

Propuesta de medidas preventivas para el control de la propagación de covid-19 en el centro poblado Palo Blanco - Pomahuaca, 2020

Loida Eunice. Diaz Ygnacio

Yodilo.300115@gmail.com

Facultad de ciencias de la Salud. Escuela de Tecnología Médica
Bachiller en Tecnología Médica especialidad
Laboratorio Clínico y Anatomía Patológica.
Universidad Nacional de Jaén. Cajamarca, Perú.

Joscelin Mirella. Tesén Quiroz

josmi2796@gmail.com

Facultad de ciencias de la Salud. Escuela de Tecnología Médica
Bachiller en Tecnología Médica especialidad
Laboratorio Clínico y Anatomía Patológica.
Universidad Nacional de Jaén. Cajamarca, Perú.

Dr. Luis Omar Carbajal García

ocarbajalg@unj.edu.pe

Facultad de ciencias de la Salud. Escuela de Tecnología Médica
Docente, Jaén, Perú
Universidad Nacional de Jaén. Cajamarca, Perú

Mg. Juan Enrique Arellano Ubillus

Juan.arellano@unj.edu.pe

Facultad de ciencias de la Salud. Escuela de Tecnología Médica
Docente, Jaén, Perú
Universidad Nacional de Jaén. Cajamarca, Perú

RESUMEN

La presente tesis tuvo como finalidad: proponer medidas preventivas para el control de contagio y propagación de COVID-19 en el Centro Poblado Palo Blanco – Pomahuaca. La metodología de investigación fue de tipo descriptiva propositiva, de diseño no experimental; la población y muestra fue de 352 habitantes del Centro Poblado Palo Blanco del Distrito de Pomahuaca.

Se utilizó como técnica la encuesta, el instrumento fue el cuestionario que fue validado mediante juicio de expertos; siendo los resultados: factores causantes del contagio y propagación del COVID-19, 47,16% crecimiento y autoactualización, 46,48% medidas de protección, 41,48% percepción de la realidad, 38,97% integración; como estrategias:

vigilancia epidemiológica, medidas diagnósticas, medidas de higiene, medidas de información, medidas de aislamiento social, uso racional de recursos, integración social, adecuadas medidas de distanciamiento y protección personal, medidas farmacológicas e indicadores de atención.

Se concluye que la propuesta sobre medidas preventivas para el control de contagio y propagación de COVID-19 requiere de una inversión de S/. 6,477.00 soles para su implementación. Recomendando, implementar la propuesta planteada en la investigación, teniendo en consideración que esta permitirá controlar la propagación del COVID-19 en el centro poblado Palo Blanco – Pomahuaca.

Palabras clave: medidas preventivas; control de contagio; propagación; COVID-19

Proposal of preventive measures to control the spread of covid-19 in the Palo Blanco populated center - Pomahuaca, 2020

ABSTRAC

The purpose of this thesis was: to propose preventive measures to control the contagion and spread of COVID-19 in the Palo Blanco - Pomahuaca Town Center. The research methodology was of a descriptive propositional type, of non-experimental design; The one population and sample was 352 inhabitants of the Palo Blanco Population Center of the District of Pomahuaca.

The survey was used as a technique, the instrument was the questionnaire that was validated by expert judgment; The results being: factors causing the contagion and spread of COVID-19, 47.16% growth and self-updating, 46.48% protection measures, 41.48% perception of reality, 38.97% integration; as strategies: epidemiological surveillance, diagnostic measures, hygiene measures, information measures, social isolation measures, rational use of resources, social integration, adequate distancing and personal protection measures, pharmacological measures and care indicators.

It is concluded that the proposal on preventive measures to control the contagion and spread of COVID-19 requires an investment of S/. 6,477.00 soles for its implementation. Recommending, implement the proposal raised in the investigation, taking into consideration that it will allow to control the spread of COVID-19 in the Palo Blanco - Pomahuaca populated center.

Keywords: preventive measures; contagion control; spread; COVID-19.

Artículo recibido: 10 Setiembre. 2021
Aceptado para publicación: 15 Octubre. 2021
Correspondencia: Yodilo.300115@gmail.com
Conflictos de Interés: Ninguna que declarar

INTRODUCCIÓN.

La pandemia del COVID-19 es uno de los desafíos más serios que ha enfrentado la humanidad en tiempos recientes. Todavía se desconoce lo que podrá ser su costo total en vidas humanas. De manera simultánea a la pérdida de vidas y a la profunda crisis de salud, el mundo está siendo testigo de un colapso económico que impactara de manera severa el bienestar de grandes segmentos de la población durante los próximos años (1).

