… todo era fuera de casa prácticamente ¿no?, o salgamos a comer o por ahí, a dar una vuelta aunque sea a sentarse al parque, con las bicicletas con el scooter, los patines, eso cambió radicalmente ¿no?, radicalmente ya no se podía hacer nada de eso y eso fue de cierta manera afectando más a las pequeñas, porque de sentirse libres ahora estaban con las alas cortadas y...y a la edad bueno, a pesar de que no son tan pequeñas igual, no hay ese entendimiento de la magnitud del problema y de las consecuencias, es más ni, ni muchos adultos ni siquiera entendían tampoco la magnitud del problema ¿no?, entonces este ha sido difícil, ha sido difícil... ahora ya al año que estamos en esto yo creo que ya estamos como quien dice un poco

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

más adaptados, igual sigue siendo difícil, porque hay muchas cosas que aún no se pueden hacer, como visitar, como reunirse, como festejar un cumpleaños, como abrazar a los abuelos, a la familia... eso es lo que todavía uno sigue sin, sin poder hacerlo y tal vez es lo que más afecta, en mi caso personal ¿no?

E1: Y ¿cómo era su rutina antes de que la pandemia iniciara?

E2: Eh… puedo decir que era una rutina un poco más estresante que ahora, porque trabajaba y al mismo tiempo que trabajaba, al mi esposo tener un trabajo que también era fuera de casa eh... prácticamente la que se encargaba de llevar al colegio, de preparar loncheras y hacer todos esos trámites era yo, y algunas semanas él porque el turno se lo permitía, pero por lo general era yo ¿no?, entonces ahora me he liberado de cierta manera un poco del estrés de correr, levantarlas, de preparar desayuno rápido, loncheras rápido, chapar el carro rápido y que lleguen a tiempo y estar en ese estrés que hasta para ellas era estrés ¿no?...en ese sentido ha sido un poco positivo pero, yo creo que lo que más nos ha chocado, nos sigue chocando y nos sigue dando un poco de sentimiento triste es el hecho de no poder ver a los abuelos, a mis padres, que ellos todos los días luchaban nosotros, todos los días estaban en la casa o nosotros en su casa, creo que eso es algo que hasta ahora es lo que más extrañamos, en lo que más nos ha afectado ¿no?

E1: Y usted ¿qué piensa sobre la situación actual que estamos viviendo ¿no?, frente a esta enfermedad?

E1: Esta situación...pienso yo que es más de incertidumbre, yo creo que la gente eh...les está costando adaptarse porque, como ser humanos estamos acostumbrados a muchos, estamos acostumbrados a planificar las cosas ¿no?, a planearlas y es algo que en estos tiempos no se puede hacer mucho ¿no?, puedes planear ciertas cosas, pero no puedes

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

tener un plazo o un plan, un planeamiento fijo ¿no?, y tienes que hacer los planes teniendo en cuenta de que pueden sufrir variaciones ¿no?

E1: Y justo antes mencionaba que algo que su familia y usted extraña en este...el hecho de visitar a sus abuelos, visitar a los familiares; adicional a esos sentimientos ¿qué es lo que más siente sobre esta nueva realidad?, de que tenemos que mantener el distanciamiento social o usar la mascarilla, usar este el alcohol, las caretas, ¿cómo se siente usted frente a todo esto?

E2: Ahh...tengo a veces un espíritu un poco rebelde, pero sí evitó... debo ser sincera evito usar la mascarilla siempre que no sea necesario ¿no?, eh... trato de cuando salgo la uso, si estoy en un sitio como un parque de repente donde no hay nadie o estamos de repente más que mis hijas y yo ya pues no la uso no, pero si veo una autoridad la tengo que usar, es un sentimiento un tanto también...es un sentimiento negativo el que me da ¿no?, es un sentimiento de impotencia ¿no?, de impotencia también porque es un poco, veo un poco limitada mi libertad, y la libertad es una cosa de, una de las cosas más preciadas creo de las personas, pero esto sí me limita la libertad y eso, eso genera en mí un sentimiento de mucha impotencia a veces.

E1: Y este... ¿Actualmente qué es lo que más le preocupa sobre esta enfermedad, sobre esta situación que estamos viviendo?

E2: Me preocupa mucho mis padres, los padres de mi esposo o las personas adultas, son las que más me preocupan porque...en este caso las personas adultas de mi familia y en sí de las personas adultas porque pienso que para ellos debe ser bastante complicado y a una persona adulta por la misma edad se convierte en una persona con muchas nostalgias, personas que necesitan o dependen de otras personas, entonces esto hace que se limite eso también ¿no?, que las personas que necesitan ayuda al ser los adultos

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

mayores, tu familia, tus padres, tus abuelos y que... y que no puedas brindárselo eso es frustrante realmente.

E1: Claro y… como en su posición de madre ¿que es lo que más le preocupa esta situación? o ¿Qué es lo que le agobia de esta situación?

E2: En este momento puedo decir que en mi situación de madre estoy tranquila, porque... porque sé que los tengo a mi lado del 100% del tiempo, mañana, tarde, noche, madrugada están conmigo, estoy tranquila porque sé que como yo los cuido ¿no?, no me preocupa mucho en mi situación de madre eso porque están todo el tiempo conmigo, cosa que no sucede eso en tiempos normales, en tiempos normales tienen que salir, van a la escuela, van al colegio, están más este... propensos a cualquier cosa les puede hacerlas pasar ¿no?, un accidente en el colegio, o saliendo, son muchas cosas ¿no?, que... que la situación actual de cierta manera me genera algo de tranquilidad en el hecho de saber de qué están seguros en casa conmigo ¿no?, con sus padres, pero me desespera un poco el hecho de que a veces ellas por la misma naturaleza de ser niños quieren salir, quieren hacer muchas otras cosas que no se puede pues ¿no?.

E1: Y digamos, si usted tuviera que volver a trabajar, a su trabajo anterior, el hecho de vender sus comidas, ¿cómo se sentiría ante esa situación de volver a trabajar?

E2: Ahhh,,,en algún momento me lo plantee de manera personal y se lo plantee también a mi esposo, bueno él siempre me ha dado la libertad de poder elegir y tomar mis decisiones pero poniendo en la balanza, debo dar gracias que en el momento no es necesario que yo trabaje ¿no?, y ahorita estamos haciendo que prevalezca sobre todo la seguridad ¿no?, entonces si el trabajo de él puede darnos como para poder estar tranquilos en el sentido de que no falte un plato de comida en la casa, que se puedan pagar las cuentas y que todas esas cosas se puedan se puedan sobrellevar...eh no hay la

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

necesidad en el momento de trabajar, no es prioritario, no es algo que tenga prioridad mejor dicho y de cierta manera el saber que eso le va a dar seguridad a mi familia me hace sentir también más tranquila ¿no?, sería intranquilidad para ellos, tanto para mis hijas como para mi esposo el hecho de que yo estuviera saliendo constantemente a recoger productos, o esas cosas ¿no?.

E1: Y en el caso de sus niños ¿no?, sabemos que el gobierno en estos primeros meses ha dictaminado que va a ser esta educación virtual, pero que aún están evaluando la modalidad de que sea semipresencial, supongamos que en el mes de mayo o junio el gobierno dictamine de que van a regresar las clases presenciales ¿cómo se sentiría usted ante esa situación?

E2: Me sentiría muy insegura, muy insegura porque lamentablemente el ambiente y nuestro Perú no me brinda esa seguridad ¿no?...eh en el sentido de que el sistema de salud no es un sistema de salud que sea apto para estas emergencias ¿no?, y el hecho de poner a mis hijas en una situación de riesgo, porque para mí sería ponerlos en una situación de riesgo, al no es tener un porcentaje alto de seguridad de que no vayan a contagiarse y en un porcentaje de que el colegio en el que están de la seguridad de que está tomando todas las medidas y protocolos... pero es bastante complicado sobre todo teniendo la edad que tienen ellas, no hay niño que no juegue y que no se abrace, y que no se junte, y que no comparta de repente no comida, entonces es bien complicado yo creo que así tengan que repetir el año yo no las enviaría.

E1: Y bien este... usted ha mencionado un poco de ese sentimiento que tenía digamos de impotencia ¿no?, pero adicionales a esos sentimientos que usted ha experimentado ¿ha sentido algún malestar físico debido al estrés?

E2: Ahhh...en algunas ocasiones tengo algún malestar físico como por ejemplo dolor de cuello y espalda ¿no?, que ya yo sé que es por este es cuando estoy demasiado

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

preocupada ¿no?, o estresada como lo dices tú Kathy... si el dolor de cuello y de espalda ¿no?, ahora felizmente se conocer, y como dice la canción de los niños yo sé cuidar mi cuerpo ¿no?, y sé que me ayuda mucho por ejemplo el meditar, me ayuda mucho la respiración, me ayuda mucho el hecho de poder... inclusive me siento con ellas a veces hacer un poco de yoga y solamente respiramos y solamente ojos y respiramos ¿no?, que ya es a veces suficiente, o si no, ya sé que mi energía necesita salir ¿no?, y nos ponemos de repente mi esposo compró un saco de arena arriba y nos ponemos a golpear el saco a gastar un poco de la energía que a veces no nos deja quietos ¿no?, y eso hace que podamos votar un poco el estrés, o esa sensación incómoda que tenemos.

E1: Y ¿quién es la que se encarga de supervisar las actividades escolares diarias de sus hijas?

E2: Eh...yo casi en un 90% ...solo supervisar.

E1: Ajá, y ¿quién las acompaña en sus clases virtuales?

E2: Eh...cuando empezó recién la pandemia como todo era nuevo tanto para ellas como para...para nosotros los padres eh... fue, sí bastante estresante eso de las clases y esto de que se cortaba, y eso de que no agarraban, que no sabíamos cómo unirnos porque era un proceso de aprendizaje también todo era nuevo, entonces sí fue bastante, bastante estresante y tenía yo que estar prácticamente ahí ¿no?, pendiente de que si se cortaba, como se unía ellas eh...también a cada rato demandaban de mí, cada nada mamá esto, mamá el otro, mamá hay que imprimir, mamá esto ¿no?, conforme ha ido pasando el tiempo y ya como que ha habido un...un proceso de adaptación de todos...eh, ya opté por cada quien que cumplirá su rol, y yo tuve el rol de supervisión nada más ¿no?, y yo no estaba presente en las clases ya ellas uno estaba en tercero, la otra en cuarto este año uno está en cuarto, la otra en quinto, entonces ya tienen una edad suficiente como para ellas ser responsables de sus clases y todo ¿no?... y saben igual que si en un caso casi

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

extremo necesitan de mí, me pueden llamar pero siempre y cuando ellos no lo puedan solucionar… trato en lo posible que ellas solucionen el problema, y si ya botan todos los recursos y no pueden, optan a mí ¿no?... al final del día ellas tienen que estar viendo sus trabajos yo superviso de que sea así, veo que los hayan terminado y si los han enviado y nada más ¿no?, ya como que en ese sentido también cada quien está cumpliendo con su parte ¿no?

E1: Y ¿actualmente cómo es la rutina de sus niñas?

E2: Ellas eh...se levantan no más, ellas si pudieran dormir, durmieran más, pero en casa tratamos ocho y media tomar desayuno, ocho y media ¿no? eh... yo me encargo del desayuno todos los días, ocho y media están tomando desayuno y de ahí tienen tiempo para arreglar sus...sus pendientes de sus clases en el sentido de que tienen que imprimir fichas para trabajar ese día, tienen que ver qué es lo que la miss ha enviado para trabajar ese día, empiezan once y media sus clases, mientras tanto yo me encargo de la casa y del almuerzo sobre todo porque el almuerzo tiene que estar a la una en punto, una y cuarenta y cinco ellas regresan a clases nuevamente, entonces de una a una y cuarenta y cinco ellas tienen para almorzar, por lo tanto el almuerzo tiene que estar a la una, coman y después retomar sus clases nuevamente hasta las tres y media de la tarde ¿no?, en ese lapso yo estoy haciendo algunas cosas en la casa, pendiente subiendo y bajando viendo cómo van trabajando, y pendiente así por si A ó B me llaman alguna cosa que se les presenten ¿no?, luego de eso ellas tienen... terminan sus clases tres y media y hasta las cinco más o menos están en tiempo libre, ellas pueden hacer lo que gusten hasta las cinco de la tarde ¿no?, si quieren de repente ver televisión, o jugar un ratito o leer algo o simplemente éste escuchar música o lo que quieran hacer o prepararse algo de comer lo que quieran, es tiempo libre hasta las cinco de la tarde, tres y media a cinco de la tarde,

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

y cinco retoman nuevamente sus labores pendientes que las tienen que entregar hasta antes de las nueve de la noche.

