



**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA  
INDOAMÉRICA**

**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD**

**CARRERA DE PSICOLOGÍA**

**TEMA:**

---

**SIGNIFICADOS SOBRE LA VIDA EN PANDEMIA DE ADULTOS MAYORES  
DE LA CIUDAD DE AMBATO**

---

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

**Autores:**

María José Portero Miniguano

Yadira Vanessa Zurita López

**Tutor(a)**

MSc. Diego Fidel Vaca Quintana.

AMBATO– ECUADOR  
2022

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

Yo, María José Portero, declaro ser autor del Trabajo de Integración Curricular con el nombre “Significados sobre la vida en pandemia de adultos mayores de la ciudad de Ambato, Ecuador”, como requisito para optar al grado de Licenciado en Psicología General y autorizo 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 los 29 días del mes de Marzo de 2022, firmo conforme:

Autor: María José Portero Miniguano

Firma:



Número de Cédula: 180514718-6

Dirección: Tungurahua, Ambato, San Bartolomé de Pinllo, San José de Pinllo.

Correo Electrónico: [marijose10162@outlook.es](mailto:marijose10162@outlook.es)

Teléfono: 0987161042

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

Yo, Yadira Vanessa Zurita López, declaro ser autor del Trabajo de Integración Curricular con el nombre “Significados sobre la vida en pandemia de adultos mayores de la ciudad de Ambato, Ecuador”, como requisito para optar al grado de Licenciado en Psicología General y autorizo 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 los 29 días del mes de Marzo de 2022, firmo conforme:

Autor: Yadira Vanessa Zurita López

Firma:



Número de Cédula: 180393907-1

Dirección: Tungurahua, Ambato, Totoras.

Correo Electrónico: [yadi-zurita@hotmail.es](mailto:yadi-zurita@hotmail.es)

Teléfono: 0993863812

## **APROBACIÓN DEL TUTOR**

En mi calidad de Tutor del Trabajo de Integración Curricular “**SIGNIFICADOS SOBRE LA VIDA EN PANDEMIA DE ADULTOS MAYORES EN LA CIUDAD DE AMBATO, ECUADOR**” presentado por María José Portero y Yadira Vanessa Zurita López, para optar por el Título de Licenciado 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, 29 de Marzo del 2022.



.....  
MSc. Diego Fidel Vaca Quintana.

## DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD

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

Ambato, 29 de Marzo 2022.



María José Portero Miniguano  
180514718-6



Yadira Vanessa Zurita López  
180393907-1

## APROBACIÓN DE LECTORES

El Trabajo de Integración Curricular ha sido revisado, aprobado y autorizada su impresión y empastado, sobre el Tema: SIGNIFICADOS SOBRE LA VIDA EN PANDEMIA DE ADULTOS MAYORES EN LA CIUDAD DE AMBATO, ECUADOR, previo a la obtención del Título de Licenciado 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, 29 De Marzo de 2022.



.....  
Mg. Gabriela Lorena Abril Lucero  
LECTOR



.....  
Mg. Norma Verónica Silva Jiménez  
LECTOR

## **DEDICATORIA**

Este proyecto de investigación está dedicado a mi madre, Irma Del Cisne Portero quien ha sido mi motivación y apoyo incondicional durante la formación de mi carrera. Te agradezco de todo corazón por tu cariño y doy gracias a Dios por tenerte en mi vida.

María José Portero Miniguano.

## **DEDICATORIA**

Este proyecto simboliza 4 años de trabajo, esfuerzo, dedicación y amor hacia mi carrera.

Principalmente, se lo dedico a la mujer que me dio el mejor ejemplo de perseverancia, y me brindó todo su apoyo desde el inicio, mi madre Marisol López, gracias por tu paciencia y amor. Asimismo, al mejor hombre, amigo y padre que Dios puso en mi vida, gracias por confiar siempre en mí, Carlos Zurita. Por eso y mucho más los amo.

Así también este proyecto va dedicado a mis hermanos Carlos Zurita, Jacob Zurita y Viviana López, que siempre están a mi lado, brindándome las palabras exactas para no darme por vencida y culminar mis metas y sueños.

Finalmente, va dedicado a la persona que supo impulsarme a seguir adelante desde inicios de la carrera, con su apoyo y amor constante, enseñándome a luchar siempre por lo que deseo. Mi novio Christian Fiallos.

Yadira Vanessa Zurita López.



## **AGRADECIMIENTO**

Un agradecimiento sincero a nuestro tutor Phd. Diego Palacios Díaz por su apoyo incondicional a lo largo de este tan anhelado proceso, gracias a sus conocimientos pudimos culminar con éxito nuestro proyecto de investigación.

También agradecemos a los adultos mayores de la ciudad de Ambato que nos permitieron ingresar a sus hogares, brindándonos su confianza y apoyo en el transcurso de esta investigación. Asimismo, agradecemos a la Universidad Tecnológica Indoamérica, Facultad de Ciencias Humanas y de la Salud que nos transmitió los conocimientos necesarios para llegar a este punto de nuestras vidas tan esperado.

Finalmente, agradecemos a nuestras familias por el apoyo y el amor brindado a lo largo de esta etapa de nuestras vidas.

Yadira y María José.

## ÍNDICE DE CONTENIDOS

PORTADA.....	I
AUTORIZACIÓN PARA EL REPOSITORIO DIGITAL.....	III
APROBACIÓN DEL TUTOR.....	V
DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD .....	VI
APROBACIÓN DE LECTORES .....	VII
DEDICATORIA .....	VIII
AGRADECIMIENTO.....	X
INTRODUCCIÓN. ....	177
MARCO METODOLÓGICO.....	221
RESULTADOS. ....	24
DISCUSIONES Y CONCLUSIONES.....	355
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	40
ANEXOS.....	45

**ÍNDICE DE FIGURAS**

FIGURA 1 (EJE DE OBJETIVOS ESPECÍFICOS) ..... 25

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

**TEMA:** SIGNIFICADOS SOBRE LA VIDA EN PANDEMIA DE ADULTOS MAYORES DE LA CIUDAD DE AMBATO, ECUADOR.

**AUTORES(A):** María José Portero Miniguano –  
Yadira Vanessa Zurita López

**TUTOR (A):** MSc. Diego Fidel Vaca Quintana.

**RESUMEN EJECUTIVO**

La pandemia Covid-19 ha generado cambios profundos en la vida cotidiana, especialmente de los adultos mayores. Por ello, nuestro objetivo es comprender los significados sobre la vida en pandemia que construyen adultos mayores de la ciudad de Ambato, Ecuador. Durante la investigación se empleó una metodología cualitativa con un diseño de teoría fundada empíricamente. Para su desarrollo se trabajó con 7 adultos mayores, mediante un muestreo teórico y una entrevista semiestructurada. Posteriormente, los datos fueron desarrollados mediante un análisis de contenido. Se evidenció que los resultados que los adultos mayores han atravesado cambios drásticos en su vida cotidiana debido al confinamiento. Sin embargo, pudieron adaptarse a las adversidades de la pandemia. Asimismo, sus emociones han variado según las situaciones que han atravesado los participantes como son el aislamiento y deceso de familiares, priorizando aquello que antes pasaba desapercibido. Por ello, la tecnología durante la Covid-19 tuvo gran importancia, pues permitió a los participantes mantenerse comunicados con personas cercanas de su entorno. Finalmente, se concluyó que la pandemia ha brindado oportunidades de revalorar la vida, permitiendo adquirir nuevos conocimientos para sobrellevar los sucesos ocurridos, con la finalidad de prevenir posibles aumentos de contagios, manteniendo presente las medidas de bioseguridad e higiene.

**DESCRIPTORES:** *Adaptación, Aislamiento, Pandemia, Seguridad, Temor*

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

**TEMA: MEANING ABOUT LIFE IN OLDER PEOPLE OF  
AMBATO CITY, DURING THE COVID 19 PANDEMIC**

**AUTORES(A):** María José Portero Miniguano –  
Yadira Vanessa Zurita López

**TUTOR (A):** MSc. Diego Fidel Vaca Quintana.

**ABSTRACT**

The Covid -19 pandemic has generated significant changes in daily life, especially in older adults. For that reason, the main objective is to understand the meaning of life that older adults build in the city of Ambato, Ecuador. During the research, qualitative research was done with a grounded theory design. Seven older adults were selected through a theoretical sample and participated in a semi-structured interview. Later, data was analyzed through the content analysis strategy. Findings show that the elderly had experienced complex changes in their daily life because of the lockdown. However, they could adapt to the difficulties of the pandemic. Besides that, their emotions varied according to their situations, such as the lockdown and death of relatives, which was very strong because it did not affect them too much before. Due to this fact, technology had a significant impact; it helped the participants keep in touch with people around. Finally, it was concluded that the pandemic had allowed opportunities to revalue life by getting new knowledge about bearing experiences to avoid the increase of sick people with the virus, keeping the safety and hygiene rules.

**KEYWORDS:** *Adaptation, Isolation, Pandemic, Security, Fear.*

**(FIRMA Y SELLO DEPARTAMENTO DE IDIOMAS)**

## SIGNIFICADOS SOBRE LA VIDA EN PANDEMIA DE ADULTOS MAYORES DE LA CIUDAD DE AMBATO

*Meaning about life in older people of Ambato city, during the COVID 19  
pandemic*

*Autor:* María José Portero Miniguano  
[mportero2@indoamerica.edu.ec](mailto:mportero2@indoamerica.edu.ec)

*Autor:* Yadira Vanessa Zurita López  
[yzurita@indoamerica.edu.ec](mailto:yzurita@indoamerica.edu.ec)

*Tutor:* MSc. Diego Fidel Vaca Quintana.  
[diegovaca@uti.edu.ec](mailto:diegovaca@uti.edu.ec)

*Lector:* Gabriela Lorena Abril Lucero  
[gabrielaabril@uti.edu.ec](mailto:gabrielaabril@uti.edu.ec)

*Lector:* Norma Verónica Silva  
[normasilva@uti.edu.ec](mailto:normasilva@uti.edu.ec)

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

Modalidad:  
Investigación Cualitativa.



Ambato, Ecuador.  
Marzo de 2022.

### RESUMEN

La pandemia Covid-19 ha generado cambios profundos en la vida cotidiana, especialmente de los adultos mayores. Por ello, nuestro objetivo es comprender los significados sobre la vida en pandemia que construyen adultos mayores de la ciudad de Ambato, Ecuador. Durante la investigación se empleó una metodología cualitativa con un diseño de teoría fundada empíricamente. Para su desarrollo se trabajó con 7 adultos mayores, mediante un muestreo teórico y una entrevista semiestructurada. Posteriormente, los datos fueron desarrollados mediante un análisis de contenido. Se evidenció que los resultados que los adultos mayores han atravesado cambios drásticos en su vida cotidiana debido al confinamiento. Sin embargo, pudieron adaptarse a las adversidades de la pandemia. Asimismo, sus emociones han variado según las situaciones que han atravesado los participantes como son el aislamiento y deceso de familiares, priorizando aquello que antes pasaba desapercibido. Por ello, la tecnología durante la Covid-19 tuvo gran importancia, pues

### ABSTRACT

The Covid -19 pandemic has generated significant changes in daily life, especially in older adults. For that reason, the main objective is to understand the meaning of life that older adults build in the city of Ambato, Ecuador. During the research, qualitative research was done with a grounded theory design. Seven older adults were selected through a theoretical sample and participated in a semi-structured interview. Later, data was analyzed through the content analysis strategy. Findings show that the elderly had experienced complex changes in their daily life because of the lockdown. However, they could adapt to the difficulties of the pandemic. Besides that, their emotions varied according to their situations, such as the lockdown and death of relatives, which was very strong because it did not affect them too much before. Due to this fact, technology had a significant impact; it helped the participants keep in touch with people around. Finally, it was concluded that the pandemic had allowed opportunities to revalue life by getting new knowledge about bearing

## Significados sobre la vida en pandemia de adultos mayores de la ciudad de Ambato

permitted participants to maintain communication with people close to their environment. Finally, it was concluded that the pandemic has provided opportunities to revalue life, allowing the acquisition of new knowledge to overcome the events that occurred, with the purpose of preventing possible increases in contagions, keeping safety and hygiene measures present.

experiences to avoid the increase of sick people with the virus, keeping the safety and hygiene rules.

