



**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA
INDOAMÉRICA**

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD

CARRERA DE PSICOLOGÍA

TEMA:

**VIVENCIAS DE PACIENTES ADULTOS POST COVID-19 EN LA
CIUDAD DE AMBATO.**

Trabajo de Integración Curricular previo a la obtención del título de Licenciadas en Psicología General.

Autores (as)

Constante Villacrés Vanessa Lizbeth

Garabí Jarrin Diana María

Tutor(a)

Ps.Cl. Abril Lucero Gabriela Lorena,
Mg.

AMBATO– ECUADOR
2022

**AUTORIZACIÓN POR PARTE DEL AUTOR PARA LA CONSULTA,
REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL, Y PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA
DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR**

Nosotras, Constante Villacrés Vanessa Lizbeth y Garabí Jarrin Diana María , declaramos ser autoras del Trabajo de Integración Curricular con el nombre “**VIVENCIAS DE PACIENTES ADULTOS POST COVID-19 EN LA CIUDAD DE AMBATO**”, como requisito para optar al grado de licenciada y autorizamos al Sistema de Bibliotecas de la Universidad Tecnológica Indoamérica, para que con fines netamente académicos divulgue esta obra a través del Repositorio Digital Institucional (RDI-UTI).

Los usuarios del RDI-UTI podrán consultar el contenido de este trabajo en las redes de información del país y del exterior, con las cuales la Universidad tenga convenios. La Universidad Tecnológica Indoamérica no se hace responsable por el plagio o copia del contenido parcial o total de este trabajo.

Del mismo modo, acepto que los Derechos de Autor, Morales y Patrimoniales, sobre esta obra, serán compartidos entre mi persona y la Universidad Tecnológica Indoamérica, y que no tramitaré la publicación de esta obra en ningún otro medio, sin autorización expresa de la misma. En caso de que exista el potencial de generación de beneficios económicos o patentes, producto de este trabajo, acepto que se deberán firmar convenios específicos adicionales, donde se acuerden los términos de adjudicación de dichos beneficios.

Para constancia de esta autorización, en la ciudad de Ambato, a un día del mes de Septiembre de 2022., firmamos conforme:

Autor: Constante Villacrés Vanessa Lizbeth

Dirección: Tungurahua, Quero, La Matriz, Barrio Centro.

Firma:



Número de Cédula: 180528456-7

Correo Electrónico:

vconstante2@indoamerica.edu.ec

Teléfono: 0939224879

Autor: Garabí Jarrin Diana María

Dirección: Tungurahua, Ambato, Huachi Chico, Barrio la Floresta.

Firma:



Número de Cédula: 180433895-0

Correo Electrónico:

dgarabi@indoamerica.edu.ec

Teléfono: 0995799372

APROBACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de Tutor del Trabajo de Integración Curricular “VIVENCIAS DE PACIENTES ADULTOS POST COVID-19 EN LA CIUDAD DE AMBATO” presentado por Constante Villacrés Vanessa Lizbeth y Garabí Jarrin Diana María para optar por el Título de licenciadas en Psicología General,

CERTIFICO

Que dicho Trabajo de Integración Curricular ha sido revisado en todas sus partes y considero que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la presentación pública y evaluación por parte los Lectores que se designe.

Ambato, 1 de Septiembre del 2022



Ps. Cl. Abril Lucero Gabriela Lorena, Mg.

DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD

Quien suscribe, declaramos que los contenidos y los resultados obtenidos en el presente Trabajo de Integración Curricular, como requerimiento previo para la obtención del Título de licenciadas en Psicología General, son absolutamente originales, auténticos y personales y de exclusiva responsabilidad legal y académica del autor

Ambato, 1 de Septiembre del 2022

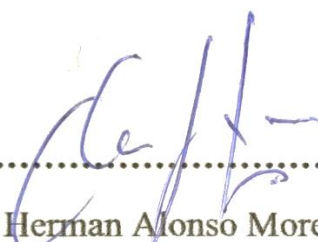
.....
Constante Villacrés Vanessa Lizbeth
180528456-7

.....
Garabí Jarrín Diana María
180433895-0

APROBACIÓN DE LECTORES

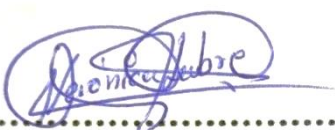
El Trabajo de Integración Curricular ha sido revisado, aprobado y autorizada su impresión y empastado, sobre el Tema: VIVENCIAS DE PACIENTES ADULTOS POST COVID-19 EN LA CIUDAD DE AMBATO, previo a la obtención del Título de licenciadas en Psicología General, reúne los requisitos de fondo y forma para que las estudiantes puedan presentarse a la sustentación del Trabajo de Integración Curricular.

Ambato, 1 de Septiembre de 2022



.....

PhD. Herman Alonso Moreno Londoño
LECTOR



.....

Ps. Cl. Verónica Elizabeth Labre Tarco, Mg.
LECTOR

DEDICATORIA

Esta tesis está dedicada a las personas más importantes de mi vida, en primera instancia a mis padres quienes día a día trabajaron y se esforzaron para que pueda completar mis estudios universitarios, quienes además siempre mostraron su apoyo y amor incondicional para que pueda cumplir una de mis metas en la vida, a mis hermanos que mostraron ser un soporte y compañía durante todo este trayecto, a mis abuelos por su amor y motivación para seguir adelante, a mis amigos por su cariño, amistad y por hacer de esta una de las mejores etapas de mi vida y a mi tía Betty por desde el cielo ser mi mayor motivación e inspiración para seguir adelante.

Vanessa Lizbeth Constante Villacrés.

Esta tesis está dedicada a mis abuelos y a mis padres que son las personas más importantes de mi vida, por su esfuerzo y por ser mi mayor apoyo y motivación, a mi mejor amiga con quien hemos caminado y trabajado juntas desde el inicio y a mi fiel compañero Max, que siempre me brindo alegría en mis momentos de tristeza.

Diana María Garabí Jarrin.

AGRADECIMIENTO

A mis padres Elizabeth y Vinicio por su apoyo incondicional desde el momento en el que elegí esta carrera, por sus sacrificios diarios para que el día de hoy pueda cumplir uno de mis sueños, por todo su amor, cariño y comprensión ante diversos momentos suscitados durante el transcurso de la carrera, por sus consejos y motivación para día a día superarme y ser una mejor persona, a mis hermanos, abuelos, amigos, maestros y demás personas que estuvieron y aparecieron durante este trayecto, a mi compañera de Tesis y mejor amiga Diana por su amistad, cariño, paciencia y confianza que ha depositado en mi para juntas alcanzar nuestro sueño.

Vanessa Lizbeth Constante Villacrés.

Quiero agradecer a mis abuelos María y Fredy quienes siempre confiaron y vieron en mi cosas que nadie más lo hacía, a mis padres Martha y Juan quienes me motivaron cada día a ser mejor, con sus consejos y sobre todo fueron las personas que siempre estuvieron ahí para sostener mi mano cuando sentía no poder más, quiero agradecer a mis abuelos y a mis padres por su esfuerzo incansable y por todo lo que me han dado para llegar cumplir esta meta, a mi mejor amiga y compañera de tesis Vanessa que fue quien me brindó su apoyo, palabras de aliento, me enseñó lo que es la verdadera amistad y por siempre estar juntas a pesar de los problemas, quiero agradecer a mi mascota y fiel compañero Max que alegraba mis días grises, llenándome de risas, cariño y sobre todo por estar conmigo fielmente desde siempre y finalmente a mi novio por su paciencia y acompañamiento a lo largo de mi vida universitaria.

Diana María Garabí Jarrin.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

PORTADA	i
AUTORIZACIÓN POR PARTE DEL AUTOR PARA LA CONSULTA, REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL, Y PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR.....	ii
APROBACIÓN DEL TUTOR	iii
DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD	iv
APROBACIÓN DE LECTORES.....	v
DEDICATORIA.....	vi
AGRADECIMIENTO	vii
RESUMEN EJECUTIVO	ix
ABSTRACT	x
1.INTRODUCCIÓN.....	12
2. MARCO METODOLÓGICO.	17
3. RESULTADOS.	20
4. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES.	24
ANEXOS	
ANEXO 1: CONSENTIMIENTO INFORMADO	30
ANEXO 2: GUIÓN TEMÁTICO.....	45
ANEXO 3: CRONOGRAMA DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR.	50
ANEXO 4: ENTREVISTAS DE PARTICIPANTES.	51
ANEXO 5: TRANSCRIPCIÓN DE ENTREVISTAS.....	52

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD
CARRERA DE PSICOLOGÍA

TEMA: VIVENCIAS DE PACIENTES ADULTOS POST COVID-19 EN LA CIUDAD DE AMBATO

AUTORAS: Constante Villacrés Vanessa Lizbeth

Garabí Jarrin Diana María

TUTORA: Ps. Cl. Abril Lucero Gabriela Lorena, Mg.

RESUMEN EJECUTIVO

La enfermedad producida por el virus de COVID-19 es una de las temáticas que se abordan en diferentes investigaciones de los últimos tiempos, por ello, el objetivo de esta investigación es comprender las vivencias sobre el post COVID-19 que construyen los pacientes adultos en la ciudad de Ambato. Esta investigación utiliza una metodología cualitativa, con diseño fenomenológico. Mediante un muestreo de bola nieve o en cadena de cuatro personas adultas de la ciudad de Ambato que hayan adquirido, cursado y superado la enfermedad por COVID-19, los mismos que a través de una entrevista semiestructurada indicaron que en la temporalidad de diagnóstico e inicio de la enfermedad desarrollaron sentimientos de miedo a la muerte, frustración, angustia, desesperanza, nerviosismo, temor y preocupación en lo laboral, personal y familiar; dentro de la temporalidad del curso de la enfermedad se encontró sentimientos de esperanza y desesperanza ante ciertos temas de sus vidas, encontrando también diferentes motivaciones para sobrellevar la enfermedad por ultimo en la temporalidad de superación de la enfermedad se identificó la presencia de sentimientos de felicidad, alegría y tranquilidad, además del desarrollo de diferentes aprendizajes que los llevaron a valorar más sus vidas y a quienes los rodean.

DESCRIPTORES: adultos, Ambato, COVID-19, emociones, sentimientos, vivencias.

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD
CARRERA DE PSICOLOGÍA

TEMA: Experiences of post-covid-19 adult patients in the city of Ambato

AUTORAS: Constante Villacrés Vanessa Lizbeth

Garabí Jarrin Diana María

TUTORA: Ps. Cl. Abril Lucero Gabriela Lorena, Mg.

ABSTRACT

The disease caused by the COVID- 19 virus is one of the topics addressed by different researchers lately. The main objective of this research is to address the post-COVID-19 experiences among adult patients, in Ambato city. This research uses the qualitative methodology with a phenomenological research design. It is worth noting that snowball sampling or chain sampling was used in this study. Then, four adult patients, who have acquired, studied, and overcome COVID-19, took part in this technique. The sample population participated in a semi-structured interview. The results showed that during the process of diagnosis and onset of the illness, people faced feelings of fear of death, frustration, anguish, despair, nervousness, fear, and concern regarding work, personal, and family stability. In this order, patients also had the motivation and feelings of hope to cope with the mentioned disease. Eventually, during the recovery of the disease, patients faced feelings of happiness such as joy and tranquility. Patients who overcame Covid-19 got different learning experiences that motivated them and their family members to attach great value to life.

KEYWORDS: adults, Ambato, COVID-19, emotions, experiences., feelings.

VIVENCIAS DE PACIENTES ADULTOS POST COVID-19 EN LA CIUDAD DE AMBATO

Experiences of post-covid-19 adult patients in the city of Ambato

Autor: Vanessa Constante-Villacrés
vconstante2@indoamerica.edu.ec

Autor: Diana Garabí-Jarrin
dgarabi@indomerica.edu.ec

Tutor: Gabriela Abril-Lucero
gabrielaabril@uti.edu.ec

Lector: Herman Moreno Londoño
hermanmoreno@uti.edu.ec

Lector: Verónica Labre Tarco
veronicalabre@uti.edu.ec

Trabajo de Titulación para la
obtención del título de
Psicólogo General de la
Universidad Tecnológica
Indoamérica.

Modalidad:
Investigación Cualitativa.

Ambato, Ecuador.
Septiembre de 2022.

RESUMEN

La enfermedad producida por el virus de COVID-19 es una de las temáticas que se abordan en diferentes investigaciones de los últimos tiempos, por ello, el objetivo de esta investigación es comprender las vivencias sobre el post COVID-19 que construyen los pacientes adultos en la ciudad de Ambato. Esta investigación utiliza una metodología cualitativa, con diseño fenomenológico. Mediante un muestreo de bola nieve o en cadena de cuatro personas adultas de la ciudad de Ambato que hayan adquirido, cursado y superado la enfermedad por COVID-19, los mismos que a través de una entrevista semiestructurada indicaron que en la temporalidad de diagnóstico e inicio de la enfermedad desarrollaron sentimientos de miedo a la muerte, frustración, angustia, desesperanza, nerviosismo, temor y preocupación en lo laboral, personal y familiar; dentro de la temporalidad del curso de la enfermedad se encontró sentimientos de esperanza y desesperanza ante ciertos temas de sus vidas, encontrando también

ABSTRACT

The disease caused by the COVID-19 virus is one of the topics addressed in different investigations in recent times, therefore, the objective of this research is to understand the post-COVID-19 experiences that adult patients in the city of Ambato. This research uses a qualitative methodology, with a phenomenological design. Through a snowball or chain sampling of four adults from the city of Ambato who have acquired, studied and overcome the COVID-19 disease, the same ones who, through a semi-structured interview, indicated that in the timing of diagnosis and onset from the disease they developed feelings of fear of death, frustration, anguish, despair, nervousness, fear and concern in work, personal and family matters; Within the temporality of the course of the disease, feelings of hope and despair were found in the face of certain issues of their lives, also finding different motivations to cope with the disease. Lastly, in the temporality of overcoming the disease, the presence of feelings of happiness was identified. joy and

diferentes motivaciones para sobrellevar la enfermedad por ultimo en la temporalidad de superación de la enfermedad se identificó la presencia de sentimientos de felicidad, alegría y tranquilidad, además del desarrollo de diferentes aprendizajes que los llevaron a valorar mas sus vidas y a quienes los rodean.

Palabras Clave: *adultos, Ambato, COVID-19, emociones, sentimientos, vivencias.* **Keywords:** *adults, Ambato, COVID-19, emotions, experiences., feelings.*

1.Introducción.

La presente investigación se posiciona en el área de psicología clínica dentro del campo temático de salud mental y post pandemia, centrándose en las vivencias de los pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato. En la actualidad se han desarrollado estudios sobre el impacto psicológico producido por la pandemia de COVID-19, lo cual pudo haber desencadenado diversas afectaciones a nivel emocional en las personas que han adquirido y transitado la enfermedad (Martínez et al., 2021). Las vivencias emocionales de los pacientes revelaron sentimientos de tristeza, ira, incertidumbre, angustia, ansiedad y depresión, no solo por el padecimiento de la enfermedad, sino también por la pérdida de familiares y

amigos, así como el contexto general en el que se encontraban a lo largo de la pandemia (Losada y Prieto, 2020).

De manera que esta investigación busca comprender, las vivencias de las personas que han vivenciado la enfermedad y como ha sido su proceso a fin de analizar sus sentimientos, emociones, pensamientos y conductas ante este fenómeno.

Para la presente investigación se realizó una búsqueda exhaustiva de diversos recursos bibliográficos como lo son repositorios, artículos científicos y libros los cuales han sido clasificados según buscadores y descriptores que nos han permitido obtener información sobre vivencias de personas que han transitado la enfermedad, las narrativas han sido recolectadas desde

diversas poblaciones y contextos, sobre todo en países de Asia, Europa y Latinoamérica (Gordon, 2020).

Estudios realizados en diversos países de Latinoamérica como Colombia, Honduras, Ecuador, Argentina; se ha estudiado y comprendido las vivencias y experiencias de las personas que han padecido la enfermedad, a modo de ejemplo se encuentra un estudio realizado en Colombia por Losada et al. (2020) bajo un enfoque fenomenológico y con una unidad de análisis centrada en la población adulta que adquirió la enfermedad del coronavirus, para lo cual se aplicó una entrevista estructurada de 35 preguntas sobre las emociones, vivencias, pensamientos y conductas desarrolladas por las personas, en donde se buscó comprender las singularidades que presentan las vivencias de cada individuo, señalando que los diferentes resultados que se obtuvieron fueron sentimientos de soledad, culpa, estigmatización y aislamiento.

Entre otra investigación realizada bajo la metodología cualitativa se encuentra la de Vélez et al. (2022) la cual fue ejecutada en la ciudad de Quito-Ecuador bajo una encuesta estructurada con 14 preguntas a 8 pacientes que padecieron COVID-19 crítico, con el fin de y narrar las vivencias de estas personas que fueron internados en la unidad de terapia intensiva, en donde se obtuvo que las personas desarrollaron diversas emociones como miedo, ansiedad, enojo, irritabilidad y angustia ante la adquisición de la enfermedad y la superación de la misma, las cuales generaron diversos problemas al momento que las personas se reincorporen en su hogar, trabajo y en la sociedad.

En este mismo sentido un estudio realizado en Honduras por Martínez et al. (2021), a través de una entrevista semiestructurada a 9 personas recuperadas del COVID-19, con la finalidad de tener una aproximación a los diferentes cambios que se han suscitado a nivel de sus emociones, pensamientos y conductas después de haber atravesado la enfermedad, entre los principales cambios que experimentaron las personas se encuentran diferentes manifestaciones al contraer la enfermedad como el temor de volver a contagiarse, trastornos del sueño, ansiedad y depresión.

Las muestras utilizadas en los dichos estudios no supera los 10 participantes entre mujeres y hombres que comprenden un rango de edad de 25 a 59 años y han sido seleccionados mediante criterios de inclusión y exclusión (González et al., 2021).

El problema de investigación que consideramos está relacionado con los vacíos que se encuentran a lo largo de la investigación, es así como se presentan vacíos de contexto ya que los estudios utilizados para el sustento de esta investigación se han realizado en Europa, Asia y Latinoamérica, considerando que si existen estudios realizados en el Ecuador sin embargo la temática no se centra en las vivencias de los pacientes post COVID-19 en la ciudad de Ambato, también se han encontrado vacíos de población, esto debido a que las evidencias encontradas se centran mayormente en niños, adolescentes y adultos mayores mas no en adultos jóvenes y adultos maduros, por último se han presentado vacíos de conocimiento porque al ser un tema de los últimos 3 años la

evidencia no satisface las necesidades de nuestra investigación.

Las vivencias están determinadas como la unidad que permite a la persona ser consciente de los hechos ante los cuales ha participado, considerando el contexto en el cual interactúe el sujeto y en el entorno en el que se produce la experiencia, mediante las vivencias las personas generan sentimientos y emociones, las cuales son producto del momento, por ello el vivir determinada situación desencadena emoción, pensamiento y conducta, generadas por efecto de estímulos ya sean internos o externos que como consecuencia provocan una reacción como respuesta del sujeto (Erausquin et al., 2016).

Los elementos de las vivencias permiten el registro del suceso como fuente de información en la persona, el primer elemento está determinado por la conciencia ya que la vivencia implica un estado consciente que permita un aprendizaje o ejecute una acción, el segundo elemento contempla que la vivencia siempre es acerca de algo, es decir, genera un mensaje. El registro de la vivencia se da mediante el aprendizaje y depende de la carga emocional del suceso para que el recuerdo se fije con mayor o menor intensidad (Díaz, 2017).

Las personas actúan según el medio en el cual se encuentran, por esta razón las vivencias están compuestas por aspectos intelectuales, cognitivos, emocionales y afectivos, que permiten a la persona recrear, recordar y pensar lo que ha vivido, generando la apropiación de lo ocurrido o de la situación de la cual la persona fue participe, considerando la vivencia como la unidad que se presenta entre el sujeto y su entorno (Lewkow, 2015).

Al referirnos a apropiación se determina la tensión que presenta el sujeto al hecho de sentir suyo un objeto o en el caso de vivencia un acontecimiento, la persona a lo largo del proceso de apropiación está expuesto a cambios o transformaciones y estas pueden generar resistencias que permitan al sujeto protegerse de posibles daños causados por la vivencia y lo que esta implica (Erausquin et al., 2016).

La apropiación nos permite analizar y explicar lo que para la persona significa la vivencia y relacionarlo con el sentido que ha tenido en su vida, considerando que las experiencias por lo general otorgan el aprendizaje humano que está determinado por las formas de actuar, pensar y relacionarse en el contexto en el cual participa (Calvo, 2012). Sin embargo, para generar apropiación es necesario que el hecho vivenciado tenga una significancia para la persona, es por ello que partimos de una acción como consecuencia de factores internos o externos del contexto en el cual el ser humano se ha relacionado, dando como resultado una significancia distinta para cada persona, aunque se hable de un mismo fenómeno (Guerrero et al., 2017).

Los adultos jóvenes se encuentran en edades alrededor de los 20 a los 40 años, en esta etapa, se considera que las situaciones vivenciadas por un adulto joven son distintas a las vivencias o experiencias de un niño, tomando en cuenta que para el desarrollo cognoscitivo del adulto se relaciona estrechamente las experiencias y la madurez, por ello el humanismo propone la teoría triárquica la cual determina tres elementos importantes que permiten la diferenciación de los pensamientos de los

niños y los pensamientos más complejos de un adulto (Estrada, 2018).

El elemento de componente comprende la eficiencia y el análisis de la información considerando un problema y las posibles soluciones que la persona pueda generar y ejecutar, el siguiente elemento es el de experiencia que nos muestra como la persona logra comparar la información que posee con la nueva información y adquirirla con el objetivo de almacenarla, como último elemento se presenta el contexto determinado por el ambiente en el cual se desarrolla la persona y se genera la vivencia y como consecuencia se busca la adaptación al medio con el objetivo de generar una situación más cómoda para la persona (Riveros, 2014).

Los adultos maduros se encuentran entre las edades de 40 a 65 años, en este intervalo de edades los adultos maduros presentan un pensamiento mucho más complejo que el adulto joven, ya que en base a su experiencia tiene un mejor conocimiento de la toma de decisiones y de las soluciones a los problemas. El pensamiento de los adultos maduros difiere del pensamiento de los adultos jóvenes, por lo general la inteligencia fluida en los adultos maduros disminuye, mientras que la inteligencia cristalizada incrementa en esta etapa, por esta razón se considera que la toma de decisiones se da de mejor manera y por ello la resolución de problemas es más eficaz ya que a lo largo de su vida han adquirido experiencia mediante las vivencias del sujeto (Fernández, 2012).

Entre una de las vivencias que se han registrado en los últimos años han sido tras la pandemia producida por el COVID-19, el cual ha sido uno de los eventos que más ha trascendido en nuestra sociedad, esta

enfermedad producida por el SARS-CoV-2 un síndrome respiratorio de categoría severa – grave tipo 2, provocando que se declare pandemia mundial en marzo del 2020, actualmente su origen sigue en investigación, sin embargo, se tiene registro que esta patología posiblemente se originó en la ciudad de Wuhan en China y se extendió rápidamente a nivel mundial, produciendo millones de contagios diarios en el mundo (Maguiña et al., 2020).

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020) menciona que este virus se caracteriza principalmente por causar severos problemas a nivel respiratorio, presentando diversos signos y síntomas como fiebre, tos, cansancio, pérdida de sentidos como el olfato y el gusto, entre otros; esta enfermedad la puede contraer cualquier persona, la cual puede llegar a manifestarse de manera leve, moderada y grave, en donde cada uno de estos niveles se caracterizan por la intensificación de estos síntomas, llegando a causar incluso la muerte de la persona.

Este virus se propaga a través de pequeñas partículas líquidas, las cuales pueden llegar a ser expulsadas a través de la nariz o boca de una persona infectada, esto provocó que en el mundo se instaure el uso de la mascarilla, lo cual ralentizó la trasmisión y propagación del virus, además se establecieron otras medidas para evitar la propagación masiva del virus como fue el distanciamiento social, el lavado y desinfección constante de manos, además se dictaminó el confinamiento en varios países del mundo (Palacios et al., 2020).