“Los primeros casos reportados de COVID-19 se identificaron en Wuhan provincia de Hubei, China en el mes de diciembre del 2019, a causa de un brote de enfermedad respiratoria” (2).

A partir del 31 de enero de 2020, “esta epidemia se había extendido a 19 países con 11,791 casos confirmados, incluidas 213 muertes, siendo Tailandia el primer país después de China que registra un caso positivo de coronavirus”. “Una semana más tarde se empieza a registrar en Estados Unidos (EEUU), Europa y Oriente medio. Siendo EEUU, Reino Unido, Brasil e Italia los países con mayor número de muertos” (3).

La aparición del “SARS-CoV-2 ha sido vinculada al mercado de Huanan y se presume que el virus emergió por contacto con animales, para luego desarrollarse un contacto humano-humano que, al mes de abril del 2020 se registran alrededor de 3,000,000 millones de casos confirmados y más de 200,000 muertes en todo el mundo” (4).

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), “en muchos países en los que la transmisión comunitaria ha generado brotes con crecimiento casi exponencial, se han introducido medidas generalizadas de distanciamiento físico a nivel de la población y restricciones de movimiento para frenar la propagación y poner en marcha otras medidas de control.” “Las medidas de distanciamiento físico y las restricciones de movimiento, que a menudo se denominan «confinamientos» y «aislamientos», pueden frenar la transmisión de la COVID-19 al limitar el contacto entre personas”. “Sin embargo, estas medidas pueden tener un profundo impacto negativo en las personas, comunidades y sociedades al detener casi por completo la vida social y económica” (5).

“El 5 de marzo de 2020 se confirmó el primer caso importado de COVID 19 en el Perú correspondiente a un paciente de 25 años con infección respiratoria aguda leve con antecedentes de viaje a diferentes países de Europa dentro de los últimos 14 días previos al inicio de los síntomas” (6).

Esta nueva enfermedad (COVID-19), ha desnudado de manera cruda y real, la terrible situación sanitaria del Perú: hospitales viejos, falta de materiales, laboratorios especializados, camas, ventiladores, especialistas, y una población geriátrica abandonada, médicos mal remunerados, sin seguro médico, y como nunca, falta de equipos de bioseguridad para combatir a este nuevo flagelo” (7).

La situación del COVID-19, “en el Perú, al 15 de agosto del 2020, tenemos 525 803 casos confirmados de coronavirus, 26 075 fallecidos, 13 947 hospitalizados, 4 805 nuevos casos confirmados en las últimas 24 horas” (8).

La crisis del Covid-19 ha puesto a prueba muchos procesos propios de las estructuras sociales. La comunicación y las relaciones públicas son ejemplos de estos procesos que se enfrentan a una situación inédita, difícilmente prevista y de la que habrá que sacar unas lecciones de cara al futuro” (9).

“El departamento de Cajamarca no ha sido la excepción del incremento de los infectados, al 15 de agosto del 2020, tenemos 22 682 casos confirmados de coronavirus, 578 pacientes fallecidos, y 231 hospitalizados” (8).

Como antecedentes se estudió a Ribot, Chang y Gonzáles (10) en su investigación realizada en La Habana - Cuba, en el año 2020 sobre “Efectos de la COVID-19 en la salud mental de la población”, realizada con el objetivo de: “Analizar la repercusión que sobre la salud mental pudiera provocar la COVID-19 y las medidas para su prevención y control, así como las estrategias para favorecerla”; teniendo como material y métodos de estudios: una revisión bibliográfica en el período comprendido entre marzo y abril de 2020, donde se consultaron fuentes de información disponibles en la Biblioteca Virtual de Salud de la red telemática infomed, entre ellas, las bases de datos SciELO, Pubmed/Medline, Cumed, Lilacs. Se recuperaron 7 citas bibliográficas en materiales cubanos y se seleccionaron para nuestro estudio un total de 21 referencias. En los resultados obtenidos se describen elementos que integran la salud mental como constructo multidisciplinario y los principales efectos que sobre la misma producen las epidemias. Se presentan estrategias para potenciar conductas que tributen a la salud mental en el contexto actual. Concluyendo: Que a la par de las medidas sanitarias, urge potenciar la resiliencia, el crecimiento personal, las relaciones intrafamiliares y la atención especial a los grupos vulnerables para así minimizar el impacto psicosocial de la epidemia en la población.