E1: Y justo usted comentaba precisamente, que todo el día en la casa están juntas usted y sus hijas, ¿siente que el estar juntas todo el día ha favorecido o ha hecho algún cambio en su relación con sus niñas?

E2: Hum… nos ha ayudado en el caso de mi hija la mayor eh... que prácticamente ella lleva desde el 2013 fuera de casa ¿no?, eh... con ella es con la que de cierta manera era como volver a conocernos ¿no?, porque ya ella fuera de casa eh...con sus costumbres algunas diferentes a las mías ¿no?, pero ha sido también un proceso de adaptación sobre todo con la mayor, ella adaptarse nuevamente a nosotros y nosotros adaptarnos nuevamente a ella ¿no?, y es chocante un poco más para ella creo yo porque lamentablemente pues en casa tenemos dos pequeñas que todavía ven todo, observan todo y toman por ejemplo todo ¿no?, entonces el hecho de saber y decirle que ha regresado y que tiene que ser un ejemplo ¿no?, entonces a ella al estar fuera pues éste es otra rutina, son otras costumbres ¿no?, y adaptarse nuevamente a que el desayuno es todos juntos, el almuerzo es todos juntos, y la cena también es todo juntos, entonces sí, a ella creo que es a la que más le ha chocado ¿no?... pero a eso ha ayudado también, eso ha ayudado un poco para que ella pueda ver mi labor de madre que dicho sea de paso dice que no quiere hacerla, y para que yo también pueda ver un poco su su crecimiento emocional ¿no?, el hecho de poder compartir un poco más acerca de lo, lo que ella quiere, lo que ella espera, lo que ella desea hacer ¿no?, que muchas veces no se daban, porque bueno si bien hablábamos por teléfono, estábamos más tiempo lejos pues ¿no?, y ahora estamos 24/7 en la misma casa y hay muchas más posibilidades de poder conversar.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E1: ¿Y en el caso de las pequeñas siente que su relación ha cambiado desde que la cuarentena inició?

E2: Siento que ellas valoran un poco más el trabajo en casa ¿no?, el trabajo en casa que a veces ellas cuando se iban al colegio decían mamá pero tienes tantas horas... tantas horas tienes que nosotros no estamos en la casa para hacer lo que tú quieras dicen ¿no?, pero se han dado cuenta pues de que realmente no es hacer lo que uno quiera, sino que la casa es demasiado demandante y hay muchas cosas que hacer en casa ¿no?, entonces ahora el hecho de que ellas estén acá y sepan lo que se hace, porque ya les está costando hacer por qué eh… hemos dicho que la casa es de todos y por lo tanto todos meten la cuchara y todos se comprometen, y todos hacen, entonces ahí están valorando un poco más el trabajo de mamá y de papá también ¿no?...entonces si bien papá de repente por sus horarios no colabora mucho en todo lo que es la dinámica de la casa, en el rol de trabajo o de hacer algo porque no está en algunos horarios pero cuando está también demuestran ¿no?, que es bueno él tiene su rol, tiene que botar la basura, tiene que hacer una cosa, las chicas también cada quien se encarga de sus cosas y así, yo creo que ellas han aprendido a valorar un poco más el trabajo de sus padres ¿no?

E1: ¿Y ahondando más un poco en el tema de crianza, si tuviera que autoevaluarse y ponerse una nota con respecto a la crianza de sus niñas durante todo este tiempo que nota se pondría?

E2: ¿Del 1 al 20?

E1: Si del 1 al 20…

E2: Del 1 al 20 podría decirse que un... no voy a salir jalada eso sí sé jajaja, puedo ponerme de repente un 13 o un 14.

E1: Un 13 o un 14, y ¿qué le faltaría para aumentar esa nota?

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E2: Me falta de repente trabajar un poco en mí en el sentido de que es eh... a mí me gusta o sea personalmente soy una persona que me gustan las cosas para ayer, me gusta hacer las cosas rápidas, pero tengo que entender que esa soy yo ¿no?, y que cada una de mis hijas y tanto mi esposo son también únicos y que no puedo pedir ni esperar de que se hagan las cosas exactamente como yo quiero...y a veces cometo el error de que sí o es a mi manera o no es, o no sale nada ¿no?, entonces esas cosas son las que me toca trabajar y no imponer tanto las cosas sino trabajarlas en conjunto tomando en cuenta también un poco la opinión de ellas ¿no?

E1: Y actualmente ¿cómo ustedes fomentan la comunicación con sus hijas? ¿de qué manera?

E2: Hum… ellas por ejemplo en la mañana, hoy día tuvimos una conversación, porque algo que se está dando mucho en la casa es que están peleando mucho, que si me miro, no me miró, me agarró, no me agarró... entonces por lo general las siento y converso con ellas y les hablo creo que yo hasta el cansancio de lo importante que es hablar antes de lanzar un juguete, o antes de decir algo ofensivo,o respirar antes de decir algo que después nos podamos arrepentir, entonces es muy importante les reta algo que es muy importante saber comunicarnos y buscar la manera más adecuada para comunicarnos que es mucho mejor tanto para el que comunica como para el que recibe eso, eso es es mucho mejor hacerlo de la manera más calmada pausada y tranquila, que después de arrepentir por haber dicho algo ofensivo o herir a otra persona...entonces es algo que constantemente estoy trabajando y hablando con ellas por qué eh...sí al ser yo de repente de un temperamento fuerte pues tengo ahí una de mis hijas que también tiene temperamento fuerte, entonces si no yo como adulto no puedo lidiar con eso, mucho menos ella ¿no?, entonces no me queda más que hablar con ellas y estar constantemente como quien dice hasta que la gota haga hueco en la piedra ¿no?

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E1: Y como familia ¿realizan algún tipo de actividad recreativa con sus hijas?

E2: Si, ahora estamos saliendo a manejar bicicleta ¿no?, no todos los días y no... no, es una vez o dos veces a la semana de repente, dependiendo mucho del horario de mi esposo porque él es el que se encarga de bajar las bicicletas y este ...y este...y eso, solamente eh... manejar bicicleta en estos momentos…

E2: Kathia me están llamando, ¿será que podemos retomar en un momento?

E1: Sí, no hay problema, ya justo faltaba ya unas dos, tres preguntas nada más, ya estamos por terminar.

E2: ¿Retomamos en unos minutitos?

E1: Ya, me avisa, sí.

E2: No sé cómo contarlo...

E2: Tengo una consulta... ¿le va a servir ahora esto?

E1: SI...si no hay problema, igual yo lo junto y no hay problema.

E2: ¡Ah ya ya!...

E1: Este...justo usted me estaba comentando de...estamos hablando sobre las actividades que realizaba con sus niñas ¿no? ...y también usted me comentó que a veces se estresaba y que le venían dolores de cabeza o de espalda, y con respecto a sus horas de sueño, ¿siente que han cambiado durante todo ese tiempo de la pandemia?

E2: Ah mm… eh, no mucho realmente nunca he sido de mucho dormir, eh...creo que trato de dormir mis siete, ocho horas o seis máximo ¿no?, pero desde que nacieron segunda hija y mi hija menor mi sueño siempre ha sido complicado, han sido niñas que no han dormido muy bien en las noches, siempre muy activas, muy inquietas eh... y no soy de hacer siesta casi nunca en las tardes ¿no?, entonces pero sí trato, trato de dormir,

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

mi sueño... por ahí se mantiene casi igual ¿no?, no no no he sido mucho, no soy muy dormilona.

E1: ¿Y en su casa cómo se distribuyen las tareas del hogar?

E2: Eh...hay cosas comunes, cosas que hacemos en común, o que todos tenemos que hacerlos en algún momento y cosas que cada quien tiene que hacer ¿no?, por ejemplo en sus cuartos cada quien hace lo que es limpieza de sus cuartos y sus roperos esos tienen que tener arreglados, supervisó yo los viernes esos roperos eh...después las áreas comunes nos turnamos ¿no? para hacerlo, ellas por lo general se encargan del segundo piso y yo me encargo del primer piso ¿no?, si bien limpian sus cuartos hay días en que les toca limpiar la parte de afuera del cuarto, y los baños a una después a otra y después a otra, así son tres y se van repartiendo las tareas eh...lo que es sacado de basura, las cosas más difíciles y pesadas eh... las hace mi esposo y no se hacen mientras, el ya sabe a veces se junta la basura o hay cosas que sean desarreglado y hay que colocarlas y se quedan ahí hasta que él las haga, entonces a veces él dice pero la basura no la has sacado, pero es tu trabajo, entonces cada quien trata de respetar su, lo que les toca hacer ¿no?...pero siempre las mamás somos las que más hacemos ja ja ja.

E1: Si, ja ja ja tiene razón, ¿y en cuanto a su relación de pareja siente que ha cambiado durante todo ese tiempo desde que la cuarentena inició?

E2: Eh... ¿ha cambiado?, no al contrario está mejor que antes creo, creo que él está un poco más contento de que estemos más en la casa que fuera ja ja ja porque a veces él llegaba del trabajo y no nos encontraba, o ya estábamos en la casa de mi mamá o estábamos en el puerto, habíamos salido de repente a dar una vuelta con la bicicleta y ya pues ¿no?, ahora el todo el tiempo llega a la casa, lo recibimos, estamos ahí entonces sí yo creo que eso es lo que más le agrada a él...pero después nos ha afectado en qué sentido, en el sentido de que bueno no tenemos teníamos la costumbre de una vez por

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

semana salir nosotros dos solos ¿no?, pero ya no hacemos eso ¿no?, a veces nos dábamos una escapada a comer algo o por ahí a dar una vuelta los dos solos, pero eso ya es algo que se ha quedado limitado, en este tiempo de cuarentena se puede decir que recién hemos empezado, recién hemos tenido dos salidas solos en todo el tiempo que empezó la cuarentena ¿no?

E1: Bien, ya con esto hemos terminado la entrevista, no se si usted ¿quiera agregar algo más, comentar algo o hacer una pregunta?

E2: Una pregunta eh... ¿qué herramienta sería buena utilizar con los niños en el sentido cuando están demasiado, demasiado estresados?, porque llega un momento en que a veces el mismo hecho de no salir, de no poder hacer lo que quieren eh... empiezan a cambiar un poco su comportamiento en el sentido de que por ejemplo, y lo digo específicamente mi hija menor, que es la menor ¿no?, ella es mucho más activa, tiene mucho más energía y siento que cuando ella no...no vota toda esa energía, como que se le acumulará, y por momentos llega a verse reflejado en su comportamiento ¿no?, está muy iracunda en el sentido de que todo te dice no, todo es no quiero, todo te contesta de mala manera y trato yo de que no, de que no...de tratar de contestarle bien ¿no?, de no hacer o no tener una respuesta impulsiva ¿no?, eh... pero en ese momento a veces no sé cómo reaccionar ¿no?, ante esta acumulación de estrés por así decirlo de ella ¿no?

E1: Sí sería bueno que haga alguna actividad que le guste ¿no?, si ella es muy activa sería bueno que haga algún deporte, o algo que pueda hacer dentro de la casa, que la mantenga y que pueda justo eso ¿no?, sacar toda esa energía y que llegue un poco más cansada ya ni siquiera tenga esa necesidad de estar peleando, o estar contestando a los demás ¿no?... sería bueno algún deporte o algo que a ella le guste hacer ¿no?, que usted note que ella está tranquila ¿no?, haciendo algo que le guste, ya sea jugar o de repente ¿no sé?, dibujar o pintar ¿no?, lo que a ella le

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

guste y en donde ella se siente tranquila y como que se sienta en paz ¿no?... y motivarla que ella haga eso regularmente ¿no?, en el caso de que si, supongo que usted le quiere dar alguna orden, o que haga algo ¿no?, y que ella le contesta también utilizar el método de premios y castigos ¿no?... más que todo motivarla a que haga algo porque si es mucho castigo, muchas cosas negativas, ella también va a reaccionar de manera negativa ¿no?... comentarle más el lado positivo ¿no?, para que ella también aprenda a manifestarse de manera positiva ¿no? y no siempre a lo negativo.