Debido a la gran capacidad infecciosa de este virus, estas medidas de seguridad se han considerado obligatorias en diversos países

incluido el Ecuador, lo cual fue un cambio significativo en nuestra sociedad, en donde se generó un severo impacto psicológico en la mayoría de la población, esto debido al gran y drástico cambio que surgió y al cual la sociedad se estaba enfrentando, mismo que se presentó de manera inesperada y precipitada provocando que las emociones, pensamientos y comportamientos de las personas cambien y que posiblemente desencadenen un trastorno o una psicopatología (Bonilla, 2020).

La mayoría de estas alteraciones psíquicas pueden ser registradas de manera indirecta como lo es a través de la percepción de información sobre la enfermedad a través de medios de comunicación, en donde la persona desarrolla diferentes conceptos y percepciones sobre la enfermedad, además de generar su propia interpretación o idea del virus; otro de los factores que afectan a la persona son los comentarios que se generan en el entorno en el cual se desarrolla, los mismos que crean un enredo en la persona y percibe a la enfermedad de diferente manera (Guerrero, 2020).

Además estas alteraciones pueden presentarse de manera directa a través de diferentes instancias de la enfermedad como lo son el recibir un diagnóstico positivo, en donde la persona tiene su primer acercamiento con los diferentes síntomas de la enfermedad y además la posibilidad de presentar cambios en su juicio sobre el virus; durante el curso de esta la persona genera diversos pensamientos y emociones sobre lo que el fenómeno puede causar o los posibles escenarios que se puedan generar al estar contagiado; la superación de la enfermedad, es una instancia en donde la persona

desarrolla diferentes secuelas a nivel físico y psíquico (Muruetta, 2020).

Entre estas secuelas se genera el síndrome de post COVID-19 el cual se presenta cuando existe la persistencia de algunos de los signos y síntomas de la enfermedad durante un determinado periodo de tiempo, estos pueden estar manifestados a nivel físico como también psíquico, los cuales causan malestar en la persona e impiden que esta se desarrolle y desenvuelva de manera adecuada en su entorno, llegando incluso a causar problemas en la interrelación con sus pares (Bouza et al., 2021).

Dentro de las alteraciones físicas causadas posterior a la adquisición y superación de enfermedad se menciona los daños a nivel pulmonar, presentándose enfermedades como la fibrosis pulmonar, dolor torácico, dificultad para la inspiración profunda, debilidad y dolores generalizados a nivel muscular, considerando también afectaciones gastrointestinales crónicas derivadas de la enfermedad (Molina, 2020). Con relación a las afectaciones causadas a nivel psíquico se manifiestan el insomnio, la baja calidad del sueño, afectaciones en la atención y memoria, depresión, ansiedad, trastorno de estrés post traumático y en ciertas ocasiones la intensificación de las conductas en las personas que presentan el trastorno obsesivo compulsivo (Hotopf et al., 2020).

En tal sentido, esta investigación es de gran importancia dado que contiene información con relación al problema de investigación y la unidad de vivencias post COVID-19, considerando que existe escasa información sobre las narrativas de pacientes adultos jóvenes y adultos maduros que han vivenciado la enfermedad, de manera que

nuestra investigación genera aportes importantes con relación a esta población y sobre todo a nuestro contexto debido que se presume que no se han realizado investigaciones en la Ciudad de Ambato.

Es por eso que esta investigación busca comprender las vivencias de los pacientes adultos post COVID-19, en la ciudad de Ambato, considerando cuales fueron sus reacciones, sentimientos, emociones, pensamientos y conductas ante el fenómeno por el cual estaban atravesando, centrándonos en la temporalidad considerando el diagnóstico y los primeros síntomas, el curso de la enfermedad y al superación como resultado de la búsqueda de información en nuestro contexto y al no obtener información de estudios en la ciudad de Ambato en la población de adultos jóvenes y adultos maduros surgen preguntas como:

¿Cuáles son las vivencias sobre las reacciones al saber que tuvieron un resultado positivo en la prueba de COVID-19 en los adultos de la ciudad de Ambato?, ¿Cuáles fueron los pensamientos que tenían los pacientes al estar atravesando la enfermedad?, ¿Qué sentimientos generaron los pacientes una vez que dieron negativo a la prueba de COVID-19 después de estar contagiados?

Con la información recabada anteriormente sobre el campo temático esta investigación tiene como objetivo general, Comprender las vivencias sobre el post COVID-19 que construyen los pacientes adultos en la ciudad de Ambato.

Los objetivos específicos son: a) Describir las vivencias sobre el post COVID-19 en la temporalidad del diagnóstico y primeros síntomas que construyen pacientes adultos

en la ciudad de Ambato. b) Describir las vivencias sobre el post COVID-19 en la temporalidad del curso de la enfermedad que construyen pacientes adultos en la ciudad de Ambato. C) Describir las vivencias sobre el post COVID-19 en la temporalidad y superación de la enfermedad que construyen pacientes adultos en la ciudad de Ambato.

2. Marco Metodológico.

Esta investigación se desarrolla desde el paradigma constructivista. El constructivismo se basa en la construcción de la realidad a partir de la interacción social que genera la producción de significados según las percepciones individuales y colectivas (Guba y Lincoln, 2002). El paradigma constructivista ofrece la existencia de realidades múltiples y socialmente construidas, esto implica que no se encuentra construida o desarrollada por alguna ley, norma o factores causales específicos, demostrando que la realidad es ideada por las personas al intentar darle sentido a sus diferentes experiencias y vivencias, obteniendo de esta manera diversas construcciones y comprensión de la realidad (Hamui, 2016). Se ha escogido este paradigma dado que nos permite obtener información mediante el diálogo entre los participantes sobre el fenómeno de estudio considerando los contextos en los cuales se han desarrollado las experiencias. Se ha escogido este paradigma porque nos permite obtener información mediante el diálogo entre los participantes sobre el fenómeno de estudio, considerando los contextos en los cuales se han desarrollado las experiencias.

Al hablar del paradigma constructivista se consideran tres dimensiones: onto-epistemológica, epistemológica y ético-política. En primer lugar, en la dimensión onto-epistemológica se considera el origen del conocimiento lo cual genera la construcción de la realidad desde las experiencias generadas a nivel social (Ortíz, 2015)a. En segundo lugar, en la dimensión epistemológica se hace mención a los medios con los cuales se obtiene la información sobre la construcción de la realidad, considerando que los medios propuestos por el método cualitativo son de gran ayuda cuando buscamos comprender las experiencias y sobre todo las percepciones de los individuos (Arraya, 2007). Finalmente, en la dimensión ético-política se consideran los valores bajo los cuales se realiza la investigación, tomando en cuenta que el constructivismo permite que se genere una perspectiva moderadamente liberadora, con la cual se pueden generar cambios a nivel social (Ortíz, 2018)b.

La presente investigación se ha posicionado desde una metodología cualitativa, la cual posee algunas características distintivas. Primero la metodología cualitativa es un elemento que permite el estudio de los diferentes planos de la realidad permitiendo abordar las diferentes realidades subjetivas e intersubjetivas como objetos legítimos del conocimiento científico (Sandoval, 2012). Segundo la investigación cualitativa se interesa por captar la realidad social mediante los ojos de la población que está siendo estudiada, esto a partir de la percepción que la o las personas tienen sobre su propio contexto, en donde el investigador induce las diferentes

propiedades del problema a estudiar para de esta manera conocer cómo las personas interpretan y orientan su mundo, además de cómo se desenvuelven en la realidad que se está examinando (Monje, 2011). Por último, el método cualitativo se encuentra orientado a profundizar casos específicos y no a generalizar, en donde su principal preocupación no es prioritariamente medir, si no cualificar y describir el fenómeno social a partir de los rasgos determinantes, que se encuentran dentro de la situación estudiada enfatizando las características únicas, multifacéticas y dinámicas de la realidad humana (Guerrero, 2016).

Para nuestra investigación se ha considerado trabajar bajo un diseño fenomenológico dado que nuestro estudio se basa en las vivencias como unidad de análisis. El diseño fenomenológico nos permite explorar, describir y comprender las vivencias mediante las construcciones de las personas que han estado expuestas ante los efectos de un mismo fenómeno (Fuster, 2019).

Las vivencias hacen alusión a un suceso el cual la persona vivió, el mismo que vino acompañado de una gran carga emocional significativa, lo cual contribuye de manera significativa a forjar y configurar la personalidad de la persona, además una vivencia registra un aprendizaje el cual permite que la vivencia se registre con una mayor o menor intensidad, produciendo un sentimiento de apropiación lo cual permite analizar y explicar el significado que tiene para esa persona (Lewkow, 2016).

Dentro del diseño fenomenológico nos encontramos situados en la fenomenología empírica, trascendental o psicológica, ya que se busca comprender las vivencias de las

personas ante el hecho de enfermar de COVID-19, el proceso que a realizar esta comprendido por el inició con el planteamiento de un fenómeno a estudiar lo cual nos ha lleva a la búsqueda y recopilación de datos sobre las vivencias de las personas, con dicha información se ejecutara el análisis de los comportamientos y de las narrativas de cada participante, lo que nos permite categorizar y encontrar similitudes o diferencias entre las vivencias de los sujetos.

Para la investigación se ha considerado seleccionar a los participantes mediante el muestreo de bola de nieve o en cadena, el cual se define como una técnica que se centra en empezar con la elección de un participante el cual nos refiere a otra persona y esto permite que el número de participantes aumente (Baltar y Gorjup, 2012). Para ello dentro de la investigación se consideran algunas características de los participantes, por esta razón para la muestra se contemplan a personas adultas que hayan transitado la enfermedad por contagio de COVID-19 que residan en la ciudad de Ambato, que han presentado sintomatología tras el contagio por COVID-19 y que hayan presentado un cuadro clínico de moderado y grave, es por esto que dentro de la investigación no se contemplan adolescentes o adultos mayores y personas asintomáticas.

La recopilación de información se ejecutará mediante la entrevista semiestructurada la cual se considera como un método que posee gran nivel de flexibilidad ya que se centra en la búsqueda de información considerando los objetivos del estudio, y sobre todo la profundización de las

respuestas con preguntas que surgen mediante el desarrollo del diálogo, dado que la entrevista semiestructurada considera preguntas abiertas y no cerradas lo cual permite expresar al entrevistado su punto de vista y sus propios criterios sobre el tema o el fenómeno a estudiar (Bravo, 2013).

Para el desarrollo de la entrevista se ha creado un guion temático el cual es una herramienta de acercamiento hacia los participantes que permite indagar al investigador de manera objetiva sobre un fenómeno (Cardenal, 2015). Este guion temático se ha desarrollado y redactado en constancia con la tutora, considerando los objetivos específicos para la creación de preguntas de generación y de ellas se han desplegado preguntas de profundización que surgieron en el transcurso de la entrevista, esta herramienta de guía ha sido revisada y validada por 3 profesionales del área, las entrevistas se han ejecutado de forma virtual, mediante el uso de la aplicación de WhatsApp, en donde se realizaron llamadas con cada participante en la fecha y hora acordados previamente.

El análisis de datos se realizará mediante el uso del paradigma de codificación el cual se define como el proceso en el cual se identifican categorías bajo las cuales se trata la información considerando partes del texto como fuente para la búsqueda de conceptos y relaciones entre los mismos (Acuña, 2015). Para el proceso de codificación se establecen tres pasos los cuales son: a) La codificación abierta consiste en fragmentar los datos para analizarlos y encontrar conceptos, propiedades, dimensiones y categorías, es decir, se realiza una interpretación tentativa

sobre lo que se desea investigar (Rodríguez et al., 2005). b) La codificación axial se considera como la parte del proceso en la cual se determinan subcategorías bajo las categorías creadas en la codificación abierta, estas subcategorías buscan responder preguntas de: quien, cuando, donde, por qué y las consecuencias que nos ayudan a establecer códigos dentro de las categorías (Palacios G. , 2016). c) La codificación selectiva está determinada como la técnica que permite la integración de los datos en base a la categoría central, para ello se requiere revisar el esquema en el que se han integrado los datos en el cual se utiliza el diagramado para la interpretación de los datos por las categorías y subcategorías previamente planteadas (Hernández y Manzano, 2010).

Para la realización de las entrevistas y el uso de la información dada por los participantes es indispensable el uso y firma del consentimiento informado, el cual es un instrumento de carácter informativo que permite dar a conocer los parámetros y directrices bajo las cuales se desarrollará la entrevista, además este documento le indica al entrevistado que la información recabada durante la entrevista se mantendrá reservada y será utilizada únicamente para fines investigativos, de esta manera se logra promover la participación y libre expresión del participante (Vazquez, 2017).

3. Resultados.

Los resultados encontrados en la investigación se han obtenido mediante el uso del paradigma de codificación el cual nos ha permitido analizar la información a través de los códigos de semejanzas,

diferencias y emergentes en cada uno de los objetivos específicos planteados.

Para responder al primer objetivo en el que se busca describir las vivencias sobre el post COVID-19 en la temporalidad del diagnóstico y primeros síntomas que construyen pacientes adultos en la ciudad de Ambato, dentro de la categoría de similitudes se identificó que 3 de las 4 personas entrevistadas mencionaron que los principales sentimientos que presentaron al inicio de la enfermedad en la temporalidad de diagnóstico fueron el miedo, dentro de este se identificó que las principales causas por las que se generaba fue el desconocimiento de la enfermedad, esto porque la mayoría de los participantes contrajeron COVID a inicios de la pandemia, cuando este no era bien conocido, por lo que sus médicos no tenían un buen conocimiento sobre cómo debía ser abordada la enfermedad, lo que provocaba que las personas a su vez incrementen su miedo ante una enfermedad desconocida, la misma que pudo llevarlos a fallecer, además de presentar susto por todas la noticias y casos de conocidos que habían fallecido a causa de la enfermedad; otro de los sentimientos que se identificó fue la preocupación, la misma que se vio incrementada por las diferentes dudas que se generaron sobre lo que podría pasar en su ámbito familiar, social, educativo, económico y laboral; además se llegó a generar sentimientos de angustia por el hecho de estar aislados y no saber que hacer mientras estaban enfermos o si la enfermedad empeoraba su salud y talvez tenían que ser internados por presentar complicaciones; de igual manera se identificaron sentimientos de desesperanza

por el hecho de que si ellos fallecían ¿qué pasaría con su familia y seres queridos?, además de todas las deudas y asuntos familiares, sociales y laborales que mantenían estas personas; es por ello que para evidenciar lo anteriormente dicho se han tomado las siguientes ejemplificaciones obtenidas de las entrevistas realizadas.

Diego: *“Me asusté porque, como les digo, era el punto más alto en los contagios de COVID. No había la cura, solo había rumores de tal vez alguna medicina, pero no, no había. No se sabía en realidad como es. Entonces me asusté bastante fuerte, había bastante gente conocida que habían fallecido. Entonces sí, estaba muy asustado, la verdad”.*

Isabel: *“Entonces sí fue un poco complicada la situación, con mucho susto, porque escuchabas en todas partes de que las personas que habían estado con COVID, algunas de ellas habían fallecido. Entonces, lo que más te da ese miedo es que tu también puedes ser una de esas personas que puedes fallecer y estás con él, con el miedo de que todavía tienes hijos que están en la universidad, que la familia depende de ti y que, qué va, qué va a ser de ellos”.*

Sin embargo dentro de la categoría de diferencias se identificó que 1 de las 4 personas mencionó que se sentía tranquilo unas horas después del diagnóstico pues ya no podía hacer más, dado que la enfermedad tenía un tiempo estipulado para el curso de la misma y la cura, por ello el no podía apresurar el tiempo, por este motivo esta persona en lugar de presentar preocupación por el trabajo o el dinero pues buscaba realizar otras actividades como por ejemplo hacer su tesis aprovechando el tiempo que tenía que pasar aislado por ello tampoco presento desesperanza o pensamientos de muerte ya que consideraba que estaba en

ventaja porque 3 familiares suyos eran doctores y todos estaban al pendiente de él.

Joffre: *“Fue por ejemplo en la mañana yo me hice el examen ya, ya en la tarde todo eso ya me aislé en la casa y ya estaba más tranquilo, porque más ya no podía hacer tampoco no”.*

Dentro del apartado de emergente se identificó una respuesta novedosa ante la pregunta que se le realizó en donde 1 de las 4 personas mencionó que sentía nerviosismo y temor, al momento de salir de su habitación dado que las noticias influyeron en sus pensamientos generando más miedo a la muerte, ya que veía que ciertas personas se desvanecían o mientras iban caminando se caían y morían, por este motivo esta persona tenía un miedo de muerte muy recurrente que incluso no le dejaba dormir ya que consideraba que en algún momento podría dormirse y no despertarse o incluso al salir o dirigirse al baño o a la cocina podría morir y nadie se daría cuenta dado que vivía solo, por lo que evidencia en el siguiente apartado:

Diego: *“me daba full miedo porque se veía en las noticias que había personas que iban caminando y de desvanecían o se morían entonces no se me daba miedo ir a la cocina y quedarme muerto o inconsciente tirado en la sala o en algún lado y que no me encuentren”*

Para responder el segundo objetivo de describir las vivencias sobre el post COVID-19 en la temporalidad del curso de la enfermedad que construyen pacientes adultos en la ciudad de Ambato se ha encontrado que dentro de la categoría de similitudes se identificó que las 4 personas presentaron afectaciones a nivel de sus ámbitos sociales, laborales y familiares; esto debido a que al enterarse que contrajeron la

enfermedad, tuvieron que aislarse por varios días, por lo que tuvieron que abstenerse de cualquier tipo de contacto familiar y social, para de esta manera evitar propagar la enfermedad a más personas y evitar agravar su situación, además estas personas poseían trabajos que se manejaban con contacto directo con los clientes por lo que al estar aislados no lograron acudir a su trabajo, lo que llevo a que una de estas personas sea despedida; de esta misma manera se identificó que 3 de las 4 personas presentaron problemas a nivel educativo, esto porque la gravedad de la enfermedad no les permitía ingresar y desenvolverse de una buena manera en las clases.

También se identificó que con relación a las motivaciones que las personas entrevistadas tenían para enfrentar la enfermedad se encontraba el hecho de estar con su familia y seres queridos nuevamente y continuar con sus vidas, además otra de las motivaciones que tenían en común era el hecho de los avances de la ciencia con relación a la enfermedad, esto porque los llevaba a entenderla y cursarla de una mejor manera, para evidenciar lo anteriormente dicho se han tomado las siguientes ejemplificaciones obtenidas de las entrevistas realizadas.

***Joffre:** “No, no trabajaba es este caso mi trabajo por ejemplo es dar atención personalizada a los clientes, por ejemplo, en una boda entonces no, obviamente en ese tiempo no trabajé”.*

***Diego:** “Si, en lo laboral y igual con la familia, con mis seres queridos, tuve que dejar el trabajo de igual en clases de la universidad. No tenía ánimos ni siquiera de levantarme o conectar la computadora, o el teléfono o lo que*

sea. Cualquier cosa me molestaba. Entonces sí hizo que me aleje un poco de mis responsabilidades y de mi familia”.

Dentro de la categoría de diferencias correspondiente al segundo objetivo se identificó que dos de los cuatro participantes mencionaron que la religión era una motivación y un factor muy importante para seguir adelante, por lo que durante el transcurso de la enfermedad se aferraron mucho más a su fe, esto debido a la gravedad con la que se presentó la enfermedad en estas personas, por lo que se apegaron a su religión, su fe y sus diferentes creencias para poder sobrellevar la enfermedad, poder seguir adelante y que todo regrese a la normalidad.

Dentro de las diferencias se contempla de igual manera la economía, para poder costear el tratamiento, esto porque una de las personas mencionó que no podía costearlas por sí solo por lo que tuvo que pedir ayuda a su madre, otra de las personas mencionó que no pudo costear las medicinas y consultas médicas de ella, su madre y abuela, por lo que se endeudo y mantiene algunas de esas deudas hasta el día de hoy, por otro lado las otras dos personas comentan que no tuvieron problemas al momento de costear la enfermedad, esto porque contaban con los recursos necesarios para pagar los diferentes servicios médicos, medicamentos y extras que se requerían durante el transcurso de la enfermedad.

***Isabel:** “Luego hubo un rato que en realidad me apegué un poco más a nuestro Señor Jesucristo y empecé a rezar, a pedirle a la Virgen porque soy creyente, soy católica y empecé a cambiar mi pensamiento. Entonces*

cada que me venía un pensamiento negativo decía no, salte de mi mente porque yo voy a salir”

Dentro de la categoría de emergente del segundo objetivo se ha obtenido una respuesta que se ha determinado como novedosa, dado que una de las personas mencionó que sentía culpabilidad por la posible muerte de familiares y otros seres queridos, con relación a este sentimiento se considera que a raíz de los contagios a sus familiares esta persona mostró culpable y por esta razón desarrollo miedo a comunicarles a sus seres queridos que tenía la enfermedad por temor a comentarios groseros que ya habían sido emitidos por algunas personas que consideraban a la participante como irresponsable al no cuidarse de manera adecuada para evitar volverse a contagiar.

Shinebra: *“Buena la desesperación te lleva a pensar la principal que te puede pasar algo a ti o puede fallecer algún familiar por tu culpa por el hecho de que les contagiaste tú, otra cosa como te digo es ponerte a pensar que ya cuando sabes que estás mal no sabes cómo reaccionar o cómo van a reaccionar las personas que estuvieron cerca los últimos días, no sabes si contarles o no contarles para que también tengan precaución sobre eso es lo principal”.*

Por último para dar respuesta al tercer objetivo de describir las vivencias sobre el post COVID-19 en la temporalidad y superación de la enfermedad que construyen pacientes adultos en la ciudad de Ambato, dentro de la categoría de similitudes se ha encontrado que el total de las personas entrevistadas mencionaron que al terminar la enfermedad sintieron felicidad, tranquilidad y alivio, esto por el hecho de poder volver a ver sus familias, regresar a sus

trabajos y retomar las diversas actividades que realizaban previo a contagiarse de COVID; de igual manera se logró identificar que una vez que cursaron y superaron la enfermedad las personas presentaron diversos aprendizajes entre estos se encuentran el de valorar más la vida, esto porque después de haber atravesado esta enfermedad llegaron a estimar los diferentes momentos y personas que están presentes en su vida; además se evidenció sentimientos de tranquilidad por ya no tener la enfermedad y por la aparición y aplicación de las diferentes vacunas para el COVID-19; entre otras similitudes identificadas a nivel físico se encontró que las cuatro personas mencionan tener diferentes secuelas como deficiencias a nivel respiratorio, agitación y cansancio al momento de realizar actividades como caminar o correr, lo que se llega a evidenciar en los siguientes apartados de la entrevista.

Isabel: *“Si lo enseña uno a valorar la vida, le enseña a uno a ser Tolerante, Tolerante con la familia, porque no solamente usted necesita darles lo que ellos requieren para su vida diaria, sino también necesita darles más cariño, más atención y que sepan que siempre la mamá va a estar al lado de ellos”.*

Diego: *“Yo pienso que para como para poder respirar normalmente sí. A veces siento que siento que hay alguna dificultad cuando me agito”*

Dentro del apartado de diferencias del tercer objetivo, se llegaron a contemplar las secuelas que presentó una de las personas entrevistadas, la misma que presentó pérdida de cabello, sensibilidad en los dientes; por otro lado, un participante mencionó que llegó a presentar problemas en los nervios del corazón y subida de peso.

Shinebra: “Si, bastantísimas la verdad es que una de las principales secuelas que se tiene hasta el momento es la sensibilidad en los dientes yo tengo muchas sensibilidades después del COVID y aparte de eso me quede como unos dos meses me parece seguía tosiendo bastante, te cansas de caminar, de correr de hacer ejercicio te cansas más fácilmente que antes, esas son las principales a y otra también es la caída del cabello que muchas personas también han dicho que a las personas que les dio COVID se le caía bastantísimo el cabello”.