Muñoz, Restrepo y Cardona (11), en su estudio realizado en Colombia en el año 2016 sobre: “Construcción del concepto de salud mental positiva. Revisión sistemática”; con el Objetivo de: “Caracterizar los modelos teóricos que han fundamentado las investigaciones empíricas sobre salud mental positiva desde el momento en que aparece el concepto en el campo de la salud hasta la actualidad”; como métodos de investigación se realizó un proceso sistemático de búsqueda de literatura, publicada en las bases de datos PubMed, Ebsco (Academic Search Complete, ERIC, Fuente Académica, MasterFILE premier, MedicLatina, Medline y Psychology and Behavioral Sciences Collection), Science Direct, Psycodoc, Springer Link, Taylor and Francys, Wiley Online Library, DOAJ (Directory of Open Access Journals), Redalyc, Scielo, Ovid, Embase y Proquest (Psychology Journals, Nursing and Allied Health Source, Health and Medical Complete y Social Science Journals). Se utilizó como criterio de búsqueda el descriptor “salud mental positiva”. Obteniéndose como resultados: De los 51 estudios consultados, 84% presentan un enfoque cuantitativo y también 84% están publicados en inglés y fueron realizados entre los años 2000 y 2014. Se identificaron cinco categorías en la utilización del concepto salud mental positiva: la ausencia de enfermedad como indicador de salud mental positiva, el modelo de Jahoda, el desarrollo de la escala de Llach, la utilización del concepto de bienestar como sinónimo de salud mental positiva y un reciente interés por diseñar escalas de medición. Concluyendo que: La salud mental positiva no debe ser entendida como la antinomia del trastorno mental, la ausencia de enfermedad o la simple suma de atributos personales. Es importante avanzar en el desarrollo de modelos conceptuales que servirán como fundamento para el abordaje de la salud mental desde un enfoque centrado en la promoción de la salud.

Caballero y Campo (12) en su estudio realizado en Colombia, en el año 2020 en su investigación sobre : “Problemas de salud mental en la sociedad: Un acercamiento desde el impacto del COVID 19 y de la cuarentena”; realizada en Colombia, investigación descriptiva, donde determino que: Las condiciones que generan el aislamiento social se configuran como un estresor no normativo que incrementa la posibilidad presentar por primera vez problemas mentales o la exacerbación o recurrencia de trastornos mentales preexistente. Las reacciones psicológicas ante una pandemia suelen ser agudas; sin embargo, es posible observar secuelas emocionales a largo plazo. El estrés emocional tiene consecuencias neurobiológicas que incrementan la probabilidad de exacerbar

enfermedades concomitantes y la vulnerabilidad a reunir criterios para un trastorno mental, en particular, trastornos de ansiedad, depresivos, del sueño y estrés agudo. Además, el temor por el contagio, la desinformación, la distorsión o el exceso de información pueden causar preocupaciones confusión, ira frustración. Donde concluyen que: Las medidas de salud públicas para la mitigación y contención de pandemia requieren de un esfuerzo intersectorial (educación, medios de comunicación, salud) dirigidos a modificar actitudes, creencias y comportamientos que permita la adopción de medidas de autocuidado responsable, en pro del bien personal y comunitario. De la misma forma, adoptar e incorporar la tecnología como un recurso para el asesoramiento psicológico e intervención en crisis, teléfono e Internet para los profesionales asistenciales, pacientes, familiares y sociedad en general, como estrategia para mitigar el impacto emocional y facilitar el retorno a la vida habitual en condiciones seguras, una vez se supera el período de crisis.

Como antecedentes Nacionales se estudió a Huarcaya (14), en Perú en el año 2020, en su investigación sobre “Consideraciones sobre la salud mental en la pandemia de COVID-19” Desde diciembre de 2019 se han reportado 414 179 casos de personas con la enfermedad por coronavirus (COVID-19). Donde concluye que: como resultado del rápido incremento de casos confirmados y muertes, de acuerdo con la evidencia revisada, se ha demostrado que durante la fase inicial de la pandemia de COVID-19 fue común la presencia de ansiedad, depresión y reacción al estrés en la población general. Además, en el personal de salud también se encontraron problemas de salud mental, especialmente en las profesionales, las enfermeras y en quienes trabajan directamente con casos sospechosos o confirmados de COVID-19. Para lograr controlar la pandemia de COVID-19 en el Perú, se requiere un manejo adecuado e integral de la atención en salud mental. La experiencia de otros países nos señala que adherirse a las recomendaciones mencionadas en esta revisión ayudaría a mejorar la salud mental de la población y del personal de salud. Creemos que abordarlos adecuadamente empoderará al Perú en la contención y erradicación de la COVID-19.