**Palabras** **Clave:** *Adaptación, Aislamiento, Pandemia, Seguridad, Temor.* **Keywords:** *Adaptation, Isolation, Pandemic, Security, Fear.*

## INTRODUCCIÓN.

Nuestra investigación está ubicada en el área de psicología clínica, específicamente, en el campo de covid-19 y salud mental. Estudiaremos los significados sobre la vida que han construido los adultos mayores durante la pandemia, de acuerdo con Fernández (2021), el aislamiento social ha repercutido en la salud mental de los adultos mayores, con respuestas emocionales (inquietud, temor, cambios de humor, irritabilidad e insomnio) como los trastornos leves de ansiedad, depresión y altos niveles de estrés.

Por otro lado, los adultos mayores presentan mayor vulnerabilidad ante el confinamiento y aislamiento social, la pandemia resalta la necesidad de adaptación frente a nuevas formas de comunicación (tecnologías) para presentar una mejor integración en su entorno, así como, la impotencia de contraer posibles enfermedades, morir solos e incomunicados (Vásquez, 2020). Al mismo tiempo nos menciona, Callis, Guarton, Cruz y De Armas (2021), la vejez provoca un desgaste del organismo, una disminución de la reserva fisiológica, que le hace más difícil combatir nuevas infecciones, debido a que el sistema inmune está más debilitado que en edades tempranas, teniendo en cuenta que durante la Covid-19 dichas necesidades se dieron a notar con mayor énfasis, afectando directamente a su derecho a la salud y viéndose vulnerables a presentar mayor atención y cuidados. De acuerdo con Naranjo, Mayor, De la Rivera y González

(2021), los adultos mayores son el grupo donde existe la tasa de mortalidad más alta por COVID 19, por ello se hace necesario un aislamiento social, presentando a futuro evidencias de daños en su salud física y emocional, depende mucho de cada persona la forma en la que les afecta dicha enfermedad o cualquier otra, puesto que esto se centra en su salud, teniendo en cuenta que la atención y los tratamientos brindados deben ser los adecuados en cada ocasión.

Se han realizado diversas investigaciones en relación al contexto de la pandemia y la vida cotidiana de los adultos mayores. Para empezar, Vázquez (2020) habla sobre la aparición del Covid-19 y los medios tecnológicos, generando un conflicto en la manera que las personas de la tercera edad buscan satisfacer sus necesidades, y dando consigo más desigualdades de las ya existentes.

Por otro lado, Macías y Álava (2021), mencionan que los medios de comunicación en tiempos de pandemia afectaron el desarrollo progresivo de las actividades cotidianas y las relaciones interpersonales en los adultos mayores, impidiendo a este grupo mantener comunicación con sus familiares, y así también obstaculizando las actividades lúdicas que generan entretenimiento, dado que estas favorecen el estado emocional de dichas personas, es importante tener en cuenta la creación de espacios de interacción para los adultos mayores, con la finalidad de ofrecer una mayor estabilidad emocional en ellos, generándoles una sensación de importancia



## Significados sobre la vida en pandemia de adultos mayores de la ciudad de Ambato

y aprecio dentro de la sociedad. Para concluir, a consecuencia de la Covid-19 la tasa de mortalidad se ha incrementado en los adultos mayores, esta situación ha generado vulnerabilidad hacia la ansiedad, estrés, entre otras enfermedades mentales, el aislamiento generó que las personas mayores de 60 años abandonaran las actividades diarias como, asistir a reuniones, realizar prácticas religiosas, realizar viajes, visitar a familiares y amigos, enfocándose en las actividades que puedan realizar dentro del domicilio, cada uno de los factores mencionados influyen en los estados de ánimo de las personas de la tercera edad (Naranjo ét al., 2020).

Las investigaciones estudiadas durante el confinamiento se centraron en las alteraciones de vida de los adultos mayores y los medios tecnológicos. Antes que nada, Flores (2020) hace referencia que la llegada de la tecnología se encuentra inmersa en los entornos familiares, educativos y organizacionales, transformando los cambios de vida cotidiana, surgiendo de esta manera diversas formas de comunicación e innovación, de esta forma se brinda apoyo para un envejecimiento adecuado y una mejora en la calidad de la interacción por medio redes sociales (Facebook, Skype, WhatsApp, E-mail ), que permiten entablar conversaciones y compartir tiempos de entretenimiento con otras personas. Ahora bien, las redes sociales se han vuelto un medio fundamental para transmitir diversas informaciones, en relación al covid-19, dichas plataformas han presentado distintos casos y fatalidades, en muchas ocasiones estas informaciones han resultado erróneas lo cual da como origen incertidumbre y desesperación por parte de los usuarios que

la reciben, por ello se debe tener constancia el origen de la información y que tan verídica resulta esta (Díaz ét al., 2020). Para concluir, Tena (2020) menciona que los familiares enseñan a las personas de la tercera edad a relacionarse con las nuevas modalidades de comunicación, de una forma respetuosa, evitando gestos y lenguajes despectivos, ayudándoles día a día a desenvolverse en actividades que resultan necesarias en su vida cotidiana, teniendo como objetivo evitar un sentimiento de soledad en el medio social, de esta manera disminuyendo prejuicios y estereotipos en la vejez.

La vida de los adultos mayores se ha visto influenciada radicalmente por el aislamiento generado tras la pandemia. En primer lugar, la calidad de vida de las personas de la tercera edad se encuentra vinculada con la autonomía de sus actividades diarias, la satisfacción de las metas presentes y futuras, y la interacción social que mantienen con las personas que los rodean, consiguiendo un bienestar mental adecuado, dicho bienestar puede verse afectado cuando las personas experimentan un cambio de vida dentro de su estado de confort (Almonacid y Almonacid, 2021). Asimismo, el aislamiento social, las medidas de bioseguridad y la escasa interacción social ha provocado insomnio, aburrimiento, ira, desesperación y poca concentración al realizar alguna actividad, estas alteraciones psicológicas pueden iniciar desde síntomas aislados hasta un posible trastorno mental, otra de las afecciones generadas por el aislamiento y soledad son crear hábitos negativos como, beber alcohol de manera excesiva, fumar, no realizar actividad física y reducir las horas de descanso (Callis, 2021).

## Significados sobre la vida en pandemia de adultos mayores de la ciudad de Ambato

Para terminar, Naranjo (2020) menciona que a lo largo de la pandemia, las medidas de bioseguridad no han sido el principal motivo de daños contra la salud mental en las personas de tercera edad, más bien lo que causa dichos daños es el lugar que se les asigna dentro de la sociedad, dado que son considerados de poca importancia o contribución para las actividades fundamentales del medio en el que nos movilizamos, sin saber que los adultos mayores aportan diversas lecciones de vida dentro de nuestro vínculo social, pues son expertos en humildad, serenidad, valentía, lucha y coraje, frente a las enfermedades y las dificultades de tener que sobrevivir con mínimos, ante la soledad; nos despiertan sentimientos de dolor y miedo al proceso de envejecimiento.

Durante la pandemia del Covid-19 surgieron diversas incertidumbres sobre las vivencias experimentadas por parte de los adultos mayores. Antes que nada, González et al. (2020) hace referencia al confinamiento en adultos mayores como un problema grave dentro de la salud pública, originando problemas cardiovasculares, alteraciones en el sueño, entre otras, creando así una dependencia para realizar actividades de la vida cotidiana, al carecer de ayuda necesaria para realizar dichas actividades los adultos mayores pueden llegar a presentar frustraciones e impotencia. Por otra parte, la actividad física es recomendada considerablemente para controlar de forma adecuada el dolor, brindando también mejoras en el bienestar y la salud mental de las personas de la tercera edad, lamentablemente las cifras de actividad física realizadas por personas de esta edad han

disminuido notablemente tras las restricciones dadas por la Covid-19, dando como resultado en las personas una disminución en su bienestar físico y su salud mental (Tenorio et al., 2021). A modo de conclusión, Vásconez y Vivas (2021), sostienen que los ejercicios físicos brindan soluciones ante el estrés generado en los adultos mayores por la Covid-19, dichas personas han experimentado cambios tanto biológicos, sociales y psicológicos. Es por ello, que actualmente son considerados como personas frágiles, por esta razón necesitan de mayor cuidado, en su alimentación y aún más importante en su actividad física y cognitiva, lo cual permitirá disminuir los efectos provocados por el confinamiento.

Los estados emocionales de los adultos mayores se han visto afectados tras el confinamiento de la covid-19. En primer lugar, Naranjo et al. (2021) hace referencia al hecho, que los adultos mayores presentan niveles leves de ansiedad y depresión debido a que cuentan con la información necesaria y constante sobre la covid-19 y como sobrellevarla, cuando existen casos positivos de dicha enfermedad y aumento de riesgos de contagio se desarrollan emociones y sentimientos negativos hacia la salud física y psicosocial. En segundo lugar, el bienestar de las personas de la tercera edad no solo depende de su estado emocional o físico, los recursos económicos juegan un papel importante en su calidad de vida, así como el rol que desempeña dentro de la sociedad y como estos buscan ser aprobadas en el medio que los rodea, pues no existe nada más deprimente que tener diversas cualidades y no poder hacer uso de ellas,

## Significados sobre la vida en pandemia de adultos mayores de la ciudad de Ambato

dado que muchos de los adultos mayores presentan notables capacidades mentales, pero lamentablemente no pueden realizar las actividades así como lo desean. (Rodríguez y Castro, 2019). Para concluir, los estados emocionales de los adultos mayores han variado a consecuencia del mismo encierro y sus relaciones interpersonales, impidiéndoles realizar actividades que eran habituales en su diario vivir, y manifestándose diversas frustraciones, dando como origen alteraciones en su bienestar físico/emocional (Cabrera, 2020).

Diversas investigaciones internacionales y nacionales han proporcionado información sobre la vida en pandemia de adultos mayores. Sin embargo, no se ha profundizado la información en relación a los hábitos de los adultos mayores durante la pandemia y su adaptación frente a las tecnologías necesarias para la comunicación. Asimismo, dichos estudios han sido realizados en diversos países de América Latina y Europa, teniendo en cuenta que en Ecuador es escasa la información, particularmente en la ciudad de Ambato. Por lo mismo, se busca analizar la importancia de los cambios de vida experimentados por los adultos mayores tras el aislamiento, posibles enfermedades y adaptaciones frente a nuevas tecnologías durante la pandemia del covid-19. En efecto, Fernández et al. (2021) reportan mayores niveles de ansiedad y depresión en adultos mayores a propósito de la incertidumbre que causa la actual crisis sanitaria. Por lo tanto, el tema es importante dado que enfatiza los significados de los hechos vividos durante el tiempo de

pandemia en los adultos mayores, puesto que el punto de vista de los adultos mayores siempre es importante para orientar la vida en sociedad.