Joffre: “Tengo una afectación en el corazón en unos nervios del corazón y tenía frecuentaba bastantes taquicardias frecuentaba bastantes dolores de pecho”

Para la categoría de emergentes dentro del tercer objetivo se ha encontrado que la respuesta de un participante fue novedosa y totalmente distinta con relación al contexto y sobre todo su percepción de realidad dado que menciona que al estar enfermo sentía que estaba viviendo es un mundo diferente, por ello cuando terminó su proceso sintió que entro a la realidad, ya que consideraba que estaba tan aislado que no solo se aisló de la enfermedad o de su familia sino también de realidad y por esta razón considera que cuando termino la enfermedad pudo volver al mundo al que estaba acostumbrado.

Diego: “Felicidad, tranquilidad mía y de mí, de mi familia, porque todas esas tres semanas que estoy así, si fueran complicados para todos. Entonces cuando supe que era negativo, ya pude estar tranquilo, podía estar en contacto con mis familiares, con las personas que yo quiero y poder de esta forma ir sintiéndome que ya entre a la realidad”.

4. Discusión y Conclusiones.

Esta investigación tuvo como objetivo principal comprender las vivencias sobre el post COVID-19 que construyen los pacientes adultos en la ciudad de Ambato, mediante el análisis de información según momentos específicos de la enfermedad los cuales han sido clasificados por tres temporalidades, iniciando con la temporalidad del diagnóstico y primeros síntomas, continuando con el punto medio de la enfermedad considerándolo como la temporalidad del curso de la enfermedad y finalizando con la temporalidad de superación de la misma; los hallazgos arrojados por la investigación evidencian que con relación al primer objetivo se describieron las vivencias sobre el post COVID-19 en la temporalidad del diagnóstico y primeros síntomas, para ello se ha encontrado que los participantes presentaron sentimientos de miedo, de muerte recurrentes, preocupación por factores laborales, familiares o personales, angustia, desesperanza, nerviosismo, temor y en algunos casos tranquilidad.

Esta información obtenida es convergente con la investigación realizada por Lozada y Prieto (2020) sobre las vivencias e impacto en la salud mental y las emociones de quienes transitaron la enfermedad por COVID-19 realizado en Bogotá con una muestra de 4 personas adultas menores a 30 años que adquirieron y vivenciaron la enfermedad del COVID-19, obteniendo hallazgos, con relaciona a sentimientos como la tristeza, miedo a la muerte, incertidumbre, estados emocionales, estigmatización y medios de comunicación, además de ello se manifestaron emociones como la tristeza y la ira, por esta razón el

estudio de Lozada y Prieto es convergente dado que se analizó a la misma cantidad de participantes, considerando de igual manera la población adulta y que transitaron la enfermedad, obteniendo hallazgos similares a los de la presente investigación con relación a las emociones.

El estudio realizado por Martínez et al. (2021), sobre las vivencias de los contagiados de COVID-19 en la Ciudad de Tegucigalpa en Honduras fue realizado con una muestra de nueve personas con edades de entre 45 y 60 años, en este estudio se han encontrado hallazgos como la aparición de trastornos del sueño que perduraron en los contagiados hasta después de la enfermedad, de manera que dicha investigación es divergente con la presente investigación ya que la muestra analizada es mayor, considerando que no se presentaron trastornos del sueño en los participantes y por el contrario estos lograron tener periodos de sueño adecuados sin alteraciones posteriores.

Con relación al segundo objetivo se describieron las vivencias sobre el post COVID-19 en la temporalidad del curso de la enfermedad es así que se han identificado afectaciones en el ámbito social, laboral, educativo, familiar y personal tras el confinamiento obligatorio que debieron cumplir, por esta razón se identificaron sentimientos de esperanza motivados por los avances de la ciencia con relación al tratamiento y la esperanza de vida, el recuento familiar, la fe en la religión como apoyo emocional para enfrentar la enfermedad y el deseo de completar cosas inconclusas que podrían haber dejado lo cual en el caso de los participantes lo consideraron como una motivación. Este

hallazgo converge con el estudio realizado por Lorenzo, Díaz y Zaldívar (2020) el cual se denomina la psicología como ciencia y profesión en el afrontamiento del COVID-19, artículo para el cual se realizó una investigación, en la Habana con una muestra de cinco personas adultas, población la cual reúne características similares a los de la presente investigación como edad, inicio, transcurso y superación de la enfermedad por COVID-19, además diferentes miembros de la investigación demostraron que durante el transcurso de la enfermedad contaban con diferentes motivaciones como lo eran sus familias, trabajos, estudios, creencias y las diferentes metas y sueños de cada participante, los cuales los ayudaron a sobre llevar la difícil situación en la que se encontraban.

El estudio realizado por Pérez y Ponce (2021) sobre la esperanza y crecimiento post traumático frente al COVID-19, fue producido en la Ciudad de la Paz realizado a más de 30 personas, con el mismo rango de edad y pertenecientes a una cultura semejante a la nuestra, arrojó hallazgos en los que se identificaron diversos factores que incrementaban la esperanza de las personas, entre estos se mencionan la familia, amigos, bienes, planes y metas a futuro, mencionando también los sentimientos de desesperanza generados por cambios en factores familiares, sociales, económicos y laborales de manera que este estudio es convergente ya que los hallazgos encontrados son similares en la población dado que se trabajó con adultos, también se identificaron motivos los cuales generaban esperanza como lo son planes, metas, reencuentro familiar y trabajo lo cual

también se identificaron en al presente investigación.

Finalmente, con relación al tercer objetivo se describieron las vivencias sobre el post COVID-19 en la temporalidad y superación de la enfermedad que construyen pacientes adultos en la ciudad de Ambato, en donde se encontró que los participantes presentaron sentimientos de tranquilidad, felicidad y alivio, esto por el hecho del reencuentro con sus familiares y seres queridos, reintegración al trabajo y sobre todo volver a la llamada normalidad a la que estaban acostumbrados antes de contraer la enfermedad, como resultado del proceso se identificaron aprendizajes producidos por los participantes entre ellos todo lo que conlleva valorar la vida y a posterior las secuelas que desencadenó la enfermedad siendo distintas en cada participante. Estos resultados son convergentes con el estudio Emociones, preocupaciones y reflexiones frente a la pandemia del COVID-19 en Argentina realizado por Johnson, Saletti y Tumas (2020) con una muestra analizada de 30 personas, con edades comprendidas desde los 18 años, lo cual se asemeja a la población requerida en esta investigación, además se encontró que los participantes generaron diferentes aprendizajes tras la enfermedad como la empatía, la solidaridad y la conciencia social, esto como resultado de las diferentes vivencias que los participantes experimentaron al padecer la enfermedad, las cuales los llevaron a apreciar su vida, tener una mayor valoración de los diferentes momentos y personas que conforman su vida; por otro lado un estudio denominado historias de vida: testimonios de pacientes que vencieron al COVID-19 realizado por Vélez et al. (2022),

investigación realizada en Ecuador con una muestra poblacional de ocho pacientes de COVID-19 de grado crítico, los cuales se encontraban en edades de 24 a 61 años, de manera que en los resultados obtenidos se encontraron secuelas como la depresión, ansiedad, insomnio y estrés post traumático, datos los cuales divergen con los obtenidos en la presente investigación; además en la población mencionada la enfermedad se presentó con mayor intensidad, incluso algunas de estas personas fueron internados en la unidad de cuidados intensivos por algunos días, por lo cual los resultados no se asimilan a nuestra investigación.

A lo largo de esta investigación se han presentado diferentes dificultades entre las que se menciona la disponibilidad de tiempo entre los participantes y los investigadores, por esta razón es importante considerar que en ocasiones no se presentarán debido a diversos factores y ante ellos es importante tener en cuenta otras opciones o medios para realizar la entrevista como por ejemplo el uso de herramientas digitales ya sean de audio o audio y video, sin embargo al utilizar herramientas tecnológicas se corre el riesgo de presentar complicaciones o fallos técnicos ya sea con la conexión de internet, la calidad de los dispositivos o incluso posibles problemas que se contemplen en el contexto en el que se encuentra la persona entrevistada, entre las recomendaciones que sugerimos para futuros estudios relacionados al nuestro se menciona la correcta planificación de los tiempos de ejecución de cada parte de la investigación, contemplar fenómenos externos que puedan interferir en la continuidad y el desarrollo de la investigación y tomar en cuenta los posibles escenarios que puedan

presentarse a lo largo de las entrevistas para actuar en función de los objetivos previamente planteados.

De esta manera se concluye que con relación al primer objetivo se describieron las vivencias sobre el post COVID-19 en la temporalidad del diagnóstico y primeros síntomas que construyen pacientes adultos en la ciudad de Ambato, se ha encontrado que los participantes presentaron sentimientos de miedo a la muerte, angustia, desesperanza, nerviosismo, temor y preocupación con relación a lo laboral, familiar y personal; respondiendo al segundo objetivo se describieron las vivencias sobre el post COVID-19 en la temporalidad del curso de la enfermedad que construyen pacientes adultos en la ciudad de Ambato, se describieron sentimientos de esperanza y motivaciones como la religión, familia, metas y objetivos futuros, así como desesperanza con relación a la incertidumbre y objetivos inconclusos; por último, respondiendo al tercer objetivo se logró describir las vivencias sobre el post COVID-19 en la temporalidad y superación de la enfermedad que construyen pacientes adultos en la ciudad de Ambato se encontró que los participantes presentaron sentimientos de felicidad, alegría, tranquilidad esto por el hecho de salir de la enfermedad, también se identificaron aprendizajes como lo es el valorar la vida y sobre todo las secuelas como problemas respiratorios, dolores generalizados, afectaciones gastrointestinales, entre otros.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

- Acuña, V. (2015). La codificación en el método de investigación. *Dialnet*, 77-84.
- Arraya, V. (2007). CONSTRUCTIVISMO: ORIGENES Y PERSPECTIVAS. *Redalyc*, 76-92.
- Bonilla, O. (2020). Para entender la COVID-19. *Scielo*, 595-629.
- Bouza, E., Cantón, R., De Lucas, P., Gracia, A., García, A., Gómez, J., . . . Ruiz, J. (2021). Síndrome post-COVID: Un documento de reflexión y opinión. *Official journal of the spanish society of chemotherapy*, 269-279.
- Bravo, L. (2013). La entrevista, recurso flexible y dinámico. *Scielo*, 162-167.
- Cabrera, A., & Sánchez, C. (2020). Características y resultados de encuestas sobre el impacto de la enfermedad COVID-19. *Escuela Andaluza de Salud Pública*, 22-35.
- Calvo, C. (2012). Una propuesta de estructuración conceptual de la categoría vivencia para el análisis dinámico del comportamiento. *Universidad de Santiago*, 521-534.
- Cardenal, M. (2015). GUÍA DE DISEÑO DE LA ENTREVISTA Y GRUPO DE DISCUSIÓN. *Researchgate*, 1-13.
- Díaz, J. (2017). Persona, mente y memoria. *Scielo*, 513-526.
- Erausquin, C., Sulle, A., & García, L. (2016). LA VIVENCIA COMO UNIDAD DE ANÁLISIS DE LA CONCIENCIA: SENTIDOS Y SIGNIFICADOS EN TRAYECTORIAS DE PROFESIONALIZACIÓN DE PSICÓLOGOS Y PROFESORES EN

- COMUNIDADES DE PRÁCTICA. *Scielo*, 97-104.
- Erausquin, C., Sulle, A., & García, L. (2016). LA VIVENCIA COMO UNIDAD DE ANÁLISIS DE LA CONCIENCIA: SENTIDOS Y SIGNIFICADOS EN TRAYECTORIAS DE PROFESIONALIZACIÓN DE PSICÓLOGOS Y PROFESORES EN COMUNIDADES DE PRÁCTICA. *FACULTAD DE PSICOLOGÍA - UBA*, 97-104.
- Estrada, L. (2018). *Teorías y Métodos - Humanismo*. Bogotá: ILUMNO.
- Estrada, M., Farfán, M., & Quispe, E. (2021). Vivencias en contexto de pandemia COVID-19. *Scielo*, 1-70.
- Fernández, N. (2012). CARACTERÍSTICAS DE DESARROLLO PSICOLÓGICO DEL ADULTO. *Universidad Nacional Autónoma de México*, 5-46.
- Fuster, D. (2019). Investigación cualitativa: Método fenomenológico hermenéutico. *Scielo*, 201-229.
- González, Y., Monteagudo, R., Martínez, B., Morales, I., & Prado, R. (2021). Impacto psicológico de la COVID – 19 en pacientes convalecientes de la enfermedad. *Dialnet*, 25-28.
- Gordon, S. (2020). El COVID-19 y la Salud Mental: ¿Cuáles son las Consecuencias? *Redalyc*, 1-6.
- Guerrero, R., Menezes, O., & Ojeda, G. (2017). Características de la entrevista fenomenológica en investigación en enfermería. *Scielo*, 1-5.
- Hamui, A. (2016). La pregunta de investigación en los estudios cualitativos . *Scielo*, 167-178.
- Hernández, J. (2020). Impacto de la COVID-19 sobre la salud mental de las personas. *Revista Científica Villa Clara*, 578-594.
- Herrero, I., Rogers, S., Fernández, E., Paterna, L., Rodríguez, M., & González, F. (2021). Repercusión de la pandemia por COVID 19 en la salud mental de todos los grupos de población. *Dialnet*, 16-27.
- Hotopf, M., Bullmore, E., O'Connor, & Holmes, E. (2020). The scope of mental health research during the COVID-19 pandemic and its aftermath. *The British Journal of Psychiatry* , Volume 217 , Issue 4 , 540 - 542.
- Hurtado, F., & Roman, M. (2021). Análisis antropológico de las vivencias del paciente Covid – 19 en UCI:del miedo a la gratitud. *Cultura de lo cuidados 25(NºEsp2)*, 20-37.
- Johnson, M., Saletti, L., & Tumas, N. (2020). Emociones, preocupaciones y reflexiones frente a la pandemia del COVID-19 en Argentina. *Scielo*, 2447-2456.
- Lewkow, L. (2015). El concepto de vivencia en G. Simmel, E. Husserl. *Congreso Internacional de Fenomenología* , 1-13.
- Lewkow, L. (2016). El concepto de vivencia en G. Simmel y E. Husserl. *Academia* , 178-198.
- Lorenzo, A., Díaz, K., & Zaldívar, D. (2020). La Psicología como Ciencia y Profesión en el Afrontamiento del COVID-19.

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

- Revista Caribeña de Psicología* , 153-165.
- Losada, C., & Prieto, E. (2020). Vivencia e impacto en la salud mental y las emociones de quienes transitaron la enfermedad por COVID-19. *Repositorio Universidad Distrital Francisco José de Caldas*, 1-75.
- Martínez, E., Galindo, E., Rivera, K., Aguilar, F., Maldonado, J., & Sánchez, J. (2021). Vivencias de los contagiados de COVID-19 en la ciudad de Tegucigalpa 2021. *Repositorio Universidad Nacional Autónoma de Honduras*, 1-169.
- Molina, M. (2020). Secuelas y consecuencias de la COVID-19. *Neumología y salud* , 71-77.
- Palacios, G. (2016). La codificación Axial, innovación metodológica. *Revista Electrónica Científica de Investigación Educativa RECIE*, 497-509.
- Palacios, M., Santos, E., Velázquez, M., & León, M. (2020). COVID-19, una emergencia de salud pública mundial. *Revista Clínica Española*.
- Ramírez, J., Castro, D., Lerma, C., Yela, F., & Escobar, F. (2020). Consecuencias de la pandemia de la COVID-19 en la salud mental asociadas al aislamiento social. *Scielo*, 1-8.
- Riveros, A. (2014). La psicología humanista: sus orígenes y su significado en el mundo de la psicoterapia a medio siglo de existencia. *Redalyc*, 135-186.
- Sánchez, L., Teresita, M., & Vega, C. (2021). Vivencias de ansiedad por la pandemia por covid-19 en llamadas de urgencias psicológicas. *Redalyc*, 24-37.
- Vargas, A., Schreiber, V., Ochoa, E., & López, A. (2020). SARS-CoV-2: una revisión bibliográfica de los temas más relevantes y evolución del conocimiento médico sobre la enfermedad. *Mediagraphic*, 185-196.
- Vazquez, R. (2017). Consentimiento informado ¿Requisito legal o ético? *Mediagraphic*, 175-182.
- Vélez, J., Tercero, W., Jara, F., Montalvo, M., Ochoa, E., Christian, C., . . . Mosquera, J. (2022). Historias de vida: Testimoniso de pacientes que vencieron al COVID-19 tras una larga hospitalización en terapia intensiva . *MetroCiencia*, 24-36.

ANEXOS.

Anexo 1: Consentimiento informado



CONSENTIMIENTO INFORMADO



Título del Proyecto: Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

Investigadores Responsables: Constante Villacres Vanessa Lizbeth.
Garabi Jarrin Diana María.

Ambato, _____ de 2021

En el marco de la investigación titulada *Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato*, se ha invitado a adultos jóvenes y adultos maduros de la ciudad de Ambato a participar de una investigación que tiene por objetivo comprender las vivencias sobre el post COVID-19 que construyen los pacientes adultos en la ciudad de Ambato.

La participación de adultos jóvenes y adultos maduros de la ciudad de Ambato en la investigación implica: Estas entrevistas se realizarán de manera presencial con cada participante. Cada una de ellas tiene una duración aproximada de 60 a 90 minutos. Estas entrevistas, previa aprobación de cada participante, serán registradas en una grabación para luego ser transcritas con fines analíticos. Sólo tendrán acceso a las grabaciones y transcripciones los miembros del equipo de investigación Vanessa Constante, Diana Garabí, Psi. Cl. Gabriela Abril Msg. y Psi. Cl. Veronica Labre Msg.

Con estos elementos en vista es que se solicita su consentimiento de participación, así como también se le asegura que la información que emerja de ella será absolutamente confidencial y sólo utilizada con fines académicos por el equipo de investigación del proyecto. Del mismo modo, es conveniente indicar que, durante el período de participación y ejecución del proyecto de investigación, se le solicitará aprobación de los análisis y conclusiones como una condición previa a cualquier tipo de publicación que se realice.

Si está de acuerdo con las siguientes condiciones, por favor firme el presente documento:

1. La participación en este estudio es absolutamente libre y voluntaria. Conviene indicar además que no presenta riesgo alguno para su integridad física y psicológica y que no conlleva costos económicos para los/as participantes. Asimismo, se plantea como beneficio la entrega de un informe detallado con los resultados y conclusiones de la investigación y sugerencias en caso de que los y las participantes deseen conocer más acerca de la investigación.
2. Existe plena libertad para negarse a participar en este estudio y a retirarse en cualquier momento de la investigación sin que ello implique ningún tipo de recriminación y/o sanción.
3. Las/os investigadoras/es del proyecto se comprometen a garantizar, todas las medidas de bioseguridad que resguarden la salud de los/as participantes y que eviten complejizar la crisis sanitaria actual. Para esto, deberán presentar: prueba cuantitativa de COVID-19 en estado negativo (plazo de 48 horas previas), carné de vacunación al día, kit de medidas de bioseguridad (mascarilla, visor, alcohol gel para lavado de manos, desinfectante de ambiente), y uso correcto de los elementos de protección personal. Estas medidas estarán previamente aprobadas por la Dirección de Investigación de FACHSA.
4. Todos los instrumentos de producción de datos que sean solicitados para proveer información relacionada con este estudio no contemplan gasto alguno para los/as participantes.
5. Cualquier pregunta que quiera realizar en relación con la participación en este estudio, deberá ser contestada por Vanessa Constante y Diana, investigadoras responsables del proyecto, al teléfono 0939224879 - 0995799372, o al mail vconstante2@indoamerica.edu.ec - dgarabi@indoamerica.edu.ec También puede contactarse con la tutora de esta tesis, Gabriela Abril, docente-investigador de la Universidad Tecnológica Indoamérica, cuyos datos de contacto son 0984059901 y gabril2@indoamerica.edu.ec.
6. El equipo de investigación se compromete a almacenar y resguardar la información recopilada en el curso del estudio a fin de cautelar y garantizar su confidencialidad.
7. Este consentimiento se firma voluntariamente sin que haya sido forzado/a u obligado/a. Se firmarán dos copias, de las cuales el/la participante debe conservar una.

Desde ya le agradecemos su participación,

.....
Vanessa Constante
Investigador Responsable 1

.....
Nombre y Firma de Participante

.....
Diana Garabi
Investigador Responsable 2

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.



CONSENTIMIENTO INFORMADO

Título del Proyecto: Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

Investigadores Responsables: Constante Villacres Vanessa Lizbeth.
Garabi Jarrin Diana María.

Ambato, 5 de julio de 2021

En el marco de la investigación titulada *Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato*, se ha invitado a adultos jóvenes y adultos maduros de la ciudad de Ambato a participar de una investigación que tiene por objetivo comprender las vivencias sobre el post COVID-19 que construyen los pacientes adultos en la ciudad de Ambato.

La participación de adultos jóvenes y adultos maduros de la ciudad de Ambato en la investigación implica: Estas entrevistas se realizarán de manera presencial con cada participante. Cada una de ellas tiene una duración aproximada de 60 a 90 minutos. Estas entrevistas, previa aprobación de cada participante, serán registradas en una grabación para luego ser transcritas con fines analíticos. Sólo tendrán acceso a las grabaciones y transcripciones los miembros del equipo de investigación Vanessa Constante, Diana Garabí, Psi. Cl. Gabriela Abril Msg. y Psi. Cl. Veronica Labre Msg.

Con estos elementos en vista es que se solicita su consentimiento de participación, así como también se le asegura que la información que emerja de ella será absolutamente confidencial y sólo utilizada con fines académicos por el equipo de investigación del proyecto. Del mismo modo, es conveniente indicar que, durante el período de participación y ejecución del proyecto de investigación, se le solicitará aprobación de los análisis y conclusiones como una condición previa a cualquier tipo de publicación que se realice.

Si está de acuerdo con las siguientes condiciones, por favor firme el presente documento:

1. La participación en este estudio es absolutamente libre y voluntaria. Conviene indicar además que no presenta riesgo alguno para su integridad física y psicológica y que no conlleva costos económicos para los/as participantes. Asimismo, se plantea como beneficio la entrega de un informe detallado con los resultados y conclusiones de la

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.



investigación y sugerencias en caso de que los y las participantes deseen conocer más acerca de la investigación.

2. Existe plena libertad para negarse a participar en este estudio y a retirarse en cualquier momento de la investigación sin que ello implique ningún tipo de recriminación y/o sanción.
3. Las/os investigadoras/es del proyecto se comprometen a garantizar, todas las medidas de bioseguridad que resguarden la salud de los/as participantes y que eviten complejizar la crisis sanitaria actual. Para esto, deberán presentar: prueba cuantitativa de COVID-19 en estado negativo (plazo de 48 horas previas), carné de vacunación al día, kit de medidas de bioseguridad (mascarilla, visor, alcohol gel para lavado de manos, desinfectante de ambiente), y uso correcto de los elementos de protección personal. Estas medidas estarán previamente aprobadas por la Dirección de Investigación de FACHSA.
4. Todos los instrumentos de producción de datos que sean solicitados para proveer información relacionada con este estudio no contemplan gasto alguno para los/as participantes.
5. Cualquier pregunta que quiera realizar en relación con la participación en este estudio, deberá ser contestada por Vanessa Constante y Diana, investigadoras responsables del proyecto, al teléfono 0939224879 - 0995799372, o al mail vconstante2@indoamerica.edu.ec - dgarabi@indoamerica.edu.ec También puede contactarse con la tutora de esta tesis, Gabriela Abril, docente-investigador de la Universidad Tecnológica Indoamérica, cuyos datos de contacto son 0984059901 y gabril2@indoamerica.edu.ec.
6. El equipo de investigación se compromete a almacenar y resguardar la información recopilada en el curso del estudio a fin de cautelar y garantizar su confidencialidad.
7. Este consentimiento se firma voluntariamente sin que haya sido forzado/a u obligado/a. Se firmarán dos copias, de las cuales el/la participante debe conservar una.

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.



Desde ya le agradecemos su participación,



.....
Vanessa Constante
Investigador Responsable 1

.....
Nombre y Firma de Participante

.....
Diana Garabi
Investigador Responsable 2

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.



CONSENTIMIENTO INFORMADO

Título del Proyecto: Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

Investigadores Responsables: Constante Villacres Vanessa Lizbeth.
Garabí Jarrin Diana María.