Oblitas y Sempertegui (15) en su investigación realizada en Perú en el año 2020 sobre: “Ansiedad en tiempos de aislamiento social por COVID-19. Chota, Perú, 2020”; estudio descriptivo de corte transversal. Con una población de 142 adultos, la muestra estuvo compuesta por 67 participantes. Donde se obtuvieron los siguientes resultados: la

ansiedad alcanzó al 43,3 % de los participantes, 20,9 % presentan ansiedad leve, 13,4 % moderada y 9 % severa. El nivel de ansiedad según variables sociodemográficas fue más frecuente en el sexo femenino, en personas de 40 o más años, casados/convivientes y divorciados/ separados, en los que llevan entre 10 y 12 días de aislamiento, cuando se está en compañía de alguien, cuando hay afectación económica o cuando no se realizan actividades distractoras. Concluyendo que: los niveles de ansiedad durante una pandemia pueden llegar a reducirse cuando la duración del aislamiento es lo más corta posible, la persona recibe información precisa, se informa de medios de comunicación confiables, cuenta con el suministro suficiente para disminuir la frecuencia de salidas, tiene una situación financiera estable, realiza actividades lúdico/recreativas y cuando mejora la comunicación (física o virtual).

Respecto al lugar donde se llevó a cabo la investigación, se puede manifestar que el centro poblado Palo Blanco no cuenta con las medidas necesarias para evitar el contagio y propagación de la COVID-19, es por ello que la mejor manera de evitar que los contagiados sigan en aumento es la prevención.

Por lo que la presente investigación permitirá aportar conocimientos sobre medidas de prevención que permitan brindar un mejor control sobre el contagio y la propagación del COVID 19, el mismo que va ayudar a disminuir los niveles de contagios en los diferentes grupos sociales, en especial a los ciudadanos del Centro Poblado Palo Blanco-Pomahuaca.

MATERIALES Y MÉTODOS

Tipo de Investigación

El presente trabajo de investigación fue de tipo descriptivo, prospectivo, propositivo y transversal

Población

La población estuvo conformada por 352 habitantes entre las edades de 14 y 65 años de edad del Centro Poblado Palo Blanco del Distrito de Pomahuaca, los cuales formaron parte de la investigación.

Muestra

Estuvo conformada por el total de la población, esto es, los 352 habitantes entre las edades de 14 y 65 años de edad del Centro Poblado Palo Blanco del Distrito de Pomahuaca.

Tabla. 1

Edad (Años)	Frecuencia	
	Cantidad	Porcentaje
14 – 20	58	16,00%
21 – 55	266	76,00%
56 – 65	28	8,00%
Total	352	100,00

MÉTODOS, TÉCNICAS, INSTRUMENTOS Y PROCEDIMIENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS.

Método de recolección de datos

Se utilizaron los siguientes métodos de acuerdo a lo manifestado por Hernández et al. (19):

Descriptivo: “El mismo que permitió a los investigadores realizar “un estudio descriptivo de cada dimensión de la variable”, mediante el empleo de estadístico SPSS, el Excel y Word partiendo de las respuestas del cuestionario realizado”.

Inductivo: “El método se basa en el estudio de las” variables, mediante el planteamiento de juicios independientes y particulares de acuerdo a los problemas y objetivos que forman parte de la investigación, lo que posteriormente permitió formular resultados y conclusiones de acuerdo a los objetivos de la investigación”.

Deductivo: “Permitió llegar a argumentar casos particulares de la investigación partiendo de los aspectos generales de las variables, para arribar a conclusiones que estarán respaldadas “por el análisis de los resultados de las entrevistas y el análisis documental” que forma parte integrante de la investigación”.

Técnicas de recolección de datos

En el presente trabajo de investigación se utilizó como técnica la aplicación de una encuesta, la misma que fue validada mediante juicio de expertos.