Realizar esta investigación sobre los adultos mayores y la pandemia de la Covid-19, nos ha permitido resolver inquietudes acerca del tema aplicado. Antes que nada, esta investigación se lleva a cabo con la finalidad de conocer como la vida de los adultos mayores se han visto influenciados por el confinamiento del covid-19 y su perspectiva hacia futuro, experimentando diversas circunstancias como es la soledad, el aislamiento social, la pobreza y los problemas de salud. Por otra parte, es importante comprender la adaptación a los medios tecnológicos de los adultos mayores, y cómo éstos afectaron sus relaciones interpersonales en el ámbito familiar, económico y social, también se pretende que la familia apoye a los adultos mayores a manejar tanto las redes sociales como los aparatos electrónicos a un nivel similar al de sus hijos y nietos, para promover de forma oportuna la inclusión a las nuevas tecnologías. Por último, se considera esta investigación para dar información sobre las necesidades que presentan día a día los adultos mayores a lo largo de su vida, permitiendo que más profesionales realicen investigaciones más profundas acerca del tema, por tal razón se han realizado las siguientes preguntas con respecto al tema planteado:

En un sentido general, ¿cuáles son los significados sobre la vida en pandemia que construyen los adultos mayores de la ciudad de Ambato, Ecuador?

## Significados sobre la vida en pandemia de adultos mayores de la ciudad de Ambato

En un sentido más específico, ¿cuáles son los significados sobre los cambios de hábitos que construyen los adultos mayores de la ciudad de Ambato, Ecuador?

En un sentido más concreto, ¿Qué significados sobre las emociones construyen los adultos mayores de la ciudad de Ambato, Ecuador?

En un sentido más preciso, ¿Cuáles son los significados sobre el aislamiento social y posibilidad de adaptación a los medios tecnológicos que construyen los adultos mayores de la ciudad de Ambato, Ecuador?

Para la resolución de las preguntas expuestas, se han planteado los siguientes objetivos:

Objetivo general: Comprender los significados sobre la vida en pandemia que construyen los adultos mayores de la ciudad de Ambato, Ecuador

Objetivos específicos: Describir los significados sobre los cambios de hábitos que construyen los adultos mayores de la ciudad de Ambato, Ecuador.

Describir los significados sobre las emociones que construyen los adultos mayores de la ciudad de Ambato, Ecuador.

Analizar los significados sobre el aislamiento social y posibilidad de adaptación a los medios tecnológicos que construyen los adultos mayores de la ciudad de Ambato, Ecuador.

### MARCO METODOLÓGICO.

Esta investigación se enfocó desde el paradigma constructivista, el cual ha sido descrito en torno a sus dimensiones onto-

epistemológicas, metodológicas y ético-políticas. Se seleccionó el paradigma constructivista porque fundamenta que los seres humanos construyen conocimientos desde las experiencias que les ha tocado vivir, como es el caso de los adultos mayores ante los diversos eventos que han ocurrido en pandemia; incluso, en algunas situaciones no es posible comprender la realidad solo desde nuestra percepción, lo cual da importancia al pensamiento y al diálogo con otros seres humanos (Durán, 2012). Desde el punto de vista onto-epistemológico, se escogió el constructivismo porque busca entender la existencia del ser humano, su relación con el medio y cómo las experiencias intervienen en los cambios de vida presentados durante un tiempo, como, en este caso, corresponde a las situaciones que han experimentado los adultos mayores durante el tiempo de confinamiento, analizando sus miedos, expectativas y emociones. Adicionalmente, desde la perspectiva metodológica, se eligió este paradigma porque los métodos cualitativos que ofrece, nos permitieron producir información relevante sobre las vivencias que han tenido los adultos mayores en el tiempo de pandemia, además de conocer posibles cambios de hábitos en su salud mental y física. Finalmente, desde una perspectiva ético-política, el constructivismo nos permitió producir conocimiento que ayuden a la sociedad en su conjunto a comprender con mayor profundidad la vida de los adultos mayores y, desde ahí, desarrollar estrategias que permitan acompañarlos de mejor forma, especialmente en un mundo tan cambiante como el que acontece durante la pandemia.

## Significados sobre la vida en pandemia de adultos mayores de la ciudad de Ambato

El método que utilizamos en la investigación es de tipo cualitativo, es decir se desarrolla mediante principios teóricos, recopilando información a través de la observación y la conversación, estrategia que suele ser multimetódica, con ello nos referimos a la capacidad de aplicar diferentes métodos de información al mismo tiempo (Guerrero, 2016). Asimismo, tiene por propósito hacer comprensible los hechos expuestos mediante entrevistas, cuestionarios o técnicas de observación, examinando la forma en que los individuos perciben y experimentan fenómenos que los rodean, mediante las interpretaciones y significados. A su vez, el método cualitativo permite a los investigadores obtener datos no cuantificables, de calidad o así mismo la opinión de los participantes para poder llegar a una conclusión final del proceso realizado. En pocas palabras, se escogió el método cualitativo debido a que nos permitió producir información relevante mediante la técnica de la entrevista y observación hacia los adultos mayores en su entorno, e igualmente nos permitió ampliar la información mediante una revisión de investigaciones bibliográficas.

El diseño que se utilizó fue la teoría fundada empíricamente, Araya (2002), enfatiza que este diseño, consiste en comparar los datos obtenidos para crear ideas teóricas mediante el análisis y la codificación de los mismos, con la finalidad de obtener resultados de la población estudiada. Asimismo, la unidad de análisis son los significados, que consisten en la relación existente entre hombre y la cultura en la que se encuentran, creándose así nuevas experiencias a lo largo de los años transcurridos. Además, se centra en exponer

la información real obtenida de cada uno de los participantes, para poder mantener lo esencial de los mismos datos requeridos, permitiendo organizar y clasificar la información de una forma adecuada. Asimismo, la unidad de análisis se centra en comprender el “que” y a “quien” se está estudiando, dentro de dicha unidad se ven incluidos los individuos y entre ellas las personas afectadas (Arcilla et al,2009). En esta investigación la unidad de análisis se basa en los significados que construyeron los adultos mayores durante la pandemia, como tuvieron que afrontar las circunstancias que se les presentaron día tras día y de la forma en la que se vieron afectados tanto física, psicológica y emocionalmente. Para concluir, la teoría fundada nos permite obtener información relevante de cada uno de los participantes, teniendo en cuenta su punto de vista frente a diversas situaciones que acontecen a cada uno de ellos.

Para la presente investigación se escogió el muestreo teórico, el cual según Glasser y Strauss (1969) hace referencia al proceso de selección de los participantes en torno a criterios que posibilitan la construcción de un modelo teórico válido para un contexto determinado, como es el caso de los adultos mayores en pandemia. Dentro de los criterios de inclusión, han sido consideradas las personas mayores de 65 años de edad, que se hayan mantenido aislados durante el respectivo tiempo de la pandemia (6 semanas en adelante), siendo capaces de desenvolverse de forma autónoma, ambos sexos, personas que hayan hecho uso de la tecnología en el tiempo de pandemia y que residan en el cantón Ambato. Por otro lado,

## Significados sobre la vida en pandemia de adultos mayores de la ciudad de Ambato

en los criterios de exclusión no fueron consideradas las personas menores de 64 años de edad, adultos mayores que irrespetaron las medidas de confinamiento, que no hayan hecho uso de la tecnología, adultos mayores que requieran de asistencia (ceguera, sordera, movilidad reducida) y que vivan fuera del cantón Ambato. Por otro lado, se realizó el acercamiento a personas consideradas dentro de los criterios de inclusión, entablando una conversación con cada uno de ellos, brindándoles información necesaria sobre los fines de la investigación. Para finalizar, se realizaron los respectivos consentimientos informados con el objetivo de llevar a cabo las entrevistas con una población de 7 participantes, mayores de 65 años, de forma presencial, teniendo en cuenta las medidas de bioseguridad presentes (usar mascarilla, traje de bioseguridad, alcohol, gel y guantes). Finalmente, para producir la información, nos reunimos los días viernes durante dos o tres semanas en el horario matutino.

La técnica de producción de datos que utilizamos en nuestra investigación es la entrevista semiestructurada. Díaz et al. (2013), afirman que dichas entrevistas permiten mayor flexibilidad tanto en su diseño como en la aplicación de la misma, adaptándose a las necesidades de los entrevistados. Asimismo, permite obtener mayor información y reducir los formalismos, creando un ambiente de confort. Escogimos esta técnica porque nos permitió adaptar las preguntas a cualquier tipo de respuestas obtenidas por los entrevistados y de esta manera se garantizó una información más precisa sobre los participantes, creando una comunicación

más fluida. Para desarrollar nuestra entrevista semiestructurada hemos construido una serie de preguntas formalizadas en un guion temático. La lógica de construcción fue diseñada a partir de nuestros objetivos específicos, cada uno de los cuales posee una unidad de análisis. De esta forma, se pueden exponer tres aspectos: primeramente, los significados sobre los cambios de hábitos que construyeron los adultos mayores durante la pandemia; posteriormente las emociones experimentadas y finalmente, el aislamiento social y la posibilidad de adaptación a los medios tecnológicos. Como se presenta en el Anexo 1, cada aspecto tiene preguntas de generación, las que permiten ampliar los temas, y las preguntas de profundización, desarrollando una búsqueda más extensa de los temas relevantes.

Las entrevistas que se realizaron fueron registradas por medio de una grabadora de audio, teniendo en cuenta principalmente la aceptación por parte de los participantes mediante el consentimiento informado. Posteriormente, los archivos de audio han sido transcritos por el software NVivo 12 Translator y luego los documentos generados fueron ajustados y revisados por el equipo de investigación. Las entrevistas se realizaron de forma presencial. Por lo tanto, se llevó a cabo el acercamiento con los adultos mayores con las respectivas medidas de bioseguridad (usar mascarilla, traje de bioseguridad, alcohol, gel y guantes), asistimos a cada uno de sus hogares, realizando las respectivas entrevistas con una duración de 15-30 minutos.

La técnica de análisis de datos que se utilizó en nuestra investigación fue el análisis de

## Significados sobre la vida en pandemia de adultos mayores de la ciudad de Ambato

contenido. Cáceres (2003), fundamenta que es una técnica de investigación, centrada en la comunicación, que permite una descripción objetiva de los contenidos expuestos, cuyo principal objetivo es lograr una interpretación apropiada de los datos obtenidos mediante textos, videos, grabaciones, pinturas y fotografías. Asimismo, los principales pasos del análisis de contenido son los siguientes: en primer lugar, la selección del objeto de análisis dentro de un modelo de comunicación y que se enfoca en analizar qué es lo que queremos investigar y de qué manera obtendremos dicha información, teniendo en cuenta los intereses y enfoques que necesitamos para desarrollar oportunamente la investigación; en segundo lugar, el desarrollo del pre-análisis, el cual consiste en organizar la información obtenida a lo largo de la investigación con la finalidad de brindar un entendimiento claro y preciso; en tercer lugar, la definición de las unidades de análisis, la cual se centra en categorizar adecuadamente cada una de las pautas que se desea investigar, dándoles un significado relevante dentro del documento que servirá para producir resultados; en cuarto lugar, el establecimiento de reglas de análisis y códigos de clasificación, en cual se lleva a cabo tras obtener todo el material necesario, categorizando la información que consideramos válida o no, en relación al tema sugerido; en quinto lugar, el desarrollo de categorías, hace referencia a la agrupación de información correspondiente a cada uno de los temas asignados dentro de la investigación, para establecer nuevas interpretaciones y relaciones teóricas; para concluir, la integración final de los hallazgos, que consiste en enfocar toda la información

obtenida a lo largo del trabajo, analizando las causas e interpretándolas adecuadamente acorde a lo mencionado en el transcurso de la investigación.