Ambato, 6 de Julio de 2021

En el marco de la investigación titulada *Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato*, se ha invitado a adultos jóvenes y adultos maduros de la ciudad de Ambato a participar de una investigación que tiene por objetivo comprender las vivencias sobre el post COVID-19 que construyen los pacientes adultos en la ciudad de Ambato.

La participación de adultos jóvenes y adultos maduros de la ciudad de Ambato en la investigación implica: Estas entrevistas se realizarán de manera presencial con cada participante. Cada una de ellas tiene una duración aproximada de 60 a 90 minutos. Estas entrevistas, previa aprobación de cada participante, serán registradas en una grabación para luego ser transcritas con fines analíticos. Sólo tendrán acceso a las grabaciones y transcripciones los miembros del equipo de investigación Vanessa Constante, Diana Garabí, Psi. Cl. Gabriela Abril Msg. y Psi. Cl. Veronica Labre Msg.

Con estos elementos en vista es que se solicita su consentimiento de participación, así como también se le asegura que la información que emerja de ella será absolutamente confidencial y sólo utilizada con fines académicos por el equipo de investigación del proyecto. Del mismo modo, es conveniente indicar que, durante el período de participación y ejecución del proyecto de investigación, se le solicitará aprobación de los análisis y conclusiones como una condición previa a cualquier tipo de publicación que se realice.

Si está de acuerdo con las siguientes condiciones, por favor firme el presente documento:

1. La participación en este estudio es absolutamente libre y voluntaria. Conviene indicar además que no presenta riesgo alguno para su integridad física y psicológica y que no conlleva costos económicos para los/as participantes. Asimismo, se plantea como beneficio la entrega de un informe detallado con los resultados y conclusiones de la

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.



- investigación y sugerencias en caso de que los y las participantes deseen conocer más acerca de la investigación.
2. Existe plena libertad para negarse a participar en este estudio y a retirarse en cualquier momento de la investigación sin que ello implique ningún tipo de recriminación y/o sanción.
 3. Las/os investigadoras/es del proyecto se comprometen a garantizar, todas las medidas de bioseguridad que resguarden la salud de los/as participantes y que eviten complejizar la crisis sanitaria actual. Para esto, deberán presentar: prueba cuantitativa de COVID-19 en estado negativo (plazo de 48 horas previas), carné de vacunación al día, kit de medidas de bioseguridad (mascarilla, visor, alcohol gel para lavado de manos, desinfectante de ambiente), y uso correcto de los elementos de protección personal. Estas medidas estarán previamente aprobadas por la Dirección de Investigación de FACHSA.
 4. Todos los instrumentos de producción de datos que sean solicitados para proveer información relacionada con este estudio no contemplan gasto alguno para los/as participantes.
 5. Cualquier pregunta que quiera realizar en relación con la participación en este estudio, deberá ser contestada por Vanessa Constante y Diana, investigadoras responsables del proyecto, al teléfono 0939224879 - 0995799372, o al mail vconstante2@indoamerica.edu.ec - dgarabi@indoamerica.edu.ec También puede contactarse con la tutora de esta tesis, Gabriela Abril, docente-investigador de la Universidad Tecnológica Indoamérica, cuyos datos de contacto son 0984059901 y gabril2@indoamerica.edu.ec.
 6. El equipo de investigación se compromete a almacenar y resguardar la información recopilada en el curso del estudio a fin de cautelar y garantizar su confidencialidad.
 7. Este consentimiento se firma voluntariamente sin que haya sido forzado/a u obligado/a. Se firmarán dos copias, de las cuales el/la participante debe conservar una.

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.



Desde ya le agradecemos su participación,



.....
Vanessa Constante
Investigador Responsable 1

.....
Nombre y Firma de Participante

.....
Diana Garabi
Investigador Responsable 2

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.



CONSENTIMIENTO INFORMADO

Título del Proyecto: Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

Investigadores Responsables: Constante Villacres Vanessa Lizbeth.
Garabí Jarrín Diana María.

Ambato, 7 de Julio de 2021

En el marco de la investigación titulada *Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato*, se ha invitado a adultos jóvenes y adultos maduros de la ciudad de Ambato a participar de una investigación que tiene por objetivo comprender las vivencias sobre el post COVID-19 que construyen los pacientes adultos en la ciudad de Ambato.

La participación de adultos jóvenes y adultos maduros de la ciudad de Ambato en la investigación implica: Estas entrevistas se realizarán de manera presencial con cada participante. Cada una de ellas tiene una duración aproximada de 60 a 90 minutos. Estas entrevistas, previa aprobación de cada participante, serán registradas en una grabación para luego ser transcritas con fines analíticos. Sólo tendrán acceso a las grabaciones y transcripciones los miembros del equipo de investigación Vanessa Constante, Diana Garabí, Psi. Cl. Gabriela Abril Msg. y Psi. Cl. Verónica Labre Msg.

Con estos elementos en vista es que se solicita su consentimiento de participación, así como también se le asegura que la información que emerja de ella será absolutamente confidencial y sólo utilizada con fines académicos por el equipo de investigación del proyecto. Del mismo modo, es conveniente indicar que, durante el período de participación y ejecución del proyecto de investigación, se le solicitará aprobación de los análisis y conclusiones como una condición previa a cualquier tipo de publicación que se realice.

Si está de acuerdo con las siguientes condiciones, por favor firme el presente documento:

1. La participación en este estudio es absolutamente libre y voluntaria. Conviene indicar además que no presenta riesgo alguno para su integridad física y psicológica y que no conlleva costos económicos para los/as participantes. Asimismo, se plantea como beneficio la entrega de un informe detallado con los resultados y conclusiones de la

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.



investigación y sugerencias en caso de que los y las participantes deseen conocer más acerca de la investigación.

2. Existe plena libertad para negarse a participar en este estudio y a retirarse en cualquier momento de la investigación sin que ello implique ningún tipo de recriminación y/o sanción.
3. Las/os investigadoras/es del proyecto se comprometen a garantizar, todas las medidas de bioseguridad que resguarden la salud de los/as participantes y que eviten complejizar la crisis sanitaria actual. Para esto, deberán presentar: prueba cuantitativa de COVID-19 en estado negativo (plazo de 48 horas previas), carné de vacunación al día, kit de medidas de bioseguridad (mascarilla, visor, alcohol gel para lavado de manos, desinfectante de ambiente), y uso correcto de los elementos de protección personal. Estas medidas estarán previamente aprobadas por la Dirección de Investigación de FACHSA.
4. Todos los instrumentos de producción de datos que sean solicitados para proveer información relacionada con este estudio no contemplan gasto alguno para los/as participantes.
5. Cualquier pregunta que quiera realizar en relación con la participación en este estudio, deberá ser contestada por Vanessa Constante y Diana, investigadoras responsables del proyecto, al teléfono 0939224879 - 0995799372, o al mail vconstante2@indoamerica.edu.ec - dgarabi@indoamerica.edu.ec También puede contactarse con la tutora de esta tesis, Gabriela Abril, docente-investigador de la Universidad Tecnológica Indoamérica, cuyos datos de contacto son 0984059901 y gabril2@indoamerica.edu.ec.
6. El equipo de investigación se compromete a almacenar y resguardar la información recopilada en el curso del estudio a fin de cautelar y garantizar su confidencialidad.
7. Este consentimiento se firma voluntariamente sin que haya sido forzado/a u obligado/a. Se firmarán dos copias, de las cuales el/la participante debe conservar una.

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.



Desde ya le agradecemos su participación,



.....
Vanessa Constante
Investigador Responsable 1

.....
Nombre y Firma de Participante

.....
Diana Garabi
Investigador Responsable 2

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.



CONSENTIMIENTO INFORMADO

Título del Proyecto: Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

Investigadores Responsables: Constante Villacres Vanessa Lizbeth.
Garabí Jarrin Diana María.

Ambato, 8 Julio de 2021

En el marco de la investigación titulada *Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato*, se ha invitado a adultos jóvenes y adultos maduros de la ciudad de Ambato a participar de una investigación que tiene por objetivo comprender las vivencias sobre el post COVID-19 que construyen los pacientes adultos en la ciudad de Ambato.

La participación de adultos jóvenes y adultos maduros de la ciudad de Ambato en la investigación implica: Estas entrevistas se realizarán de manera presencial con cada participante. Cada una de ellas tiene una duración aproximada de 60 a 90 minutos. Estas entrevistas, previa aprobación de cada participante, serán registradas en una grabación para luego ser transcritas con fines analíticos. Sólo tendrán acceso a las grabaciones y transcripciones los miembros del equipo de investigación Vanessa Constante, Diana Garabí, Psi. Cl. Gabriela Abril Msg. y Psi. Cl. Veronica Labre Msg.

Con estos elementos en vista es que se solicita su consentimiento de participación, así como también se le asegura que la información que emerja de ella será absolutamente confidencial y sólo utilizada con fines académicos por el equipo de investigación del proyecto. Del mismo modo, es conveniente indicar que, durante el período de participación y ejecución del proyecto de investigación, se le solicitará aprobación de los análisis y conclusiones como una condición previa a cualquier tipo de publicación que se realice.

Si está de acuerdo con las siguientes condiciones, por favor firme el presente documento:

1. La participación en este estudio es absolutamente libre y voluntaria. Conviene indicar además que no presenta riesgo alguno para su integridad física y psicológica y que no conlleva costos económicos para los/as participantes. Asimismo, se plantea como beneficio la entrega de un informe detallado con los resultados y conclusiones de la

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.



investigación y sugerencias en caso de que los y las participantes deseen conocer más acerca de la investigación.

2. Existe plena libertad para negarse a participar en este estudio y a retirarse en cualquier momento de la investigación sin que ello implique ningún tipo de recriminación y/o sanción.
3. Las/os investigadoras/es del proyecto se comprometen a garantizar, todas las medidas de bioseguridad que resguarden la salud de los/as participantes y que eviten complejizar la crisis sanitaria actual. Para esto, deberán presentar: prueba cuantitativa de COVID-19 en estado negativo (plazo de 48 horas previas), carné de vacunación al día, kit de medidas de bioseguridad (mascarilla, visor, alcohol gel para lavado de manos, desinfectante de ambiente), y uso correcto de los elementos de protección personal. Estas medidas estarán previamente aprobadas por la Dirección de Investigación de FACHSA.
4. Todos los instrumentos de producción de datos que sean solicitados para proveer información relacionada con este estudio no contemplan gasto alguno para los/as participantes.
5. Cualquier pregunta que quiera realizar en relación con la participación en este estudio, deberá ser contestada por Vanessa Constante y Diana, investigadoras responsables del proyecto, al teléfono 0939224879 - 0995799372, o al mail vconstante2@indoamerica.edu.ec - dgarabi@indoamerica.edu.ec También puede contactarse con la tutora de esta tesis, Gabriela Abril, docente-investigador de la Universidad Tecnológica Indoamérica, cuyos datos de contacto son 0984059901 y gabril2@indoamerica.edu.ec.
6. El equipo de investigación se compromete a almacenar y resguardar la información recopilada en el curso del estudio a fin de cautelar y garantizar su confidencialidad.
7. Este consentimiento se firma voluntariamente sin que haya sido forzado/a u obligado/a. Se firmarán dos copias, de las cuales el/la participante debe conservar una.

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.



Desde ya le agradecemos su participación.



Vanessa Constante
Investigador Responsable 1

Nombre y Firma de Participante

Diana Garabi
Investigador Responsable 2

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

Anexo 2: Guión temático.

GUIÓN TEMÁTICO

Título del Proyecto: Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

Investigadores Responsables: Constante Villacres Vanessa Lizbeth.
Garabi Jarrin Diana María.

<p>Consideraciones preliminares (piensen en cómo enfocar la entrevista y la relación con el/la participante):</p> <p>Listado de ideas sobre cómo hacer mejor las entrevistas:</p> <p>Para la presente entrevista se deberá establecer un espacio adecuado para el desarrollo de esta, el cual deberá ser tranquilo, libre de distracciones y en donde el entrevistado se sienta cómodo; para la entrevista las entrevistadoras deberán mantener una buena postura y un buen lenguaje corporal, se mantendrá contacto visual con el entrevistado procurando que este no le resulte intimidante a la persona, utilizar un tono de voz normal y tranquilo.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Cómo te gustaría ser tratado? ¿Por tu nombre, de tú, de usted? ¿Me podría aclarar por favor? 2. ¿Hay algún tema en específico que antes de comenzar no quiera tocar? 3. La entrevista será presencial, en el lugar, día y hora que se acuerde con el entrevistado. 4. Las investigadoras acordaron vestir semiformal, porque es una instancia que así lo requiere. 			
Objetivos Específicos de Investigación	Preguntas de Generación (generales y abren/inician temas)	Preguntas de Profundización (específicas y profundizan temas)	Observaciones/Comentarios de investigadores/as
<p>OE1: Describir las vivencias sobre el post COVID en la temporalidad del diagnóstico y primeros síntomas que construyen pacientes adultos en la ciudad de Ambato.</p>	<p>Definir temas (3 temas, idea):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Cuáles fueron los primeros síntomas que le hicieron pensar que tenía COVID-19? 2. ¿Cómo se enteró que estaba contagiado de COVID-19? 3. Describa ¿qué sintió en el momento que se enteró que era positivo para COVID-19? 4. ¿Qué fue lo primero que hizo al momento de enterarse que estaba con COVID-19? 5. ¿Cómo reaccionaron sus seres queridos al saber que usted estaba contagiado/a? 	<ol style="list-style-type: none"> 2.1 ¿Después de cuánto tiempo de presentar los síntomas se hizo la prueba? 2.1¿Se hizo la prueba rápida o la prueba del hisopado? 3.1¿Cuánto tiempo duraron esos sentimientos? 3.2¿con el tiempo sintió que lo que sentía crecía o se desvanecía? ¿Y por qué? 4.1¿Y cómo fue su primer día sabiendo que estaba contagiada? 4.2¿Por qué decidió hacer eso? 	

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

		5.1¿Cómo se sintió con la reacción de ellos?	
OE2: Describir las vivencias sobre el post COVID en la temporalidad del curso de la enfermedad que construyen pacientes adultos en la ciudad de Ambato.	<ol style="list-style-type: none"> 1. ¿El hecho de estar enfermo afectó algún aspecto de su vida? 2. ¿Cómo describe usted el transcurso de la enfermedad ¿ 3. ¿Qué pensaba usted durante el tiempo en el que estuvo enfermo/a? 4. ¿Con quién vivió durante la enfermedad? 5. Describa las actividades que hacía en el transcurso de la enfermedad. 	<ol style="list-style-type: none"> 1.1 ¿Cómo afecto o de qué manera afecta a ese aspecto de su vida? 1.2 ¿Qué le motivaba en el transcurso de enfermedad, que pensamientos le generaban esperanza? 1.3 ¿qué pensamientos le generaban desesperanza? 1.4 ¿Le resultaba difícil realizar esas actividades? ¿Cuánto tiempo duro la enfermedad? 	
O3: Describir las vivencias sobre el post COVID en la temporalidad y superación de la enfermedad que construyen pacientes adultos en la ciudad de Ambato.	<ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Qué sentimientos presentó al momento de realizarse la última prueba? 2. ¿Qué fue lo primero que pensó al saber que su resultado ante la prueba fue negativo? 3. ¿Qué sintió al saber que ya no tenía la enfermedad? 4. ¿Qué hizo una vez que supero la enfermedad? 5. ¿Usted considera que la enfermedad le generó algún aprendizaje? 	<ol style="list-style-type: none"> 1.1 ¿El saber que había dado negativo que sentimientos le genero? 1.2 ¿Por qué le genero estos sentimientos? 1.3 ¿Considera que la enfermedad le trajo secuelas? 1.4 ¿Qué cambios pudo notar en usted tras la enfermedad? 1.5 ¿Por qué cree que cambio en eso? 1.6 ¿Considera que el transitar la enfermedad y generaron afectaciones emocionales hasta el día de hoy? 	

Sugerencias:

.....

.....

Nombre:

C.I:

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

<p>OE2: Describir las vivencias sobre el post COVID en la temporalidad del curso de la enfermedad que construyen pacientes adultos en la ciudad de Ambato.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. ¿El hecho de estar enfermo afectó algún aspecto de su vida? 2. ¿Cómo describe usted el transcurso de la enfermedad? 3. ¿Qué pensaba usted durante el tiempo en el que estuvo enfermo/a? 4. ¿Con quién vivió durante la enfermedad? 5. Describa las actividades que hacía en el transcurso de la enfermedad. 	<ol style="list-style-type: none"> 1.1 ¿Cómo afectó o de qué manera afecta a ese aspecto de su vida? 1.2 ¿Qué le motivaba en el transcurso de enfermedad, que pensamientos le generaban esperanza? 1.3 ¿Qué pensamientos le generaban desesperanza? 1.4 ¿Le resultaba difícil realizar esas actividades? 1.5 ¿Cuánto tiempo duro la enfermedad? 	
<p>O3: Describir las vivencias sobre el post COVID en la temporalidad y superación de la enfermedad que construyen pacientes adultos en la ciudad de Ambato.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Qué emociones presentó al momento de realizarse la última prueba? 2. ¿Qué fue lo primero que pensó al saber que su resultado ante la prueba fue negativo? 3. ¿Qué sintió al saber que ya no tenía la enfermedad? 4. ¿Qué hizo una vez que supero la enfermedad? 5. ¿Usted considera que la enfermedad le generó algún aprendizaje? 	<ol style="list-style-type: none"> 1.1 ¿El saber que había dado negativo que sentimientos le genero? 1.2 ¿Por qué le genero estas emociones? 1.3 ¿Considera que la enfermedad le trajo secuelas? 1.4 ¿Qué cambios pudo notar en usted tras la enfermedad? 1.5 ¿Por qué cree que cambio en eso? 1.6 ¿Considera que el transitar la enfermedad y generaron afectaciones emocionales hasta el día de hoy? 	

Sugerencias: Ninguna



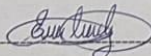
Nombre: Diana Carolina García

C.I: 1803962792

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

<p>OE2: Describir las vivencias sobre el post COVID en la temporalidad del curso de la enfermedad que construyen pacientes adultos en la ciudad de Ambato.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. ¿El hecho de estar enfermo afectó algún aspecto de su vida? 2. ¿Cómo describe usted el transcurso de la enfermedad? 3. ¿Qué pensaba usted durante el tiempo en el que estuvo enfermo/a? 4. ¿Con quién vivió durante la enfermedad? 5. Describa las actividades que hacía en el transcurso de la enfermedad. 	<ol style="list-style-type: none"> 1.1 ¿Cómo afecto en su vida cotidiana la enfermedad? 2.1 ¿Qué le motivaba en el transcurso de enfermedad? 3.1 ¿Qué pensamientos le generaban esperanza? 3.2 ¿Qué pensamientos le generaban desesperanza? 3.3 ¿Cuánto tiempo duro la enfermedad? 3.4 ¿Cuáles fueron los síntomas que más afectaron su salud? 5.1 ¿Le resultaba difícil realizar esas actividades? 	
<p>O3: Describir las vivencias sobre el post COVID en la temporalidad y superación de la enfermedad que construyen pacientes adultos en la ciudad de Ambato.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Cuál fue su reacción al realizarse la última prueba? 2. ¿Qué fue lo primero que pensó al saber que su resultado ante la prueba fue negativo? 3. ¿Cómo se sintió al saber que ya no tenía la enfermedad? 4. ¿Qué hizo una vez que supero la enfermedad? 5. ¿Usted considera que la enfermedad le generó algún aprendizaje? 	<ol style="list-style-type: none"> 1.1 ¿Qué sentimientos presentó al momento de realizarse la última prueba? 2.1 ¿El saber que había dado negativo que sentimientos le genero? 3.1 ¿Por qué le genero estas emociones? 3.2 ¿Considera que la enfermedad le trajo secuelas? 4.1 ¿Qué cambios pudo notar en usted tras la enfermedad? 4.2 ¿Por qué cree que cambio en eso? 5.1 ¿Considera que el transitar la enfermedad y generaron afectaciones emocionales hasta el día de hoy? 5.2 ¿Ahora qué piensa de la enfermedad y cómo afecto en su vida? 	

Sugerencias: Las preguntas se encuentran sometidas a posibles cambios, esto en caso de ser requeridas durante el desarrollo de la entrevista.



Nombre: Erika Katherine Carranza Garcés

C.I: 1805021670

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

adultos en la ciudad de Ambato.	<ol style="list-style-type: none"> 3. ¿Qué pensaba usted durante el tiempo en el que estuvo enfermo/a? 4. ¿Con quién vivió durante la enfermedad? 5. Describa las actividades que hacía en el transcurso de la enfermedad. 	<ol style="list-style-type: none"> 1.3 ¿qué pensamientos le generaban desesperanza? 1.4 ¿Le resultaba difícil realizar esas actividades? ¿Cuánto tiempo duro la enfermedad? 	
O3: Describir las vivencias sobre el post COVID en la temporalidad y superación de la enfermedad que construyen pacientes adultos en la ciudad de Ambato.	<ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Qué sentimientos presentó al momento de realizarse la última prueba? 2. ¿Qué fue lo primero que pensó al saber que su resultado ante la prueba fue negativo? 3. ¿Qué sintió al saber que ya no tenía la enfermedad? 4. ¿Qué hizo una vez que supero la enfermedad? 5. ¿Usted considera que la enfermedad le generó algún aprendizaje? 	<ol style="list-style-type: none"> 1.1 ¿El saber que había dado negativo que sentimientos le genero? 1.2 ¿Por qué le genero estos sentimientos? 1.3 ¿Considera que la enfermedad le trajo secuelas? 1.4 ¿Qué cambios pudo notar en usted tras la enfermedad? 1.5 ¿Por qué cree que cambio en eso? 1.6 ¿Considera que el transitar la enfermedad y generaron afectaciones emocionales hasta el día de hoy? 	

Sugerencias:

Tanto objetivos, preguntas de generación y de profundización son claves y claras, ya que permitirán llevar a cabo la investigación cualitativa, la misma que comprende conceptos, opiniones o experiencias, así como datos sobre experiencias vividas, emociones o comportamientos, con los significados que las personas les atribuyen.



Firmado electrónicamente por:
MARIA AUGUSTA
LOPEZ LOYOLA

Nombre: María Augusta López L.

C.I: 1803439262

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

Anexo 3: Cronograma del trabajo de integración curricular.