E2: A eso justo me refería porque lo manifiesta siempre de forma negativa ¿no?, entonces quisiera que la forma de manifestarse de ella sea más positiva ¿no?, eh...se vuelve completamente pesimista, cualquier opción que uno pueda darle es no, no le parece, no le parece o no le parece ¿no? ...entonces sí, yo creo que de repente como tú dices, un poco más de que bote toda esa energía ¿no?, un poco más de hacer las cosas que a ella le gusta.

E1: Claro, a ella ¿qué cosas le gusta hacer?

E2: Ella es mucho de ejercicios, o sea es mucho es más hasta se está subiendo de peso porque más salimos sobre todo por ella, porque ella le encantaba estar en el scooter, los patines, correr para allá, correr para acá ¿no?, entonces tiene una... ahora siento que tiene como que energía acumulada por momentos ¿no?, entonces eh...ha sido bueno también el hecho de que...de que en la parte de arriba podamos implementar algo como para que ellas puedan correr, puedan entonces a veces sí sale, se sube un rato a correr, a hacer lo que sea ¿no?, a veces parece no ser suficiente, por lo tanto creo que de repente esos momentos de bicicleta se pueden ampliar un poquito más ¿no?

E1: Si, poner unos horarios en los que ella está un poco más libre, ella pueda desfogar toda esa energía que tiene, porque si eso es muy común los niños ahora

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

¿no?, como no pueden salir, casi nada son muchas actividades fuera todos están en la casa, esa energía que tienen en la niñez, casi prácticamente todos los niños tienen se queda acumulada en ellos ¿no?, y esa es una de las consecuencias que ha traído en hecho del confinamiento, de que no puedan salir... también el hecho de que no puedan interactuar con otros niños que no sean de su familia ¿no?... entonces por ese lado si es que hay la oportunidad de hacerlo todo mediante las medidas de seguridad, sí sería bueno que hagan un poco más de deporte para que no estén tan sedentarios en la casa, porque eso sí ayuda un montón.

E2: Sí gracias…

E1: Si, y cualquier cosa me escribe si necesita ayuda en algo.

E2: Ya gracias, muchas gracias...cualquier cosa antes de colgarlas te aviso ja ja ja…

E1: Y con esto hemos terminado la entrevista, igual otra vez agradecerle por su participación, ya me avisa en qué momento podré entrevistar a su esposo para ya con eso terminar, y… el consentimiento informado que le mande, cuando tenga tiempito lo llena, le toma una foto y me lo envía.

E2: Sí, gracias…

E1: Gracias.

Fin de entrevista

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

FECHA: 6 de Febrero de 2021 **ENTREVISTA:** N° 10

DURACIÓN: 01:02:12 min. **ENTREVISTADO:** Madre de familia, 42 años

E1: Entrevistador

E2: Entrevistado

TRANSCRIPCIÓN DE ENTREVISTA

E1: Entonces empezamos ahora y lo primero que voy a explicarle, es cuál es el objetivo general del estudio, es describir las manifestaciones de estrés parental que están experimentando los padres y las madres de familia durante la pandemia de coronavirus, me presento mi nombre es Tania Gómez soy bachiller de psicología de la Universidad Católica De Santa María y el día de hoy me estoy reuniendo con usted para poder conversar de cómo ha enfrentado la cuarentena a su familia debido a la pandemia, como usted ya sabe la enfermedad, el coronavirus de 2019 , COVID 19, es una afección causada por un virus que se puede propagar de persona a persona, este virus puede causar desde síntomas leves o ningún síntoma, lo que conocemos como las personas asintomáticas, hasta casos de enfermedad grave e incluso la muerte, esta pandemia ha conllevado que el gobierno peruano declare un confinamiento mandatorio a nivel nacional, obligando a todas las familias a enfrentar cambios drásticos en las rutinas de sus hogares comenzando por la educación virtual ¿no?, todos los colegios han tomado sus servicios de manera virtual a través de diferentes plataformas, otro cambio también que se ha dado desde el teletrabajo, hay una cantidad de la población que ha podido cambiar su trabajo desde casa y la manera en que ahora socializamos con los miembros de nuestras familias o amigos, la manera de cómo nos contactamos ahora y en vez de realizar visitas en casa pues tenemos que optar por video llamadas, redes sociales para estar en contacto, observando esta nueva realidad es que deseamos conocer

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

más y describir sobre esos cambios que se han dado en las rutinas de sus hogares, de tal manera que podamos analizar los niveles de estrés de los padres durante esta pandemia del COVID 19, antes de empezar el ciclo 'la entrevista' quiero recalcar nuevamente que toda la información que se recoja el día de hoy es estrictamente anónima y confidencial, ciertamente se va a estar grabando en su sesión de hoy con la finalidad meramente investigativa y posterior a su análisis este vídeo va a ser eliminado, por lo cual puede sentirse plenamente segura que su privacidad va a estar totalmente custodiada, vamos a empezar aquí con la primera pregunta ¿cuál es su edad?

E2: 42 años

E1: y ¿cuál es su estado civil?

E2: conviviente

E1: y actualmente ¿usted se encuentra trabajando?

E2: sí, gracias a dios si estoy trabajando en un autoservicio, si yo sí estoy trabajando, mi esposo es el que no estaba trabajando y hace un mes acaba de entrar a un trabajo

E1: que bueno, imagino entonces que con la situación laboral que tiene usted es personal, en persona ¿no?

E2: ¿cómo?

E1: por el trabajo que usted realiza en el autoservicio, el trabajo requiere que esté en persona en el lugar

E2: sí sí

E1: ¿cuántos hijos tiene usted?

E2: dos [2] hijas

E1: y ¿cuáles son las edades de sus hijas?

E2: mi hijita mayor tiene 17 años, tengo mi hija, la segunda que tiene 5 años

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

E1: y la vivienda en la que reside actualmente ¿es alquilada o propia?

E2: y gracias a Dios, es propia

E1: y ¿cuántas habitaciones tiene la casa donde usted está?

E2: la sala, la biblioteca, el comedor, y dos dormitorios

E1: cuenta usted ¿con conexión estable a internet y sesión wifi en casa?

E2: si ya hace un año me puse el internet

E1: y, ¿tuvo que cambiar el wifi debido a la pandemia? ¿o g ya antes de la pandemia es que contrató el servicio de internet?

E2: no, debido a la pandemia tuve que poner

E1: claro, como muchos de nosotros, que digamos con la conexión el celular que, pues era lo necesario que teníamos en este momento, pero después con todos los requerimientos ahora se necesitan, ¿con quiénes vive usted actualmente?

E2: estoy viviendo con mis hijas y mi esposo

E1: y ¿actualmente está usted realizando alguna cuarentena voluntaria?

E2: no, no, yo sinceramente no yo me iba a trabajar normal, como el auto servicio y vendemos productos de primera necesidad entonces nosotros tenemos que bajar caminando y subimos caminando, en cuanto a mi esposo, él sí ha estado en casa casi todo el año, año y medio está en casa

E1: porque ha estado variando ¿no?, en momentos en que el gobierno nos ha permitido salir a de casa, a otros que sí nos han puesto una cuarentena más restringida, a veces focalizada por región, correcto, el toque de queda ahora este fin de semana por celebración, pero a usted debido a su trabajo si tiene que salir de casa ¿correcto?, ¿usted se va a casa caminando o con un transporte?

E2: cuando no había movilización, tenía que ir caminando y subir caminando, pero había un tiempo que ya también empezaron a salir las combis y ok

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

E1: y este adicionalmente su trabajo y me imagino también que, para hacer las compras, el lugar ¿haya otro momento que ustedes salgan de casa?

E2: normalmente las compras las estaba haciendo esposo, pero no y, descansaba los días domingos, entonces esos días nos quedábamos en casa haciendo los quehaceres del hogar, lavando ropa normalmente, porque casi creo que los domingos había un tiempo donde no se salía nadie no había ni mercado, pero los domingos a veces salimos normalmente estamos más en mi casa

E1: y el COVID, es esta nueva enfermedad que está afectando a nivel mundial y sabe usted ¿en qué consiste esta enfermedad de este nuevo virus?

E2: sí sí, normalmente hasta donde yo no tengo entendido, es la alimentación más que todo debe ser de que de que yo casi éste, yo consumo muchas frituras, no tomamos tantas gaseosas, o sea cosas así normalmente hago todo lo que son menestras, vegetales y bastante agua y así, pero en mi familia a mi esposo como que le dio una gripe no más, pero más simple, a mi gracias a Dios no he sentido eso todavía

E1: y cómo es que se obtuvo información acerca de lo que consiste esa enfermedad, ¿cómo cuidarse?

E2: por la radio y también este por el por el celular a veces estoy este por el Facebook, pasan las recomendaciones que seguir, qué es lo que te da ¿no?, normalmente esa es la información que yo he obtenido

E1: y tiene usted de alguna otra duda sobre lo que consiste el virus, algo que todavía no lo tenga claro, ¿qué le preocupe?, digamos que no sepa respecto de la enfermedad

E2: no, no

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E1: es la ventaja que tenemos ahora con tantos medios para acceder a esa información, la radio, el televisor, y las redes sociales y el internet ¿no?, ¿algún familiar suyo o conocido se ha infectado con este virus?

E2: si mi hermana menor, ella nos explicó también me dice "ay Paty, es bien feo", no no no podía respirar realmente, no podía así entras en una desesperación, ahí es donde éste atacaba, pero como había tenido compañeras y amigas de trabajo, que le han dicho de que tenga que aprender a respirar despacito, si allí hay extrañas el aire, la respiración, ella sí padeció, sino con todo ha estado casi dos semanas, casi un mes también en Ica y así salió bien gracias a Dios realmente…

E1: justo le iba a consultar si algún familiar suyo conocido llegó a fallecer por este virus…

E2: no, familiar mío no, conocido sí, si mis clientes muy buenas personas, no sé a veces este uno como que no acepta, es un poco es difícil esta situación sobre todo viviendo en un lugar donde conocemos a muchas personas es increíble realmente…

E1: ¿qué cambios ha notado usted en su familia desde que la cuarentena inició?

E2: creo que estamos más más conscientes en la vida, estamos ahora más agradecidos [llora], valorar a las personas que he conocido han sido muy buenas personas, me entra dolor, por no poder comunicar eso siempre esas personas, a quienes pedía muchos consejos y como que te ayudaban en la vida, como que te sientes un poco, y ya te toca tomar rumbo y ya no están, algo así es ese sentimiento

E1: entiendo valoramos más el hecho de tener un techo ¿no?, de tener alimento y de tener a las familias y uno mismo estar sano ¿verdad?

E2: si

E1: nos hemos vuelto más conscientes de estas pequeñas cosas que antes no usábamos

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E2: si, buena elección, buena lección hemos aprendido

E1: exacto, y si regresamos un poco a casi un año de cuando empezó y me acuerdo del presidente habló la televisión, indicó lo que nosotros pensábamos que era parte una película, de que iban a ser sólo dos semanas, pero estando ese mes en marzo, ¿que tanto ha cambiado la rutina en su familia? ¿cómo era antes la rutina en su familia de la pandemia y cómo es ahora?

E2: antes este…teníamos planeado viajar, nuestros planes eran irnos de viaje, conocer diferentes sitios, y ahora ya, ya no, esté hemos aprendido en orar, en agradecer, en perdonar, de compasión con las personas y los que nos agreden a veces tenemos esos resentimientos, esos odios, entonces ya un poco que perdonamos…

E1: y ¿usted siempre ha trabajado en ese lugar de los autoservicios desde antes de la pandemia?

E2: si, es justo antes, un año antes yo ya estaba trabajando en el autoservicio

E1: y entonces dígame usted quizás ¿cómo trabajaba? ¿quiénes se encargaban de enviar el colegio a las pequeñas?

E2: yo, si las dejaba en el colegio a las nueve y justo yo tenía que entrar a mi trabajo

E1: y de ahí ¿quién recogía a las niñas del colegio?