Finalmente, esta investigación respetó y garantizó principios éticos a través de un consentimiento informado. Cañete et al. (2012), lo definen como un proceso de comunicación que se da entre investigadores y el participante, dando o no la autorización para proceder a realizar la entrevista y donde se consagra el derecho del participante a obtener la información necesaria sobre los términos de la investigación. Del mismo modo, el consentimiento informado de la investigación se encuentra estructurado, principalmente por el título del proyecto “Significados sobre la vida en pandemia de adultos mayores de la ciudad de Ambato”, posteriormente mencionamos a los responsables de la investigación conjuntamente con el objetivo general y los principios éticos que se garantizan. Dentro del mismo se describió cada uno de los procedimientos que se realizaron y el tiempo de duración, brindando la información necesaria sobre la finalidad de dicha investigación y los elementos que se emplearon; para concluir, en el último apartado se evidencia el nombre y firma de las responsables de la investigación, así también los mismos datos del participante.

### RESULTADOS.

Dentro de nuestro de tema de investigación se abordaron aspectos importantes en relación a los objetivos específicos, destacando distintos ejes para cada uno de ellos: en el primer eje abordaremos nuestro primer OE, haciendo énfasis a los

## Significados sobre la vida en pandemia de adultos mayores de la ciudad de Ambato

significados sobre los cambios de hábitos, teniendo en cuenta que los participantes mencionan: *“Esto a lo mejor nos ha enseñado a ser un poco más cuidadosos”*, destacando como aspecto importante la integración de las medidas de bioseguridad, con la finalidad de evitar posibles contagios. El segundo eje, hace hincapié a que: *“Fue una enfermedad desconocida y más que todo una enfermedad que nos*

*aplicó el temor”*, enfatizando al segundo OE, los significados sobre las emociones que

atravesaron los adultos mayores durante la etapa de pandemia. Finalmente, el último eje a considerar son los beneficios que ha brindado la tecnología: *“Aunque sea de lejitos”*, refiere al tercer OE, los significados sobre el aislamiento social y posibilidad de adaptación a los medios tecnológicos.

Figura 1

*Ejes de objetivos específicos.*

**Eje 1:** *Esto a lo mejor nos ha enseñado a ser un poco más cuidadosos.*

**Eje 2:** *Fue una enfermedad desconocida y más que todo una enfermedad que nos aplicó el temor.*

**Eje 3:** *Aunque sea de lejitos.*



## Significados sobre la vida en pandemia de adultos mayores de la ciudad de Ambato

*Esto a lo mejor nos ha enseñado a ser un poco más cuidadosos: Significados sobre los cambios de hábitos*

Un primer objetivo de investigación consistió en describir los significados sobre los cambios de hábitos que construyen los adultos mayores. Uno de los hallazgos más importantes al respecto es que se vivieron alteraciones importantes que marcaron cambios drásticos en lo cotidiano y en el proyecto de vida de los participantes. Según Patricia, la alteración más relevante ha sido la relación que existe entre las debidas protecciones y el miedo a contagiarse, puesto que: *“desde el momento en que alguna persona llega a la casa debemos fumigarlo todo, que al salir a la calle siempre llevar el alcohol, con la mascarilla, doble mascarilla incluso”* (E1-TAM-P76-Patricia).

A esto se suma que los vínculos sociales y familiares se han visto alterados debido a las medidas de bioseguridad que han sido impuestas y promovidas por las autoridades, así como también por el miedo al contagio existente en la sociedad. Por ejemplo, Ángela recalca que:

*“Si yo estoy de repente enferma, voy a contagiar a otro, a mi hijo o mi hijo puede contagiarme a mí, entonces no hemos podido tener esa amistad de poder llegar con familiares, con mucho contacto con ellos, por la razón que se tiene miedo, o sea del uno al otro contagiar”* (E6-TAM-P24-Angela).

A consecuencia de este distanciamiento, los lazos familiares han presentado un cambio inesperado en sus relaciones afectivas, porque, por una parte, se percibe un enfriamiento progresivo de los vínculos causado por el miedo al contagio que lleva a la gente a desconfiar y/o a evitar encuentros

con personas significativas, mientras que, por otra, las decisiones de prevenir estos contagios potencian el enfriamiento antes comentado. En otras palabras, para las personas es mejor prevenir que curar o lamentar.

No obstante, las alteraciones vividas durante este tiempo no siempre han tenido una connotación negativa, puesto que, como menciona María, la pandemia estaría generando un cambio en las prácticas de cuidado, aunque es posible que la gente igualmente continúe con sus hábitos anteriores: *“Esto a lo mejor nos ha enseñado a ser un poco más cuidadosos, más limpios en la casa, en todo sentido y al ámbito personal”* (E7-TAM-P44-María). En efecto, durante el tiempo de pandemia y, a pesar de algunos cambios importantes, los adultos mayores han sabido adaptarse a ellos, puesto que han significado beneficios personales y sociales, los cuales están orientados a fortalecer los cuidados.

Otro hallazgo significativo de esta investigación guarda relación con las prácticas de autocuidado. Para los participantes, esto simboliza la responsabilidad de cada individuo hacia su propio bienestar, brindando así una protección social hacia los otros. Por ejemplo, Julia menciona que:

*“Si tenemos algún signo que nos está indicando que tenemos el Covid-19 debemos evitar salir y utilizar el cubrebocas. Cuando salimos dos mascarillas y también el alcohol que siempre debemos llevar a nuestra mano para protegernos de cualquier situación que se nos puede presentar”* (E4-TAM-P8-Julia).

De esta manera, es posible afirmar que el autocuidado se ha configurado como parte

## Significados sobre la vida en pandemia de adultos mayores de la ciudad de Ambato

fundamental del diario vivir de los adultos mayores, pues muestra una responsabilidad admirable frente a los cuidados propios que requiere esta pandemia. Adicionalmente, el autocuidado ha sido una integración necesaria dentro de los cambios de hábito que han venido experimentando los participantes. De hecho, Julio relata una experiencia vivida al respecto:

*“Yo estuve con mi esposa [refiere a cuadro de Covid-19], tuvimos fe y como se dice, estábamos aislados, nos traían la comida como si estuviéramos en la cárcel, nos pasaban la comida por la ventana, entonces no salíamos ni a la calle. En ocasiones nos dejaban la comida en la puertecita y nosotros salíamos y la recogíamos de la puerta y cerrábamos. De esta forma estábamos seguros” (E3-TAM-P63-Julio).*

Situaciones tan impactantes como la que describe Julio, quien de hecho relata este acontecimiento como si hubiese sido un reo, realzan la relevancia de las prácticas de autocuidado, pues socialmente desde inicios de la pandemia los adultos mayores han sido considerados como la población más vulnerable, y por ello se les ha brindado mayor cuidado y protección. Esto va más allá de contraer la enfermedad, puesto que las actividades de distracción también se consideran como formas de autocuidado y como beneficios para la salud física y mental. De hecho, y dado que actualmente se ha avanzado en vacunación contra Covid-19, se ha comenzado a retomar la vida social con mayor fuerza luego de los confinamientos. En el caso de los adultos mayores, comienzan a integrarse nuevamente a espacios que antes compartían, pero como señala Angela, cuidándose en todo momento:

*“Cuando vamos a la rumba, nos protegemos de distancia de tres metros con los compañeros y entonces vamos con mascarilla, pero cuando ya no se puede estar con la mascarilla, porque nos abogamos en algún momento del ejercicio, tenemos que sacar la mascarilla. Cuando ya terminamos, volvemos a poner la mascarilla y echamos alcohol, entonces, así nos hemos protegido todo este tiempo que hemos estado haciendo los ejercicios” (E6-TAM-P12-Angela).*

A lo anteriormente presentado, es posible indicar que, si bien actualmente nos encontramos en un escenario más auspicioso y de recuperación de espacios de compartir, en algún momento el encierro configuró una vida cotidiana monótona y relativamente estresante. Por ejemplo, Patricia destaca que *“las actividades del hogar son todos los días, 365 días, 24/7, y son las cosas cotidianas: atender a mi esposo, atender a mis nietos, mi casa” (E1-TAM-P20-Patricia)*. La vida cotidiana en pandemia implicó al principio una dificultad para detener el tiempo o generar espacios de recreación. En el caso de las mujeres, esta actividad se concentró en labores domésticas, donde debían estar permanentemente atendiendo diversos asuntos.

Como planteamos anteriormente, el cotidiano pandémico se ha caracterizado por una mayor dificultad para generar encuentros directos, lo cual ha generado efectos varios. En primer lugar, esto ha implicado una desconexión importante con el grupo familiar y círculo de amistades, como señalamos en nuestra idea de enfriamiento. En segundo lugar, esto ha generado una transformación en los medios para encontrarse, pues posiblemente, los adultos mayores jamás pensaron que sus

## Significados sobre la vida en pandemia de adultos mayores de la ciudad de Ambato

reuniones iban a ser mediante dispositivos tecnológicos. Ellos se vieron en la obligación de aprender a usarlos para encontrarse con sus seres queridos, donde nietos y personas cercanas brindaron su colaboración. Esto permitió romper en parte el enfriamiento de las relaciones, porque si bien las reuniones de Zoom permiten no perder el contacto, no ofrecen el calor de las reuniones familiar.

Otro aspecto importante para los adultos mayores ambateños fueron las limitaciones, las cuales consistieron en dejar de realizar ciertas actividades durante un tiempo determinado [*en relación con la pandemia*] y dejar de asistir a espacios donde antes compartían. De hecho, Patricia señala que:

*“La pandemia nos ha truncado todas las actividades que venían a relajarnos un poco la vida, porque tampoco el hecho de que estemos jubilados significa que nos encerramos en una burbuja, pero la pandemia nos viene a cambiar mucho esto”* (E1-TAM-P22-Patricia).

Del mismo modo, durante la pandemia los adultos mayores dejaron de realizar actividades que les brindaban tranquilidad o diversión en sus vidas. Sin embargo, encerrarse en una burbuja ha significado una estrategia para reducir el riesgo de contagios, tanto para ellos como para sus familiares y personas cercanas. Por ende, los hábitos (visitas o reuniones), así como los afectos sociales/familiares que presentaban los adultos mayores antes de la pandemia se vieron limitados. Por ejemplo, Patricia menciona que aspectos tan básicos de la experiencia humana como el saludar se han visto redefinidos, dado que: *“Sí, da mucha pena porque me daría muchas ganas de pegar un*

*fuerte abrazo y todo, y nos limitamos simplemente a un saludo de venia nada más”* (E1-TAM-P30-Patricia). A esto se agrega que los adultos mayores se vieron obligados a cambiar también otros hábitos que llevaban muy arraigados en su diario vivir, es por ello que Julio comenta que: *“Nosotros los fines de semana siempre hemos salido a pasear o bien aquí en el centro o fuera del centro y ahora lamentablemente no podemos salir, por eso sí (ha) afectado”* (E3-TAM-P39-Julio). Debido a estos cambios los adultos mayores han implementado estrategias tecnológicas para tener una comunicación constante con sus familiares y amigos cercanos, así como también un medio de distracción.

Finalmente, dentro de este período pandémico la adaptación ha significado la capacidad de modificar o ajustarse a un nuevo entorno o situación. De esta manera, Patricia menciona que: *“El ser humano se adapta a todas las circunstancias entonces, así como nos hemos adaptado hoy al uso de la mascarilla, el distanciamiento, al uso del alcohol, tendremos que seguirnos adaptando a lo que venga”* (E1-TAM-P82-Patricia). Como es evidente, el entorno en el cual nos encontramos actualmente ha presentado diversos cambios, en los cuales los adultos mayores se han visto en la obligación de establecer una adaptación a cada uno de ellos, dado que la posibilidad de adquirir la enfermedad aumenta al salir de sus hogares e interactuar con el medio social. Del mismo modo, dentro de las adaptaciones, los hábitos de higiene han sido esenciales para prevenir el contagio del Covid-19, es por ello que Juan comenta que: *“No nos olvidemos, que este sea un buen ejemplo para nosotros ya definitivamente mantener hábitos de aseo, los cuidados necesarios que deben presentarse*

## Significados sobre la vida en pandemia de adultos mayores de la ciudad de Ambato

*día a día*” (E2-TAM-P64-Juan). Todos estos cambios experimentados durante la pandemia dentro y fuera del hogar, han sido significativos para la protección del mismo.