CRONOGRAMA DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

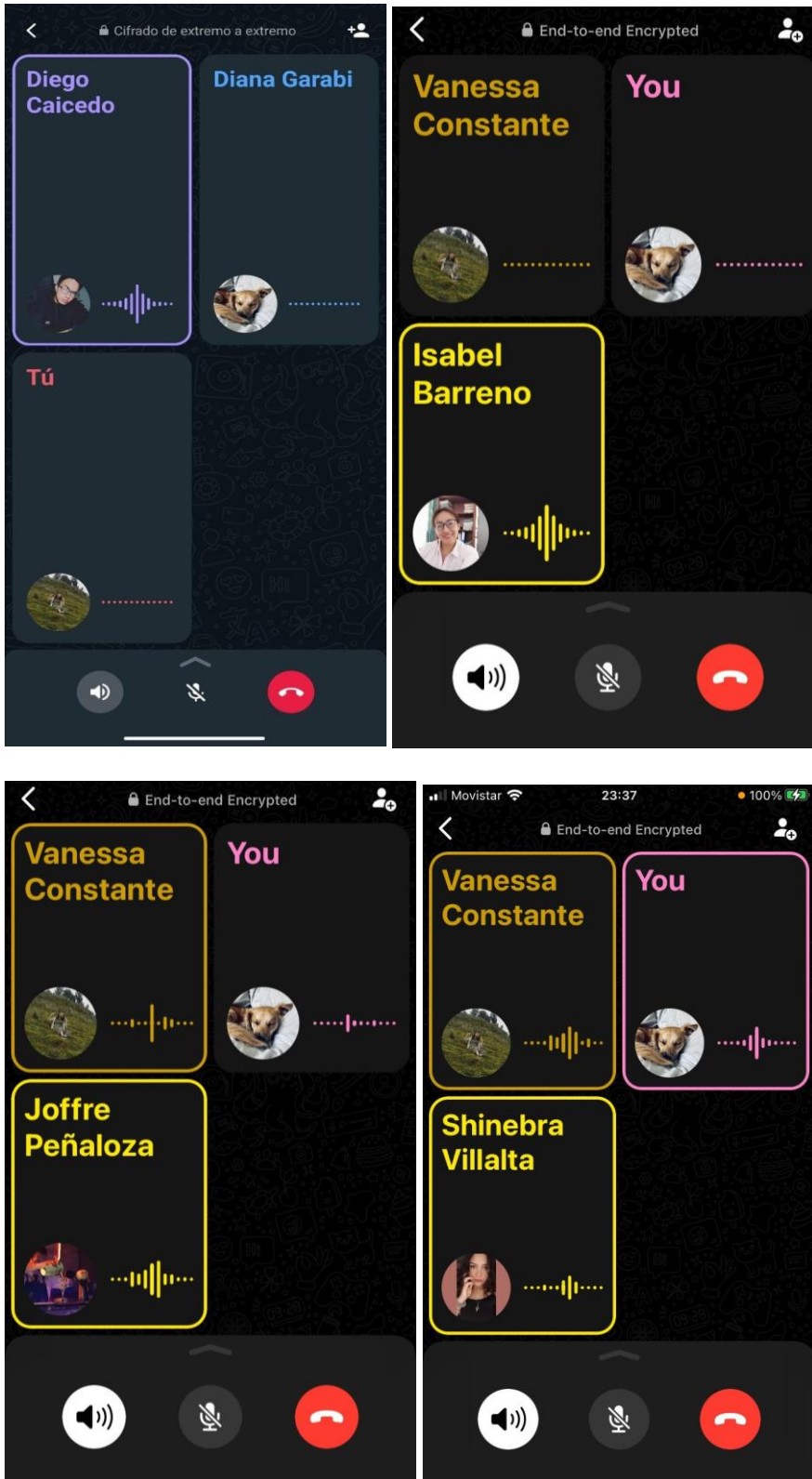
Título del Proyecto: Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

Investigadores Responsables: Constante Villacres Vanessa Lizbeth.
Garabi Jarrin Diana María.

Actividad	Responsable(s)	Materiales	Semana 20-06	Semana 27-06	Semana 04-07	Semana 11-07	Semana 18-07	Semana 25-07	Semana 01-08	Semana 08-08
Aplicación de encuestas	Vanessa Constante Diana Garabi Gabriela Abril	PC Guin temático Bibliografía								
Análisis de datos	Vanessa Constante Diana Garabi Gabriela Abril	PC Datos de entrevistas Bibliografía								
Elaboración informe de resultados	Vanessa Constante Diana Garabi Gabriela Abril	PC Bibliografía Instrumentos								
Discusión y conclusión	Vanessa Constante Diana Garabi Gabriela Abril	Resultados PC Bibliografía								
Elaboración de informe final	Vanessa Constante Diana Garabi Gabriela Abril	PC Bibliografía								
Entrega de tesis	Vanessa Constante Diana Garabi Gabriela Abril	PC Word								

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

Anexo 4: Entrevistas de participantes.



Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

Anexo 5: Transcripción de entrevistas.

Entrevista

Diego Caicedo

Hola, muy buenas noches, Diego. Cuénteme ¿Cómo se encuentra el día de hoy?

Bien, bien muchas gracias ¿y ustedes?

Bien, bien, bien y con mucho frío.

Sí, sí, hace mucho frío, yo recién vengo del trabajo y ya no podía más con el frío.

Sí, es verdad.

En especial a las noches hace mucho más frío.

Si.

Si, incluso ahora hay muchas personas que está enfermado con gripe, pero, pero bueno, es cuestión de la temporada.

Si yo igual sigo con un poco de tos así.

Y usted ¿no se ha enfermado?

Si estuve con un poco de gripe hace unas dos semanas, pero tengo un poco de tos, pero ya me siento mejor.

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

Qué bueno que se encuentre recuperándose este clima que nos tiene a todos listos para enfermedades.

Sí, sí, gracias a Dios estoy bien.

Bueno, que para empezar con nuestra entrevista nos gustaría de antemano decirle que muchas gracias por este tiempo y el espacio que usted nos ha brindado, porque comprendemos que usted viene después de su jornada laboral y esto significa mucho para nosotras, para y para el proceso de todo nuestro trabajo. Así que queremos agradecerle y antes de empezar con nuestra entrevista, nos gustaría que nos comente cómo le gustaría a usted ser tratado si por su nombre de tu o usted, coméntenos por favor.

Con mi nombre Diego o de usted, no hay ningún problema igual gracias a ustedes por hacer este tipo de trabajos que en realidad ayudan bastante a la sociedad, entonces estoy presto para ayudarles en lo que sea.

Muchas gracias. Bueno, también nos gustaría saber si es que existe algún tema en específico que usted no quisiera tocar.

Mmm... no, no, no habrá ningún problema, tal vez en el transcurso de la entrevista tal vez les mencione que trate de evitar algo, pero por el momento no hay, todo bien.

De igual manera, recordarle que, bueno, el principal objetivo que tiene esta entrevista es poder comprender las vivencias sobre el post COVID-19 que construyeron los pacientes adultos en la ciudad de Ambato. De igual manera, recordarle que toda la información que sea recolectada durante el transcurso de toda la entrevista es de carácter confidencial. El mismo que se encuentra detallado en el acuerdo confidencial, al cual accedió y firmó previo a la ejecución de esta entrevista. Así que se encuentra listo para comenzar la entrevista.

Sí, sí, claro.

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

Ya, muy bien, cuéntenos un poco sobre ¿cuáles fueron los primeros síntomas que le hicieron pensar que tenía COVID-19?

Tenía un poco de malestar, tenía me dolía el cuerpo, me dolía la cabeza, me molestaba la luz y un poco de tos igual.

¿Después de cuánto tiempo de presentar esos síntomas, se realizó algún tipo de algún tipo de prueba?

A los tres días casi fue enseguida, porque como era en esta etapa en la que el COVID estaba en el punto más alto, aún no se había las vacunas. Obviamente me asusté y a los tres días máximo me fui, fui a hacerme la prueba para ver si tenía COVID o no.

¿Qué prueba se tipo de prueba se realizó?

Un hisopado, porque esa era la más efectiva.

Y ¿qué sintió al momento de realizarse esa prueba?

Dolor, malestar porque era bien incómoda, era bien incómoda esa prueba, pero sabía que esa era la más efectiva.

Por favor, nos podría describir ¿qué sintió en el momento en el que se enteró que era positivo para COVID?

Me asusté porque, como les digo, era el punto más alto en los contagios de COVID. No había la cura, solo habían rumores de tal vez alguna medicina, pero no, no había. No se sabía en realidad como es. Entonces me asusté bastante fuerte, había bastante gente conocida que habían fallecido. Entonces sí, estaba muy asustado, la verdad.

Y ¿cuánto tiempo duraron esas emociones que nos menciona?

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

De las tres semanas que tal vez pasé enfermo sí, unas dos semanas puede haber sido que estuve asustado hasta poderme controlar un poco.

Y durante ese tiempo, ¿qué fue lo primero que hizo al momento de enterarse que estaba contagiado con COVID-19?

Encerrarme y empezar a tratar de tranquilizarme para pensar que pueda una cura que lo que estaba tomando eso me iba a aliviar.

Y cuéntenos un poco de ¿cómo fue su primer día, sabiendo que estaba contagiado?

Asustado, llevaba tratando de tener una mente positiva, pero a la vez buscando salidas de plan. O sea, escuchar música, no sé, hacer alguna actividad que me ayude a distraerme. Pero el malestar y el miedo no me permitía hacer nada.

Y bueno, me mencionó algo sobre los pensamientos positivos. ¿Cuáles eran esos pensamientos positivos que usted tenía en ese momento?

De esperanza, porque a la vez que gente, había gente que luchaba contra eso. Había gente que ya había pasado. Entonces trataba de saber, de saber que yo era una de esas personas que no estaba tal vez muy avanzado y que no tenía una fuerte cantidad de virus así.

Con relación al miedo. Miedo a que específicamente, ¿cuáles eran los pensamientos que le causaban miedo?

O sea, en ese tiempo era como lo más popular, se puede decir de entrar a UCI, aún si ese tipo de cosas. Entonces me daba miedo que me tengan que internar que oxígeno o incluso de la muerte.

Y ¿cuénteme cómo reaccionaron sus seres queridos al saber que usted estaba contagiado?

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

Igual peor ósea porque o sea, porque ni siquiera podían acercarse o verme para para poder saber cómo estoy, o sea también para ellos era complicado saber que estoy enfermo y no poder ayudarme de alguna manera, igual me daba full miedo porque se veía en las noticias que habían personas que iban caminado y de desvanecían o se morían entonces no se me daba miedo ir a la cocina y quedarme muerto o inconsciente tirado en la sala o en algún lado y que no me encuentren.

Y ¿cómo se sintió usted con la reacción de ellos?

Mal, obviamente, porque no podía verles, no podía tener contacto con ellos. Igual verles preocupados también hacía que yo tenga miedo de que me asuste más.

Ahora ¿cuéntenos el hecho de estar enfermo afectó algún aspecto de su vida?

Si, en lo laboral y igual con la familia, con mis seres queridos, tuve que dejar el trabajo de mi mente igual en clases de la universidad. No tenía ánimos ni siquiera de levantarme o conectar la computadora, o el teléfono o lo que sea. Cualquier cosa me molestaba. Entonces sí hizo que me aleje un poco de mis responsabilidades y de mi familia.

Y cuénteme, Diego, ¿cómo describe usted el transcurso de la enfermedad?

Mmm, desesperante. Pero como esta enfermedad tenía sus altos y bajos, entonces había veces en que tal vez me sentía bien y tenía un poco más de ánimo pensando en que ya me iba a pasar a eso, pero otra vez recaía. Entonces si era algo, me daba mucha angustia saber que cómo iba a amanecer al siguiente día o si ya iba a estar bien.

Y cuénteme, ¿por cuánto tiempo pasó usted confinado o aislado?

Por tres *semanas* más. Por tres semanas pasé ya.

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

¿Y qué lo motivaba en el transcurso de la enfermedad, en el tiempo del que estuvo separado de su familia? No podía ir al trabajo y no, bueno, como nos menciona, no podía o no sentía ganas de entrar a las clases de la universidad. ¿Alguna motivación en ese tiempo?

Sí, sí, obviamente tenía la motivación de mi hijo de escucharle, de verle y también el apoyo de mi novia, que siempre estuvo pendiente, pendiente de cómo estaba.

Nos comenta que usted pasó tres semanas confinado durante ese tiempo. ¿Usted qué pensaba?

En como me contagié en que momento y no sé pensar en qué iba a ser cuando iba a salir, tal vez.

Usted ¿por qué cree que se contagió o por qué considera que se llegó a enfermar?

Lo que pasa es que por mi trabajo que entregaba a domicilio. Tal vez pudo ser que tuve contacto con alguna persona que estaba contagiada o con el dinero que recibía o no sé, en algún momento de mi trabajo pienso que era, que fue, que me contagié, porque en esas épocas había mucha gente contagiada y no sabía que estaba contagiado.

Claro, incluso había muchos casos de los que se contagiaban por el dinero. Entonces, claro, si entendemos.

Si incluso a veces tenemos muchas teorías de cómo nos pudimos haber contagiado, que es muy confuso tener una razón fija, porque en realidad este virus sí se dispersó por todos lados y era incluso muy fácil contagiarse sin que nosotros sepamos o por más que nos cuidemos ustedes. Durante el tiempo que se enfermó, ¿con quién vivió o con quién vivía?

Vivía solo. La única persona que me dejaba la comida en la puerta y después yo salía a ver era mi mamá. Pero yo. Yo vivía en un departamento solo.

con relación a las actividades que realizaba mientras estaba transitando la enfermedad. ¿Qué actividades realizaba, por ejemplo?

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

Escuchaba música, veía videos, hablaba con mi novia, escribía canciones, cualquier cosa que me ayude a distraerme de lo que estaba pasando.

¿Usted tal vez durante el tiempo en el que taba contagiado revisaba noticias o redes sociales?

Si, si veía, pero después de un tiempo decidí dejar de ver porque las cifras aumentaban, las cifras de muerte, de contagios, de camas que ya no habían disponibles, si si me daba miedo.

Y al ver o enterarse de estas noticias ¿Cuál o cuáles eran sus mayores fuentes de información?

Principalmente las redes sociales, porque bueno era lo que más consumía en ese momento la verdad

Claro, y considerando eso que ¿cuáles fueron los síntomas que más le afectaron a usted, lo que más le impedían hacer este tipo de cosas?

El malestar.

¿Qué sentía?

No sé, que me dolía todo y aparte, como el miedo también de saber que estoy con COVID.

¿Qué se siente tener COVID, qué pensaba en realidad? Y además ¿cómo fue el momento más crítico de la enfermedad para usted?

Ósea si había esos días en los que ya no podía mas y no se ya no podía ni ni acomodarme en la cama no podía respirar me asustaba decía como que ya me va a faltar el aire ya no voy a

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

poder respirar pero o sea a la vez de la enfermedad era el miedo que también causaba eso que no pueda respirar bien que no tenga como esa tranquilidad de saber que estoy controlado si era bien fuerte

¿De pronto algún día llegó a llorar por la impotencia?

Si, así pasó unas tres cuatro veces.

¿qué pensamientos le hacían llorar?

De que ya no iba a salir de que todo iba a ser no iba a haber ningún efecto en los medicamentos que estaba tomado.

Nos podría contar un poco sobre el peor día que usted recuerde de la enfermedad el día que en verdad a usted le haya marcado.

A ver hubo un día en el que tenía un litro de agua ahí en mi velador y en la noche no podía descansar y tenía mucha mucha tos, qué me desesperaba tenía que tomar empecé a tomar mucha agua eehusaba el mentol para ponerme en la garganta en la nariz en la cabeza en el pecho, he asustado porque como que sentía que me faltaba el aire y cuando tú ves en esa ocasiones es cuando cuando me asuste mucho porque no podía respirar por completo sentía que respiraba hasta un límite y de ahí no podía no podía tener más aire entonces eso sí me asusto mucho y, y justo paso en la noche o sea que ni siquiera quería como molestar a mi mamá que en ese caso si estaba pendiente de mi y trataba de salir solo de esa crisis tal vez pudo haber sido porque a la vez que estaba mal estaba con miedo y pues esa anoche sí fue cuando llore y estaba ahí en la cama sin saber qué hacer

Y ¿Quién fue su apoyo en ese momento?

Mi novia, yo dije eso sí no puedo molestarle a mi mamá le voy a llamar a mi novia y nada empecé a hablar con ella, ahí ella me empezó a ayudar un poco al tranquilizarme a relajarme para para poder manejar ese esa crisis de esa tiempo de la enfermedad de una mejor manera.

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

Cuéntenos ¿Qué hizo para poder tranquilizarlo en ese momento de crisis?

Hablar de los casos que habían pasado las demás personas, de lo que habían sufrido de que esto puede servir si haces, tal vez respira de esta manera, no sé hablar de otras cosas ver una película alguna cosa que me alejarme de ese momento que estaba pasando.

Y de pronto usted nos comenta que de cierta manera una motivación para usted era poder verle a su hija no ¿en algún momento o se pudo comunicar con tu hijo y qué sentimiento le provocaba el hecho de hablar con él?

sí sí hablaba con él por video llamada y como que él me hablaba muy muy tranquilo no, o sea sin entender aún mucho la situación de lo que estaba pasando, pero yo de igual manera no podía mostrar mi lado de estoy mal, estoy enfermo entonces tuve que mostrarme fuerte, mostrarme que todo está bien para que mi hijo no no no tenga esa miedo, esa tristeza puede ser y de una otra manera el hecho de actuar como que esté bien me ayudaba a estar tranquilo.

Claro, si entendemos.

¿Qué emociones presentó después de cuánto tiempo se pudo realizar la prueba? La última prueba

después de los tres de las tres semanas más o menos, que fue el tiempo que pasé aislado.

Y usted decidió realizarse la prueba por cuenta propia, o tal vez estaba llevando algo o ya se estaba haciendo tratar con algún médico.

Sí, sí, un médico me estaba tratando. Entonces él me puedo decir que ya en ese en ese tiempo que ya había pasado, podía ser que ya pasé la enfermedad, entonces que era una fecha indicada para hacerme la prueba.

Y cuéntenos un poco de ¿cómo fue ese tratamiento médico?

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

Recibía medicina natural y aparte era obviamente paracetamol. Así lo típico que sabían dar porque en realidad no había ninguna cura específica y fueron remedios naturales que estaban a la moda, se puede decir que estaban en ese tiempo.

Y cuénteme Diego, ¿qué fue lo primero que pensó al saber que su resultado ante esta última prueba fue negativo?

Felicidad, tranquilidad mía y de mi, de mi familia, porque todas esas tres semanas que estoy así, si fueran complicados para todos. Entonces cuando supe que era negativo, ya pude estar tranquilo, podía estar en contacto con mis familiares, con las personas que yo quiero y poder de esta forma ir sintiéndome que ya entre a la realidad.

y nos menciona que sintió tranquilidad, ¿por qué sintió tranquilidad?

Porque ya no tenía el miedo de que tal vez me iba a internar de morirme o contagiar a alguien más.

Listo, entonces ¿usted pudo retomar sus actividades que realizaba con anterioridad al momento o le costó trabajo volverse a adaptar?

Al principio me daba miedo, pero después fue con el que me di cuenta de que a la final ya tenía los anticuerpos y ya había pasado. Entonces ya no le tenía tanto miedo como el principio de la enfermedad y pude hacer todas mis actividades. Tal vez a la semana que se fue ese miedo que tenía.

Al inicio usted nos comentaba un poco sobre cómo fue su primer día como contagiado al enterarse que tenía la enfermedad de COVID-19. Ahora nos gustaría que nos comente ¿cómo fue el día en el que se enteró que esto era negativo. ¿Qué emociones presentó en el camino antes de realizarse la prueba?

Tenía miedo antes de hacerme la prueba. Pero obviamente, a la vez tenía que la esperanza y el sueño prácticamente de que me digan no ya está negativo, entonces en el momento en que

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

ya me dijeron que ya no tenía COVID. Si fue distinto todo obviamente si tenía miedo de que haya secuelas de ese tipo de cosas. Que qué se rumoreaba que pasaban. Y bueno, a la final yo creo que sí, que un par de secuelas, porque hasta la tengo como que tos y ese tipo de cosas así, pero. Ya no, ya no tuve tanto ese miedo después.

Y precisamente hablando de secuelas, aparte de la tos, ¿considera que tiene tal vez alguna otra secuela. ¿Tal vez a nivel físico, psíquico, emocional?

Yo pienso que para. Como para poder respirar normalmente sí. A veces siento que. Siento que hay alguna dificultad cuando me agito o cuando no sé, tengo alguna ansiedad. Puede ser para cualquier tipo de situación que se presente.

¿Qué situaciones le podrían generar ansiedad actualmente, tras haber vivido esta enfermedad?

Tal vez enterarme de que algún familiar sufre de la misma enfermedad que yo pasé, o saber la pérdida de algún amigo cercano o simplemente estrés laboral o este tipo de cosas que pasan habitualmente.

Cuénteme, ¿usted considera que el transcurso o el hecho de vivir la enfermedad le generó algún aprendizaje?

Sí, a no subestimar la enfermedad, porque en ese tiempo yo decía tal vez es algo que nunca va a llegar y no me va a dar. Y después de pasar por todo ese tiempo que fue complicado. Obviamente sí, si me enseña a no subestimar las cosas en general.

¿Qué cambios pudo notar en usted después de haber transitado la enfermedad? ¿De pronto no se puede ser cambios en su conducta? ¿Presentó alguno de esos aspectos o cambios en sus pensamientos o de pronto, cómo considera ahora en la vida después de la enfermedad?

Yo creo que me dio más seguridad como para afrontar cualquier problema que se venga y también como disfrutar cualquier de cualquier momento al máximo cada día como si fuera

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

el último. Porque en realidad nadie creía que esta enfermedad iba a llegar hasta esta hasta acá y darnos a nosotros. Y si, como le digo, aprovechar cada día al máximo con el que fuera el último.

Pues si es verdad, esta enfermedad se veía como algo tan lejano como todo mundo pensaba de cómo puede llegar a nuestro país, pero sin embargo llegó y causó un gran efecto en toda nuestra sociedad. Tuvimos que hacer varios cambios en nuestras vidas. Cambios que permanecen hasta el día de hoy incluso. Pero, y ahora ¿Usted qué piensa sobre esta enfermedad y el cómo afectó a su vida?

Yo creo que esta enfermedad a la final, después de tantos rumores y tantas noticias. Yo creo que al final fue un virus creado para para, no sé, eliminar un poco de gente del mundo de la verdad, yo creo que esa maldad en el virus, pero. Eso es lo que más me enseñó. Así que cada día hay que vivirlo al máximo y ser feliz aprovechando las oportunidades que se presenta.

Es de pronto dentro de su familia, ¿aparte de usted a alguien más se contagió de COVID-19?

¿Un tío? Una tía fue la que la pasó más mal, en realidad. Ella fue sí tuvo que usar oxígeno, ese tipo de cosas. Y obviamente, tras haber pasado esa enfermedad, sabe lo que es, lo que puede estar pasando, incluso incluso peor. Entonces, si solo ella creo en mi familia.

Una vez que salieron las vacunas tuvo miedo de pronto porque habían muchas especulaciones de que las vacunas enfermaban mas o nacían teorías de que tenían un microchip ¿Qué pensaba usted de las vacunas?

O sea, osea lo que sea a si sea para mi era una salvación, que nos inyectaran cualquier cosa me hacían pensar que yo era inmune a este tipo de enfermedad.

¿Qué fue lo primero que pensó al momento de recibir su primera dosis?

Que ya no me iba a dar nunca mas COVID.

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

Y ¿le volvió a dar después o ya no?

No tengo idea la verdad, si he tenido un poco de gripe o de tos pero ya no tengo idea de si es COVID o no y nunca me volví a hacer una prueba para saber si era COVID o no.

Claro, bueno también muchos de los síntomas se agudizaron y por eso considero que no se hizo la prueba después.

Si incluso algunas de la funciones que cumplen estas vacunas es la de minimizar los síntomas.

Y usted actualmente con ¿cuántas dosis de la vacuna cuenta usted?

Con las tres dosis y la verdad es que ya estoy averiguando para ponerme la cuarta, que no se sirva de algo a la final, pero igual.

Alguna de estas dosis ¿le provocó algún tipo de reacción a usted o causo algún tipo de efectos secundarios?

Si, la primera dosis si no mal recuerdo tuve un poco de mareos, vómito incluso en el trabajo yo pensé que si iba a poder desenvolverme de una correcta manera, pero tuve esos síntomas y no fue así.

¿Cómo fue el proceso después de curarse de la enfermedad?

O sea, como le dije había días en los que estaba bien había días de los que estaba mal, entonces siempre había ese miedo de saber cómo iba a estar al siguiente día.

¿Su última prueba igualmente fue un hisopado?

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

No, no fue una prueba de sangre.

Y el día que usted acudió a realizarse la prueba fue acompañado?

Sí de mi mamá

¿Cómo se sintió ella o como la vio usted al ver que el resultado era negativo?

Feliz igual que yo al saber que ya había superado esa enfermedad que estaba atacando, entonces igual tranquilidad de saber que ya estoy bien.

y luego de salir de realizarse la prueba ¿a dónde se dirigieron?

A desinfectar la casa en la que yo vivía, porque todo el ambiente de ley estaba lleno de ese virus.

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

ENTREVISTA

ISABEL BARRENO

Buenas noches, señora Isabel.

Buenas noches mijita, como esta está

Bien, muchas gracias.

Nuestro tema de tesis es las vivencias en adultos post COVID-19 aquí en la ciudad de Ambato. Y qué es lo que buscamos con esta? Con este proceso de nuestro trabajo de integración curricular es comprender las vivencias de las personas que han tenido COVID en la ciudad de Ambato. Bueno, para entender un poco más del proceso, no desde el hecho de enfermar, el transitar la enfermedad y la cura, entonces bueno, primero nos gustaría presentarnos.