E2: debía salir a una hora de almuerzo, si mi hija sale una y media, la recogía y yo volvía a ingresar a mi trabajo a las 3

E1: podía compartir la hora del almuerzo con sus hijas y luego usted tenía que regresar al trabajo, en ese momento de la tarde ¿quién se quedaba con sus hijas?

E2: mi hijita niña y gracias a dios yo sí me la llevaba también al trabajo me lo permitía, pero la mayor es la que se quedaba en casa

E1: entonces usted se iba al trabajo y regresaba al trabajo con la más pequeña

E2: sí

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

E1: y está que hará que terminaba digamos su trabajo

E2: hasta las 8, 8 y media veces

E1: y ya de ahí regresaba a casa

E2: si

E1: en este momento cuando usted regresaba, ¿su esposo ya estaba en casa?

E2: si, él estaba en casa, muchas veces cuando él no trabajaba, ya la dejaba a hijita con él, las dos se quedaban con él, a veces hacemos tratos eventuales, porque él es electricista, es gasfitero, hace techos, es de todo múltiple, entonces requieren un trabajo de gasfitería y dice voy a trabajar 2 o 3 días, y ya yo me hago cargo de las niñas ¿no?

E1: y como familia antes de la pandemia, usted me comentaba "teníamos planes de viajar" "de salir a pasear" que otras actividades les gustaba hacer en familia, antes de lo del COVID y la pandemia

E2: irnos al cine, más que todo a la playa, que ahora extrañan la playa, ya no se puede hacer nada de eso

E1: y bueno pues, llegó marzo del 2020, y sucedió esto que no esperábamos ni tampoco pensamos que iba a durar tanto, ¿cómo cambiado de esa rutina ahora con la pandemia?, entiendo que su esposo pues se le cortaron muchísimo más los servicios ¿verdad?, y ¿usted tenía que trabajar en un autoservicio durante ese tiempo de la cuarentena o pudo estar en casa?

E2: yo normalmente he estado trabajando, cuando ya el gobierno declaraba cuarentena total y que nadie habría, esas veces he descansado, he inclusive como él no encontraba trabajo llegamos a un punto que nos dio un temor de qué, que no podíamos ni compramos demás las cosas solamente porque no sabíamos qué iba a pasar mañana más tarde, no va a faltar el agua y a veces los papeles higiénicos que ya tratamos de medirnos lo poco, o sea había un tiempo que sigue entramos en ese en ese lazo de estrés

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

como que, me desesperaba porque en el autoservicio la gente venía y se llevaba todos los papeles higiénicos y todo el alcohol y bueno no a veces de entraba en el caos, pero siempre en ese instante no ponemos a orar y rezar y no nos va a hacer falta nada y que todo esté lo que teníamos, teníamos que medirlo ¿no?

E1: siente usted que el trabajo que tiene, por estar en primera fila, un autoservicio, productos de primera necesidad la ha expuesto a ver un poco más la realidad de las personas que tengan que comprar salir exponerse, ¿siente usted que esto ha sido algo como que le ha ayudado a usted a entender más qué es lo que estaba pasando a hacerse más consciente o si entonces aquí como que la carga la estresaba o que la preocupaba?

E2: en una parte me hacía entender, en otra también como que te cargaba porque hacíamos un pedido de papeles higiénicos y sólo nos vendían un stock al autoservicio, entonces acomodábamos y l agente venía "llegó el papel, dame cinco, dame todos" "entonces decíamos señora solo se puede llevar un paquete" porque en realidad es para todos y trataba de convencerla y hablarles a las señoras que no se desesperaran, que el fin de estas situaciones es compartir con los demás si yo le vendo todo ¿para los demás?, entonces ahora es el momento hablaremos estar unidos, como que un poco también, sabes que le entre a la filosofía a estudiar un poco de la psicología, de la vida, pero yo ya estaba estudiando un año atrás pero ya le tomé más en profundidad, cómo comprender al ser humano cómo entender la vida y eso el trabajo que tengo más el tema que he pasado como que me ha servido más de cómo buscar el ser porque yo entendí que en la biblia siempre decían y miraba que siempre decían no busques nada afuera, que afuera no hay nada que todo está adentro, entonces decía cuál es el camino y como que me dentro a buscar eso, ser humano, al alma, a la vida o sea cuál es el fin de la vida porque desesperándonos hasta yo llegué a entrar en un estrés de mejor no vendo nada y

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

me lo compro yo, para el alcohol y para la carne y para la despensa, pero luego no despierta qué pasa, tranquila no y concéntrate en qué estás haciendo, no es así y que tengo que seguir ¿no?, así, cada uno en ese instante parecía que cada uno miraba su vida y la verdad…

E1: como trabajadora, a su servicio en verdad le ha dado una posición durante esta línea que es pues porque usted tenía que vender estos productos de primera necesidad de las familias que muchas veces se vieron desesperadas, pero a la vez también usted tiene una familia y tiene que proveerles entonces como que era una gran experiencia que lamentablemente ha tenido que vivir ¿verdad?

E2: sí, era diferente porque antes de la cuarentena el señor te dejaba los papeles higiénicos, los alcoholes que querías, y si se vendían, pedías también el triple ¿no? déjame más a que se venda mejor todo, pero cuando había cuarentena ya las empresas también no te vendían, todo es alto no hay más, o sea tampoco no se podía ni que te digo ni en los precios también se elevaban y como que sentías que a la persona que el papel higiénico en ese entonces el papel higiénico lo vendías a sol cincuenta [s/. 1.50] y a veces el mismo proveedor ya te deja con un margen de ganancia mínimo y subirlo, te dejaba con una carga de conciencia y decía “Dios mío, ¿cómo hacemos?”, gente que no tenía trabajo, muchas personas estaban que se medían así o sea era un tiempo muy crítico, pero de muy buen aprendizaje

E1: y cuando nos cuenta eso de que quizás también por el tiempo que tuvo de estar en casa como la mayoría de nosotros que nos quedamos en casa bastante tiempo empezó a buscar información a leer ¿de dónde más o menos era las fuentes que usted buscaba esa información?, y mencionó una, la biblia, ¿a qué otras fuentes usted recurría sobre la filosofía y psicología?

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E2: yo antes de la pandemia estuve un poquito mal tenía problemas familiares, estaba así que no… no me hallaba porque me sucedía tantas cosas, y entonces tuve la grata sorpresa de conocer a una amiga que me enseñó sobre mujeres holísticas ¿no?, era un grupo de donde te enseñaba cómo poder enfrentar la vida, yo me puse ahí me metí en ese grupo y ella empezó a hablar sobre un tema de espiritualidad, entonces ella estudió eso y contó, porque ella tiene su hijito hiperactivo y tenía un esposo donde no lo aguantaba, y todo era así entonces ella conoció eso y ella también le ayudó a cómo mantenerse y mantener su equilibrio emocional sin desesperarse, entonces…éste como que le dio una luz a ella y yo seguir y me interesa ¿qué era eso?, porque yo más antes siempre fui a la filosofía en unas clases en nueva acrópolis y entendía, pero bueno se hace así ya más o menos ya dejaba de nuevo dejaba y ahora con la situación y yo gracias a Dios tuve la oportunidad en ese entonces cuando no había cuarentena, había nada de esas cosas, al entrar a una clase presencial con sanación qué bien ahí entendí cómo era el modo la forma de la vida, ahí entendí cómo que la energía que todos éramos energía y que no sólo éramos cuerpo y que no sólo hemos venido en esta vida para trabajar, comer y que era otra función de la vida, y es donde más o menos indague y me sentí más en paz, más tranquila, me sentía que no tenía que sulfurarme porque yo antes era un fosforito, antes yo tenía mi hija adolescente justo estaba en etapa de mi hija adolescente por eso que entre en crisis nerviosa, entonces mi hija gritaba “que aquí mando yo aquello”, entonces yo al tener a mi hija muy rebelde entonces este más que todo también por eso creo que fui también, a ver experimentar, como ver porque en la filosofía y los psicólogos siempre me decían “sabe cuándo usted quiera gritar con su esposo, quiera gritarle a su hija tome un vaso de agua, reténgalo en la boca y la mente se concentra en que no se debe pasar el agua, ahí no más reténgalo, entonces usted no va hablar nada, no les diga nada hasta que se pasa el berrinche” entonces este así entendí

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

pero no lo entendía bien y yo lo hacía pero no se podía, me daba una cólera en mí estómago que quería votar algo que tenía que gritar, pero aprendiendo esto de la energía entendía ese método que era necesario que la otra persona gritara porque la otra persona tiene heridas en el alma me dijeron que estaba botando la pus, es por eso que empezó a hablar y te decía que eres esto, tal por cual, tu hija también, y porque en realidad no eres tú en realidad son ellos mismos, ellos mismos tienen ese dolor, yo a veces lloraba, "¿por qué mi esposo me dice sí yo no soy, yo doy lo mejor, yo trato de limpiar, trato de lavar, pero porque él es así entonces?" yo desde ahí empecé a comprenderlo a mi esposo, que todo lo que él me decía no era para mí, era de él esa persona está botando la pus

E1: y mire usted, no sé si llamarlo casualidad porque en verdad yo sé que usted estuvo buscando mucho de esa información para que le ayudara ¿cree usted que toda esa información en el grupo holístico que puedo participar y toda la información que este grupo le brinda creo está que sirvió como un soporte y un apoyo durante esta pandemia?

E2: sí… sí, sí, sí me ha dado un creo que me dio todas las herramientas necesarias para enfrentarla por eso que también enfrenté tranquila, porque yo hubiera estado más desesperada si hubiera estado no sé si Dios me hizo el milagro de que yo… yo sí tenía que entrar a ese curso, porque ese curso estaba en dólares, y yo no, yo no voy a pagar, y consigue y consigue y tuve un sobrino que me ayudó, me dijo: "¿quieres meterte a este curso? Toma, yo te voy a ayudar"

E1: Quien iba pensar ¿no?, que este iba a darle un apoyo emocional y soporte durante esta esos tiempos que han sido bastante difíciles, ¿qué es lo que usted piensa sobre esta situación actual que estamos viviendo?

E2: a veces digo nos quedaremos así siempre ya o a veces también digo esto va a pasar es un aprendizaje porque la vida no es estática, porque siempre vamos a volver a

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

cambiar ¿no?, todo da vueltas, todo da vueltas, estamos pasando por un momento difícil, y que ya también vamos a estar un poco más más liberados, creo que más despiertos

E1: expectativas ¿no?, y ¿cómo usted se siente respecto a esta nueva normalidad?

E2: en cuanto a, yo sí yo me siento más tranquila y creo que aparte que me da una ventaja en las clases de mi hija porque antes tenían que estar bajando al colegio todo el taxi era todo un drama pero ahora como que ya me organizo, tranquila preparo el desayuno, la baño, la cambio y como que lo veo un poco más fácil, más tranquilo pero veo muchas compañeras o personas que conozco, que dice "ay no" "cuarentena no" sí sí creo que sí mejor es la presencial pero como que mi hija menor la pequeñita es más, es muy diferente a mi hija mayor mi hija mayor si era tomar desayuno ¿no? quería tomar, la pequeñita "si mamá" se tomaba su desayuno y ahora ha prendido a los cinco años ya bañarse sola, se cambia sola, se afina su cabellito ya sin que yo la peine, como ella es más más viejita le digo, con mi hija mayor yo tenía que estar "cámbiate, péinate, ponte" pero con la menorcita no, ella inclusive se sienta y me dice "mamá tengo que estar en mis clases" ella hace sola sus cosas

E1: y ¿qué más le preocupa sobre esa situación el COVID?

E2: aunque a veces a muchas personas escucho "creo que este sea el fin del mundo todos vamos a morir todos vamos todos se va acabar poco a poco ya no queda nada", pero yo veces este me centro en el alma y digo bueno ¿no? estamos aquí y a seguir como estemos porque no se sabe qué pasará mañana lo importante es que hagamos el bien y tengamos que seguir haciendo nuestras cosas, mi hija ha terminado quinto y le digo "tú tienes que seguir siguiendo la universidad, no importa si es virtual tienes que seguir" no podemos tampoco quedamos paralizados o en la pena, o que el mundo se va a acabar y tiene que estudiar, tiene que seguir…

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E1: un gran reto para los chicos que terminan secundaria, como padre como madre que es usted ¿qué es lo que más le ha preocupado agobiado de esta situación?