Instrumentos de recolección de datos

Tabla. 2

Debilidades	Amenazas
Al toser o estornudar, se cúbrase la boca y la nariz con el codo flexionado o con un pañuelo	Asiste a lugares concurridos
Mantiene el distanciamiento social	Se toca los ojos, la nariz y la boca en todo momento
Cuando ha salido de casa, utilizó mascarilla como prevención para no infectarse	Ha tenido fiebre, tos y dificultad para respirar
Considera al COVID -19, como una enfermedad peligrosa que puede causar la muerte	Ha recibido visitas en los últimos meses sin las medidas de protección debidas
El COVID -19, solo causa enfermedad y muerte a los individuos que no utilizan las medidas de protección personal	Se mantiene informado en todo momento de las consecuencias que está ocasionando el COVID -19, en las personas que se contagian
Ha sido respetuoso de todas las recomendaciones de aislamiento aprobadas por el gobierno.	Para usted el COVID-19 es una enfermedad que no es peligrosa
Ha podido mantenerse aislado de los miembros de su comunidad	La personalidad y el carácter de mis vecinos y familiares generan estrés y alejamiento.
Tiene temor de que se pueda contagiar con el COVID -19, se mantiene aislado de la gente de su comunidad	Es consciente del nivel de contagio del COVID-19 y sus consecuencias
Fortalezas	Oportunidades
Se lava las manos con frecuencia con un desinfectante de manos a base de alcohol o con agua y jabón	Tiene miedo de los constantes acontecimientos de muerte y enfermedad que causa el COVID-19 en la población.
Se mantiene informado sobre las últimas novedades sobre el COVID con sus autoridades sanitarias locales y sigue sus recomendaciones	Ha sido visitado por miembros del establecimiento de salud para orientarlo en medidas de protección del COVID-19
Practica constantemente el aseo personal y familiar al llegar a casa	El COVID-19 ha generado tristeza por causa de enfermedad o muerte en las familias de su comunidad
Realiza actividades de limpieza y aseo personal cada vez que llega a su domicilio	Ha estado expuesto al COVID-19 por brindar ayuda a algún familiar o miembro de su comunidad
Ha tenido complicaciones para descansar por las noches	Se mantiene alejado de los miembros de su comunidad para cuidar su salud.
En los últimos meses tiene sobrecarga de actividades en el trabajo (chacra) y en el hogar.	Ha sido difícil adaptarse a la nueva forma de convivencia social - aislamiento social decretado por el gobierno.
Cree usted que detectar a tiempo el contagio del COVID-19 ayuda a las personas a recuperar su salud	El COVID-19 ha generado en los miembros de su comunidad cambios en sus costumbres.
Es respetuoso de las decisiones de los demás y se mantiene aislado para evitar el contagio o propagación del COVID-19	Cree usted que su forma de vivir en aislamiento le ha generado problemas de salud emocional

El instrumento utilizado fue el cuestionario, el cual permitió al investigador “analizar de manera más apropiada cada variable de la investigación de manera independiente, así como también sus dimensiones e indicadores” (19).

Validez y confiabilidad del instrumento.

La validez y confiabilidad del instrumento se realizó aplicando el juicio de expertos, integrado por 02 expertos de la especialidad en investigación.

La confiabilidad del cuestionario, se realizó mediante la aplicación del Alfa de Cronbach haciendo uso del software SPSS Versión 25, obteniéndose valores superiores al valor mínimo aceptable de 0,70, de acuerdo con Hernández et al. (2017) (19).

Procedimientos de recolección de datos

Luego de concluida la recolección de datos, estos fueron ordenados y procesados en forma manual, previa codificación, asignándoles a cada respuesta los valores correspondientes establecidos en el instrumento. La presentación de los resultados se ha realizado en tablas estadísticas, utilizando el programa SPSS versión 25.00, Excel y Word para analizar e interpretar de la información obtenida, considerando el marco teórico y los antecedentes de la investigación.

Análisis de datos

Se realizó el análisis descriptivo simple y univariado, presentado la información en porcentaje y frecuencia.

RESULTADOS

Objetivo Específico 1: Determinar los factores causantes del contagio y propagación de COVID 19 en el centro poblado Palo Blanco – Pomahuaca.

A. Resumen por dimensión de la variable medidas preventivas para el control de la propagación de COVID-19

Tabla. 3

Dimensiones	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
Medidas de protección	10.65	12.41	46.48	22.27	8.18
Crecimiento y Autoactualización	1.28	3.22	47.16	33.24	15.10
Integración	38.97	9.28	30.82	18.04	2.89
Percepción de la realidad	17.38	5.30	41.48	25.00	10.84
Dominio del Entorno	6.87	3.69	31.58	39.35	18.51
Total	15.03	6.78	39.50	27.58	11.11

En la tabla A se muestra el resumen de las dimensiones de la variable en investigación, donde se puede apreciar que el 39,50% en promedio de los encuestados manifiestan algunas veces tienen en consideración las medidas preventivas para el control de la propagación del COVID-19 durante el desarrollo de sus actividades; el 27,58% manifiestan que casi siempre tienen en consideración las medidas preventivas para el control de la propagación del COVID-19 durante el desarrollo de sus actividades; y el 15,03% manifiestan que nunca tienen en consideración las medidas preventivas para el

control de la propagación del COVID-19 durante el desarrollo de sus actividades, por lo que es importante que se establezcan medidas preventivas que permitan disminuir la propagación del COVID-19.

Objetivo Especifico 2: Identificar estrategias en medidas preventivas que se tienen que seguir, para evitar el contagio y la propagación de COVID 19 en el centro poblado Palo Blanco – Pomahuaca.