Yo soy Diana Garabi y mi compañera es Vanessa Constante y también quisiéramos conocerle a usted, un poquito de usted, sus nombres completos, su edad de pronto, a qué se dedica? Cuántos hijos tiene todo eso? Porfavor

Mi nombre es Isabel Barreno. Tengo 53 años, soy empleada pública, trabajo en el GAD Municipalidad de Ambato, soy casada, tengo tres hijos, los cuales todos son mayores de edad.

Listo. En el proceso de esta entrevista me gustaría saber cómo le gustaría que le tratemos por su nombre, de tú o de usted. ¿Me podría decir eso, por favor?

Como ustedes se sientan cómodas, mijita, pero yo preferiría que me llamen por mi nombre.

Lista Isabel. Entonces. Bueno, ante todo recordándole que la información que se va a recolectar durante el transcurso de la entrevista es de carácter totalmente confidencial. El mismo que se encuentra detallado en el acuerdo de confidencialidad.

Muy bien.

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

Listo entonces, para empezar con las preguntas, empezaríamos con bueno, en este proceso del COVID, ¿qué le hizo pensar que tenía COVID?

La verdad, no. Nada me hizo pensar que tenía COVID cuando tuve los síntomas, yo pensé que era una gripe común y corriente, pero ya cuando me revisó la doctora ella me dijo no, esto es COVID. Sin embargo, de eso me mandaron a hacer el examen de COVID y a los tres días me detectaron que en realidad era COVID.

Ya, y en este examen ¿Qué tipo de examen se hizo? De pronto se hizo isopasado, la prueba rápida, la prueba de sangre.

La PCR

Y ¿cuáles fueron estos primeros síntomas que nos menciona?

Los primeros síntomas. Me dolía mucho la espalda, tenía fiebre, dolor de cabeza, lagrimeo, estornudos. Entonces uno piensa que es el trancazo, pero no piensa que va a ser COVID. Y como éramos los primeros pacientes, incluso había un médico que todavía no sabían cómo tratar éramos como que con el experimento, porque nosotros, a mí cuando me dio COVID todavía no tenía ninguna vacuna. Entonces sí fue un poco complicada la situación, con mucho susto, porque escuchabas en todas partes de que las personas que habían estado con COVID, algunas de ellas habían fallecido. Entonces, lo que más te da ese miedo es que tu también puedes ser una de esas personas que puedes fallecer y estás con él, con el miedo de que todavía tienes hijos que están en la universidad, que la familia depende de ti y que, qué va, qué va a ser de ellos. Entonces es en la verdad. Y cuando a mí me dio el COVID yo tenía muchas inseguridades que dando gracias a Dios no permitió que pasara a mayores. Y ahora puedo darles la entrevista.

Claro, si comprendemos habían muchas personas, incluso se asustaban tanto que después ya no querían salir de la casa.

Así es.

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

Isabel, cuéntenos un poco sobre ¿cuándo le dio COVID?, ¿durante qué mes?

El 17 de junio del 2020 y estuve cuarenta y un días en cuarentena, la verdad yo sí estuve en cuarentena y ya no me iba a hacer ver la doctora porque la doctora sí, en realidad sí le monitoreada. A mí si me monitoreaba la doctora y me mandaba a hacer muchos exámenes de sangre porque como que tenía algún problema en la sangre o de los trombos y eso, entonces ella estaba muy pendiente. Obviamente la doctora cuando me revisaba me decía no me decía que yo estaba con problemas, me decía ya vamos a salir, ya falta poco, pero ya al final la última, a la última consulta que yo asistí ahí me dijo la verdad tuve mucho miedo que me pasara que no podría salir con usted, pero ahora estoy muy contenta porque ya logramos salir.

Y sí, sí, en verdad ese era el objetivo que teníamos muchos al momento que nos dio esta enfermedad, que era desconocida, que vino de tan lejos, que parecía tan lejana que cómo podría llegar a Ecuador?

Pero sin embargo aquí estuvo y nos afectó a muchos, que nos puso en duda de que saldremos de esta, no saldremos más. Lo que pasaba en las noticias y todo eso incrementaba el miedo. Isabel ¿El día que usted se fue a realizar su primera prueba para saber si tenía COVID, fue a realizarse acompañada o fue sola?

Mmm, no la prueba en del COVID me vinieron a hacer aquí en la casa.

¿Y usted cómo se sintió al momento que se enteró que era positiva para COVID 19?

Vera hija, la verdad, el 17 de junio yo ya no me fui a trabajar, pero ya me mandaron del trabajo. Fui donde la doctora y ahí no había tanta facilidad para hacerse rapidísimo el PCR, entonces usted tenía que coger un turno para poder, que le vengán en hacer la prueba del COVID, no, entonces la prueba del COVID. Entonces a mí, recién me hicieron la prueba el, el día miércoles y yo hasta ese entonces estaba con los síntomas, pero no, no, no, era casi que problema era que usted tenía como una simple gripe y tenía la esperanza de que no sea COVID hasta el último. Y cuando me llegó el examen, ya que me decía que yo ya tengo COVID, me mandaron al correo. Era el sábado y el día sábado. Yo prácticamente estuve media normalita, pero ya el domingo me dolía todo. O sea, es una enfermedad tan psicológica que te afecta tanto. Ya me cogió, me cogió todos los dolores y ya me sentía super mal que ya no quería comer y ya así era.

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

Y por cuánto tiempo diría que duraron todas esas emociones que sentía?

Mija dura, bueno, voy a hablar con mi hijo en la segunda semana que yo estuve, estaba bastante delicada porque yo no comía nada, solo tenía fiebre, creo que fueron unos tres días bien complicados, pero claro, obviamente estaba con la medicación y monitoreada de la doctora. Entonces el yo creo que lo peor que nos pudo suceder a esos pacientes que éramos como experimentos de los mismos médicos, era que nos mandaban a encerrar. Sí, entonces nosotros qué hacemos cuando una persona está encerrada solo piensa en lo mismo, lo mismo y lo mismo, entonces éramos yo, Yo ahora pienso que es lo peor que nos pudieron hacer, que de pronto usted se mantiene ocupada, está pensando en otra cosa, en su mismo trabajo, que también creo que viene a ser como una terapia, pero no sea usted lo único que hace es pensar en la enfermedad, no? Entonces ya la tercera semana es que yo pensaba yo ya estoy bien, pero no, la tercera semana me dio taquicardia y tuvieron que ponerme oxígeno. Y usted sigue pensando no, ya pasan los días y no mejoro. Claro, entonces sí era algo complicado, porque a mi familia en realidad aquí me dio a mí y a mi hija, pero a ella como muy jovencita. Entonces ella tuvo en realidad como una fuerte gripe, pero nada más. Y a mi esposo y a mi otro hijo no les dio COVID, a pesar que estábamos aquí y todo, pero ellos como que sus defensas eran mejores y ellos no les dio COVID. Y claro, posteriormente a mi hijo sí ya le cogió el COVID, pero él ya estaba vacunado ya. Y no, no, no, no tuvo mayores consecuencias.

Claro, y con lo que nos mencione que había pensamientos que usted tenía constantes, ¿qué pensamientos tenía? O sea, ¿qué pensamientos le inundaban en ese momento en el que usted estaba en crisis?

Yo pensaba que todavía tenía deudas, que mis hijos todavía están en la universidad, que no los voy a poder ayudar si en el caso yo llegara a faltarles. Y esa era mi preocupación más grande, que va a ser de ellos como van y cómo se van a alimentar, porque mi esposo estaba sin trabajo, entonces era complicado, mijita. Yo creo que eso es lo que más te hace daño, la preocupación a parte de lo que estás con la enfermedad del COVID que todavía no sabían cómo tratar, entonces yo era un poco y era complicado mijita, si, pero ya le digo. Luego hubo un rato que en realidad me apegué un poco más a nuestro Señor Jesucristo y empecé a rezar, a pedirle a la Virgen porque soy creyente, soy católica y empecé a cambiar mi pensamiento. Entonces cada que me venía un pensamiento negativo decía no, salte de mi mente porque yo voy a salir.

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

Claro, entonces entendí que una parte como su apoyo fue también su religión, no pegarse a rezar y de cierta manera tener fe en él en el proceso en el que estaba pasando.

Sí mijita si, ya le digo yo, la última semana dije No, yo tengo que salir, no puedo, no puedo dejarles, así mi familia. Y también sentía que, que yo todavía quería vivir y que empecé a rezar. Empecé a sacar los pensamientos negativos de mi mente y empecé a escuchar cosas positivas y cada que me venía pensamientos negativos, pues me ponía a rezar y decía no, hoy voy a rezar el rosario, le voy a pedir a Dios que me ayude y ahí ya empezó. No sé si ya estábamos completando el ciclo de la enfermedad o Dios y la Virgencita me ayudó.

claro, y al referirnos como a la primera etapa de su enfermedad específicamente, ¿qué fue lo primero que hizo el momento de enterarse que usted estaba con COVID? Comprendo que usted vive con su familia, con sus hijos. Entonces, ¿qué fue lo primero que usted hizo al recibir esa esa noticia, no?

Bueno, no, nunca, la verdad. Desde el primer día que la doctora me dijo para mí usted tiene COVID antes de saber los resultados del examen PCR, ella me mandó a aislarme, no, pero ya con el resultado que tenía COVID era como que con más seguridad que no, no, que no están a mi lado. Y también era complicado para ellos porque igual tenían que darme la comida. De pronto en el baño que usaba nadie más podía entrar. Sí, eso era lo lo primero que se toman medidas más estrictas.

Claro, y con relación a lo que le dijeron sus familiares, su esposo, sus hijos, ¿qué le dijeron a usted cuando ellos supieron que tenía COVID?

Bueno, mi esposo me dijo no pasa nada, ya tenemos que seguir, hacer el tratamiento y continuar porque ya le ha tocado y ahora tiene que comer, tiene que alimentarse bien, tiene que estar tranquila, positiva. Pero una cosa es decir y otra cosa es pasar.

Claro ¿Y sus hijos qué le dijeron?

A los ocho días que yo tuve COVID, una de mis hijas le dio COVID como le antes y le dije anteriormente, ella también estaba aislada en la otra habitación, usábamos las dos el mismo

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

baño, pero ella era así como que no, no, no, no tuvo así como que mucho a mucha preocupación precisamente por la por la por su edad. Entiendo yo por su. Por su responsabilidad. De pronto eso es lo que yo pienso, no? Porque quizás ella estaba pensando. Mi mamá no está muy bien y también se expresaba un poco más, pero eso es lo que yo prácticamente estoy pensando, no? Porque ella pudo salir más rápido.

Claro, entendemos que la edad es algo, pues cuando se enferma de COVID es algo importante para el proceso. Y ahora vamos a tratar un poquito más específicamente de en sí el proceso. Se podría decir que el transcurso centro de la enfermedad. Para esto vamos a realizar algunas preguntas como ¿el hecho de estar enferma afectó algún aspecto de su vida y en qué nivel?; Aquí nos gustaría que nos detalla específicamente, por ejemplo, en su trabajo, como realizaba su trabajo si no lo realizaba la interacción con su familia. Quizás que otros familiares conversen con usted por llamada en. En realidad, toda la interacción de su vida cotidiana ¿Cómo cambió?

Pero a miya en realidad en el trabajo no tuve ningún inconveniente porque en ese entonces nos daban los permisos de acuerdo con los certificados médicos. Entonces no asistí ni un solo día al trabajo. Regresé a mi trabajo a los cuarenta y un días. Cuando mi examen fue negativo COVID, En cuanto a con mi familia, la verdad, ellos cada que me llamaban lloraban mucho y se ponían como que muy triste mi familia y mis hermanos. Ellos se ponían muy tristes, entonces también me hacían llorar a mí. Entonces mi esposo les dijo que por favor no me llamen porque yo no puedo estar así con esas tristezas y que cualquier cosa le pregunten a él, es prácticamente con ellos. Ellos se manifestaban conmigo haciéndome llegar fruta y comida. Así varias cosas que uno sabe que la familia está pendiente, ¿cuál era otra pregunta?

en general, cómo le afectó a su vida cotidiana. Es decir, de pronto la interacción con su hijo, como nos comentó que su hija también había enfermado, pero ¿qué pasó con su hijo? ¿Qué hacía su hijo mientras usted estaba con la enfermedad?

A mi hijo, la verdad, ellos son como tampoco es que podían salir tanto, no, pero ellos. Mi hijo era el que siempre iba a comprar la medicación, estaba pendiente de que ya mami, no hay frutas de ir a comprar las frutas y mi esposo es el que en realidad me atendió porque él cocinaba, él investigaba en el internet. ¿Qué más me puede dar de comer, que me va hacer bien, que no debo comer? Y bueno, en realidad en esos en ese tiempo uno se valora mucho, la familia se da cuenta que quizás estuvo cometiendo errores y que al fin de los finales los, La familia es la que siempre está al lado de uno.

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

Claro, eso sí, si es verdad, no más que todo usted que pasó todo su proceso con su familia es de cierta manera se valora mucho más el espacio y el tiempo, incluso el cariño, que quizás uno no se daba cuenta, pero en esos aspectos uno se hace más consciente de todo lo que tiene. Si Isabel, ahora ¿cómo usted nos describiría el transcurso de la enfermedad?

Aver la primera semana fue así como que una gripe, un trankaso, pero a raíz de que ya yo me enteré que tenía COVID la segunda semana y la tercera semana si me sentía bien mal, no quería comer. O sea, pero no es porque no quería, sino en realidad porque no tenía apetito. se siente tan mal que tú no tienes apetito. Y aparte de eso. Bueno, yo soy una persona delgada y aparte de eso quedé más delgada. Porque como debías tomar más de dos litros de agua diarios y aparte de eso, caliente. O sea, era bastante complicado. Ya a la tercera semana. Es que yo ya me empecé a sentir un poco perdón en la cuarta semana y ya me empecé a sentir un poco mejor. Pero ya cuando me dieron el alta y me sentía débil porque ya tenía que regresar a mi trabajo, pero si me sentía débil, sentía que me mareaba, que era algo que usted decía cuando voy a volver a ser una persona como era antes, así como el estar, caminar y no agitarse e subirse un bus o un taxi sin el miedo de que le puede volver a, se puede volver a contagiar también con tranquilidad, a hacer las compras o a visitar a su familia. Porque usted tiene ganas de visitar a su familia, pero también tiene miedo de que de pronto ellos puedan estar contagiados y que usted se vuelva a contagiar. Entonces era un proceso que. Yo no se lo deseaba a nadie y ahora considero que las vacunas es lo mejor que nos puede pasar y que tendríamos que siempre estar atentos a las disposiciones del Gobierno en cuanto a las utilización de las vacunas para los seres humanos.

Claro, y tomando en cuenta esto que nos menciona de su proceso, no nos menciona también que la, bueno que usted se aferró bastante a la oración y que esa fue una motivación para usted para salir de la enfermedad. Aparte de esta motivación, ¿cuál fue otra de sus razones para querer salir de la enfermedad? ¿Que quizás en los días más grises o en los días más difíciles le hacían pensar o le empujaban a sentirse mejor?

Mi familia, mis hijos, mi esposo. Y aferrarte a que todavía tienes cosas pendientes por hacer.

También nos mencionaba que habían algunos pensamientos negativos específicamente y puntualizados, No nos podría decir, por ejemplo, en cuando yo estaba en los días más más difíciles de la enfermedad, yo algún día lloré y pensé que me iba a morir y yo quizás ahí perdí la esperanza. Entonces a ese aspecto nos referimos.

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

He. La verdad, no recuerdo si había llorado miya. Lo que sí recuerdo es que me sentía super mal y yo pensaba que, yo también puedo ser una de las personas que fallezcan por esta enfermedad. entonces usted se deprime mucho y se deprime mucho por la debilidad que siente ese momento. Creo que es los momentos más cruciales de la enfermedad y, Se siente mal, pero yo creo que todavía estamos por algo aquí y también, si depende de la actitud de uno, de querer salir, querer salir de ésta.

Claro, y más que todo, pues el hecho de que en el momento en el que usted enfermo, pues era un momento en el que no se tenía tanta facilidad, facilidad como para las medicinas,

quizá se acababan las medicinas y el hecho cómo me parece muy interesante. ¿Usted veía noticias,

usted revisaba las redes sociales y veía acerca de los casos? ¿Y qué le generaba esto?

Al principio sí veía las noticias, veía las redes sociales no, pero después me di cuenta de que se me estaba haciendo daño. Entonces dejé de ver noticias, dejé de ver las redes sociales, es más, dejé de ver películas tristes, me ponía a ver el Chavo del 8, me ponía a ver Cantinflas, cosas así que me hagan reír porque en realidad solo me decía que me ponía a ver películas tristes y esto es lo que hacía llorar y eso me afectaba. Entonces ya dejaba incluso no estar mucho tiempo en el teléfono.

Nos podría describir cuáles eran las actividades que realizaba en el confinamiento. No nos comentó que usted había pasado 41 días en cuarentena. Entonces es un tiempo bastante largo que por lo general una persona, dos o tres o cuatro días en su casa ya se siente como encerrada, frustrada. ¿Qué hacía usted durante estos 41 días en cuarentena?

Sí, la verdad. Era del cuarto al baño y del baño al cuarto. No hacía algo más, porque ya le digo que la segunda es la tercera semana. Era un poco bastante complicada y ya en la cuarta semana ya la doctora me empezó a mandar unos ejercicios. Yo tenía que hacer los ejercicios para que pueda expulsar la flema, tenía que hacer ejercicios de para mejorar la la respiración, endurecer el pulmón. Entonces me dedicaba hacer eso, y caminaba también porque no tenía que caminar, así sea dentro de la habitación, tenía que caminar por lo menos una hora diaria. Entonces dentro de la habitación tenía que caminar al cuarto en el en la habitación cuadrada, tenía que hacerlo y claro, y ya así hasta que ya me tocó salir. Entonces era como que que lindo es valorar la naturaleza, el aire puro.

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

Claro. Y estas actividades que usted nos menciona, no los ejercicios que le había mandado su doctora le resultaban difíciles o fáciles. ¿Hasta qué punto? Comprendo que dentro de la segunda y tercera semana al inicio puede resultar un poco difícil, no? ¿Qué fue lo que usted sintió cuando realizaba estas actividades?

Fue prácticamente ya la cuarta semana que empecé a hacer los ejercicios miya, porque yo le digo la segunda y la tercera semana era no tenía ganas de nada y ya comía. Era porque aquí mi esposo me obligaba a que coma ya, pero ya en la tercera, en la cuarta semana que ya me sentía un poco mejor, empecé hacer los ejercicios dando gracias a Dios. Tengo un hijo que es mi fisioterapeuta entonces él me grababa unos videos y me decía así tienes que hacer los ejercicios mami. Y entonces yo veía esos videos como yo tengo que hacer los videos para que pueda expulsar la flema y entonces ya mi marido también me ayudaba, me decía así y yo hacía los ejercicios y me agitaba, no, claro, pero ya después ya se iba, como que avanzando un poquito más ya no me demoraba mucho y sentía que si podía expulsar la flema. Y así ya fue miya.

¿Y durante este proceso usted sintió cambios con relación a sus horas de dormir? ¿De pronto insomnio? ¿Y esto en que le afectó?

Eso pasó únicamente en la segunda y tercera semana y a partir de la cuarta semana. Yo ya. Podía dormir normalmente me acostaba ya con las pastillas, después de media hora de haber tomado las pastillas, me acostaba y tranquilamente podía dormir hasta el otro día, hasta las 7 de la mañana.

Ah, bueno, ahora hablaremos un poco más sobre el proceso final de la enfermedad. Ya el final en el que usted quizás ya se realizó la prueba le dio negativo. Entonces, por favor, ¿cuál fue su reacción al ente al revisarse la última prueba?

Ehm. La verdad, si uno se pone contento porque si le dicen ha generado anticuerpos, ya usted está de alta le dice la doctora y usted ya puede ir a trabajar. Entonces usted si se siente muy contenta porque dice puedo salir, todavía estoy aquí, voy a continuar con mi familia, les voy a seguir apoyando. Y bueno, sigue teniendo sueños.

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

Claro, ¿Qué sentimientos presentó al momento de realizarse la última prueba? Una vez que le dio el negativo, ¿qué fue lo primero que pensó? Lo primero quizás. Ok, voy a ir en este momento. Me voy a ir a la casa y voy a abrazar a todos mis hijos. ¿O qué fue lo que usted hizo?

O sea, lo primero que se me vino a mi mente fue Gracias, Dios mío, yo sabía que tú no me vas a fallar. Y después de eso ya estaba al lado de mi esposo y dijo ya ves, ya pasó y de ahí ya llegué acá y todos también estaban contentos, se alegraron que ya estaba yo bien, entre comillas, porque no es que te queda bien y que bien debilitado, si. Y una vez que se fue, ya, ya me tocó ir al trabajo y y en el trabajo también, no te vuelven a preguntar con lujo de detalle. Quiere que les digas cómo pasó porque también quieren ellos saber no. Entonces era como que volvías a revivir lo que pasó. Y raro también en el proceso del COVID Si tenía muchos compañeros que te llamaban, que te escribían, que te subían el ánimo, que siempre estaban diciéndote que están con las oraciones, entonces sí, a pesar de todo, la enfermedad, que es un poco bastante complicada, no un poco. Nosotros. Nos sentimos respaldados de nuestros amigos, de nuestros compañeros y sobre todo de la familia.

Pues sí, lo más importante, en cualquier situación que nos encontremos es siempre recibir ese apoyo por parte de los seres que más queremos. Y es verdad que, y más en estos momentos, que en realidad era una crisis a nuestra salud. Ese sentir, ese apoyo nos alentaba a salir adelante, porque si no creo que nos hubiésemos hundido más en la enfermedad. Y no solo físicamente, sino también psicológicamente. Ahora háblenos un poco sobre ¿cómo se sintió usted al saber que yo no tenía la enfermedad?

Alegría, aliviada. Uno se siente aliviado, se siente tranquilo, pero. ¿Y qué más le podría decir? Pues eso.

De pronto sus familiares, como nos mencionaba, que también sus hermanos le llamaban y todo, en ¿qué momento usted volvió a tener contacto con sus familiares? Porque como nos mencionó su esposo les dijo que no le llamen, que eso le afectaba.

Ya, cuando ellos me llamaban yo tenía la voz muy ronca, pero yo no me he dado cuenta de eso porque ellos son los que me escuchaban. Entonces ellos dicen que escuchaban que mi voz era diferente y por eso ellos lloraban, porque decían que mi hermana está mal. Entonces yo le decía pero no llores porque estás llorando. Pero porque yo no me escuchaba, ellos son

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

los que me escuchaban la voz. Entonces, ya después, ya cuando yo ya me sentí mejor, entonces yo ya en mi ya me llamaban yo y hablaba con ellos y ellos ya se pusieron ya, ya feliz porque ya sabían también que yo estaba mejorando y después porque todavía yo tengo a mi mamita que tiene 96 años. Entonces mi mamita yo ya le hablé a ella nunca le dijeron que yo tenía COVID y ella había estado muy triste porque dice que decía porque mi hija no me quiso ver y a cuántos días estaba ya cuando ya yo ya me sentía bastantito mejor y me fui donde mi mami. Recién ahí le dijimos sabes que no mamita, no vine porque estaba enferma, estaba con COVID. Entonces ahí me dice pero no me han avisado. Le dije cuando mamita, es que no queríamos preocuparle. Pero ya ha de ver sido como los tal vez como a los 50 días y yo la otra vez me reencontré con ellos.

Claro, ahora ¿usted considera que la enfermedad le trajo algún tipo de secuelas?

Sí, miya sí. Me quedé con una secuela que es la gastritis por la medicación que me tuvieron que dar. Creo que era muy fuerte, pero yo necesitaba esa medicación.

Ya, por lo que entendemos, usted me hacía tratar con un médico particular, ¿verdad?

Si.

Y bueno, ¿las recetas que le daba a usted eran costosas?

Si miya.

Y usted, en ese momento ¿se encontraba en las posibilidades de poder pagar la receta?

Dando gracias a Dios y mi hijo. Sí, sí, pude hacerlo.