E2: mis hijos, mis hijas este, cómo van a seguir, pero creo que antes era más esa preocupación, ahora como que me siento más tranquila con que me siento más una segura de que si yo, empiezo a cambiar creo que todo mi círculo va a cambiar porque todo yo estoy aprendiendo es yo cambio y mis hijas van a cambiar, ahora sí voy a seguir lo mismo y gritar entonces a veces les digo a mis hijas, perdonen no soy perfecta

E1: ¿A qué se refiere usted con ese cambio?

E2: ¿Qué trato de estar, esté empujándolas y entusiasmándolas más, a veces mi hija mayor es adolescente y quiere salirse con sus amigas, y te vas a contagiar y todo eso ¿no?, mi esposo que no, que no salga, pero que queda es su momento, ellos tienen que salir a la calle con sus amigos ¿no? solo tenerle fe a Dios nada más, no quiero presionarla o privarla de algo que ella quiere hacer

E1: y justo él iba a hacer una pregunta respecto a esto ¿no?, usted por su trabajo pues ya tuvo que regresar y está trabajando en persona con un contacto con otras personas, pero cómo se siente usted respecto a regresar a lugares públicos, digamos y cuando salgan ustedes al mercado si quisieran ustedes regresar a un cine, a un centro, comercial, a una tienda en donde que sus hijos estén en lugares públicos, si el gobierno peruano indica ahora a un mes o cada dos meses los niños tienen que regresar a los colegios en persona, ¿cómo se siente este respecto a este posible en cambio?

E2: hay cosas que no podemos controlar y cosas que no se pueden controlar o sea si tengo que regresar a ir a un cine con mis hijas, lo haré con todos los cuidados que hay

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

que hacerlos, pero tranquila o sea que la vida no estamos solos no estamos haciendo nada mal

E1: ¿no siente nervios ante la idea de regresar a un lugar público donde hay muchas personas, ustedes sus niñas?

E2: quizás un poco de nervios, pero que puedes controlar, tampoco ¿nunca vamos a ir a un cine por esto? no sé hay cosas que en la vida no se puede controlar se dan, pero con todos los cuidados siempre

E1: y adicional de todos estos sentimientos que usted ha estado experimentando durante la pandemia que nos ha comentado ¿ha sentido usted algún cambio o malestar físico?

E2: físico sí, que me dolía mis rodillas y muchas veces este a veces para ir al hospital o a emergencia para hacerme ver, dije no que pase un poquito que baje un poco más, ahí haré mi tratamiento, ese es el único temor que tengo

E1: usted ¿ya sufría digamos de dolores en las rodillas antes?

E2: no, no, es que hago mis ejercicios en la casa también porque estar en la casa, sí como que te… hago mis ejercicios gracias a Dios, en Facebook encontré también una señorita que hace ejercicios y todos los días a las 8 de la mañana y entraba ahí, hice un poco más mis ejercicios que y más las caminatas que me empezó a doler mis rodillas, pero ahora ya estoy mejor

E1: pero ir a un hospital para que le haga un chequeo una revisión

E2: no, como que no, prefiero ir a un doctor particular no importa, más tranquilo

E1: un poco de temor ante ese riesgo ¿verdad?, que no hay que exponernos en los hospitales ¿y esto nos comentó que es la pequeña su hija pequeña es bastante independiente, ella puede conectarse, limpiar su mesa ¿hay alguien más que la acompaña durante sus actividades escolares de su hija menor o de la hija mayor?

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E2: no, solo yo, su papá a veces cuando él no está trabajando, pero normalmente soy yo, ahora este año estoy yo, el año pasado si ha estado todo el año su papá, este año yo ubico

E1: ¿cómo es esa rutina porque entiendo que usted tiene que estar a las 9 en el trabajo y a qué ahora son las clases virtuales de su pequeña?

E2: ah ya, es que ahora ya cambió mi horario de trabajo, ahora dentro a las doce y media y salgo a las ocho y media de la noche entonces es el lapso de la mañana ¡genial!, me levanto temprano y ya cocino el almuerzo listo porque yo salgo 12 dejo el almuerzo listo y la baño toman, su desayuno y listo a sus clases…

E1: y la compañía en las clases y luego que usted tiene que salir a las doce y media y le deja todo listo en casa ¿quién se queda con las niñas digamos…?

E2: yo me la llevo, a mi hijita de cinco años y mi hija mayor se queda con su papá

E1: y si tienen que hacer alguna tarea o actividad ¿se puede realizar en su trabajo o lo hace antes de ir a su trabajo?

E2: no, a veces en el trabajo si son cosas simples eso es cuando no tengo muchas cosas que hacer ahí estoy, pero cuando no ya estoy esté llegando a casa ahí es donde hace mi hijita sus tareas ¿no?, y ya me organicé también con su papá porque ya quedé con el que él se encargue de ayudarle en sus tareas, pero si es que le deja la tarea porque ahora gracias a Dios, no le están dejando tareas

E1: y les resultó fácil o difícil adaptarse a esta nueva rutina

E2: fácil, fácil

E1: y ¿siente usted que está cuarentena ha favorecido la relación con sus hijos ha notado cambios positivos en ellas o algún cambio negativo que se hayan dado?... [problemas técnicos]… justo estábamos en la pregunta donde le comenté si usted ha notado que esta situación de la pandemia de la cuarentena ha favorecido la

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

relación con sus hijos, se han notado cambios positivos en ellas o un cambio negativo durante esa pandemia

E2: sí creo sí, cambios positivos más positivos que negativos

E1: en qué sentido cree usted que ha favorecido ¿qué cambios positivos ha notado en ellos?

E2: en cambios positivos, por ejemplo, ahora como que mi hija mayor ya no está tan impulsiva, ya no ella no es tan de gritar o de dar su berrinche no ella más tranquila

E1: y ¿en la pequeña ha notado de algún otro cambio?

E2: mi hija pequeña creo que más cambios positivos, ella si más cambios positivos, ella está más entusiasmada en querer aprender

E1: ¿cree usted que ha podido manejar adecuadamente la crianza de sus hijos durante esta cuarentena?

E2: sí

E1: ¿de qué manera? O cree usted que ha habido cosas que ha podido mejorar, que hubiera necesitado para hacerlo, esta pregunta es más que todo para saber usted cómo se ha sentido como madre durante esta pandemia ¿cree usted que ha podido llevar adecuadamente la crianza de sus hijos? sientes que no que algo le faltó que pudo haber mejorado

E2: sí sí creo que he llevado bien la función de mis hijos porque están acá están más cerca de mí como que a mi hijita menor por ejemplo ya la veo más despierta y está más segura, acá en casa su papá también le orienta juega con ella todavía no sabe hacer a su corta edad de qué bueno son sus amiguitos si no sabe todavía de los a veces que en el colegio como que los hace gracia sin sentir menos tan chiquitita ¿no? entonces mi hija menor no está experimentando eso y, a ella siempre le salen cosas bonitas a sus compañeros cuando está en la computadora los bendice porque tiene que bendecirlas,

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

dice que bonita vincha, o sea ella se expresa de esa manera, no tienen temor de que si le digo que es bonita la niña, me va a ver mal

E1: y justo quería preguntarle algo que mencionó, que pasa más tiempo con ella, el papá también ahí presente ¿Cómo fomenta usted la comunicación con sus hijas?

E2: con más amor, diciéndole que lo importante es ella que ella no es más ni menos que nadie y es como es, dándoles inclusive mi hijita menor sabe que yo a veces meditaciones o a veces le digo a ella no esté "mamá porque me gritaste, no se grita, se habla con cariño" entonces esa parte es como que ya veces se me despierte y me dice que estoy actuando mal y así, su papá también le explica le habla sobre los valores que ella tiene, se viste y le dice a su papá "papá, ¿me he vestido bien?, ¿estoy bonita?"

E1: y justo también conversamos antes de la cuarentena cosas que les gustaban hacer, era ir al cine ¿no?, planeaban viajar, ahora que estamos con esta nueva a la normalidad, ¿qué tipos de actividades de recreación tienen en familia con sus hijos qué actividades realizan?

E2: miramos películas, salimos a caminar, a la manzana o nos vamos a caminar, subimos, a veces en casa, jugamos a las escondidas

E1: ¿en qué momentos pueden realizar esas actividades?

E2: los domingos más que todo los domingos

E1: y ¿cómo se distribuyen los deberes del hogar en la familia?

E2: normalmente yo soy la que cocino, a veces limpio la casa y mi esposo es el que se encarga de lavar toda la ropa, sí o sí ahora cómo está trabajando, antes tenía que barrer, trapear, entonces a veces llega cansado que lo domingos no más me deja la ropa, ya lo lavará al otro domingo, "es tu función, yo no lo voy a hacer" le he dicho

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E1: y ya para terminar esta es la última pregunta, ¿cómo ha sido su relación de pareja durante esta cuarentena ha notado usted algún cambio? ¿qué cambios se han dado?

E2: si, también es un tema también en parejas, pero ya nosotros veníamos con estos temas más antes, veníamos solucionando, le medio económico ¿no? la economía que a veces él es un poco machista, no sé la verdad no sé qué mentalidad tiene de que él él espera que alguien le esté pidiendo ¿no?, "hay que comprar esto" "anda compra" "no tengo tiempo, no, para qué, mucho" como esas cosas así, algo así ¿no? y yo ya tuve que plantearles de qué de que tenemos que confiar, tenemos que tener un bien común, proyectos, nuestros proyectos ¿qué hacemos?, normalmente yo siempre ponía el punch, yo mis ganancias por si nos íbamos de viaje, esas cosas y a veces él ya pues lo que no se proponía, no sé cuántas veces en el viaje el compraba, o "ya yo pago el hotel", pero ahora le digo debemos de sentarnos y le digo "¿cuánto estas percibiendo ahora? ¿Cuánto? Y organicémonos bien" al comienzo era muy duro porque él no quiere, así como que, le da desconfianza, me imagino porque yo tuve mi compromiso anterior, yo tuve mi hijo mayor de otro compromiso, y me imagino que es por ese lado entonces un poco de inseguridad de él, entonces yo hablando con él por ese lado todo está en mí, yo ya estaba cansada de eso, le decía "toda la vida, tener que rogarte, pedirte" y si no lo hacía, ya yo compraré, que le voy a estar pidiendo, más lo que yo voy a renegar, que es lo que voy a hacer, ya yo veré, entonces pensándolo así dije no, o es o no, le hablé y le dije "¿cómo va a ser?" "veo que tú no tienes ni un proyecto conmigo, entonces para que estamos, mejor me pongo a pensar y centrar, tú decides porque yo tampoco no puedo perder, si tú no confías en mí, umm no no quieres, entonces haz tu vida, donde creas en un a persona, porque tú no puedes vivir con alguien que vives desconfiado, ya hasta cuando, son más de diez años que estamos"

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E1: entonces esos problemas ya ustedes habían estado presentando antes de marzo de 2020, cuando empieza en marzo del 2020, con los problemas que lamentablemente hemos tenido que sobrepasar, trabajo, economía, cuarentena, tener que estar en casa ha sido 1 o 2 meses ¿cómo cree usted que le fue en esta relación con su pareja, mejoró, agravó un poco más la situación como estaban?

E2: mejoró, ya él entró en consciencia porque en realidad yo no confío en ti y tampoco tú en mí, pero alguien tiene que tomar la batuta de esta familia, sé lo que se debe hacer, sí ha mejorado

E1: ¿qué cambios ha notado usted?

E2: él ya está más, con las ganas de querer colaborar, de querer este de vender un proyecto que tengamos, porque a veces este trabajo como el trabajo ahora ha entrado donde ya, es más o menos de cerca, entonces un poquito más que cuando hace pues estas reparaciones de agua en casas, pensando que ese dinero hay que invertirlo en un negocio y ahora qué bien qué está saliendo los negocios online ¿no?, yo estoy viendo eso y también no perder mi trabajo tener los domingos en la noche poder transmitir por el celular ¿no?