B. Análisis DAFO de las respuestas de los cuidados del Centro Poblado Palo Blanco

En la Tabla B se presenta el análisis de la matriz DAFO generada de las respuestas realizadas por los habitantes encuestados del Centro Poblado Palo Blanco al cuestionario aplicado, preguntas que han sido ordenadas por las investigadoras de acuerdo a la importancia valorada de la respuesta obtenida por cada pregunta en función a la clasificación DAFO – Debilidades, Amenazas, Fortalezas y Oportunidades, las misma que han permitido conocer la capacidad de reacción y adaptación de los pobladores respecto a la pandemia del COVID-19 que se vive actualmente en el mundo.

Objetivo Especifico 3: Establecer estrategias en medidas preventivas para evitar el contagio y la propagación de COVID 19 en el centro poblado Palo Blanco – Pomahuaca.

C. Determinación de estrategias en medidas preventivas, para evitar el contagio y la propagación de COVID 19 en el centro poblado Palo Blanco

Tabla. 4

OBJETIVO	ESTRATEGIA	INDICADOR
Incrementar el uso de Medidas de protección	Elaborar una propuesta de programa para incrementar el uso de medidas de protección contra la COVID-19.	Índice de avance de ejecución del programa de medidas preventivas anti COVID-19. Indicadores de socialización Indicadores de frecuencia de capacitaciones
Fortalecimiento del estado emocional del individuo y crecimiento autoactualización ante la pandemia	Participar activamente en vigilancia epidemiológica; medidas diagnósticas; medidas de higiene y medidas de información.	Números de campañas domiciliarias. Números de participaciones en campañas de salud Números de participaciones y capacitaciones en eventos sociales.
Mantener la percepción de la realidad del ciudadano para mejorar la integración en la comunidad	Mejorar la planificación sobre el control de la COVID-19 asumiendo medidas de aislamiento social; uso racional de recursos; integración social.	Frecuencia de programas de aislamiento. Atención personalizada. Acompañamiento del paciente durante el servicio COVID.
Fortalecer el dominio del entorno y percepción de la realidad de los riesgos que el ciudadano debe asumir ante la pandemia de la COVID-19	Diseñar adecuadas medidas de distanciamiento y protección personal; medidas farmacológicas de acuerdo a las recomendaciones sanitarias e indicadores de atención que exige el sector salud	Número de medidas de distanciamiento. Indicador de medidas farmacológicas. Indicador de atenciones realizadas.

En el Análisis realizado a la variable de la investigación, la evaluación a las dimensiones, indicadores, e ítems del cuestionario se determinó la propuesta de la investigación, la misma que constan de estrategias en medidas preventivas, que van a permitir evitar el contagio y la propagación de la COVID 19, para lo cual se utilizó en análisis DAFO, el cual permitió establecer objetivos, estrategias e indicadores a cumplir, las mismas que se verán establecidas en la propuesta del Plan.

PROPUESTA**Programa de medidas preventivas para el control de contagio y propagación de COVID-19 en el centro poblado Palo Blanco – Pomahuaca****1. Objetivo de la propuesta****Objetivo General**

- Controlar la propagación del COVID-19 en el centro poblado Palo Blanco – Pomahuaca

Objetivos Específicos

- Fortalecimiento del estado emocional del individuo con crecimiento y autoactualización ante la pandemia.
- Mantener la percepción de la realidad del ciudadano para mejorar la integración en la comunidad.

Tabla. 5

Nº	Objetivo	Actividades	Indicador	Meta	Período	Responsable
1	Fortalecimiento del estado emocional del individuo con crecimiento y autoactualización ante la pandemia	Visitas domiciliarias	Nº visitas	Mejorar los conocimientos de los ciudadanos en prevención del COVID 19	12 meses	Encargado del programa - salud
		Participación en campañas	Nº campañas		12 meses	
		Participación en eventos de capacitación	Nº Partic.		12 meses	
		Participación en eventos de comunicación	Nº Partic.		12 meses	
2	Mantener la percepción de la realidad del ciudadano para mejorar la integración en la comunidad	Programas de aislamiento	Frecuencia de programas	Fortalecimiento de actitudes frente al COVID- 19	Diario	Encargado del programa - salud
		Recuperación de personas saludables	% de reducción de contagios		Semanal	
		Control de actividades comunales	Cantidad de eventos cerrados		Diario	

2. Fases de la propuesta

3	Fortalecer el dominio del entorno y percepción de la realidad de los riesgos que el ciudadano debe asumir ante la pandemia de la COVID-19	Medidas de distanciamiento	Nº prestaciones	Seguimiento	Semanal	Encargado del área operativa
		Atención personalizada	Nº atenciones	Incremento de atenciones	Diario	
		Acompañamiento al paciente	Nº de atenciones farmacológicas	0 incidencias	Diario	