Además de las recetas que le enviaba a su médico, ¿usted tal vez utilizaba algún tipo de remedios naturales?

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

Si se estaba utilizando algunos remedios naturales, como las vaporizaciones y esas cosas también, eh? Tomaba el propóleo y un medicamento también que dijeron que era de un doctor de rayos, pero creo que eso no me hizo bien.

Y dentro de bueno. ¿Por qué no acudió al sistema público de salud?

Pues sinceramente mijita, porque en el IEES se escuchaba que había mucha gente y que daba miedo porque decían que llegan al IEES y muy pocos salen entonces. Por eso no asistí, pero si hubiera estado en una situación diferente, pues me hubiera tocado ir allí.

Claro, y a nivel psicológico, en realidad, usted ¿qué afectaciones nos podría mencionar que tuvo? Por ejemplo, hay personas que han presentado como miedo patológico al miedo intenso, a salir de la casa y si salían tenían que salir bien protegidos, incluso más de lo que hacían antes. De pronto aislarse, aunque ya pasó la enfermedad, se seguían aislando. ¿Qué tipo de afectaciones presentó usted?

Vera hija, la verdad, si al principio yo fui más protegida. De antes de que me diera el COVID, pero en realidad lo hacía bien, porque cuando yo recién salió del COVID yo tenía anticuerpos y debía haber ido protegida, pero así normal, no con una mascarilla nada más. Sin embargo, usábamos visores, usábamos gorras para no protegerte, para protegerte, más bien dicho. Ya, pero yo no creo que lo que mejor me hizo es regresar al trabajo, tratar de hacer una vida normal. Claro, al principio, si tuve miedos, si tuve miedo de volver a contagiarme. Pero no, después me di cuenta que lo mejor que uno puede hacer es. Hay que salir y hacer una vida normal.

Claro y bueno, con relación a volver a retomar la vida, no la cotidianidad. ¿Qué cosas considera usted que disfruto más?, Porque de pronto uno cuando no tiene una enfermedad así o cuando uno pasa por un cuadro así, tan crítico, uno no disfruta tanto de las cosas. Pero cuando ya pasa, empieza a valorar más, no? ¿Qué cosas valoro más después de la enfermedad?

A la familia ósea vemos nosotros más bien dicho en mi caso, si quería estar con ellos los sábados, los domingos, salir aunque sea a alguna parte donde no haya mucha gente o ir a tomar aire puro y, Disfrutar a lo más que se pueda.

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

Bien, usted ¿considera que esta enfermedad le generó algún aprendizaje?

Por supuesto.

¿Cómo cual nos podría hablar un poco más sobre él?

Si lo enseña uno a valorar la vida, le enseña a uno a ser Tolerante, Tolerante con la familia, porque no solamente usted necesita darles lo que ellos requieren para su vida diaria, sino también necesita darles más cariño, más atención y que sepan que siempre la mamá va estar al lado de ellos.

Claro, sobre todo porque nos menciona que usted mantenía el hogar, no su esposo se quedó sin trabajo y más que todo, pues de ese peso que tenía usted y el estar enferma, yo creo que era muy frustrante.

Así es.

Listo y con relación a, por ejemplo, ¿qué piensa hoy de la enfermedad? Ahora que ya tenemos varias medidas como son las vacunas, tenemos ya un tratamiento más, ¿más específico? No, porque cuando recién empezó esto del COVID nadie sabía qué hacer. Ni siquiera los doctores sabían en realidad cómo tratar esto. Ahora, ¿usted qué piensa del COVID y de la situación actual en la que nos encontramos?

Ahora debemos tomarlo al COVID como una gripe, tengo COVID pero hay que tener en la mente que es una gripe.

Claro. Y usted qué opina de Quizás lo que estamos viviendo ahora, que ya la gente no se cuida, pero que los casos han aumentado. En general, usted que ha llegado a pensar ya que usted ha tenido, pues ha pasado la enfermedad en general. ¿Qué piensa de todo este, este de estos dos años de pandemia?

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

Considero de que sabemos que la mortalidad ha bajado por la utilización de las vacunas. Y deberíamos seguir teniendo cuidado. Enfrentar con las medidas de seguridad.

Sí, porque esto es un virus que sigue latente en nuestra sociedad, que todavía no se termina, que sigue presente de que algunos tal vez sean asintomáticos y por eso digan que tal vez ya no existe, que no pasa nada, pero no, esto sigue aquí. Ahora Isabel nos gustaría que nos converse un poco. Al inicio habíamos hablado sobre cómo fue su primer día al enterarse que estaba contagiado. Ahora nos gustaría que nos cuente un poco sobre su. El primer día en el que dio negativo para COVID. ¿Cómo fue su rutina todo el resto de la semana también?

Bueno, el resto de la semana. Creo que por decirle yo tenía ya los 41 días, como le dije, y al siguiente día de que me dio positivo, yo ya tenía que regresar a mi trabajo. perdón negativo. Yo tenía que ir a recuperar mi trabajo. Entonces yo ya regresé a mi trabajo y me tocó trabajar miya.

Ah, ya. Y de ahí tal vez mantuvo alguna rutina que mantenía durante la enfermedad, por ejemplo, seguía realizando los ejercicios de respiración, de precautelo realizar más actividad física.

Si miya, de paso, que todavía creo que no recuerdo si sí, pero a mi me daba si me daba miedo de subirme en el bus, de coger taxi, entonces como mi trabajo es a unas 10 cuabras de mi casa, yo iba a pie y regresaba a pie.

Ya después de estar contagiada referente a esto o ¿qué fue lo primero que pensó cuando tal vez se subió a un medio de transporte público?

Ósea allá cuando ya estuve negativa. La verdad, cuando ya salí negativa, pasó mucho tiempo para subirme a un transporte público

y aun así sentía que tenía sentimientos de miedo. ¿Tal vez le causaba ansiedad de que tal vez me pueda volver a contagiar aquí?

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

Es por eso que no utilizaba ni los buses ni los taxis porque decía no, yo me voy a pie, madrugo un poquito, pero me voy a pie y regreso a pie igual. Y ya cuando tenía tiempo me iba al Parque de las Flores y hacía un poco de ejercicio, pero no, no cogía transporte.

Ya usted ¿qué le podría decir a una persona que está contagiada de COVID? ¿Qué consejo le daría?

Le diría que esté tranquila, que no pasa nada, que tome la medicación y ya tiene las vacunas y que no se preocupe.

¿Y quizás qué le diría a una Isabel del pasado después de todo este proceso? ¿Que le consejos se daría usted en ese en ese momento, no?

Un consejo le daría a la Isabel del pasado en cuanto a la enfermedad, a todo el proceso de enfermedad, sabiendo que ahora, ahora ya está todo normal, que usted salió.

¿Qué le diría a esa Isabel que estaba en su punto crítico y que quizás no sabía qué hacer?

Que la esperanza es lo último que se pierde, ya que hay que confiar siempre en Dios y que sabemos que la familia es la que siempre va a estar a tu lado y también los amigos no, porque si hay ciertos amigos que están en las buenas y en las malas,

Claro, y bueno, para terminar esta entrevista, nos gustaría que nos dé una conclusión sobre todo lo que hemos hablado hoy. Quizás las emociones más relevantes, las emociones positivas, negativas, sentimientos. ¿Y en qué le ha servido eso para ahora en su vida no?

Bueno, que a pesar de que el COVID es una enfermedad que ha causado daño a muchas familias, también nos ha enseñado a valorar a nuestra propia familia y también a valorarte uno mismo y también hacer un poco más conscientes en cuanto al medio ambiente aprender

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

a seguir adelante. No y que los seres humanos nos adaptamos a todo, porque incluso en la pandemia nos tuvimos que adaptar a trabajar en pandemia, a estudiar en pandemia. Todo podemos hacerlo Los seres humanos con la ayuda de nuestro Señor Jesucristo. Porque los seres humanos fuimos creados para eso, para luchar y salir adelante.

Claro, y también contemplar esto, que no existen limitaciones más que en la que uno mismo se ponga, no? Como nos comentaba, hizo muchísimas cosas durante su proceso de COVID que en realidad hay personas que quieren, que se dan o se sumergen en un huequito en el que no, no pueden salir. ¿Qué les diría a esas personas?

En la vida hay solo una y que debemos luchar en esa vida. Claro que existen personas que tienen vicios como el tabaco. Y si lo pueden dejar.

Claro, y tomando en cuenta esto, antes de que usted se enferme de COVID, ¿llevaba un estilo de vida en el que se contemplaba el ejercicio, comía de manera saludable o no?

Eh, bueno, le podría decir que si se comía de manera saludable, pero si se exageraba también en las carnes rojas, que el ejercicio no era muy continuo. Pero yo creo que en la enfermedad he enseñado muchas cosas, incluso a ser un poco disciplinados en lo que tiene que ver en el ejercicio, en la alimentación, en la hidratación.

Claro, y ahora ¿su estilo de vida como es?

También es el estilo de vida de hoy, es diferente.

¿En qué aspectos?

Salgo a caminar. Me alimento mejor. No como azúcar, lácteos muy poco. Carnes rojas también se ha disminuido Y sobre todo. Creo que la actitud que se tiene para la familia es diferente.

Listo, entonces en realidad le agradecemos muchísimo por su tiempo, bueno comprendemos que el contar y volver a revivir esta, pues esta historia, esta parte de su vida en la que usted

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

pasó muchas veces puede ser un poco doloroso o de alguna manera también enorgullece. No, por qué.

Así es.

Porque se ve que siempre estuvo ahí pendiente en la lucha para salir. Bueno, al final quisiéramos escucharle a usted sobre quizás ¿qué tal le pareció la entrevista en todo lo que le hemos preguntado, no?

Vera hija, la verdad, me ha parecido una entrevista muy agradable porque me ha hecho recordar. Momentos que al principio me parecieron muy desanimante, ahora me doy cuenta de que todo lo que nos pasa en la vida es por algo que todo lo que pensamos que es malo nos enseña. Cosas muy buenas.

Muchísimas gracias. Muchas gracias, Isabel, por toda la información que nos ha brindado el día de hoy, porque en realidad a nosotras nos resulta de mucha utilidad y es muy importante para nosotros. ¿Cómo se desarrolló toda esta entrevista? ¿El cómo usted se desenvolvió? Pues agradecerle e incluso felicitarle por los buenos hábitos que ha tomado a pesar de después de una experiencia tan difícil como fue enfermarse por COVID. Pero también nos alegra ver esa esperanza que usted mantiene de seguir adelante y seguir luchando con los suyos y para los suyos. Así que le agradecemos de todo corazón el tiempo que nos brindó en esta noche y esperar que se cuide porque está mucho frío. También los casos siguen creciendo, pero decirle eso que se cuide mucho y muchísimas gracias.

a ustedes, mijita les vaya bien, a ustedes también. Muchas gracias.

muchas gracias, muchas gracias. Nos veremos en un próximo momento.

Okay.

Hasta luego, Que pase bien, linda noche.

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

Muchas gracias de igual manera.

Entrevista

Joffre Peñaloza

Hola, ¿cómo estás?

Bien

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

Bueno como ya te habíamos comentado esto es un trabajo para nuestra tesis no y el tema en el que nosotros nos hemos enfocado es en las Vivencias De las personas adultas post-COVID en la ciudad de Ambato y nuestro objetivo principal, es bueno comprender las vivencias estas personas en el transcurso de toda la enfermedad es por eso es que tú eres un participante importante para esta investigación, bueno empecemos primero porque nos cuentes un poquito de ti no cómo te llamas nombres completos de edad en que trabajas.

Bueno, mis nombres completos son Joffre Mauricio Peñalosa Flores, tengo 33 años, de profesión soy Chef bartender, al momento bueno trabajo con mi marca Guaytambito, trabajo lo que es el servicio de catering y coctelería.

Ya, bueno nosotras nos vamos a presentar, bueno a mi ya me conoces yo soy Diana Garabi y mi compañera es Vanessa Constante, bueno primero coméntame ¿cómo te gustaría que te tratemos? de tu usted o por tu nombre.

De tu está bien no te preocupes.

Bueno ante todo mencionarte que toda la información que nos proporciones o que nos des en esta entrevista va a ser son la utilizada solamente para fines académicos y de investigación, cómo está descrito en el consentimiento informado, bueno entonces ahora vamos a empezar con las preguntas de entrevista

¿Cuéntanos qué te hizo pensar que tenías COVID?

En este caso en los síntomas que tuve, yo empecé con un poco de gripe y de tos un poco de tos con flema, entonces por el mismo el hecho de mi trabajo me saben dar lapsos frecuentes entre de tos y gripe, entonces me empecé a inyectar penicilina y me inyecté tres dosis de penicilina, pero no veía mejoría, entonces al tercer día cuarto día no sentía mejoría, empecé con fiebre, empecé con dolor de cuerpo, dolor de espalda y ya recurrí a hacerme una tag de pulmones.

¿Después de cuánto tiempo de presentar estos síntomas de hiciste la prueba del COVID?

Exactamente, a ver, como a los cuatro días

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

¿Qué prueba te hiciste?

La del hisopado y el tag de pulmones

¿Cuéntanos al momento que te dieron el resultado de la prueba que pues fue positivo que sentiste en ese momento?

Bueno en este caso, bueno en el isopado ya salí positivo pero en el tag tenía una fuerte afectación en los pulmones tenía una afectación de un 10% más o menos.

¿Y que sentiste al recibir la noticia?

O sea un poco de preocupación, pensé por todas las noticias mas qué se escuchaba hasta ese entonces de cómo era la enfermedad y todo y un poco de nostalgia también, y se podría decir un poco de iras con uno mismo del no tener el cuidado necesario para no contagiarte en este caso.

¿Y cuando tiempo duraron estas emociones de nostalgia que tú nos mencionas, también de preocupación?

Fue por ejemplo en la mañana yo me hice el examen ya, ya en la tarde todo eso ya me aísle en la casa y ya estaba más tranquilo, porque mas ya no podía hacer tampoco no (risa del entrevistado) .

Claro y ¿entonces qué fue lo primero que hiciste después de qué te enteraste ir a la casa de pronto llamar a algún familiar tuyo qué fue lo que hiciste?

Bueno en este caso un primo mío es doctor, acá en Ambato y estaba al tanto esperando los resultados al igual que mi hermano que también es doctor es radiólogo, entonces ya con los

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

resultados, pues ya me vinieron ya mi primo me vino a ver acá en la tarde a eso de las seis de la tarde más o menos ya me traía la medicación y demás.

Ya y bueno con el tiempo después bueno entiendo que tú fuiste a tu casa ¿en tu casa con quien vivías o vivías solo?

En mi casa en la parte alta vive mi mamá, mi madre.

¿Que medidas tomaste al recibir la respuesta positiva, te aislaste?

Claro, si yo me aíse acá en el segundo piso en mi cuarto, dando gracias a Dios en esas épocas mi mami ya tenía ya la segunda dosis de la vacuna, entonces no no le dio a los ocho días igual se hizo una prueba a mi mamá y le había salido negativo.

¿En qué fecha te contagiaste de COVID?

Creo que fue en un evento, yo tuve, yo tenía un servicio de coctelería, Y yo creo que fue ahí ajá o sea más o menos tirando las cuentas y demás.

En la primera semana que estuviste aislado ¿Qué tipo de emociones presentaste al inicio de de la enfermedad?

Más o menos desde que inicié con los síntomas hasta después de qué tenía el resultado unos tres días después, tenía tos, tos con flema tenía, una tos fuerte, tenía fiebre.

¿Quizás emociones de tristeza, angustia, desesperación, ansiedad por el hecho de estar pues aislado?

No no lo único que se presentó era un poco de nerviosismo así un poco de angustia, fue cuando me dieron el resultado que salió positivo.

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

Con el pasar del tiempo estas emociones ¿aumentaron o se desvanecieron?

Se desvanecieron, ya tenía el panorama claro ya igual a si me desespero o algo tampoco es que vaya a salir de la noche a la mañana.

¿Cómo reaccionaron tus seres queridos al saber que estabas contagiado? en este caso tu mamá ¿Qué fue lo que te dijo tu mamá?

Bueno con mi mamá no logré hablar mucho porque yo ya llegué con el resultado positivo en este caso ya bajé enseguida aislarme, ya mi mamá en si le vi a los 15 días más o menos.

¿Ya, por llamadas conversabas con otros familiares?

Si en ese tiempo con mi novia, con mi ex novia que también es doctora, y con ella conversaba a veces ella me venía a ver y me tomaba los signos vitales y demás porque la saturación tenía baja.

¿Y como fue tu primer día? que fue lo primero que hiciste en tu primer día quizás ¿Qué actividades realizaste ese día?

Tener un poco de, me bajé alcohol tenía un galónsito de agua, pañitos húmedos, mascarillas y la medicación en sí.

Bueno ahora vamos a continuar con las preguntas más céntricas de la enfermedad y esas te van a hacer mi compañera Vanessa.

¿El hecho de estar contagiado por COVID-19 crees que afectó algún aspecto de tu vida?

Se podría decir un poco en el tema de salud, se podría decirlo ya por la secuelas.

¿Cómo consideras que esta enfermedad afectó tu vida cotidiana?

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

en un rango del uno al 10 podría ser entre, un 2 podría ser.

¿Porque?

Porque, ya después de lo que yo salí más o menos, Casi a los dos meses después de contagiarme, tenía un poco de récelo y bastante nervios en si, por volverme otra ves a contagiar, o por más que todo por la secuela que tenía o tengo.

¿Consideras que esos sentimientos siguen presentes tal vez?

Si, como te decía 2 meses después de lo que salí ya del contagio en si, con la qué me quedo si era un poco limitante, ya que mi trabajo en si es en la noche, Y con eventos que se tenía y con otras personas de un poco de nervios volverme a contagiar, O que sufra algún tipo de paro además por la secuela que tuve, pero ya con el pasar de los días, todo pasa.

Ahora ¿como nos describirías el transcurso de la enfermedad?

¿De cómo pase el aislamiento?

Todo lo que recuerdes del momento en el que estabas contagiado por favor y ¿por cuánto tiempo pasaste aislado?

Ya, a ver pase aislado casi mes y medio, si al principio no tenía, no desarrollaba anticuerpos y seguía saliendo positivo, durante ese tiempo pues más o menos a los 20, 25 días empecé ya salir dentro de la salía a tomar el sol solía caminar dentro de la casa, pero durante el resto de días pasaba haciendo la tesis, ya la segunda semana que tenía más ánimo.

Coméntanos ¿Dentro de este mes y medio que nos mencionabas que pasaste aislado tal vez mantenías contacto con algún ser querido?

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

Si, con mi ex novia que es doctora ella me venía a ver todos los días para controlarme el problema de la saturación, Y las inyecciones que tenía que recibir a nivel del ombligo.

Con relación al trabajo tú nos mencionaste que pues tú trabajabas en eventos durante el tiempo que pasaste aislado pues de pronto ¿trabajabas de manera virtual o no trabajabas?

No, no trabajaba es este caso mi trabajo por ejemplo es dar atención personalizada a los clientes, por ejemplo en una boda entonces no obviamente en ese tiempo no trabaje.

¿Qué fue lo que te motivaba durante el transcurso de la enfermedad?

No pues, que tenía que estar tranquilo estar tranquilo ser paciente para que mi sistema inmune también esté, en este caso bien y pueda desarrollar anticuerpos en sí, no desesperarme y demás porque las cosas ya estaban hechas y sólo había que seguir la medicación a la regla y esperar que pasen los días.

Al momento de estar contagiado siempre nos pasa un montón de pensamientos pero en este caso ¿cuál de todos estos pensamientos a ti te generaban esperanza?

Bueno, de tener en este caso o en ese tiempo tres doctores que hayan tratado pacientes que inclusive ellos iguales se habían contagiado y ya habían salido, entonces a los 15 días me volví a hacer un tag de pulmones y entonces la afectación pulmonar y ahí va descendiendo.

Y ahora por otro lado ¿que pensamientos degeneraban a ti desesperanza?

Casi que ninguno la verdad, como te digo al principio sólo cuándo sabía que estaba positivo ahí estaba un poco mal un poco triste pero de ahí no, no nada casi nadie me ha generado desesperanza en sí.

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

Tal vez al momento en que estabas contagiado y aislado ¿revisabas de manera constante las redes sociales o veías noticias sobre este tema?

Emm si normal.

Al momento que tú veías esto ¿qué sentimientos te generaban al ver tantas noticias que se dispersaron en ese momento?

Pues sentimientos de lo que te decía no, no de lo que se cuida supuestamente que se va a contagiar, y llega el momento de contagiarse ya ser uno más de los del contagio, ya pensabas de salir lo más rápido posible, y pasar lo más rápido posible lo del post-COVID.

Dentro de la etapa más crítica de la enfermedad ¿Cómo fue el día más fuerte de la enfermedad, que sentiste de pronto ese día?

Los primeros días justo desde que empecé con los síntomas, hasta cuando decía tres días después de lo que yo salí positivo, tenía la tos fuerte y la fiebre, al cuarto-quinto día más o menos que ya empecé con la medicación ya desapareció las tos, osea no en su totalidad pero el fuerte de la tos ya desapareció.

Bueno a continuación vamos hablar ya del final de la enfermedad,

¿Después de cuánto tiempo te hiciste la próxima prueba para ver si ya estabas negativo?

Casi mes y medio pase aislado, casi a los dos meses me volví hacer un hisopado, ya en el hisopado me salió todavía positivo pero tenía una carga del 1% de la enfermedad y había generado bastantes anticuerpos, más o menos unos 350 unidades de anticuerpos.

¿Y con quién fuiste hacerte la prueba o fuiste tú solo o de pronto fueron a tu casa a hacerte la prueba?

Me fui solo.

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

Como fue tu reacción al ver que esta prueba fue negativa que ¿ fue lo primero que pensaste al ver el resultado?

En regresar a trabajar.

Y de pronto ¿que sentimientos presentaste en ese momento?, Podría ser emoción, felicidad, Euforia y ¿Por qué?

Sería felicidad por haber sobrevivido el virus en sí, de qué cómo se veía en las redes sociales y demás, haber sobrevivido el tipo de sepa que me dio en este caso entonces si si si.

Y ¿que sepa te dio?

Me dio la cepa de Gran Bretaña.

Cuéntanos también ¿cómo te sentiste al saber que ya no tenías la enfermedad, de pronto en algún momento pensaste que no te ibas a curar o que no ibas a pasar la enfermedad?

Chuta, como te digo o sea los primeros días que salió positivo de lo que pase así en el primer día, pase un poco mal pero osea estaba está en sí uno mismo del ponerte bien y hacer caso de la regla de lo que te mandan para en este caso curarte rápido.

Ahora cuéntanos un poco de ¿cómo fueron tus últimos días estando contagiado?

Ya los últimos días ya ya pasaba más activo dentro de mi cuarto salí al patio, salía cogía sol, caminaba dentro de la casa ya subí a prepararme alimentos ya tenía ya más, más ganas de comer, este obviamente por las vitaminas y demás.

¿Qué fue lo primero que tú hiciste al haber superado la enfermedad?

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

El resultado me dieron miércoles a las cinco o seis de la tarde más o menos, y a las ocho y ya tenía un zoom por el trabajo y llenar algunas proformas de una renta.

¿Cuáles fueron tus sentimientos al saber que ya podías regresar a tu trabajo?

Un poco de desconfianza creo yo más por el resto de personas, qué no sabía si estaba no contagiado no sabías por ejemplo.

Y ese sentimiento de desconfianza por¿ cuánto tiempo duro o hasta ahora sigue latente?

No no por mucho tiempo una semana máximo o sea en si eventos volví a los dos meses más o menos después de lo que pasó con enfermedad y demás volvía salir casi a los dos meses después entonces si era un poco así como entonces ya no se le tenía tanto miedo en sí.

Consideras ¿que la enfermedad te trajo secuelas?

Sí.

¿Cómo cuáles?

Tengo una afectación en el corazón en unos nervios del corazón y tenía frecuentaba bastantes taquicardias frecuentaba bastantes dolores de pecho.

Y ¿Tal vez notaste cambios en ti, tanto nivel físico como emocional?

Físico subí de peso.