E1: entonces podría decir que la cuarentena mejoró su situación, su relación con su pareja

E2: si

E1: con esta pregunta terminamos, yo ya no tengo otra pregunta para realizar, no sé si hay algo más que usted le gustaría agregar sobre esta experiencia que han tenido que atravesar durante la pandemia como familia o si de repente tienen alguna duda algo que crea que es importante y que se le haya olvidado decirme, hay una otra cosita el que nos quiera comentar sobre su experiencia como padre la familia

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E2: aceptar no más, a las almas con las personas que convivimos, tales como son porque yo muchas veces no les aceptaba, con mi hija que sea de esa manera, no podía aceptarlo, pero ahora solo nos queda aceptar, mirar que hay lidiar y que hay que aceptar al ser humano, tal y como es…

E1: Señora, la verdad es que con cada pregunta que hemos, que le he planteado usted me ha brindado mucha información, lo cual yo se lo agradezco infinitamente, sobre todo sabiendo que es domingo y su día de descanso y es el día que tiene para compartir con familia, así que eso sería todo el día de hoy, culminamos, yo le agradezco profundamente por su tiempo por su disposición para realizar esta entrevista lo cual nos va a ayudar muchísimo a entender más sobre lo que es el estrés parental ¿no?, más en este en esta emergencia sanitaria y también nos va a permitir que en un futuro pues podamos crear herramientas de soporte para los padres de familia respecto a lo que sería el cuidado de sus hijos, adicionalmente para que se mantengan seguros saludables ustedes y su familia ¿sí?, muchísimas gracias, cuídense mucho que tenga un bonito domingo

E2: ha sido un gusto igualmente

E1: gracias que tenga un buen día

Fin de entrevista

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

FECHA: 4 de Abril de 2021 **ENTREVISTA:** N° 11

DURACIÓN: 01:03:04 min. **ENTREVISTADO:** Madre de familia, 27 años

E1: Entrevistador

E2: Entrevistado

TRANSCRIPCIÓN DE ENTREVISTA

E1: muchas gracias por conectarse, sé que estoy tomando una parte quizás importante de su tiempo pero quería presentarme, mi nombre es Tania Gómez, yo soy Bachiller de Psicología de la Universidad Católica De Santa María y bueno el día de hoy estoy hablando con usted para poder conversar un poco acerca de cómo usted ha enfrentado con su familia esta pandemia, sobre todo la cuarentena que hemos experimentado y quizás nuevamente le estamos volviendo a vivir, con estas nuevas restricciones por la segunda ola

E2: sí buenos días, al comienzo veíamos noticias y ahora como que estamos un poco de ver para informarnos adecuadamente lo más interesante y ya no ver de fallecidos, que no hay oxígeno, es estresante, como que preocupa…

E1: …a elegir quizás las fuentes de información…señora nosotros enviamos un mensaje, un correo con un consentimiento, con un permiso, ¿puedo usted leer este consentimiento?

E2: sí, más o menos si

E1: bien, entonces terminado esta reunión, si usted cuenta con tiempo, tendría que reenviarnos este archivo ya sea con una foto o si lo puede escanear ¿no? con su consentimiento firmado, de todas maneras me gustaría repasar nuevamente este documento porque es asunto importante y para explicarle un poco el motivo por lo cual nos estamos reuniéndonos el día de hoy, esta es una investigación que estamos realizando para obtener nuestro grado de tesis de licenciatura y el objetivo de

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

nuestra investigación es "describir las manifestaciones estrés parental que están experimentando los padres de familia durante la condena de coronavirus en la ciudad de Ilo" una información que es bastante necesaria antes de comenzar con nuestra entrevista, se lo leo bien rapidito, si usted está accede a ser parte de este estudio se le va a pedir responder una serie de preguntas en esta entrevista y eso tomará aproximadamente una hora de su tiempo lo que conversamos durante esta sesión se va a grabar pero de esta manera nos permite a nosotras las investigadoras transcribir lo que usted está expresando pero una vez que son transcritas nosotros vamos a eliminar estas grabaciones, la participación en esta investigación es voluntaria y la información que se va a recoger es totalmente confidencial y no se va a utilizar para ningún otro propósito fuera de lo que es esta investigación, sus respuestas van a ser codificadas usando un número de identificación por lo tanto son anónimas y si tiene alguna duda consulta sobre ese proyecto no dudé en contactarnos en cualquier momento ¿sí?

E2: ok

E1: entonces ya una vez con su permiso, podemos empezar…como usted sabe la enfermedad de coronavirus es una afección causada por un virus se puede propagar de persona a persona, este virus puede causar síntomas leves hasta el caso con enfermedad grave, esta pandemia pues lamentablemente nos ha llevado a que el gobierno peruano declare un confinamiento mandatorio a nivel nacional, que es lo que nosotros vivimos en el mes de marzo del año pasado ¿no? si bien es cierto la pandemia inició en el 2019 en el mes de diciembre en nuestro país pues comenzó el primer caso en el mes de marzo lo que conllevó a la cuarentena obligatoria por parte del gobierno, lo cual pues cambió drásticamente nuestras rutinas, las clases virtuales de educación virtual, el trabajo desde casa y socializar

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

con nuestras familias o con nuestros amigos y pasar a ser parte ahora de esta nueva realidad, nuestra nueva normalidad como ahora se le llama, entonces es básicamente en lo que nosotros queremos enfocarnos y analizar, cómo se afectó esta nueva rutina debido al Covid, antes de comenzar también con entrevista quiero recalcar de nuevamente que toda la información que se recoja el día de hoy es estrictamente anónima y confidencial, de esta manera ya podríamos empezar y le quiero hacer primero unas preguntas que son solo como datos sociodemográficos para poder tenerlos, son bastante rápidas, ¿cuál es su edad?

E2: serían 27 años

E1: ¿usted está casada?

E2: no estamos casados, pero vivimos juntos, conviviendo

E1: ¿hace cuántos años están conviviendo?

E2: seis años

E1: seis años y actualmente ¿usted se encuentra trabajando?

E2: No, estoy al cuidado de casa

E1: ok, está el cuidado de casa ¿cuántos hijos tienen?

E2: uno [1]

E1: y ¿cuál es la edad de su hijo?

E2: tres años, es una niña

E1: y la vivienda en la que se reside actualmente ¿es alquilada o propia?

E2: alquilada

E1: ¿con cuántas habitaciones cuenta?

E2: una, la principal

E1: ¿con quienes viven?

E2: los 3

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E1: actualmente ¿usted está realizando alguna cuarentena voluntaria por lo de la segunda ola? entiendo que hay nuevas restricciones que son más fuertes en algunos departamentos comparando a otros, pero si bien es cierto ahorita en Ilo pues estamos viviendo un incremento nuevamente en los casos entonces ustedes están cumpliendo con algún protocolo o cuarentena voluntaria ¿cómo están ahora?

E2: si entramos en cuarentena voluntaria, porque no salimos por cualquier cosa, si salimos es por alimentos o comprar medicinas, y no salimos…

E1: claro lo que hace falta y el Covid 19 es una nueva enfermedad que se está afectando a nivel mundial ¿sabe usted en qué consiste esta nueva enfermedad o este nuevo virus?

E2: es un virus que ¿no?, que nos afecta el tema de respirar es muy contagiosa

E1: ¿cómo usted ha podido usted obtener información sobre este virus?

E2: mediante las noticias, las radios

E1: y ¿algún familiar suyo o algún conocido se ha infectado con este virus?

E2: si mi cuñado el hermano mayor de mi pareja que no pudo lamentablemente no pudo aguantar y falleció, sus hermanos sus tres hermanas, sus dos hermanos más también se contagiaron, pero lo han superado

E1: digamos que él es la única persona así cercana que han tenido que perder por este virus o hay alguien más que usted conozca que haya fallecido lamentablemente por esto

E2: conocidos, amistades conocidas, familiar de parte de mi pareja, solo eso

E1: ha notado usted algunos cambios, o que cambios ha notado usted en su familia a raíz de la cuarentena, de la primera que se vivió

E2: el nivel de estrés de mi hija, mi hijita pequeña empieza a gritar, empieza un poquito a ser agresiva, no puedes salir a los parques a desestresarse a correr como antes, a gritar

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

digamos entonces ella se vio la más afectada por lo menos yo salía nos turnábamos con mi pareja me haría comprar el mercado por lo menos salíamos y veíamos personas, en cambio mi hija no salía ni a la esquina, por ocho meses que no ha salido he visto la más afectada, mi pareja por lo menos salía a trabajar

E1: y ¿cómo es que usted ha notado estos cambios de estrés en su pequeña de tres años?, me dice empezado a gritar más a llorar más, algún otro cambio digamos físico o emocional que haya notado en ella

E2: creo que ha sido emocional porque en momentos como que se ponen triste y cuando le decimos vamos a salir a la calle que muchas gracias después vamos a salir entonces a ese nivel de estrés que nos vamos a cuenta que haya afectado bastante más allá que nosotros

E1: y digamos que este estrés que tenía que experimentar su pequeña, ha afectado también a ustedes

E2: nosotros si podemos conversando yo con él tratamos de llevar bien las cosas y conversar de no estresarnos, nosotros sí creo que no tanto no tanto como la perfección, pero si queremos tratar de sobrellevar la situación

E1: ha notado usted algún otro cambio en sus familias desde esta cuarentena

E2: si, un poquito la preocupación de mi pareja que como es el único que trabaja y no tenemos familiares acá como para ti misma para cuidar a mi hijita y yo me puede salir a trabajar y un poco en ese tiempo del 2020, lo he visto un poco preocupado claro que él me dice no todo está bien, pero es si siempre, me doy cuenta

E1: preocupación… ¿cómo era su rutina antes del Covid?

E2: salimos de viajes y se iba de viaje por temas de trabajo o nos íbamos todos, salíamos a los parques a los cines nos íbamos a visitar a la familia que tenemos en Tacna y Mollendo, y nos íbamos también a Arequipa y nos distraemos bastante porque

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

mi hija corría y a raíz de esto de acá no, estamos aquí en casita nada más no no lo mucho que me hija hace es subir al techo y correr un poco

E1: ¿en que trabaja su esposo?

E2: es técnico en un casino tragamonedas

E1: ¿y qué piensa sobre la situación actual que estamos atravesando?

E2: que es penosa, es lastimoso algunas personas si pueden llevar bien la cuarentena alimentándose bien, pero hay otras personas que no, pero por necesidad tienen que salir a trabajar, aunque eso corre el riesgo de que se contagien, pero es así la situación

E1: son como que dos factores ¿no? y obviamente si quiero mantener mi casa quiero cuidarme y también quiero cuidar mi familia, pero también existe pues una responsabilidad y necesidad de proveer

E2: obligatoriamente tienen que salir, pero si ellos tuvieran su dinerito de repente en casa no saldrían, pero la necesidad de que ellos viven en el día a día, entonces es por eso que ellos salen

E1: entiendo, es bastante complicada esa situación sobre todo pues en nuestro país que está más fuerte ¿qué es lo que más le preocupa sobre esta situación del Covid?

E2: más que todo la salud que no nos vayamos a contagiar, porque sin salud no podemos hacer nada, con el tema de trabajo por lo menos mi pareja es estable pero la han reducido en sueldo y termina en problemas yo estoy en casa con mi hija trata de hacerla jugar se distraiga de que no esté tan estresada pero creo que ya otra vez volverá, nos preocupa porque vamos a ver va a pasar lo mismo que el año pasado que no va a salir de repente bastante tiempo y vayan a tener otra reacción porque está creciendo y está dando cuenta del post tan sólo la otra vez lo vio su papá en el trabajo y estaba en cerrar las rejas porque ya no estaba permitido que casi no habrá, lo que pasó es que mi hijita lo vio en la reja porque fuimos a dejar en la tarjeta se había olvidado y empezó a

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

llorar mi hija “no que mi papá está atrapado, hay que rescatarlo”, entonces ya se está dando cuenta de las cosas que pasan que ella se estresa más pero con otra preocupación más de padres porque nosotros tratamos de ser fuertes de informarnos más para no porque todo lo que nosotros pensamos o hacemos se lo transmitimos a ella, entonces tenemos que crear su propio su propio mundo diría para que no esté estresada

E1: ¿cómo se siente usted ante esta nueva normalidad de ese nuevo estilo de vida que estamos teniendo por el Covid?