*Fue una enfermedad desconocida y más que todo una enfermedad que nos aplicó el temor.* Significados sobre las emociones.

El segundo objetivo de investigación se centró en describir los significados sobre las emociones que construyen los adultos mayores. Uno de los puntos importantes a considerar sobre el tema, son los impactos emocionales que vivieron los participantes durante la pandemia. Para Patricia estos cambios han afectado el entorno social y familiar, dado que se han reducido visitas, viajes y limitándose así a un encierro, haciendo hincapié en que:

*“Nos afectó a todos porque de alguna manera estábamos acostumbrados a salir, a vernos y de pronto encontrarnos en un encierro nos afectó, pero sabemos que eso era por nuestro bien, que no podíamos estar en contacto con la gente porque no podíamos enfermar más, entonces sí afectó, afectó mucho el encierro, pero también nos ayudó a valorar lo que era la vida que teníamos antes, a valorar la familia y valorar la salud”* (E1-TAM-P90-Patricia).

En consecuencia, debido a estas situaciones impactantes las personas han podido valorar los momentos y cosas importantes de la vida, ya que la pandemia se ha llevado consigo a personas queridas, como nos relató Julia:

*“Un momento muy significativo que nos dolió fue la muerte de mi cuñado y de mi sobrino, que lastimosamente no se les pudo enterrar como hubiera sido nuestro deseo, porque del hospital directamente al cementerio se llevaban los casos en ese tiempo,*

*lastimosamente no es lo que uno quiere”* (E4-TAM-P54-Julia).

Dolorosamente, en el transcurso de esta etapa vivida muchos de los planes que se habían previsto para un futuro se estancaron, dejando sentimientos de tristeza e impotencia en sus familias. A esto se suma que, a inicios de la pandemia, la escasez sobre la información del Covid-19 creó pánico en las personas, debido al miedo ante un posible contagio, por ello durante este tiempo la solidaridad dejó de hacerse presente en muchas de las personas, teniendo como único apoyo a los familiares más cercanos. María menciona al respecto que:

*“Nos apoyábamos en la familia, en sí en los que estábamos en casa, porque estábamos en una situación que recién estaba empezando la pandemia y la gente en sí digamos que éramos ignorantes si sabían que a lo mejor esa familia estaba enferma, a lo mejor en vez de apoyarte moralmente y emocionalmente, te aislaban”* (E7-TAM-P34-María).

Con frecuencia las personas recibían un rechazo al presentar síntomas leves por el temor al contagio, sin tener en cuenta, que en situaciones doloras el apoyo emocional es fundamental para sobrellevar las situaciones. Otro punto significativo de esta investigación hace referencia a los pensamientos constantes. Los adultos mayores lo consideran como ideas recurrentes sobre un tema en específico por un largo periodo de tiempo, durante esta etapa [Covid-19], afectando de una manera notoria sus emociones. Como menciona Narcisa en relación a la pandemia y las situaciones de soledad que se han dado:

## Significados sobre la vida en pandemia de adultos mayores de la ciudad de Ambato

Casi me hago loca, porque me dio la depresión, me dio la ansiedad y el estrés. O sea, nunca me imaginé de enfermedades duras y estando solita uno se deprime porque el estar acompañadas se tiene con quien conversar, decir ¿cómo estás? (E5-TAM-P23-Narcisa).

En algunas circunstancias los adultos mayores deben afrontar situaciones dolorosas solos, lo cual puede ocasionarle secuelas psicológicas a futuro. Por ello, Juan considera que el estrés ha sido una consecuencia relevante de la pandemia, mencionando:

Yo pienso que hemos pasado, no solo yo, sino todo el universo, todo el mundo con un estrés bastante fuerte porque no sabíamos de qué se trataba esta pandemia y el virus mismo como tal, entonces, si había mucha preocupación, había mucho temor y obviamente el temor a dejar este mundo, porque a eso estaba llevándonos, si hablamos al principio de lo que era la pandemia, la pandemia tenía muchas cosas, algo desconocido (E2-TAM-P6-Juan).

De esta forma, los adultos mayores presentaban todo tipo de preocupaciones al mantener un desconocimiento sobre la pandemia y las consecuencias que traía consigo, así como el miedo y el temor al contagio. En relación a lo mencionado anteriormente, para los adultos mayores el temor es entendido como el miedo de no volver a vivir los momentos más agradables e importantes de su vida, al ser considerados como la población más vulnerable ante los contagios, presentan constantes inseguridades en relación al futuro y los posibles medicamentos para superar la

pandemia. Con respecto a esto, Patricia comenta que: *“La primera vez que nos enfermamos no teníamos la vacuna, ya teníamos la angustia de que si me voy a morir porque no estoy protegido y cuándo va a llegar la vacuna y era una expectativa que tenía”* (E1-TAM-P98-Patricia). Igualmente, la información sobre las vacunas para el Covid-19 pudo tranquilizar a la población, dado que brindaba la esperanza de disminuir los contagios y, por ende, mejorar las perspectivas de vida.

Asimismo, por el miedo al contagio los adultos mayores han limitado su vínculo social, manteniendo un aislamiento con las personas de su entorno, lo cual ha influenciado de una manera notoria en sus actividades diarias. Por ejemplo, Ángela nos menciona que cuando sale a la ciudad siente mucha inseguridad, haciendo hincapié en que:

*“Ahora vamos con ese nervio de que quien se me acercará, estará alguien enfermo, estará el virus por ahí, entonces uno ya anda con esa duda, pensando en que podía ser alguien en el bus contagiado (...), ya no andamos muy tranquilos como se andaba antes muy tranquilo todo el día conversando con el que va en el bus, pero ahora no vas con esos nervios que alguien pueda estar contagiados”* (E6-TAM-P14-Angela).

Los adultos mayores se sienten inseguros al momento de salir, pues no saben quién puede estar o no contagiado, dicha inseguridad aumenta frente a la irresponsabilidad del autocuidado que mantienen algunas personas. María menciona que la poca información de esta pandemia provocó angustia y miedo a las personas:

## Significados sobre la vida en pandemia de adultos mayores de la ciudad de Ambato

*“Fue una enfermedad desconocida y más que todo una enfermedad que nos aplicó el temor, como no la conocíamos, fue el temor que asustó, que no sabías como llevar y a lo mejor nosotros cuando nos enfermamos no sabíamos que enfermedad porque no teníamos todos los síntomas, ya que todas las personas no nos daban de la misma forma” (E7-TAM-P28-María).*

Debido a que los síntomas del Covid-19 no se presentaban igual en todos los casos, las personas empezaron a sentir angustia y desesperación al no saber cómo frenar esta enfermedad. Además, otro punto relevante dentro de la pandemia ha sido las situaciones conmovedoras, para los participantes, dichas situaciones son aquellos anhelos y recuerdos que tienen del pasado y desean volver a vivir, para muchos de ellos la pandemia ha podido brindarles una segunda oportunidad de hacer aquello que no pudieron anteriormente. María refiere que:

*“Yo con mis hijos no pude compartir muchas cosas porque nosotros tuvimos una experiencia que tuvimos que salir fuera del país y pues es otro ambiente, otra forma de llevar las cosas, entonces ahí se sale del trabajo muy temprano, se regresa a veces en la noche, entonces ellos que se criaron solos y a lo mejor el momento es que ellos necesitaban hablar o el apoyo de algo o consultar algo, pues no estaba ahí para ellos, entonces ahora sí disfruto con él, veo cómo va avanzando las cosas, cómo aprende, si yo tengo que enseñarle algo, pues yo le enseño, pues a lo mejor quedó unas experiencias buenas, tanto para la persona que comparte y la otra para las dos personas, porque a lo mejor con esta situación se unen más, tanto al enseñar, al estar juntos. Pues sí, sí, ha sido una experiencia que a lo mejor nunca se repita y se lleve esto para siempre” (E7-TAM-P24-María).*

Durante la pandemia los adultos mayores han experimentado diversas emociones frente a la crianza de sus nietos, del mismo modo, reencuentros, revaloración de la vida y los significados de la misma. De esta manera para Juan la familia es indispensable, mencionando: *“Para mí lo fundamental es relacionarse con la familia, es lo más divino, lo más hermoso, porque somos seres afectivos que tenemos necesidad de brindar y que también nos brinden cariño” (E2-TAM-P48-Juan).* Es por ello que los adultos mayores consideran que las muestras de cariño y afecto son esenciales para la unión familiar, dando así un sentimiento de preocupación y amor hacia las personas que lo rodean.

Un aspecto significativo de esta investigación hace referencia a la emotividad, donde apreciamos relatos llenos de emoción y nostalgia, acompañados tanto de sentimientos de tristeza como de alegría frente a las adversidades provocadas por la pandemia. De esta manera, para Patricia la familia ha llegado a ser parte fundamental de su vida, considerando que los momentos familiares son: *“Muy importantes, muy confortadores diría yo, porque yo me siento muy feliz con que mi mesa esté llena y que estén mis hijos, mis nietos y que podamos servirnos un simple café, para mí es muy, muy emotivo” (E1-TAM-P60-Patricia).* De esta manera, la pandemia ha permitido brindar más atención a aquellas cosas que antes pasaban desapercibidas, y las cuales no eran consideradas importantes, ahora pueden llegar a ser valiosas.

A esto se suma, que debido a la pandemia compartir momentos o apoyar a familiares lejanos se ha convertido en una dificultad para brindar el consuelo deseado. Como relata Julio a consecuencia de la pandemia:

## Significados sobre la vida en pandemia de adultos mayores de la ciudad de Ambato

*“falleció mi yerno y no podía estar allí presente, también falleció mi exesposa y entonces pues tampoco estaba allí para apoyar a mi hija, entonces sí me he sentido un poco entristecido”* (E3-TAM-P49-Julio). Asimismo, la pandemia junto con la distancia ha creado distintas barreras en la comunicación y el contacto social e impotencia en los adultos mayores, frente a hechos que pueden resultar dolorosos para los familiares, las emociones más relevantes en los adultos mayores se hacen presentes en la soledad y el escaso contacto con sus familias. De esta forma, Narcisa menciona los cambios y emociones atravesados durante la pandemia, como los sentimientos de abandono, haciendo referencia que: *“me daba miedo al principio, como cuando mi hijo se iba a trabajar, yo lloraba, decía no te vayas, él decía y si yo no trabajo, ¿cómo vivimos? Yo me volví como una niña, pues me sentía como abandonada y lloraba, me daba depresión todo eso, entonces iba poco a poco saliendo eso”* (E5-TAM-P25-Narcisa). Por consiguiente, a inicios de la pandemia los adultos mayores temían frente al posible contagio de sus hijos, debido a estas situaciones vividas, presentaron una actitud de vulnerabilidad ante su familia y la sociedad.