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

En cuanto al lado emocional tal vez ¿Generaste algún miedo, ansiedad qué tal vez antes de la enfermedad no presentabas?

No, no normal.

¿Consideras que la enfermedad te genera algún aprendizaje?

El aprender a cuidarte, a tener buenas prácticas de higiene por así decirlo.

Y ahora ¿qué piensas de la enfermedad y sobre cómo está afectado tu vida?

Bueno, a la vez que me contagie, a como lo que estamos ahora bueno ya creo que la mayor parte pudimos salir el virus por el contagio ya tenemos claro, el medio del cual o las normas por las cuales no te podrías estar contagiando por así decirlo y que por algún motivo si es que te volví a dar, ya no vas a sufrir tan fuerte, y ya ahora hay más medicinas en este caso más antibióticos con los que te puedas tratar.

Y ¿Al momento en que el país aparece en las noticias sobre las vacunas que pensaste?

O sea yo me contagié hace un año justo en estas fechas, y yo la primera vacuna tenía que recibir el 15 de junio pero yo estaba contagiado entonces mi primera dosis yo recibí en diciembre, obvio cuando ya sabía de todo esto de las vacunas dije bacán ya me voy a vacunar, pero me contagie después de la primera dosis.

¿Actualmente con cuantas dosis cuentas?

Dos, la tercera tengo que recibir en estos días más que todo porque tengo todavía bastante cantidad de anticuerpos entonces, si se me complica bastante recibir la tercera dosis todavía.

Ahora ¿qué consejo le darías a una persona que tiene COVID, según tu experiencia?

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

Que se tranquilice, que no se desespere, que siga todo lo que le dice su doctor que lo está tratando, que sigue todo en pie de la letra, que es verdad que si está trabajando y si es un trabajo fijo trabajo que no se desespere por el trabajo y que cualquier cosa se recupere, que lo importante es tener salud hasta para tener el trabajo.

Entendemos que el proceso del COVID es un poco complicado dependiendo también de la persona y la forma de contagio.

Ahora cuéntanos por favor ¿que tal te pareció la entrevista que te acabamos de realizar?

Estaba muy nervioso la verdad, pero Súper chévere.

Te agradecemos de antemano por el tiempo que nos has brindado, por la información que nos has ayudado, es de mucha ayuda para nosotras todo lo que nos has dicho en la entrevista y nada te agradecemos y que tengas una buena noche.

ENTREVISTA

Shinebra Villalta

Muy buenas noches el día de hoy nos encontramos con Shinebra Villalta para proceder a nuestra entrevista para nuestro trabajo de integración curricular el cual tiene como tema las vivencias de los adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

Hola Shinebra ¿cómo te encuentras el día de hoy?

Hola Vanessa ¿cómo estás?, todo bien gracias a Dios.

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

Ahora antes de proceder con nuestra entrevista nos gustaría que nos digas ¿cómo te gustaría ser tratada por tu nombre de tu de usted?, me podrías aclarar eso por favor.

Claro estaría bien por mi nombre o de tu.

De igual manera, existe algún tema en específico antes de comenzar que tú no quieras tocar durante la entrevista.

No ninguno.

Bueno esta entrevista tiene como objetivo principal el de comprender las vivencias sobre el post COVID-19 que construyen pacientes adultos en la ciudad de Ambato de igual manera debemos recordarte que toda la información que sea dada durante el transcurso de la entrevista es de carácter confidencial, el cual se encuentra detallado en el acuerdo de confidencialidad al cual accediste y firmaste previamente a la ejecución de entrevista.

Las encargadas de llevar esta entrevista son Diana Garabi y Vanessa Constante.

Así que vamos a iniciar con nuestras preguntas desde el momento en el que fue tu diagnóstico y los primeros síntomas de tu enfermedad.

Listo.

Bueno yo me enfermé del COVID la verdad tres veces, entonces te voy a contar de la segunda vez que fue como que la fue como que la más fuerte, el primer síntoma la verdad fue el dolor de cabeza y de ahí bueno la típica es como que no sabes si estás o no pero ya empiezas a ver los diferentes síntomas conforme tu casa, entonces yo vivo con mi abuela entonces mi mamá ya empezó como que estornudar y pensamos que era alguna alergia, entonces mi abuela empezó ya tener complicaciones para respirar tenía fiebre y nos fuimos al hospital, en el hospital las tres nos hicimos la prueba nos salió positivo el momento en que ya llegamos a la casa ahí empezaron ya un poquito más fuertes, en lo personal a mí no me pasaba la tos día tarde y noche la tos y los escalofríos, la segunda vez no tuve fiebre la tercera vez y llegué

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

hasta cuarenta y medio de fiebre. Entonces si esos son los principales síntomas con los que ya nos empezamos a dar cuenta que que bueno las demás veces ya sabíamos que teníamos que hacer por recordar esas secuelas no.

Una vez que aparecieron estos síntomas tal vez ¿te realizaste algún tipo de prueba?

Si, fue la PCR ,esa fue la que nos hicimos, la primera que fue en el hospital y luego ya para descartar que ya estábamos sin COVID trajimos un doctor que nos haga en la casa.

El día que tú te realizaste la primera prueba que dio positivo ¿qué sentimientos tenías?

La verdad es que al principio fue bastante fuerte, porque directamente nos pidieron que mi abuelita entre ya al hospital internada, entonces ella ya se quedó ahí en el hospital internada y yo me regresé a la casa con mi mamá y bueno esa angustia que teníamos sobre sobre todo estar pendientes de la saturación, que es lo primordial que me acuerdo que nos compramos un saturador en la farmacia y a estar pendiente cada dos, tres horas estar pendientes tomándonos la saturación tanto mi mami como yo.

¿Qué sentiste en el momento que te enteraste de que eras positiva para COVID-19?

Como te digo es la angustia, no sabes cómo actuar no sabe si tal vez del doctor que te está viendo está en lo correcto con respecto a las medicinas, al principio igual sientes como esa pesadez, ese cansancio y te cuesta mucho trabajo también levantarte a cocinar algo para comer a cambiarte y tampoco puedes digamos llamar que a alguien que te traiga la comida porque les puedes contagiar, también hay que tener bastante cuidado con eso.

Claro es verdad y ¿por cuánto tiempo duraron esas emociones?

La verdad es que hasta el rato que tú ya sabes que ya no contagias que ya tú puedes salir tranquilamente a trabajar, estar con tus amigos, con tu familia otra vez, esa emoción sigue igual te llaman a preguntar cómo estás y todo y tú sabes que algo malo está pasando, es la

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

situación de que algo malo está pasando, entonces hasta que el doctor no te diga ya estas bien, ya puedes salir, sigues con esa sensación, con ese miedo.

Entonces por lo que nos comentas entendemos ¿qué esas emociones con el tiempo iban creciendo?

Si, obviamente que el golpe más fuerte es cuando te dicen está positivo al COVID, incluso la primera vez que nos dijeron era muy difícil porque no sabíamos a qué estábamos ateniéndonos pues, en ese tiempo no, no era como algo tan exacto de que era, ¿cómo tratar?, no sabían bien qué medicina mandar, no sabíamos de las vacunas, no estábamos vacunadas entonces en ese tiempo estaba muriendo muchísima gente, el hospital era a full, las noticias no paraban de hablar acerca del COVID, entonces el boom o sea como que la emoción más fuerte que tienes es ese momento, cuando te dicen que estas con COVID, de ahí conforme va pasando el tiempo es como que dices bueno ya me siento un poquito mejor, ya los síntomas van bajando también, entonces el cuadrado de COVID va menorando.

¿Cuándo te dio COVID?

Como te dije me dio tres veces, la primera me dio en junio el primer año que tuvimos de pandemia ,la segunda me dio en abril el 5 de abril me acuerdo que nos hicimos la prueba y la tercera me dio el 1 de enero.

¿Qué fue lo primero que hiciste que enterarte que estabas contagiada?

Bueno lo primero que haces es tratar de mantenerte lejos por la distancia de las personas que quieres, en mi caso en ese periodo en el que estábamos contagiados de la casa yo tengo una tía que es muy cercana y que estaba embarazada entonces lo primero que tú haces es tratar de alejarte de las personas, tener el distanciamiento, obviamente llama a las personas con las que estuviste en estos últimos días para informarles sabes que estoy con COVID y tengan un poquito de precaución hazte la prueba y mira que todo esté bien eso es como lo primero que te llega la mente cuando te enteras.

Y hablando de seres queridos ¿cómo reaccionaron estos al saber que tú estabas contagiada?

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

Sabes que al principio de las tres veces que yo me contagie no lo tomaron de buena manera para hacerte sincera, la segunda que ves que yo me contagie a través de un familiar que venía de Estados Unidos entonces te digo sinceramente nosotros incluso no lo tomamos de buena manera porque le dijimos tal vez tú tenías algún síntoma y no nos avisaste de la misma manera pasó con nosotros cuando nosotros estábamos contagiados y contagiarnos a familiares y amigos mucha gente reclamaba, mucha gente se defendía incluso nos daba miedo decirles que se hagan la prueba o tengan precaución porque se alteran mucho, en ese tiempo la gente se alteraba mucho y decían ya me dio, ya me voy a morir y eso no estás de dinero y cosas así.

Y con relación a lo que la gente te decía tú ¿que pensabas que pensamientos tenías?

Mira el principio sobre todo fue en la tercera como ya estábamos un poquito libres de pandemia ya se abrieron los diferentes puntos de distracción fue por eso que yo me fui con mi familia a Montañita entonces nos fuimos y ya supimos que nos infectamos allá y en el momento que yo regreso les dijimos a nuestros familiares como que aléjese, sabe que nos sentimos mal y bueno estamos con esto y como que el Boom no que otra vez y que tu abuela, tu tía o tal persona estaba mal ya y otra vez que se contagie otra vez ya no va a aguantar, entonces habían muchos problemas como te digo el miedo de decirle a la gente que se cuide que tenga que tenga precaución que se hagan porque nosotros también estamos enfermos la es algo que no controlas y es una impotencia porque es algo que tu no controlas, mira hay mucha gente que viajaba a muchos lugares, que no se cuidaban, que no se ponían las vacunas, que no usaban mascarilla, no usaban alcohol ni absolutamente nada y no se contagiaron y también había mucha gente que salía la esquina netamente a comprar lo necesario para la casa y se contagiaba y es algo que tú no puedes controlar y la gente no entiende eso.

Si eso es verdad, muchos tomaron a esta enfermedad, como una más del montón y no con la seriedad que se merecía en realidad.

Ahora nos gustaría que nos hablaras un poco sobre cómo fue tu primer día o tu primera semana estando contagiada.

Bueno la primera semana como te digo la sensación de cansancio, no se comía mucho, mas era el pensamiento de que debes comer por las pastillas que te mandan no mas porque tengas

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

la necesidad pasábamos acostadas, procurábamos no levantarnos mucho me acuerdo que el doctor nos prohibió bañarnos, entonces no había mucho que hacer en la casa como te digo no te daban ganas de levantarte, arreglarte, hacer algo y aparte la segunda vez que yo tenía COVID estaba en clases virtuales, entonces recibía clases en la cama con un dolor de cabeza insoportable, pero tu sabes y las personas algunos profesores, incluso compañeros ven esto como una excusa o simplemente no te entienden entonces esta semana si fue un poco complicada de igual manera yo trabajaba me tocó salirme del trabajo y igual como tú sabes las deudas no cesan ahí entonces es también la preocupación y todo eso se acumula y eso es la verdad de lo que pasó haciendo la primera semana, pasas pensando en cómo ayudar a tu familia pasas pensando en que no con mi trabajo con mis estudios y qué será que todo está bien ya ahora donde pago el doctor la medicina y todo si no estoy trabajando si no estoy haciendo y ese es el malestar que tienes también que forma parte.

Si es verdad muchas de las veces a raíz del surgimiento de esta enfermedad muchos no lo comprendía y como tú lo mencionabas lo llegaron a ver como una excusa de lo que en su momento esto se volvió popular entonces todo el mundo creía que era una excusa muy buena para cualquier cosa pero cuando estoy ya en serio no se tomaba con la seriedad que se merecía.

Ahora vamos a continuar con algunas preguntas que corresponden a la temporalidad del curso de la enfermedad.

¿El hecho de estar enferma afecto en algún aspecto de tu vida y en qué nivel?

Bueno el aspecto que creo que peor fue, fueron las deudas adquiridas por eso, te digo hasta el día de hoy yo tengo una deuda de casi \$5000 que fue del oxígeno que ocupó mi abuelita, la medicina, los doctores no eran nada baratos eran \$30 por consulta y somos tres en la casa aparte de eso luego el post COVID podríamos decir, las pruebas de COVID igual eran un poco caras, después de como te digo del post COVID como te digo nos decían que vengan terapeutas fisioterapeuta a que nos controlen lo que es la respiración, obviamente nos cobraban y todo esa generaron deudas que hasta el momento como te digo no se pueden pagar peor y más con toda la situación que tiene el país de las diferentes enfermedades que sale en el paro que tuvimos, se siguen acumulando las deudas no se terminan de pagar entonces eso fue lo principal, aparte de eso creas ya ese miedo de querer perder a alguien de tu familia, tu papá, tu mamá, tu hermano, tu novio en mi caso como le decía era mi abuelita que tenía ese miedo de perderla, ya ves la verdad como mucha gente dice la muerte muy cerca tanto a ti

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

como otras personas ya empiezas a tener más cuidado, empiezas a obedecer las reglas de bioseguridad que talvez al principio mucha gente decía no el COVID no existe, es algo inventado, que se yo; cuando ya te pasa ahí si empiezas a cuidarte un poco más.

Ahora me gustaría que por favor me describas ¿cómo fue el transcurso de la enfermedad es decir en la etapa más crítica de tu proceso?

Bueno le tapa más de crítica como les contaba, me parece que ya el tercero cuarto día tenía muchísimo frío o sea fue un escalofrío increíble y como o sea ya tienes los problemas de afuera de cada quien su enfermedad en la casa no procuras no decir nada entonces como le digo yo estaba super tapada, tenía muchos escalofríos hasta que ya me sentí mal llamamos a un médico y me tomaron la temperatura y ya tenía 40 y medio de fiebre entonces me acuerdo que me hicieron bañarme en agua fría me ponía pañitos no se bajaba la fiebre te daban pastillas para que se te baje, no se te baja, empiezas a tener, la saturación se tiende descontrolar bastante y es ahí cuando tu explotas o sea no sabes que hacer, no sabes que decir, empiezas a tener como que esa mentalidad de que algo malo va a pasar y ponerte en esa desesperación es lo peor que puedes hacer tienes que un poquito controlarte y pensar o sea decir que, que sería bueno de hacer tengo que ponerme bien y muchas veces qué tal vez psicosearte que también fue algo que muchas veces creo que la mayoría que si medio nos dolía algo ya es COVID, medio decías no huelo, no saboreo ya es COVID, entonces hay que también un poquito controlarse en eso

Claro y esta crisis que nos comentas cuáles eran tus pensamientos más recurrentes con relación a la desesperanza.

Bueno la desesperación te lleva a pensar la principal que te puede pasar algo a ti o puede fallecer algún familiar por tu culpa por el hecho de qué les contagiaste tu, otra cosa como te digo es ponerte a pensar que ya cuando sabes que estás mal no sabes cómo reaccionar o como van a reaccionar las personas que estuvieron cerca los últimos días, no sabes si contarles o no contarles para que también tengan precaución sobre eso es lo principal.

Y por el contrario ¿qué pensamientos de generaban esperanza, quizás qué pensamientos te motivan a seguir pues en la lucha?

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

Bueno lo principal es la motivación es tu familia para mantenerte en pie pero ya las esperanzas empiezan a salir cuando por ejemplo los médicos ya te dicen que sales del cuadro o te dicen como que lo más fuerte es la primera semana y ya luego solamente es cuestión de que pase el tiempo porque ya empieza bajarse la carga de contagio eso es lo primero, después de eso también te alienta bastante saber que hay medicina, hubo algún tiempo en la primera ola que no había medicina en ningún lado menos en el seguro menos medicina regalada no, no podías conseguir y bueno ahí también empieza la desesperación pero cuando ya encuentras cuando ya sabes que tienes el medicamento en tus manos te da un poquito más de esperanza te tranquilizas al saber que te puedes sanar.

Cuéntame por favor durante este tiempo céntrico de la enfermedad tu revisabas las redes sociales veías las noticias y de pronto ¿qué sentimientos o qué emociones te causaba ver todos los casos en aumento, quizás las muertes?, ¿Qué producía esto en ti?

Claro veíamos muchas veces muchas veces de lo imposible no escuchar del COVID, si prendías el radio, la televisión Facebook o en cualquier Red social pues te iban informando el principio de los contagios en el Ecuador y ya luego empezaron las muertes que poco a poco te daban tips aparentemente de como tú puedes prevenir esto, incluso de cómo puedes sanarte y la verdad es que se intentó de todo, toda cosa que veíamos de que tórnense batidos de cebolla y ajos entonces la gente y me incluyo poníamos todo en la licuadora sea lo que sea cualquier cosa que se decía que tenías que hacer pues lo hacías que las inhalaciones que tenías que tomarte que cosas calientes que no te bañes que te pongas el papel periódico o sea eran muchas teorías que se tenían pero por el hecho y el miedo que tenías pues decías no pierdo nada intentándolo.

Bueno hace rato nos comentabas que realiza más algunas actividades como tomar clases desde tu casa y todo esto coméntame ¿qué tan difícil fue pasar este proceso y también tratar de cumplir tus obligaciones?

Pues muy difícil como te digo hay mucha gente que no entiende, hay gente que no sabe lo que estás viviendo lo que estás pasando como te comenté ahí me despidieron del trabajo por el hecho de no ir y era algo ilógico porque tú estabas enferma pues y podías ir a contagiar y mi trabajo era de contacto directo con la gente, con los clientes entonces es por eso que si me pareció fuera de lugar que me despidan pero bueno es lo que se tocaba hacer, de igual manera en clases muchas veces pensaban que uno se excusaba en la enfermedad cuando no era así entonces de tratar de cumplir todo imagínate yo justo me dio COVID y aparte estaba operada

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

de la nariz y no podía estar con la cabeza para abajo recibiendo clases o haciendo deberes en la computadora y muchos profesores no me creían, baje mucho en notas y aparte que ya en si la virtualidad al principio no entendíamos muy bien, al principio se nos hacia un poco más complicado, la desesperación de estar encerrado el casa también te juega un mal punto, entonces si es muy complicado estar con la enfermedad y encima con tus obligaciones.

Durante este tiempo ¿mantenías algún contacto con tu familia?

Claro, bueno como vivo con mi abuelita y con mi mami de ahí a veces pues venían otras personas o si se escribían para ver como pero en realidad creo que más la alerta de cuando alguien estaba enfermo, no se hacía tanto énfasis en si en hacer llamada o en hacer llamada virtual para compartir.

Ahora vamos a pasar a realizarte preguntas en base a la temporalidad de superación de la enfermedad.

¿Cuál fue tu reacción al momento de realizarte la última prueba de COVID?

Bueno la ultima prueba de COVID cuando ya salió negativa pues ya estaban también esto de las vacunas, simplemente era ya momento de esperara que pasaran los tres meses para poder vacunarnos y esa fue la como que ya la tranquilidad la emoción de que ya no nos íbamos a contagiar tan fuerte otra vez.

¿Qué fue lo primero que pensaste al saber que el resultado de la prueba fue negativo?

La esperanza que te da saber que otra vez puedes estar tranquila puedes trabajar puedes estar con otras personas puedes recibir personas en tu casa, obviamente con la precaución que se debe tener pero ya puedes visitar otras personas puedes estar un poquito mas tranquila y sobre todo mejor si hay salud.

¿Consideras que la enfermedad te trajo secuelas?

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

Si, bastantísimas la verdad es que una de las principales secuelas que se tiene hasta el momento es la sensibilidad en los dientes yo tengo muchas sensibilidades después del COVID y aparte de eso me quede como unos dos meses me parece seguía tosiendo bastante, te cansas de caminar, de correr de hacer ejercicio te cansas más fácilmente que antes, esas son las principales a y otra también es la caída del cabello que muchas personas también han dicho que a las personas que les dio COVID se le caía bastantísimo el cabello.

¿Qué fue lo que tú hiciste una vez que ya superaste la enfermedad?

Tratar de empezar ya con la vida cotidiana obviamente tratando de cuidarse y ya empezar a estabilizarse tanto mentalmente y económicamente, eso es lo primero que piensas.

¿Qué cambios puedes notar en ti tras haber atravesado en la enfermedad?

La verdad es que hacer caso lo que te dicen es un factor importante al principio como les decía las normas de bioseguridad pero lamentablemente no se obedeció de manera exacta y no se salía con mascarilla, al principio cuando tenías miedo ahí los tres primeros meses todo el mundo se cuidaba pero ya la necesidad también te provocaba ya salir y al momento de salir no tenías las precauciones correctas, no andabas con tu alcohol no tenías el distanciamiento entonces todo eso te ayuda a comprender el porqué de las cosas que debes cuidarte como mucha gente dice Dios dice cuídate que yo te cuidare, no es que te va a cuidar sola.

¿Actualmente mantienes o sigues haciendo uso de esas normas de bioseguridad?

Si la verdad, si se nos quedo esa costumbre la verdad de seguir con las normas de bioseguridad y a la final con las diferentes enfermedades que ya están llegando otra vez, por eso hay que tener un poco mas de miedo y precaución.

¿Consideras que el transitar esta enfermedad generó en ti alguna afectación emocional que perdure hasta el día de hoy?

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

La parte económica es algo que hasta el día de hoy de hecho tal vez unos años mas pues nos tenga pensando en eso, emocionalmente también es un poquito complicado acordarse de esa etapa, mucha gente que sigue conversando de eso y cada que nos acordamos de eso es un jalón de orejas como te digo de hacer caso otra vez a todo lo que te dicen en la televisión y que los doctores no te hablan de locos.

¿Tú consideras que la enfermedad te generó algún aprendizaje?

Creo que el mejor aprendizaje es valorar a las personas que tienes cerca a valorar las mínimas cosas como desde ahorita aquí estamos un poquito más normales, la universidad, salir con tu pareja irte a comer en un restaurante todo eso empiezas a apreciar un poquito más de lo que estabas encerrada.

Y ahora ¿qué piensas de la enfermedad y como está afectada tu vida?

Bueno también tratando de leer un poco ya de qué se trata exactamente la enfermedad pues tratamos de digamos que de no tener una afección directa sino de controlarnos un poco de si ya en un momento llegará otra vez a darnos saber nos controlar y saber qué hacer también porque no es solamente de tomarse los medicamentos y se acabó sino que hay que cuidarse un poquito también hay que poner fuerza de voluntad no entrar en la desesperación que son pequeñas cosas que vas aprendiendo, no eres doctor pero ya vas aprendiendo un poquito de salud.

Ahora ¿qué le dirías a una persona que se encuentra contagiado de COVID?

El esperanza está ahí mucho más ahorita que la mayoría de gente está vacunada y que la mayoría de gente tiene un poquito más de sabiduría información acerca de la enfermedad creo que lo importante es eso tener, la información ser estrictos con las normativas que nos dan si hay que ver qué más pues hay que vacunarse, si hay que gastar el dinero para las medicinas y para estar bien pues para que no tengas dificultades más fuertes pues hay que hacerlo.

Vivencias de pacientes adultos post COVID-19 en la ciudad de Ambato.

Bueno una vez culminada esta entrevista me gustaría que nos comentas qué tal te pareció el hablar de tu proceso con nosotras en si en la entrevista.

Bueno les agradezco bastante y me parece muy bien que se involucren un poco más en este ámbito de las personas que tuvimos COVID que fue un poquito complicado el proceso también me pareció muy bien la manera en la que se expresan las dos no me sentí incómoda ni tal vez con dificultad para expresarme.

Shinebra queremos agradecerte por el tiempo que nos das prestado toda la información que nos dado es muy importante para nosotros y con para continuar con nuestro trabajo de integración curricular queremos agradecerte infinitamente el que nos brindaron un poquito de tu tiempo y también volverte a recordar que toda la información que ha sido transmitida aquí no será compartida con terceros.

Muchas gracias a ustedes por involucrarse en este tema de salud.