E2: un poco triste porque no podemos salir a ver a nuestra familia nosotros no tenemos familiares acá en Ilo, somos nosotros tres nada más y es un poco complicada la situación porque las familias quisieron estar con nosotros, y nosotros también no podemos como estar con ellos cuidarlos como debe de ser a veces también están preocupados ellos por nosotros

E1: ¿cómo se comunica con sus familiares que están en otras ciudades cuentan con internet en casa o…?

E2: del celular, por el celular nos comunicamos

E1: y usted ¿cuenta con wifi en casa o es a través del celular?

E2: a través del celular, tenemos que de otra manera ingeniárnoslas para estar comunicados y hacer los trabajitos, las clases virtuales en una videoconferencia que tienen en pareja y cosas así…

E1: pero lo bueno es que si puedes mantener esa comunicación con sus familiares

E2: si

E1: como madre, ¿qué es lo que más le ha preocupado o lo que más le agobia de esta situación?

E2: que no podemos salir, porque el tapabocas es incómodo tanto para nosotros como para nuestros hijos

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E1: porque incluso para los niños no es obligatoria, pero para algunos padres si lo utilizan, ¿su pequeña utiliza mascarilla?

E2: sí porque a ellos también se contagian, pueden ser asintomáticos, pero es mejor que esté cuidada porque hace poco salió una noticia de un niño con obesidad que falleció en Arequipa, de 12 años, decían los niños no son inmunes a este virus, hay todo tipo de padres y he visto que no les ponen tapaboca, pero eso es depende de cada padre como cuida subir y justo eso

E1: y cómo se siente usted sobre regresar a lo que se me ocurre el próximo mes le dicen las clases empiezan y de manera personal, su esposo si se trabajando también de manera presencial ¿se siente usted nerviosa con regresar a los lugares públicos?

E2: y justamente eso lo mismo ha hablado en caso que llegaran a ser… digamos el estado diga y ya los niños regresan al colegio hemos hablado que no, mi hija no va a ir al colegio, hablar con los profesores quizá de manera virtual, y con el tema de trabajo de mi esposo, yo confió en él que tiene ahí su alcohol para desinfectarse, en cambio mi hija no va desinfectarse, se va a dedicar más a jugar, va a compartir alimentos, además el adulto es diferente del niño, entonces mi hijita no porque no sabe

E1: adicional a estos sentimientos que estaban experimentando durante la pandemia, lo que me dejó un poco de tristeza preocupación porque sus familiares que no están cerca y por no poder salir no viajar ¿a usted experimentado algún otro cambio, algún otro sentimiento?

E2: casi nosotros no somos de salir mucho, bueno ahora ¿no? antes si salíamos sólo salíamos de viajes a parques, no somos tanto de reunirnos, creo que no, mayormente sería eso

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E1: mayormente solo sería la tristeza de no poder reunirse con sus familiares, no poder salir tanto como así en actividades con su pequeña ¿no? Digamos… ¿ha experimentado otro sentimiento adicional a ese?

E2: la preocupación por el tema de la economía y porque es lo principal, de parte mía yo pienso que no porque no salimos mucho

E1: y de repente ¿usted notado algún cambio físico durante esta pandemia?

E2: que han engordado todas las personas

E1: todos creo que hemos pasado por eso

E2: sí bueno el que ha estado bien económicamente de repente ha sobrellevando bien todas las cosas, creo que, si han subido bastante de peso, por ejemplo, mi hijita al comienzo, pero ya como he estado llevándola al parque, ya como que ha bajado un poquito de peso, ya se ha estirado

E1: adicional algún malestar físico que han experimentado

E2: yo sufro de colesterol y entonces al no poder salir y sólo estar en casa, comer y no caminar mucho porque tampoco es nuestra casa, es alquilada, pero me ha empeorado la situación, me da mareos y náuseas porque no estoy en actividad, a parte mi esposo me dice que está bien

E1: la rutina de alimentación, bueno ya me comentó que estamos bien ¿la rutina del sueño?

E2: ha habido días que hemos sufrido de insomnio, habrá sido en abril por estas fechas después hemos tratado de gastar energías en el techo cubano para que duerman lo adecuado, porque ha habido mucho desorden y en las clases a veces ella estaba durmiendo y ya tenía que entrar entonces ya explicaba la profesora y se dormía a veces ella a la 1 o 2 de la mañana y se levantaba a las 5 y luego se dormía a las 8, así que hubo mucho desorden al igual que nosotros.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E1: claro, justo a eso, si su niña se duerme tarde, usted se duerme más tarde…

E2: aunque a veces la dejábamos viendo videítos, habrá sido dos meses, pero luego nos dimos cuenta que estaba mal, y mejor tratamos de gastar energías corriendo en el techo, jugar con su pelotita

E1: y ¿quién le acompaña o supervisa las actividades escolares de su hija' con esta nueva rutina en las clases virtuales y en la que acompañaba

E2: yo, yo…

E1: ¿le fue fácil de adaptarse a esta de las clases virtuales?

E2: al comienzo, fue un poquito no tan difícil ¿no? por mi lado no para mi hija sí porque ya no está acostumbrada a sentarse y estar mirando un celular por 30 minutos y hay momentos que ya mi hija en los últimos meses con los compañeritos gritaba, ya me empezó a taparse los oídos de repente no le está favoreciendo eso, y no entraba en días y me ponían a hacer tareas de las clases que enviaban porque no estaba reaccionando…el mes noviembre de diciembre estaba un poco molestosa, se tapaba los oídos, no escuchaba a sus compañeritos y después creo que ahí ha ido normal, al comienzo como así ha sido pegar los papelitos pintar les daban cinco minutos cuatro minutos y yo tenía que estar terminado, entonces mi hija no podía pintar tiene tres años… tenía….pintaba despacito, no es igual que las clases presenciales, en donde con los profesores se entienden, ellas ven que se están demorando y les dan más tiempo, en las clases virtuales ella tiene que apurarse y yo tenía que apurarla, y ella se estresaba, me decía que ya no quería entrar a clases, y, le daba este premios como le decimos, de que si ella se ha portado bien hacia todo lo que la miss yo le decía que le iba a dar después clases y así hacíamos el trato pero me duró cuatro meses y con esa idea y otra vez entró en vacaciones ya otra vez empezó a bajarse

E1: y ¿cree usted que la cuarentena ha favorecido a su relación con su hija?

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E2: sí y un poco que no, porque creo que ella me veía que mucho la tenía ahí con las clases y como que lo exigía pero después me di cuenta de que ella sólo tiene tres años no es tan obligatorio que esté ahí y por eso que le hacía hacer sus tareitas en las tardes o de vez en cuando un poco como que ella me miraba triste y luego le decía "ya anda a jugar", para luego conversar con mi pareja y me decía hay que darle su espacio porque es una niña de 3 años , y mayormente todo para ellos es juego y me dice bueno esperemos hasta los 5 años porque ella a esa edad va a entender más y bastante tenemos que prepararla para que entre a la primaria, también decíamos un poco de vista triste conmigo como que no me gustaba y me ponía triste a mí también porque las dos mayormente parábamos en casa, cuando su papá se fue a trabajar después de los tres meses de la cuarentena y yo me queda con ella sola, le decía vamos a hacer las cosas a modo de juego , como que quería irse, y se ponía a jugar o que tenía que entrar a clases no entraba entonces un poquito como que conversaba bastante con mi pareja y el me ayudaba bastante me ha ayudado bastante y me decía hay que tenerle paciencia, no es igual las clases presenciales

E1: entonces podría hacer que dentro de cambios negativos un poco la presión que ha tenido que experimentar con ustedes por las clases virtuales y los cambios de adaptarse a esta rutina y en un cambio positivo ¿cuál podríamos mencionar?

E2: que la he tenido a mi costado, y que he podido yo estar tranquila con ella y no preocuparme que si en el jardín le van a pegar o si se va a caer o que un niño la va a empujar y se va a lastimar porque también no se la dejo a nadie, porque somos como le dije somos solos los 3 como que para mí ha sido más difícil dejarla esos dos días de clases que he ido porque me la quitaba y no sólo de los tres meses su papá se queda contento y tranquilo, porque se quedaba conmigo en casa pero yo dejarla a ella en el jardín porque es más complicado porque desde que nació hasta que le dejé en el jardín

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

pues yo me puse a llorar cuando vine acá, porque ya no había bulla o los juguetes destrozados y cuando me enteré de que dijeron ya se acaban las clases como que contento porque mi hija va a estar acá en casa, va a estar acá conmigo, va a estar, porque es chiquitita, el tema del baño, ella se aguantaba no estaba preparada para decir a la miss para decirle "quiero hacer pis" eso me preocupaba bastante esos dos días para mí fue un tormento

E1: cómo que le está dando un poco más de tiempo para reforzar algunas cositas como el ir al baño, es algo que ha aprovechado de hecho con sus clases virtuales y entonces ¿cree usted que ha podido manejar adecuadamente la crianza de su hija en esta cuarentena?

E2: y creo que no del todo porque siempre hay errores y de repente yo sin darme cuenta los he cometido, pero si he aprendido bastante, solo que poco estresada de ahí siempre he estado acá en casi todo lo que se diga por los premios

E1: ¿qué hubiera necesitado usted para manejar o para mejorar esos pequeños errores que comentaste que tuvo?

E2: creo que leer más sobre su etapa de ella porque tanto mi pareja como yo somos primerizos somos bastante leer sobre psicología sobre ella esta , ella va avanzando a qué edad ella comienza a hacer las cosas a obedecer y creo que nos ayudamos mutuamente con mi pareja bastante él me da consejos y yo le doy consejos porque a veces termines no le grita pero si mi hija se aprovecha de él y yo sea mi hija se aprovecha bastante de como saben él es blandito y yo soy más dura, yo le digo ciertas cositas y me hace caso así comienza con sus premios y me dice ya mamá yo voy a hacer esto, mete la ropa a la lavadora y reclama su premio

E1: con ese sistema de recompensas

E2: si, bastante ha funcionado eso me ha ayudado bastante las clases también

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E1: actualmente ¿usted como comenta la comunicación con su hija? a pesar de que es pequeñita ¿cómo es que se da la comunicación con ella?

E2: a veces le explicó como mamá e hija y a veces explicó como si fuera su amiguita y le digo que por ejemplo cuando vio es papá y lo vio encerrado y le dije no esté encerrado sino que no puede entrar romper tiene que trabajar ahí porque está cerrado su trabajo se tiene que no puede entrar, el papá tiene que trabajar ahí, ese día le expliqué de otra manera, pero estaba bien, pero le dije que su papá estaba bien y que él iba a venir para la hora del almuerzo y con esa platita que él traiga se podían comprar golosinas y que también para su vestidito, también para su muñequita, y ya "que vaya a trabajar", ella misma va y le hecha su alcohol, lo recibe y le dice "papá, vas a echarte alcohol, nada de coronavirus" , le trato de conversar a veces de noche también porque al día siguiente se levanta y dice "mamá no vamos a salir por el coronavirus" porque ya le explicamos de que afuera en la calle está coronavirus y saltando que es muy chiquito y la primera vez que le sacamos después de ocho veces no quería salir me dijo "mamá no, afuera está el coronavirus", le dije "no hija vas a estar cargada" porque la sacamos cargada y la sacamos para que vaya al parque y ella no quería, decía "no maá, allá está el coronavirus" y nosotros le dijimos "tú no te preocupes papá y mamá te están cuidando" dice "está bien", en el momento de lavar su ropa, me dice "mamá vamos a lavar la ropa" "¿y me vas dar premio?" y le digo "ya" y ella va y alista su ropa al igual que su camita, pero no me funcionó con el tema de ir al baño, ahí no me funcionó, no me entendía, fue casi todo el año pasado, todo el 2020 y yo digo sí así estuvo acá en casa como hubiera estado en el jardín y por otro lado, dijimos que creo que la pandemia nos favoreció un poco con ella, porque la hemos ido preparando

E1: ahora ella ¿sigue aguantándose para ir al baño?

E2: cuando está jugando entretenida o ve algo interesante que le gusta, ella si lo hace

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E1: ¿por qué cree usted que ella se aguantaba?