3. Resultados esperados

	Indicador	Meta	Período	Fundamentación
1	Fortalecimiento del entorno emocional – salud mental	85% +	12 meses	Ribot, Chang, & González (2020) (10) indican que la salud mental constituye uno de los objetivos priorizados de la OMS, aunque la magnitud y el impacto que suponen los trastornos mentales no se corresponden con los recursos que se dedican a su investigación y atención
2	Indicadores de socialización – actitud hacia ti mismo	85% +	12 meses	Muñoz, Restrepo, & Cardona (2016) (11) hace referencia a la importancia de la autopercepción y el autoconcepto que se produce con el actuar diario. Se compone de subdominios: accesibilidad del yo a la conciencia, concordancia yo real con el yo ideal, autoestima y sentido de identidad
3	Indicadores de crecimiento y autoactualización	85% +	12 meses	Muñoz, Restrepo, & Cardona (2016) (11) habla del sentido de vida y si se actúa en coherencia con este. Incluye los subdominios de autoactualización como fuerza motivacional por el desarrollo de las potencialidades humanas y la implicación en la vida, como el empuje a participar en el desarrollo y cuidado de su vida y al de los demás
4	Indicadores de Percepción de la realidad	85% +	12 meses	Ribot, Chang, & González (2020) (10) manifiesta que estos indicadores implican la capacidad para percibir adecuadamente la realidad, poder dar cuenta de las circunstancias de manera objetiva evitando en lo posible hacer juicios y la capacidad para desarrollar empatía frente a las vivencias de los demás

4. Síntesis del presupuesto

5	Indicadores de dominio del entorno	85% +	12 meses	Ribot, Chang, & González (2020) (10) manifiesta que estos indicadores están vinculados a dos temas fundamentales como son el éxito (que hace énfasis en el logro y alcanzar los resultados) y en la adaptación (que hace referencia al proceso para llegar a la meta)
---	------------------------------------	-------	----------	---

Tabla. 6

RECURSO	Unidad de medida	Cantidad	Costo unitario	Sub total
1. Personal				
Personal de seguimiento	Persona	1	930	930.00
2. Materiales				
Papel Bond A4 de 80 gr.	Millar	06	35.00	210.00
Lapiceros	Unidad	10	2.50	25.00
Hojas de evaluación	Unidad	500	0.10	500.00
Cuaderno de apuntes	Unidad	1	12.00	12.00
3. Equipos				
No hay equipos asignados				
4. Servicios				
Asesoría en elaboración del Programa	Unidad	1	2,500	2,500.00
Movilidad interna y externa	Unidad	400	-	400.00
Internet	Horas	100	1.0	100.00
Soporte de ejecución del Plan	Asistencia	1	1,800.00	1,800.00
			SUBTOTAL	6,477.00

Presupuesto Total: S/. 6,477.00

CONCLUSIÓN

- 1) Se determinó que los factores causantes del contagio y propagación de COVID 19 en el centro poblado Palo Blanco – Pomahuaca son 47,16%, crecimiento y autoactualización, 46,48% medidas de protección, 41,48% percepción de la realidad, 38,97% integración social, las mismas que se encuentran en un nivel promedio y deben ser fortalecidas.
- 2) Se identificó que las estrategias en medidas preventivas que se tienen que seguir, para evitar el contagio y la propagación de COVID 19 en el centro poblado Palo Blanco – Pomahuaca son: vigilancia epidemiológica, medidas diagnósticas, medidas de higiene medidas de información para fortalecer el estado emocional del individuo, medidas

de aislamiento social, uso racional de recursos, integración social, adecuadas medidas de distanciamiento y protección personal, medidas farmacológicas e indicadores de atención.

- 3) Se logró establecer estrategias en medidas preventivas para evitar el contagio y la propagación de COVID 19 en el centro poblado Palo Blanco – Pomahuaca como: Participar activamente en vigilancia epidemiológica; medidas diagnosticas; medidas de higiene y medidas de información; Mejorar la planificación sobre el control de la COVID-19 asumiendo medidas de aislamiento social; uso racional de recursos; integración social; y Diseñar adecuadas medidas de distanciamiento y protección personal; medidas farmacológicas de acuerdo a las recomendaciones sanitarias e indicadores de atención que exige el sector salud.
- 4) Se realizó una propuesta sobre medidas preventivas para el control de contagio y propagación de COVID-19 en el centro poblado Palo Blanco – Pomahuaca, la que requiere una inversión de S/. 6,477.00 soles, la cual permitirá controlar la propagación del COVID-19 en el centro poblado Palo Blanco – Pomahuaca.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Hevia C, Neumeyer A. Un marco conceptual para analizar el impacto económico del COVID-19 y sus repercusiones en las políticas. Primera ed. Nueva York: Universidad Torcuato Di Tella; 2020.
- Li Q, Guan X, Wu P, Wang X, Zhou , Tong Y, et al. Early Transmission Dynamics in Wuhan, China, of Novel Coronavirus–Infected Pneumonia. *The New England Journal of Medicine*. 2020 Marzo 26; 382(13): p. 1199-1207.
- El Mundo: Ciencia y Salud. *El Mundo: Ciencia y Salud*. [Online].; 2020. Available from: <https://www.elmundo.es/ciencia-y-salud/salud/2020/03/02/5e5cd4ebfc6c83632e8b4644.html>.
- Ramírez A, Ramírez A, Paz M, Chiong M, Riquelme J, Jalil J, et al. Antihipertensivos en pacientes con COVID-19. *Revista Chilena de Cardiología*. 2020 abril 5; 39(1): p. 66-74.
- Organización Mundial de la Salud. Actualización de la estrategia frente a la COVID-19. Organización Mundial de la Salud. 2020 abril 14;: p. 01-20.
- Ministerio de Salud. Documento Técnico: Prevención, diagnóstico y tratamiento de personas afectadas por el COVID-19 en el Perú. Lima; 2020. Available from:

- http://docs.bvsalud.org/biblioref/2020/04/1052199/rm_193-2020-minsa.pdf.
- Maguiña C. Reflexiones sobre el COVID-19, el Colegio Médico del Perú y la Salud Pública. *Acta Medica Peruana*. 2020 marzo 30; 37(1): p. 8-10.
- Ministerio de Salud. Ministerio de Salud. [Online].; 2020. Available from: https://peru.as.com/peru/2020/08/15/actualidad/1597485958_989046.html.
- Manrique A. El coronavirus y su impacto en la sociedad actual y futura Lima: Colegio de Sociólogos del Perú; 2020.
- Ribot V, Chang N, González A. Efectos de la COVID-19 en la salud mental de la población. *Rev haban cienc méd*. 2020 junio 10;: p. 1 - 11.
- Muñoz C, Restrepo D, Cardona D. Construcción del concepto de salud mental positiva: revisión sistemática. *Rev Panam Salud Publica*. 2016; 39(3): p. 166 - 173.
- Caballero C, Campo A. Problemas de salud mental en la sociedad: un acercamiento desde el impacto del COVID 19 y de la cuarentena. *Rev. Duazary*. 2020 abril 20; 17(3): p. 1 - 3.
- Urquiza Y, Pérez M, Cortés A, Escalona I, Cabrales M. Características clínico epidemiológicas de los pacientes de Las Tunas positivos al RT-PCR para la COVID-19. *Revista Electrónica Dr. Zoilo E. Marinello Vidaurreta*. 2020 julio-agosto; 45(4): p. 1-9.
- Huarcaya J. Consideraciones sobre la salud mental en la Pandemia de COVID - 19. *Rev Peru Med Exp Salud Publica*. 2020 abril 18; 37(2): p. 327-334.
- Oblitas A, Sempertegui N. Ansiedad en tiempos de aislamiento social por COVID-19. Chota, Perú, 2020. *Av Enferm*. 2020; 38(1): p. 11-21.
- Organización Mundial de la Salud. Organización Mundial de la Salud. [Online].; 2019 [cited 2020 Junio 10. Available from: <https://www.who.int/es/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/q-a-coronaviruses>.
- UNICEF. Mensajes y acciones importantes para la prevención y el control del COVID-19 en las escuelas. 2020 Marzo 15.
- Dirección Sub Regional de Jaén. Sala situacional COVID -19 Jaén: Dirección de Epidemiología Jaén.; 2020.
- Hernández R, Mendez S, Mendoza C, Cuevas A. *Fundamentos de Investigación*. Primera ed. Mexico: McGRAW-HILL/INTERAMERICANA EDITORES S.A; 2017.

- Delgado J. Nivel de conocimientos, actitudes y prácticas sobre la prueba de papanicolaou en pacientes mujeres mayores de 18 años atendidas en consulta externa del Hospital Regional Docente las Mercedes. Tesis de Pregrado. Chiclayo: Universidad San Martín de Parres, Facultad de Medicina Humana; 2015.
- Médico H. scielo Perú. [Online].; 2020. Available from: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1727-558X2020000100004&script=sci_arttext.
- Gamboa D. Conocimientos, Actitudes y prácticas relacionados con lactancia materna en mujeres en edad fértil en una población vulnerable. In.: Rev. chil. nutr.; 2008. p. 43-52.
- Mejia C, Quispe A, Rodriguez F, Casa L, Ponce V, Varela E, et al. Factores asociados al fatalismo ante la COVID-19 en 20 ciudades del Perú en marzo 2020. Rev haban cienc méd [Internet]. 2020 marzo 25; 19(2): p. 1-13.