Para concluir, otro aspecto relevante de esta investigación se centró en la seguridad, teniendo en cuenta que los adultos mayores tienen diversas interpretaciones de la misma, puesto que, por un lado, refiere a la medicina y medidas de bioseguridad y, por otro, en las fortalezas de la divinidad. Juan nos menciona la importancia de las medicinas para un bienestar propio y social, afirmando: *“yo ya tengo las tres vacunas, y la verdad sea dicha, no me siento mal, al contrario, de alguna forma, emocional y psicológicamente me ayuda a estar*

*tranquilo y protegido”* (E2-TAM-P40-Juan). A esto se agrega que la seguridad y la tranquilidad influyen en el estado físico y mental de las personas, permitiendo una realización y socialización apropiada en su entorno. Adicionalmente, se encuentran las fortalezas de la divinidad, en la cual la seguridad y paz se obtienen mediante fuerzas superiores que brindan apoyo emocional. María menciona la importancia de mantener la fe en algún ser superior, pues permite mantener las esperanzas hacia un futuro mejor, por ello recalca que:

*“La fe que tenemos en Dios y pedirle a él, rogarle de todo corazón que nos ayude en esta situación que estamos viviendo, a lo mejor ahora reflexionábamos de muchas cosas que a lo mejor estábamos olvidando y en esas situaciones que hace reflexionar y que hace ver que en general lo más importante es la familia”* (E7-TAM-P18-María).

*Aunque sea de lejíto:* Significados sobre el aislamiento social y posibilidad de adaptación a los medios tecnológicos.

El tercer objetivo de investigación se basa en analizar los significados sobre el aislamiento social y posibilidad de adaptación a los medios tecnológicos que construyen los adultos mayores. Uno de los aspectos importantes a considerar sobre el tema, son las barreras frente al aislamiento y la integración hacia las tecnologías que vivieron los participantes durante la pandemia, considerándolas como obstáculos para lograr aquello que desean. Como menciona Julio, debido a su edad presenta dificultades para manejar un teléfono celular, recalcando que:

*“Lo que puedo, porque yo no soy como las persona hoy día que los jóvenes que ya nacen y ya saben*

## Significados sobre la vida en pandemia de adultos mayores de la ciudad de Ambato

*manejar un móvil como si tuviera ya 30 años, porque yo lamentablemente manejo un poco, pero lo que pueda” (E3-TAM-P75-Julio).*

A esto se suma que para algunas personas la tecnología se ha convertido en una barrera para mantener una comunicación con su entorno. Dentro de esta dificultad que experimentan, muchos de ellos tienen el apoyo de familiares cercanos. Por ejemplo, para Julia su principal ayuda es su hija, brindándole la guía necesaria frente a los nuevos avances tecnológicos, por ello menciona que:

*“Muchas veces me ha tocado estar llamándole a una hijita mía por el otro teléfono, indicándole y decirle mija qué hago, no puedo, y el otro porque de verdad para tecnología soy mala, pero entonces ella me dice mamita, haga esto, tal cosa, entonces ella me ha indicado de repente, de repente, si se apaga la señal o las conversaciones se vuelven como decir, como que fuera en cámara lenta o a veces aumenta, como si la velocidad, pero muy pocas veces generalmente si tenemos una señal más o menos aceptable” (E4-TAM-P26-Julia).*

No obstante, la pandemia ha permitido a los adultos mayores adquirir nuevos conocimientos en relación a la tecnología, pues se vieron obligados a hacerlo, para mantener una comunicación constante con aquellas personas importantes en su entorno y como un medio de distracción debido al aislamiento. María nos relata que en la actualidad la tecnología se ha convertido en algo fundamental para un desempeño apropiado de nuestra vida, mencionando:

Al inicio sí me hizo un poco difícil adaptar, digamos, a la tecnología moderna, porque antes, por ejemplo, la tecnología iba creciendo de paso a paso, pero de unos años

atrás la tecnología va a pasos agigantados, abriendo nuevos horizontes y todo, entonces sí, me costó un poco porque no puedo decir no fue lo mismo como ahora los niños, como dicen el dicho desde que nacen, ya saben utilizar el teléfono, la computadora, en cambio antes no, antes era la máquina de escribir, luego la máquina electrónica (E7-TAM-P52-María).

En lo que respecta a las noticias referentes al covid-19, desde inicios de la misma hasta la actualidad han sido alarmantes, lo cual origina desesperación en aquellos que la escuchan. Muchos de los adultos mayores han decidido omitir dichos noticieros en su vida, dado que esto les provocaba temor e incertidumbre por los decesos provocados debido a la pandemia. Patricia nos comenta su experiencia en relación a las noticias del Covid-19, mencionando:

*“Al principio yo evité escuchar noticias porque fuera de la situación que yo estaba atravesando, oír tanta gente que se estaba muriendo para mí era realmente desesperante. Entonces yo evité escuchar noticias, prefería mirar programas más agradables y mirar una buena película y ponerme a leer algo, tejer, O sea trataba yo de buscar otros distractores que no fuesen específicamente las noticias” (E1-TAM-P64-Patricia).*

Como es evidente, para los adultos mayores las barreras que se plantearon frente a los noticieros les fomentó la paz y tranquilidad necesaria para sobrellevar las adversidades de la pandemia. Conjunto a ello, otro aspecto importante a considerar es la indiferencia, refiriéndose a un estado de ánimo poco atento frente a las normas de seguridad impuestas por la sociedad. Desde la perspectiva de Patricia considera que la



## Significados sobre la vida en pandemia de adultos mayores de la ciudad de Ambato

juventud les da poca importancia a las prioridades, considerándose como personas inmortales:

*“Lamentablemente la juventud es muy irresponsable, ya que piensa que la vida nunca se le va a acabar, que tiene todo el mundo y puede hacer todo lo que quiere, si hubiesen tenido un poco más de precaución, yo creo que esto no hubiera sucedido, ¡no!”* (E1-TAM-P92-Patricia).

Por esa razón, los adultos mayores muestran más responsabilidad frente a la pandemia y al aislamiento impuestos por las autoridades. Es por ello que al observar que otras personas no respetan las medidas de bioseguridad causan sentimientos de frustración e impotencia. El aislamiento en tiempos de festividades ha resultado totalmente indiferente para algunas personas, evadiendo las responsabilidades. Como refiere Juan: *“En fiestas de Navidad, en fiestas de año nuevo y en algunos tipos de festividades, la gente se ha aglomerado y son causas y motivos para ver que ahora estamos viviendo una explosión de contaminación tremenda”* (E2-TAM-P56-Juan). Sin embargo, las personas cometen el error de no poner en prácticas las experiencias de los acontecimientos vividos, olvidando aquello que causó malestar en un momento en específico, Juan afirma que: *“El ser humano olvida muy pronto, olvida tan pronto como perdonarse si se quiere y si algún momento de estos definitivamente pasa ya, la actitud del ser humano con muy pocos recuerdos de lo que le dejó aprenderá”* (E2-TAM-P60-Juan).

Por otro lado, dentro de esta investigación se destacan las relaciones interpersonales, las cuales consisten en la interacción con otras personas del entorno social, con la finalidad de expresar emociones y sentimientos. Para

Julio han sido significativos los momentos en familia, es por ello que el distanciamiento ha afectado sus relaciones más cercanas, afirmando que:

*“Me siento un poco triste, como te he dicho, yo llamo por teléfono a mi hija en España y yo la veo, pero no me siento tan feliz como si yo estuviera al lado suyo pudiera abrazarla, podría tocarla o así, entonces sí, si nos afecta”* (E3-TAM-P43-Julio).

A pesar del contacto virtual que pueden presentar los adultos mayores, ellos consideran que la virtualidad no puede captar los sentimientos y emociones que se quieren expresar. Es por ello que la pandemia ha limitado a los adultos mayores a reducir sus reuniones y salidas, convirtiéndolas en actividades limitadas al encierro. Juan recalca que:

*“Antes teníamos las invitaciones sociales con los amigos, con las compañeras, con las ex compañeras, ex compañeros, ya se limitó, se limitó y a tal punto que, si se ha hecho alguna reunión entre los compañeros, incluso jubilados desde la pandemia, creo que lo hemos hecho en una sola reunión, no lo hemos hecho más”* (E2-TAM-P22-Juan).

Sin embargo, gracias a los medios de comunicación los adultos mayores han podido tener un contacto continuo con sus familiares, con la finalidad de lograr un estado de satisfacción al tener información sobre el bienestar de sus seres queridos. Debido a la pandemia las redes sociales se han vuelto una parte esencial del diario vivir de las personas. Por ejemplo, Patricia refiere: *“Yo utilizo el WhatsApp, zoom, hacíamos reuniones por zoom, video llamadas por WhatsApp y con Facebook que obviamente, aunque sea mandando mensajitos de vez en cuando de cómo están también nos hemos comunicado”* (E1-TAM-

## Significados sobre la vida en pandemia de adultos mayores de la ciudad de Ambato

P44-Patricia). Evidentemente, para los adultos mayores la comunicación con sus familiares les ayuda a tener posibles anhelos de reencuentros y deseos de mejora hacia el futuro de la pandemia. No obstante, las redes sociales pueden brindar información errónea acerca de la pandemia y las vacunas, influenciando en los adultos mayores tanto psicológicamente como físicamente. Como menciona Juan:

*“Al principio las redes indicaban que la vacunación no es favorable, que la vacunación se van a poner el chip y el chip, luego te pone la recarga y que luego te van a seguir o a perseguir y la muerte te viene encima”* (E2-TAM-P40-Juan).

Es por ello que cuando la información que se obtiene no es verídica puede causar desesperación por parte de los oyentes, llevándolos a tomar decisiones incorrectas.

Finalmente, el último aspecto importante de la investigación son las motivaciones, las cuales consisten en impulsar a las personas a lograr aquellas metas o acciones deseadas. En la actualidad, los adultos mayores consideran motivaciones a aquellas esperanzas de vida y momentos en familia. Para Patricia, el bienestar propio y de su familia ha representado una motivación firme para sobrellevar la pandemia, afirmando que: *“Al conversar, al hacernos llamadas, al saludarnos, aunque sea de lejíto, de alguna manera nos ayuda a saber que el resto está bien y que también estamos bien”* (E1-TAM-P34-Patricia). En efecto, los medios tecnológicos han brindado estabilidad emocional y tranquilidad al tener conocimiento del bienestar de la familia. Sin embargo, el hecho de comunicarse por los medios tecnológicos nunca causara el mismo efecto

emotivo que compartir momentos presenciales. Con respecto a esto Julio recalca:

*“Yo llamo a mi familia por teléfono por WhatsApp y yo lo veo a mi familia, pero no es lo mismo verlo que personalmente estar con ellos, porque aquí yo los puedo ver, me alegro de verlos, me siento feliz de ver a mi hijo, pero no tengo el gusto de abrazarlo, besarlo”* (E3-TAM-P31-Julio).

Además, el aislamiento causado por la pandemia ha ocasionado muchas situaciones de soledad, nostalgia y tristeza, las cuales, gracias a la tecnología y la comunicación constante con los familiares, han podido ser controladas. En efecto, Julia relata que:

*“Gracias a Dios no he caído en depresión siempre hemos estado en contacto con mi hija, que vive aquí en Ambato también con mis otras hijas que viven en el extranjero, siempre me han estado llamando, mamita ¿cómo está?, hemos estado conversando con ellas entonces, en ese sentido no me he sentido por decir aislada, sola, cuando ya no se puede salir, se pasa en casa, pero como digo, siempre he pasado acompañada virtualmente”* (E4-TAM-P30-Julia).

Como se aprecia, el apoyo que recibieron los adultos mayores por parte de sus familiares en relación al ámbito tecnológico como emocional, pudo fortalecer los lazos afectivos y provocar sentimientos de alegría.

## DISCUSIONES Y CONCLUSIONES.

Esta investigación tuvo por objetivo general comprender los significados sobre la vida en pandemia que construyen los adultos mayores de la ciudad de Ambato, Ecuador. Un primer objetivo específico fue

## Significados sobre la vida en pandemia de adultos mayores de la ciudad de Ambato

describir los significados sobre los cambios de hábitos. Mediante este objetivo se encontró un hallazgo en relación a las alteraciones en la vida cotidiana de los adultos mayores, las cuales han limitado actividades que les producía satisfacción, lo cual ha afectado el diario vivir de los participantes, restringiendo los encuentros y viajes. De este modo, se ha provocado un distanciamiento en el ámbito familiar y social, debido al miedo e inseguridad frente a las adversidades que trae consigo la pandemia. En esta misma línea Naranjo (2020) comenta que la pandemia de la COVID-19 ha cambiado la vida de los adultos mayores, sus costumbres diarias, trayendo incertidumbre, rutinas diarias alteradas, aislamiento social y temor a enfermarse. Esta situación se agrava ante el desconocimiento de cuánto tiempo durará la pandemia, y qué puede traer el futuro. Asimismo, los participantes han tenido que abandonar muchas de las actividades que realizaban normalmente, así como reuniones con fines lúdicos, ir de compras o visitas a santuarios, sustituyéndolas por actividades que puedan realizar dentro del hogar, como ver la televisión, tejer y grupos de oración a través de los medios tecnológicos, respetando el aislamiento y las medidas de bioseguridad dentro del hogar, cuestión que es coincidente con lo reportado por Fernández et al. (2021).

Entre otros resultados de la investigación en relación al objetivo planteado, se encontró el autocuidado, el cual enfatiza en las medidas de bioseguridad que han llegado a formar parte del diario vivir, siendo vistas como una muestra de respeto hacia los demás. De esta manera, ayudan a evitar el

aumento de contagios. Para los participantes el autocuidado simboliza la responsabilidad de cada individuo hacia su propio bienestar, brindando así una protección social. Apoyando a lo mencionado por Han (2020), cada persona se preocupa principalmente por su supervivencia. En ese sentido, la solidaridad consiste en mantener las distancias y evitar el contacto con los semejantes.

Dentro de este hallazgo, las adaptaciones jugaron un rol importante permitiendo así una integración adecuada a las diversas situaciones como son el aislamiento, las enfermedades, medios tecnológicos y las medidas de higiene, esta adaptación ha permitido disminuir la posibilidad de adquirir la enfermedad. Este hallazgo se diferencia de lo mencionado por Khan et al. (2017), puesto que los adultos mayores tienen menos capacidades de adaptación biológica y psicológica a los cambios. En efecto, durante la pandemia se han limitado las relaciones sociales presenciales y muchas personas (especialmente en la tercera edad) no tienen los dispositivos ni las competencias digitales necesarias para comunicarse.

Como segundo objetivo se planteó describir los significados sobre las emociones de los adultos mayores. Hemos encontrado un hallazgo importante dentro del mismo, los cuales son los impactos emocionales que han experimentado los participantes a lo largo de la pandemia, siendo el miedo al contagio y la pérdida de familiares, así también causando sentimientos de tristeza y nostalgia frente al confinamiento por la Covid-19. Durante la pandemia, el encierro ha generado malestar y cambios

## Significados sobre la vida en pandemia de adultos mayores de la ciudad de Ambato

emocionales en los participantes como, inseguridad, sensibilidad, impotencia y vulnerabilidad. Esto ha creado secuelas en su diario vivir, entre ellas el temor a salir y la dificultad para mantener contacto social. A esto se suma lo mencionado por Callis *et al.* (2021), quienes apuntan que, en los adultos mayores, fuera del ámbito de la pandemia de la COVID-19, la soledad y el aislamiento social son determinantes importantes en su salud e influyen decisivamente en su bienestar y calidad de vida.

Los participantes de este estudio plantean la importancia de la seguridad en tiempos de pandemia, resaltando la ayuda que brindan personas cercanas en momentos de vulnerabilidad (enfermedades y pérdidas), con palabras de aliento y ayuda medicinal, con la finalidad de crear espacios de protección. Asimismo, el adulto mayor podrá desenvolverse de una forma correcta dentro del ámbito familiar y social, puesto que, como destaca Leturia *et al.* (2001), el apoyo social implica afecto y ayuda emocional (sentirse querido, intimidad, confianza y disponibilidad), ayuda instrumental (conocimientos y consejos) y afirmación personal. De este modo, durante el confinamiento los cuidados, el apoyo y el respeto hacia los adultos mayores ha repercutido positivamente en su estado emocional, tal como han planteado Galeano *et al.* (2020).

Otro hallazgo importante a considerar dentro de este objetivo son los pensamientos constantes, haciendo referencia a las ideas recurrentes en relación a lo ocurrido por la pandemia, así como, al aumento de contagios y el deceso de familiares, generando estados de impotencia

ante el desconocimiento de la misma enfermedad. De esta manera, la salud del adulto mayor se ha visto afectada. Esto es concordante con lo planteado por Callis *et al.* (2021) debido a la alta contagiosidad del virus, al poco control de la amenaza, al número cada vez mayor de casos confirmados y muertes en el mundo, y al aislamiento social, las emociones y los pensamientos negativos se extienden, amenazando la salud mental de la población.

Como tercer objetivo se planteó los significados sobre el aislamiento social y posibilidad de adaptación a los medios tecnológicos en los adultos mayores. Dentro de este objetivo, se encontró un hallazgo relacionado con los medios de comunicación, los cuales permiten mantener un diálogo constante a los adultos mayores con sus familiares y amigos, siendo una necesidad primordial en el desarrollo del ser humano, para transmitir ideas y pensamientos. Asimismo, la información que se propaga mediante las redes sociales puede ser o no verídicas, generando un estado de ansiedad en los adultos mayores debido a la información excesiva en relación a la pandemia, tal como sostiene Cabrera (2020). Actualmente, la tecnología ha llegado a ser esencial en la vida de las personas, permitiendo mantenerse al día ante los sucesos del exterior, así como medios de distracción y comunicación con personas de su entorno social.

A lo largo de la investigación, otro de los hallazgos importante son las barreras, las cuales son consideradas como obstáculos que impiden la realización de ciertas actividades fuera del hogar, ante este suceso dichas actividades han buscado ser

## Significados sobre la vida en pandemia de adultos mayores de la ciudad de Ambato

sustituídas por medio de la tecnología, para mantener comunicación y contacto con familiares y amigos, teniendo en cuenta que los medios tecnológicos nunca podrán sustituir el afecto y apego físico. A esto se suma lo mencionado por Arias y Polizzi (2011), las relaciones sociales presenciales generan bienestar en las personas mayores; los vínculos de amistad y los contactos familiares mejoran la salud y favorecen la longevidad. Es por ello que el poco contacto frente a las relaciones sociales afecta el bienestar físico y psicológico de los participantes, produciendo manifestaciones de irritabilidad, insomnio y angustia. Tal como plantea González et al. (2020), esto se debe a la incertidumbre y aislamiento social generado por la pandemia.

El último hallazgo para este objetivo, consistió en las relaciones interpersonales, las cuales muestran la importancia de la socialización con otras personas de su mismo entorno, para poder expresar emociones y sentimientos. En la actualidad las relaciones interpersonales se han visto limitadas debido al aislamiento por la pandemia, provocando un distanciamiento familiar y social, a pesar de ello, se han buscado diversas formas de comunicación mediante la tecnología, con la finalidad de fortalecer y mejorar los vínculos afectivos, tal como plantea Parraguez et al. (2021). Asimismo, la pandemia ha enfocado la necesidad de los medios tecnológicos como una opción de comunicación, todo ello mediante un dispositivo virtual. Retomando la pregunta de Vásquez (2020): ¿podrán las personas mayores enriquecer o fortalecer sus redes o al contrario reducir sus contactos? Esta pregunta nos parece

importante, ya que la presencia física es fundamental para establecer un vínculo social, dado que por medio de estos encuentros se da prioridad al valor de la vida humana y se contrarresta el miedo a la muerte.

En esta investigación se encontraron limitaciones, como fue la poca información bibliográfica en relación a los adultos mayores y la pandemia, teniendo en cuenta que la Covid-19 es un suceso reciente. Proponemos que futuras investigaciones analicen y busquen hallazgos relevantes del tema propuesto, así como las consecuencias que trajo consigo, con la finalidad de ampliar horizontes del mismo. Asimismo, la investigación se planteó exclusivamente para participantes de la ciudad de Ambato que ofrecieron información necesaria para el desarrollo del tema, obteniendo resultados gratificantes. Sin embargo, es necesario considerar la posibilidad de extender la búsqueda de los participantes a otras zonas geográficas del país, especialmente considerando la multiplicidad de culturas que viven en Ecuador y, por tanto, las múltiples formas de envejecer que podríamos encontrar.

Además, en la investigación realizada se logró abordar la realidad cotidiana de adultos mayores en tiempos de pandemia, especialmente cuando ellos han tenido que adaptarse de forma apresurada a las nuevas tecnologías de comunicación. No obstante, no podemos dejar de pensar que, en nuestro país, la mayor parte de la población no tiene un acceso equitativo a tecnologías y conectividad, razón por la cual seguirá siendo importante profundizar en otras investigaciones en las voces de aquellos

## Significados sobre la vida en pandemia de adultos mayores de la ciudad de Ambato

adultos mayores que no tienen un acceso conveniente a estas plataformas de comunicación.

Finalmente, esta investigación fue importante porque nos permitió lograr cercanía con los adultos mayores, puesto que creamos instancias de conversación que fueron muy enriquecedoras. De hecho, por medio de sus anécdotas pudimos entender un poco más de su diario vivir, sus miedos, anhelos y las esperanzas de superar estos sucesos difíciles vividos durante la pandemia. Por ello, creemos que desarrollar instancias de investigación con adultos mayores permiten reivindicar su lugar como sujetos de derecho, así como también nos posibilita a las generaciones más jóvenes nutrirnos de la experiencia de ellos.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

- Almonacid, A., Almonacid, M. (2021). Percepción de adultos mayores chilenos en relación a la salud y el ejercicio físico en pandemia Covid-19 1(2), 947-957.
- Bravo, S y Villar, F. (2020). La representación de los mayores en los medios durante la pandemia COVID-19: ¿Hacia un refuerzo del edadismo? *Revista Española de Geriatría y Gerontología* 55(5). 267-271 <https://doi.org/10.1016/j.regg.2020.06.002>
- Cabrera, E. (2020). Actividad física y efectos psicológicos del confinamiento por Covid-19. *Revista INFAD de Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology* 2(1). 209-220. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2020.n1.v2.1828>
- Cáceres, P. (2003). Análisis cualitativo de contenido: Una alternativa metodológica alcanzable. *Revista de la escuela de psicología*, 53-82.
- Cañete, R., Guilhem, D., & Brito, K. (2012). Consentimiento informado: algunas consideraciones actuales. *Scielo*, 1-7.
- Callis, S., Guarton, O., Cruz, V., De Armas, A. (2021). Estados afectivos emocionales en adultos mayores solos en aislamiento social durante la pandemia COVID 19. *Revista electrónica Dr. Zoilo E. Marinello Vidaurreta* 46(1), 1-6.
- Díaz, L., García, U., Martínez, M., & Varela, M. (2013). La entrevista, recurso flexible y dinámico. *Scielo*, 1-6.
- Díaz, A., Ramiro, C., López, J. (2020). Redes sociales, aprendizaje automatizado y clarística en tiempos de COVID 19. *Revista Cross Mark* 88(4). 395-398 <https://doi.org/10.24875/CIRU.M20000065>
- Fernández, S., Guarton, O., Sánchez, V., Armas, A (2021). Manifestaciones psicológicas en adultos mayores en aislamiento social durante la pandemia covid-19, *Ciencias básicas biomédicas Cibamanz, Cuba*.
- Flores, M. (2020). Las redes sociales se incrementan en las personas mayores durante el Covid-19. *Revista Familia1* (2). 161-171.
- Glasser, B., & Strauss, A. (1969). *The discovery of grounded theory strategies for qualitative*. New York: Aldine Publishing Company.
- Guerrero, M. (2016). La investigación cualitativa. *UIDE*, 1-9.
- González, M., Norabuena, M., Olortegui, A. (2020). Autonomía personal del adulto mayor después de los 100 días de confinamiento por Covid-19. *Revista de investigación y casos en salud* 5(3). 138-144. DOI:10.35626/casus.3.2020.287
- Helen, F., Karlita, M., Edwin, L., & Diego, Z. (2017). Analisis crítico del constructismo

## Significados sobre la vida en pandemia de adultos mayores de la ciudad de Ambato

y constructivismo como teoría de aprendizaje en educación. *Revista de entrenamiento*, 1-12.

Iacub, R., Kass, A., Mansinho, M., Slipakoff, L., Hermann, B., De Muro, M., Val, S. (2021). Aspectos emocionales de las personas mayores durante la pandemia por Covid-19. *Revista Kairós* 9(39), 9-41. DOI: <http://dx.doi.org/10.23925/2176-901X.2021v24iEspecial30p9-41>

Losada, A., Márquez, M., Jiménez, L., Pedroso, M., Gallego, L., Fernández, J. (2020). Diferencias en función de la edad y la autopercepción del envejecimiento, en ansiedad, tristeza, soledad y sintomatología comórbida ansioso-depresiva durante el confinamiento por la Covid 19. *Revista Española de Geriátría y Gerontología* 55(5). 272-278  
<https://doi.org/10.1016/j.regg.2020.05.00>

Macias, M., Álava, L. (2021). Conectividad en tiempos de pandemia en el adulto mayor Centro Gerontológico Santa Gema de Galgani. *Revista científica Socialium* 5(2), 266-281.  
<https://doi.org/10.26490/uncp.sl.2021.5.2.929>

Naranjo, C. (2020). Impacto de la salud mental en los adultos mayores en tiempos de Covid-19. *Revista Indexadas Cubanas. Primera jornada virtual de psiquiatría*. 1-7  
<https://orcid.org/0000-0002-2476-1731>.

Naranjo, Y., Mayor, S., De la Rivera, O., Gonzáles, R. (2021). Estados emocionales

de adultos mayores en aislamiento social durante la Covid-19. *Revista información científica* 100(2). 1-10

Parraguez, P., Jorquera, P., Araya, M (2021). Vejez y vida cotidiana en tiempos de pandemia: estrategias, decisiones y cambios. *Revistas Horizontes Antropológicos* 1(2), 227-243. <https://doi.org/10.1590/S0104-71832021000100012>

Rodríguez, E., Castro, C. (2019). Soledad y aislamiento, barreras y condicionamientos en el ámbito de las personas mayores en España. *Revista científica Proquest* (1), 127-154.

Tahull, J. (2021). ¿Cómo han vivido los adultos mayores la pandemia del COVID 19? *Cuadernos de filosofía latinoamericana*, 42(125), 1-32.  
<https://doi.org/10.15332/25005375.6454>

Tenorio, J., Romero, Z., Roncal, V., Cuba, M. (2021). Calidad de vida de adultos mayores de la Seguridad Social peruana durante la pandemia por Covid-19. *Revista del cuerpo médico hospital nacional Almanzor Aguinaga Asenjo* 14(1). 41-47. DOI: <https://doi.org/10.35434/rcmhnaaa.2021.14Sup1.1165>

Vásconez, D., Vivas, Y. (2021). Ejercicios para el adulto mayor: solución para estrés en confinamiento por Covid-19. *Caminos de investigación* 3(1). 19-28

Vázquez, F. (2020). Miradas etnográficas del envejecer en la pandemia. *Revistas científicas Instituto Panamericano De Geografía e Historia*



# Significados sobre la vida en pandemia de adultos mayores de la ciudad de Ambato

## AGRADECIMIENTOS.

Un agradecimiento sincero a nuestro tutor Phd. Diego Palacios Díaz por su apoyo incondicional a lo largo de este tan anhelado proceso, gracias a sus conocimientos pudimos culminar con éxito nuestro proyecto de investigación.

También agradecemos a los adultos mayores de la ciudad de Ambato que nos permitieron ingresar a sus hogares, brindándonos su confianza y apoyo en el transcurso de esta investigación. Asimismo, agradecemos a la Universidad Tecnológica Indoamérica, Facultad de Ciencias Humanas y de la Salud que nos transmitió los conocimientos necesarios para llegar a este punto de nuestras vidas tan esperado.

Finalmente, agradecemos a nuestras familias por el apoyo y el amor brindado a lo largo de esta etapa de nuestras vidas.

Yadira y María José

# Significados sobre la vida en pandemia de adultos mayores de la ciudad de Ambato

## DEDICATORIA.

Este proyecto de investigación está dedicado a mi madre, Irma Del Cisne Portero quien ha sido mi motivación y apoyo incondicional durante la formación de mi carrera. Te agradezco de todo corazón por tu cariño y doy gracias a Dios por tenerte en mi vida.

María José Portero Miniguano.

# Significados sobre la vida en pandemia de adultos mayores de la ciudad de Ambato

## DEDICATORIA.

Este proyecto simboliza 4 años de trabajo, esfuerzo, dedicación y amor hacia mi carrera.

Principalmente, se lo dedico a la mujer que me dio el mejor ejemplo de perseverancia, y me brindó todo su apoyo desde el inicio, mi madre Marisol López, gracias por tu paciencia y amor. Asimismo, al mejor hombre, amigo y padre que Dios puso en mi vida, gracias por confiar siempre en mí, Carlos Zurita. Por eso y mucho más los amo.

Así también este proyecto va dedicado a mis hermanos Carlos Zurita, Jacob Zurita y Viviana López, que siempre están a mi lado, brindándome las palabras exactas para no darme por vencida y culminar mis metas y sueños.

Finalmente, va dedicado a la persona que supo impulsarme a seguir adelante desde inicios de la carrera, con su apoyo y amor constante, enseñándome a luchar siempre por lo que deseo. Mi novio Christian Fiallos.

Yadira Vanessa Zurita López.

**ANEXOS.**

Anexo 1

*Preguntas.*

Primera parte de la entrevista: <i>Marco general:</i> <i>Saludo + Presentación de ambas partes + Propósito de la entrevista</i>			
Objetivos Específicos	Preguntas de Generación (Abrir y ampliar)	Preguntas de Profundización (Cerrar y estrechar)	Lineamientos para el Análisis
<b>OE1: Describir los significados sobre los cambios de hábitos que construyen los adultos mayores de la ciudad de Ambato, Ecuador.</b>	<p>A) Cuénteme, ¿qué actividades le gusta realizar?, ¿Con qué frecuencia realiza dichas actividades?</p> <p>B) Cuénteme, ¿Qué ha significado para usted la pandemia?</p> <p>C) ¿Cambiaron sus hábitos durante el confinamiento del COVID 19?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Respecto a los cambios de hábitos ¿Podría mencionarnos los más relevantes?</li> <li>• ¿Considera que los cambios realizados durante este periodo fueron positivo, negativos, un poco de ambas para usted? ¿Por qué?</li> <li>• ¿Cómo evaluaría usted los cambios que ha tenido? ¿Han sido fáciles, difíciles? ¿En qué sentido?</li> <li>• ¿Cómo se vio afectada su vida social con los cambios de hábitos experimentados?</li> <li>• ¿Cómo se vio afectada su vida familiar con los cambios de hábitos experimentados?</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ¿Cómo nuestras preguntas de investigación nos sirven para generar los primeros códigos del corpus textual?</li> <li>2. ¿Cómo usamos los códigos para encontrar temas y patrones en nuestro corpus textual?</li> <li>3. ¿Cómo sabemos qué codificar y cómo hacerlo?</li> <li>4. ¿Cómo podemos ir transformando</li> </ol>

			<p>nuestros códigos en teorías más alto nivel?</p> <p>5. ¿Cómo todo ese trabajo nos sirve para exponer los resultados de nuestra tesis?</p>
<p><b>OE2: Describir los significados sobre las emociones que construyen los adultos mayores de la ciudad de Ambato, Ecuador.</b></p>	<p>Podría mencionarme usted ¿Cómo se ha sentido usted durante la pandemia? ¿Considera usted que ha tenido algún cambio? Podría contarme un poco más</p> <p>B) Hablemos un poco del encierro durante la pandemia, ¿Cómo podría describirnos su sentir?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Considera usted que su estado emocional se ha visto influenciado por la pandemia del covid-19? ¿Cómo?</li> <li>• ¿Podría relatarme alguna situación emocionante que haya vivido durante los últimos años de pandemia?</li> <li>• ¿Qué sentimientos causa en usted al observar los noticieros sobre la pandemia que está atravesando el mundo?</li> <li>• ¿Qué significado tiene para usted pasar momentos en familia? Luego de haber estado distanciados.</li> </ul>	
<p><b>OE3: Analizar los significados sobre el aislamiento social y posibilidad de adaptación a los medios tecnológicos que construyen los adultos mayores de la</b></p>	<p>A) Debido al aislamiento se incrementó el uso de la tecnología, ¿Fue capaz de desenvolverse fácilmente en ellos? ¿Tuvo algún tipo de dificultad?</p> <p>B) ¿Qué efectos ha traído a su vida el COVID 19? ¿Qué ha pasado con las personas que son importantes para usted?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Mantuvo una comunicación constante con sus amigos/ familiares por medios tecnológicos? Si es así ¿Cuáles fueron?</li> <li>• Cuando usted tuvo alguna dificultad para manejar la tecnología, ¿Cómo las solucionaba? ¿Quién le ayudaba?</li> </ul>	

**ciudad de Ambato,  
Ecuador.**

- ¿Considera usted que la pandemia ha afectado o no las relaciones sociales?  
¿Cómo?
- ¿Cómo visualiza el futuro de esta pandemia? ¿Qué espera?

Cierre de la entrevista:

*Agradecer por la colaboración + Informar sobre los siguientes pasos (contar qué hallazgos logramos) + Brindar espacio para que el participante cierre, exprese cómo se siente, y exponga dudas, consultas, comentarios.*

Anexo 2

## CONSENTIMIENTO INFORMADO

Título del Proyecto: Significados sobre la vida en pandemia de adultos mayores de la ciudad de Ambato

Investigadores Responsables: Yadira Vanessa Zurita López y María José Portero Miniguano

Ambato, 21 de enero del 2021

En el marco de la investigación titulada Significados sobre la vida en pandemia de adultos mayores de la ciudad de Ambato, se ha invitado a adultos mayores a participar de una investigación que tiene por objetivo Comprender los significados sobre la vida en pandemia que construyen los adultos mayores de la ciudad de Ambato, Ecuador.

La participación de adultos mayores en la investigación implica llevar a cabo la realización de las entrevistas semiestructuradas de forma presencial, con la debida precaución de bioseguridad. Cada una de ellas tiene una duración aproximada de 30 a 45 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 [estudiante tesista y sus tutores institucionales].

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 para sobrellevar de una forma correcta la pandemia y el aislamiento, mediante información sobre actividades que promuevan su salud física y mental.

## Significados sobre la vida en pandemia de adultos mayores de la ciudad de Ambato

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, en casos de producción de datos presencial, 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 Yadira Vanessa Zurita López, investigadores responsables del proyecto, al teléfono 0993863812, o al mail [yzurita@indoamerica.edu.ec](mailto:yzurita@indoamerica.edu.ec). También puede contactarse con el tutor/a de esta tesis, Diego Arturo Palacios Díaz, docente-investigador de la Universidad Tecnológica Indoamérica, cuyos datos de contacto son 099 335 0117 y [diegopalacios@uti.edu.ec](mailto:diegopalacios@uti.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

.....  
Yadira Vanessa Zurita López  
Investigador Responsable 1

.....  
Nombre y Firma de participante

.....  
María José Portero Miniguano  
Investigador Responsable 2