E2: prefiere más sus juguetes

E1: y ¿cómo familias están realizando en una actividad de recreación con su hija? ¿qué actividades realizan?

E2: estamos caminando estos días estamos saliendo al parque porque nos vamos a mudar un espacio más grande acá me por ejemplo mi hija, va al cuarto el cuarto, va al sala y de la sala a la cocina y un pequeño patio, y ahí no más camino, así que hemos buscado donde mudarnos, de acuerdo a la economía que estamos hoy en día, donde ella tenga un espacio más grande, donde ella pueda correr, tirar su pelota, porque aquí a veces quiere venir a la sala y tirar la pelota y hay un florero, ahí están los cuadros, si se cae se rompe y el vidrio puede saltarle a ella, entonces hemos buscando el espacio que puede ser espacio que puede ser más grande, va a tener su cuarto de juegos y va a estar más tranquila y no va a estar pensando que no puede jugar, que no puede tirar la pelotita

E1: entonces ahorita digamos la única actividad que pueden tener juntos en familia es cuando salen al parque

E2: si

E1: ¿alguna otra actividad que hacen juntos?

E2: a veces jugamos, pero es a las cosquillitas, de ahí juegan con juguetes, como él no para en casa, llega de la calle, como que se emociona, se apega con su papá, en cambio ella también a mí me ve todo el día, como que ya a un costadito, como que ellos se apegan, y ahora yo le dije que sería bueno que pasen momentos de papá e hija país porque conmigo siempre sale y siempre ha salido porque de chiquita de dos años, hasta que pasó todo el tema de la pandemia, entonces yo digo que salgan, se fueron a caminar juntos, y se viene más tranquila ella, porque está teniendo su momento con ella, a veces hay cosas que hacer en la casa y yo no puedo salir y me quedo ordenando, y le digo sal

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

y ten tu espacio con ella, sale de vez en cuando con ella porque es bueno que tengan ese vínculo más, que tiene aquí en casa pero allá también, porque las veces que hemos salido los tres como que le mucho le dice “dame la mano, no agarres nada”, mucho, entonces yo le digo que salga para haber cómo le va y si está tranquilo, cuando salimos los tres, ella está corriendo y nosotros atrás estamos , entonces cuando ellos salen y me dice “si ha estado tranquila, me ha agarrado de la mano” más tranquilos, porque cuando salimos los tres ella se alborota, pero salen de dos, y ella está más tranquila y de paso que le da su espacio, entonces le digo está bien lo que hemos hecho y como yo ya les doy su espacio, ellos van a comprar y yo ordeno las cosas, y ya aprovechando en casa y ellos ya comprando

E1: justo iba a esa parte ¿no?, ¿cómo se distribuyen los quehaceres, las responsabilidades del hogar?

E2: nos turnamos, al comienzo yo iba porque mi pareja es 11 años mayor que yo, por eso como yo soy más joven, decía de repente la enfermedad, esa mentalidad tenía y después ya me empezó a doler el brazo porque pensaba mucho, entonces compró un carrito para que no me pese porque de paso no solamente vamos a preparar para nosotros, porque los dueños de la casa son de edad y ellos nos tiene a sus hijos ahí, los tienen en Lima y otro está en Alemania o Francia entonces nosotros les agarramos un cariño les dijimos que íbamos a comprar sus cositas, sus alimentos, nos daban su lista y así si se hacían dos bolsas entonces ya lo más pesado le dije esta semana yo, la otra semana tú y ese programa y de paso que no salía a la calle porque decían también que era prohibido que los niños al mercado, al principio nos decía “mamá, papá quiero ir al supermercado” y nosotros le decíamos “no puedes, pero te vamos a traer un premio si es el papá o la mamá nos dicen que te has portado bien” y no teníamos siempre un premio

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

un postre, sino una muñeca que le gusta, la LOL, sus cartitas, pequeñas cositas y ella se queda contenta, así que íbamos y ya esperaba

E1: entonces en cuanto a las compras ahí se tenían que turnar ¿no? y ahora que su esposo también trabaja me imagino que es usted la que se encarga de la limpieza y los deberes en el hogar, ¿o eso también se reparte?

E2: hay días en que yo espero y dejó todo listo acá, espero y yo me voy a marcar el viene y se queda con la niña y yo me voy o hay días en que me dice hay poca gente en el mercado porque vivimos a dos cuadras del mercado, de mercado porque me dice "hay poca gente" "vamos" maso menos a las 5 de la tarde ya no hay mucha gente ya me dio tres de paso para que mi hija salga, porque a veces mi hijita porque se estresa aquí, compramos todo y así nos damos una pasadita chiquita

E1: una oportunidad para distraerse

E2: si tratamos de no llevarla al mercado porque ahí es donde pueden haber posibles contagiados, así que tratamos de llevarla por la municipalidad al frente, ahí todos los días nos íbamos cuando él no trabajaba pero sí tenía sus clases nos decíamos a tal hora a tal hora tiene sus clases, va a almorzar y salíamos y así salíamos a pasear, pero ahora él está trabajando y tengo que esperar para que él se quede aquí para que yo me pueda ir al mercado a comprar o hay días que el mercado estaba vacío y nos vamos todos

E1: entonces por ejemplo son actividades de diversión para su pequeña cuando salen a pasear a caminar, cuando a veces pueden escaparse los tres al mercado con toda la seguridad, antes del coronavirus había lago que usted antes hacía para usted misma, algo que le gustaba a usted, hacía para usted, para usted divertirse alguna actividad…

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

E2: cocinaba, más soy de casa, lo que, si me gustaba bastante visitar a la familia porque como no tenemos a nuestra familia aquí en Ilo, podemos ir a Mollendo, podemos ir a Arequipa y de paso paseamos creo que eso ha sido más

E1: digamos, que eso es lo que extraña más antes del coronavirus…digamos estas restricciones que hay ¿no? limitaciones y el mismo temor también de no exponerse pues es bastante fuerte aún ¿cómo ha sido su relación de pareja durante esta pandemia?

E2: con el tema de la relación de pareja, al comienzo ha sido un poquito estresante creo yo por qué él trabaja de lunes a sábado pero los domingos teníamos los días para estar en casa y nos íbamos a pasear siempre comíamos en la calle ahora después de coronavirus, dijeron nadie va a trabajar dijeron ve a tu casa empezó el desorden en casa, empezó el desorden como que al ver a su papá acá en casa ya no queríamos hacer nada y más quería jugar con su papá y yo tenía cosas que hacer, y el también como es pequeño el departamento todo lo desordenaban, dejaban juguetes en la mesa y luego se iban a la cama, más allá yo ya tenía ya cocinado digamos todo y veía en la mesa y encontraba todo, en el baño estaba mojado y como casi un poquito el desorden del hogar pero conversamos para estar bien

E1: empezó toda esta convivencia 24 horas 7 días ¿correcto? que no sabíamos ni qué día estábamos eso afecta un poco la rutina del hogar y digamos que todo el día estaba desordenada con los juguetes y las cosas de la casa ¿cómo afectó eso entre ustedes dos?

E2: teníamos discusiones le dio más discusiones pero ya sabes mi hija también miraba y dijimos que teníamos que organizar, teníamos que repartir los deberes de la casa, por ejemplo yo iba y preparaba el desayuno y él ordenaba las camas y Lucianita se iba con los juguetes y ya así como que logramos estar tranquilos, solo eso, de ahí no tuvimos

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

más problemas, solo el tema del desordene al comienzo nos afectó porque dejaban desordenado todo y él me dijo "sí, vamos a organizarnos" y ya no tuvimos más discusiones pero si a veces preocupación de la economía, porque pagamos un alquiler entonces teníamos que pagar, así si un poquito preocupados, de ahí todo normal…

E1: esas discusiones antes de coronavirus no había digamos con el tema del desordene n el hogar

E2: de repente se había, era poco porque discutíamos se iba a trabajar y ahí quedaba, en cambio él acá estaba presente

E1: y, ¿qué tan frecuentes eran estas discusiones?

E2: tres veces en una semana hasta que no creo que se dio cuenta y una vez me di cuenta y sentamos a conversar y hay que organizarnos y ya estamos aquí en casa ya estamos estresados de por si él, entonces más estresados vamos a estar acá en casa en desorden, mi hija no puede caminar por sus juguetes, nos organizamos conversamos y llevamos bien

E1: ¿cómo es que llegan a ese acuerdo para organizarse qué es lo que decidieron o cómo conversaron?

E2: él a veces toma la iniciativa o yo tomo la iniciativa y dejamos a mi hija viendo un vídeo o el prestamos un rato el celular y nos sentamos en la mesa a conversar, es que nos hacemos una hojita tú haces esto yo hago esto y la fiesta la llevamos en paz

E1: entonces llegaron a un acuerdo, por medio de una hojita de los deberes del hogar ¿ha notado usted algún otro cambio digamos en su pareja?

E2: ummm, no, a veces lo veo triste porque no puede ver a su familia y sus padres ya son mayores, son señores de edad su papá trabajó y él me dice que no se cuidan bien que no se desinfecta bien es un señor de 80 o 70 años entonces cuando falleció su hermano mayor él tuvo que viajar por fuerza mayor a Mollendo porque su mamá es

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM

muy sensible, es muy amorosa y le dio miedo que cualquier cosa le pasara, el apenas se enteró que falleció su hermano se pusieron a pensar en su mamá y viajo y me dijo "voy a viajar" y se fue a ver a su mamá entonces él me dijo ahí de que vio a su papá de que no se cuidaba bien no se quería desinfectar cuando llegaba de casa, él decía que si yo me llega a mí ahora ya estoy viejito, pero él quería que sus papás se cuidaran, y él se preocupa por sus papás, también es su círculo de él que no le podemos quitar

E1: bueno si, lamentable su esposo es el que ha experimentado más ¿no?, lo de su hermano mayor y el riesgo de sus papitos todo este contagio ¿siente usted que esto les ha dolido más? ¿siente que esta situación que han pasado de la pérdida de un familiar cercano y el viaje y el luto, esto cree usted que los ha acercado más como pareja?

E2: creo que nos ha ayudado a pensar en la realidad que está pasando por ejemplo que no todos podemos estar en casa que hay bastante pobreza y que no todos pueden cumplir la cuarentena, que seamos más humanos porque hay personas que pueden pasar estar en casa lleno de alimentos y personas que no tienen que tenía únicamente y que si quiera venden cositas y alguna otra manera en las personas que tienen no apoyo, a ser más humanos, a ser más real con cosas que cada día, en muchos países de repente me pasa lo mismo

E1: quizás para terminar podría preguntarle esto ¿qué es lo que usted rescata de esta pandemia?,algo bueno que pueda sacar de esto

E2: lo bueno de esto es que en familias por lo menos las familias la mayoría algunos están unidos, pueden estar más tiempo en casa, creo que eso

E1: y, ¿lo que usted sí más ha detectado de esta pandemia? ¿lo que más le ha afectado?

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE TESIS UCSM
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

E2: la gente que ha sido egoísta, sabiendo de personas que no tienen posibilidades, no los apoyan, hay gente que sí tiene posibilidad de ayudar y no lo han hecho y sin embargo no les interesa y han sido cerrados y sólo pensar en ellos, por qué hacía al comienzo en el mercado y había mucha gente que no tenía a veces han preocupado viejitos, y pucha yo me ponía a pensar "sus hijos donde están" "porque ellos tiene que salir a comprar", entonces si en algo se puede ayudar mi pareja les compraba algo de fruta y eso les daba al igual nosotros apoyar a las personas que necesitan si tienes un poquito para ayudar, ayudar… ellos son los más perjudicados, si la gente se cerraba

E1: la realidad que nos está afectando de manera diferente y hay muchas personas que no son muy empáticas, valoran todo lo que están obteniendo, en verdad yo quiero agradecerle muchísimo por todo el tiempo que me ha brindado yo creo que hasta aquí llegó yo ya no tengo ninguna pregunta para usted más que agradecer infinitamente por todo su tiempo toda la información que éste me está brindando de como su familia ha atravesado esta pandemia y es de bastante ayuda no sé si tiene alguna pregunta o ¿quizás alguna duda que quiera compartir conmigo?

E2: bueno esto sería todo ¿no?

E1: si, muchísimas gracias

E2: hasta luego, chau

Fin de entrevista

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis