

UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO
ESCUELA DE POSGRADO
UNIDAD DE POSGRADO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA
SALUD



**“AFRONTAMIENTO EMOCIONAL POR COVID-19 Y CAPACIDAD
DE AUTOCUIDADO EN ADOLESCENTES GESTANTES DEL
INSTITUTO NACIONAL MATERNO PERINATAL, LIMA 2021”**

**TESIS PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE MAESTRO EN
ENFERMERÍA**

AUTORAS

DE LA CRUZ BENITES MARÍA DEL PILAR

PUMA BUSTAMANTE MARCIA RUTH

ASESORA

MEDINA MANDUJANO GLADYS

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN: SALUD

Callao, 2024

PERÚ

Document Information

Analyzed document	TESIS 14-08-2023 FINAL.docx (D174435882)
Submitted	9/23/2023 4:01:00 AM
Submitted by	
Submitter email	ruth_25@outlook.com
Similarity	6%
Analysis address	fcs.posgrado.unac@analysis.orkund.com

Sources included in the report

SA	Universidad Nacional del Callao / TESIS URKUND - ANAYA E INGA.docx Document TESIS URKUND - ANAYA E INGA.docx (D169068105) Submitted by: tingaf@unac.edu.pe Receiver: fcs.investigacion.unac@analysis.orkund.com	 3
SA	Universidad Nacional del Callao / PRIMERA REVISION- BERNABLE.docx Document PRIMERA REVISION- BERNABLE.docx (D154374943) Submitted by: secretaria.academica@unac.edu.pe Receiver: fcs.posgrado.unac@analysis.orkund.com	 1
SA	Universidad Nacional del Callao / USA1 TESIS - CHATA - SANCHEZ.pdf Document USA1 TESIS - CHATA - SANCHEZ.pdf (D153166882) Submitted by: iinvestfca@unac.pe Receiver: iinvestfca.unac@analysis.orkund.com	 1
W	URL: http://repositorio.unac.edu.pe/handle/20.500.12952/5822 Fetched: 9/23/2023 4:05:00 AM	 3
SA	Universidad Nacional del Callao / SEGUNDA REVISION CHOQUE HUILLCA.docx Document SEGUNDA REVISION CHOQUE HUILLCA.docx (D158171160) Submitted by: secretaria.academica@unac.edu.pe Receiver: fcs.posgrado.unac@analysis.orkund.com	 8
W	URL: https://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/34088 Fetched: 9/23/2023 4:04:00 AM	 2
W	URL: https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6532860 Fetched: 9/23/2023 4:05:00 AM	 1
W	URL: http://victoromaria.blogspot.com/2019/08/teoria-de-la-adolescencia-de-anna-freud.html Fetched: 9/23/2023 4:06:00 AM	 2
SA	4_Cornejo_TT2_8404_EF.docx Document 4_Cornejo_TT2_8404_EF.docx (D141916704)	 1
SA	Universidad Nacional del Callao / TESIS PORRAS Y PALACIOS 2023 SEPTIEMBRE 13.docx Document TESIS PORRAS Y PALACIOS 2023 SEPTIEMBRE 13.docx (D173853632) Submitted by: yanetdiosesdetapia@gmail.com Receiver: fcs.investigacion.unac@analysis.orkund.com	 1
SA	1A_BERROCAL_ARIAS_DENNIS_GIOMAYRA_TITULO_PROFESIONAL_2023.docx Document 1A_BERROCAL_ARIAS_DENNIS_GIOMAYRA_TITULO_PROFESIONAL_2023.docx (D168053969)	 1
SA	Universidad Nacional del Callao / NANCY CARUAJULCA - SINTIA URIARTE (FINAL).docx Document NANCY CARUAJULCA - SINTIA URIARTE (FINAL).docx (D170534931) Submitted by: sintianataly Laurenmia@gmail.com Receiver: fcs.investigacion.unac@analysis.orkund.com	 1
W	URL: https://www.injuve.es/observatorio/salud-y-sexualidad/revista-de-estudios-de-juventud-121-prom... Fetched: 9/23/2023 4:01:00 AM	 1
W	URL: http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/autonoma.edu.pe/1098/1/Consuelo%20Guizado%20Gu... Fetched: 9/23/2023 4:03:00 AM	 4

HOJA DE REFERENCIA DEL JURADO Y APROBACION

MIMBROS DEL JURADO DE SUSTENTACIÓN:

- Dra. Nancy Susana Chalco Vastillo Presidente
- Dra. Mery Juana Abastos Abarca Secretaria
- Dra. María Elena Teodosio Ydrugo Miembro
- Dra. Haydee Blanca Román Aramburu Miembro

ASESOR: Dra. Gladys Medina Mandujano

Nº de libro: 01

Nº de folio: 89

Nº de acta: 001

Fecha de aprobación de tesis: 28 de febrero del 2024

DEDICATORIA

A mi madre, Haydée Bustamante Alcántara

Marcia Ruth

A mi esposo e hijos por brindarme su apoyo, infinita paciencia, comprenderme, tolerarme y cederme su tiempo para que “mamá” estudie y permitir llevar así un proyecto que paso de ser una meta personal a otro emprendimiento más de la familia; a ellos mi infinito cariño y gratitud

María del Pilar

AGRADECIMIENTO

A Dios, por permitirnos estar en vida para disfrutar de nuestras familias.

A nuestros padres, hermanos, amigos que han estado en cada logro con nosotras, que nos brindaron su apoyo su apoyo moral y afecto incondicional.

A los docentes, quienes impartieron sus máximos conocimientos y nos inculcaron a seguir adelante mejorando día a día nuestro que hacer profesional.

A la Universidad Nacional Del Callao, por aceptarme formar parte de ella, y lograr estudiar nuestro postgrado.

ÍNDICE

ÍNDICE DE TABLAS	4
ÍNDICE DE FIGURAS	6
RESUMEN	7
RESUMO	8
INTRODUCCIÓN	9
I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	11
1.1. Descripción de la realidad problemática	11
1.2. Formulación del problema.....	14
1.3. Objetivos.....	15
1.4. Justificación	15
1.5. Delimitantes de la investigación	18
II. MARCO TEÓRICO	19
2.1. Antecedentes.....	19
2.2. Bases teóricas.....	28
2.3. Marco conceptual.....	37
2.4. Definición de términos básicos.....	54
III. HIPÓTESIS Y VARIABLES.....	60

3.1. Hipótesis.....	60
3.2. Operacionalización de variables	61
IV. METODOLOGÍA.....	63
4.1. Diseño metodológico.....	63
4.2. Método de investigación	64
4.3. Población y muestra	64
4.4. Lugar de estudio y periodo desarrollado	66
4.5. Técnica e instrumentos para la recolección de la información	66
4.6. Análisis y procesamiento de datos	69
4.7. Aspectos éticos de la investigación.....	70
V. RESULTADOS	71
5.1 Resultados descriptivos	71
5.2. Resultados inferenciales	74
VI. DISCUSIÓN DE RESULTADOS	82
6.1. Contrastación y demostración de la hipótesis con los resultados	82
6.2. Contrastación de los resultados con otros estudios similares	87
VII. CONCLUSIONES	95
VIII. RECOMENDACIONES.....	96

IX. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	97
ANEXOS	109
Anexo 1: Matriz de consistencia.....	109
Anexo 2. Cuestionario sobre afrontamiento emocional por covid-19 aplicado a las adolescentes gestantes	111
Anexo 3. Cuestionario sobre capacidad de autocuidado aplicado a las adolescentes gestantes.....	113
Anexo 4. Consentimiento informado	114
Anexo 5. Base de datos	115
Anexo 6. Baremo de evaluación variable afrontamiento emocional.....	122
Anexo 7. Baremo de evaluación variable capacidad de autocuidado	123
Anexo 8. Juicio de expertos variable afrontamiento emocional.....	124
Anexo 9. Juicio de expertos variable autocuidado de la gestante	128
Anexo 10. Coeficiente de Validez de contenido (CVCt Hernández nieto20002) de la variable afrontamiento emocional	131
Anexo 11. Coeficiente de Validez de contenido (CVCt Hernández nieto20002) de la variable capacidad de autocuidado	132
Anexo 12. Confiabilidad del instrumento de la variable afrontamiento emocional...	133
Anexo 13. Confiabilidad del instrumento de la variable capacidad de autocuidado	134
Anexo 14. Aceptación de estudio en el Instituto Nacional MaternoPerinatal	135

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 5.1.1. Características sociodemográficas de las adolescentes gestantes del Instituto Nacional Materno Perinatal, Lima 2021	75
Tabla 5.1.2. Afrontamiento emocional por COVID-19 en adolescentes gestantes del Instituto Nacional Materno Perinatal, Lima 2021	76
Tabla 5.1.3. Capacidad de autocuidado por COVID-19 en adolescentes gestantes del Instituto Nacional Materno Perinatal, Lima 2021	77
Tabla 5.2.1. Correlación entre la dimensión autocontrol y capacidad de autocuidado en adolescentes gestantes del Instituto Nacional Materno Perinatal, Lima 2021	78
Tabla 5.2.3. Correlación entre la dimensión física y el afrontamiento el afrontamiento emocional en adolescentes gestantes del Instituto Nacional Materno Perinatal, Lima 2021	79
Tabla 5.2.4 Correlación entre la dimensión psicológica y el afrontamiento el afrontamiento emocional en adolescentes gestantes del Instituto Nacional Materno Perinatal, Lima 2021.....	80
Tabla 5.3.1. Dimensión autocontrol de la variable afrontamiento emocional por Covid-19 en adolescentes gestantes del Instituto Nacional Materno Perinatal, Lima 2021	81
Tabla 5.3.2. Dimensión aceptación de responsabilidad de la variable afrontamiento emocional por Covid-19 en adolescentes gestantes del Instituto Nacional Materno Perinatal, Lima 2021	82
Tabla 5.3.3. Dimensión física de capacidad de autocuidado en las adolescentes gestantes del Instituto Nacional Materno Perinatal, Lima 2021	83
Tabla 5.3.4. Dimensión psicológica de capacidad de autocuidado en las adolescentes gestantes del Instituto Nacional Materno Perinatal, Lima 2021...	84

Tabla 6.1.1.1. Prueba no paramétrica de normalidad de Kolmogórov-Smirnov.....	85
Tabla 6.1.1.2. Correlación entre el afrontamiento emocional por Covid-19 y la capacidad de autocuidado de las adolescentes gestantes del Instituto Nacional Materno Perinatal, Lima 2021	86
Tabla 6.1.1.3. Prueba no paramétrica de normalidad de Kolmogórov-Smirnov hipótesis 1	87
Tabla 6.1.1.4. Prueba no paramétrica de normalidad de Kolmogórov-Smirnov hipótesis 2	87
Tabla 6.1.1.5. Prueba no paramétrica de normalidad de Kolmogórov-Smirnov hipótesis 3	88
Tabla 6.1.1.6. Prueba no paramétrica de normalidad de Kolmogórov-Smirnov hipótesis 4	88

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 5.1.1. Afrontamiento emocional por COVID-19 en adolescentes gestantes del Instituto Nacional Materno Perinatal, Lima 2021	74
Figura 5.1.2. Capacidad de autocuidado por COVID-19 en adolescentes gestantes del Instituto Nacional Materno Perinatal, Lima 2021	75
Figura 5.3.1. Dimensión autocontrol de la variable afrontamiento emocional por Covid-19 en adolescentes gestantes del Instituto Nacional Materno Perinatal, Lima 2021	80
Figura 5.3.2. Dimensión aceptación de responsabilidad de la estrategia de afrontamiento emocional por Covid-19 en adolescentes gestantes del Instituto Nacional Materno Perinatal, Lima 2021	81
Figura 5.3.3. Dimensión física de capacidad de autocuidado en las adolescentes gestantes del Instituto Nacional Materno Perinatal, Lima 2021	82
Figura 5.3.4. Dimensión psicológica de capacidad de autocuidado en las adolescentes gestantes del Instituto Nacional Materno Perinatal, Lima 2021	83

RESUMEN

objetivo: Determinar la relación entre afrontamiento emocional por Covid-19 y capacidad de autocuidado en adolescentes gestantes del INMP. **Metodología:** de enfoque cuantitativo, tipo descriptivo, diseño no experimental, **Población:** 1389 adolescentes hospitalizadas, la muestra 97 participantes seleccionadas por muestreo probabilístico para poblaciones finitas, se emplearon dos instrumentos creados por las investigadoras y validados por juicio de expertos con el CVC de Hernández Nieto, obteniendo 0.83 para ambos cuestionarios, la confiabilidad fue con el estadístico Alpha de Cronbach obteniendo 0.81 en el cuestionario de AE y 0.85 en el cuestionario CA. **Resultados:** 36.1% tiene un nivel de AE muy eficiente y 56,7% alcanzan un nivel muy eficiente CA, existe una relación positiva y directamente proporcional entre las estrategias de AE y CA (rho Spearman 0.691 y un nivel de significancia de 0.000), en la dimensión autocontrol y CA (rho Spearman 0.626 y un nivel de significancia de 0.000), en la dimensión aceptación de responsabilidad y CA (rho Spearman 0.648 y un nivel de significancia de 0.000), en relación entre dimensión física y AE (rho Spearman 0.625 y un nivel de significancia de 0.000) y en la relación entre dimensión psicológica y AE (rho Spearman 0.647 y un nivel de significancia de 0.000). **Conclusiones:** existe una significancia directa y proporcional entre la variable afrontamiento emocional por la Covid-19 y capacidad de autocuidado en gestantes adolescentes.

PALABRAS CLAVES: Afrontamiento emocional, capacidad de autocuidado, gestante adolescente

RESUMO

Objetivo: Determinar a relação entre o enfrentamento emocional da Covid-19 e a capacidade de autocuidado em adolescentes grávidas do INMP. Metodologia: abordagem quantitativa, tipo descritivo, desenho não experimental, População: 1389 adolescentes hospitalizados, a amostra 97 participantes selecionados por amostragem probabilística para populações finitas, foram utilizados dois instrumentos criados pelos pesquisadores e validados por julgamento de especialistas com o CVC de Hernández, Nieto. obtendo 0,83 para ambos os questionários, a confiabilidade foi com a estatística Alpha de Cronbach obtendo 0,81 no questionário EA e 0,85 no questionário CA. Resultados: 36,1% apresentam nível de EA muito eficiente e 56,7% atingem nível de AC muito eficiente, há uma relação positiva e diretamente proporcional entre as estratégias de EA e AC (Spearman rho 0,691 e nível de significância de 0,000), no auto-controle. controle e dimensão AC (rho Spearman 0,626 e nível de significância de 0,000), na aceitação de responsabilidade e dimensão AC (rho Spearman 0,648 e nível de significância de 0,000), na relação entre dimensão física e EA (rho Spearman 0,625 e um nível de significância de 0,000) e na relação entre dimensão psicológica e AE (Spearman rho 0,647 e nível de significância de 0,000). Conclusões: há significância direta e proporcional entre a variável enfrentamento emocional da Covid-19 e capacidade de autocuidado em adolescentes grávidas.

PALAVRAS-CHAVE: Coping emocional, capacidade de autocuidado, gestante adolescente

INTRODUCCIÓN

La capacidad de autocuidado es una habilidad que ayuda a los seres humanos a mantener el bienestar y salud mental a medida que van surgiendo desafíos cotidianos, las medidas de afrontamiento utilizados son los esfuerzos adaptativos que realizan las personas para resistir a emociones que pudieran provocarle algún nivel de estrés de manera que pueda responder de forma constructiva, la pandemia por Covid-19 tuvo fuerte repercusión en la salud física y mental de los ciudadanos, especialmente de las gestantes adolescentes dado que pueden experimentar mayor estrés emocional y ansiedad por su bienestar personal y la salud de su bebe, es por eso que consideramos importante que las gestantes adolescentes tengan habilidades de afrontamiento emocional y capacidad de autocuidado para manejar el estrés y ansiedad asociadas con la pandemia por Covid-19 y su embarazo.

La presente investigación trata de exponer las medidas de afrontamiento emocional y el nivel de capacidad en el autocuidado de las pacientes adolescentes gestantes, determinando además de ello la relación que existe entre ambas variables, con ello se pretende establecer la realidad de este grupo poblacional y la implicancia de su salud.

En trabajo está conformado por el capítulo I: Planteamiento del problema en el cual se considera la descripción de la realidad problemática, formulación del problema de investigación, objetivos de estudio, justificación y delimitantes de la investigación. Capítulo II: Marco Teórico, enmarcando los antecedentes del

estudio, bases teóricas, marco conceptual y definición de términos básicos. Capítulo III: Hipótesis y variables, operacionalización de variables de estudio. Capítulo IV: Metodología, diseño metodológico, método de investigación, población, muestra, lugar de estudio, técnicas e instrumentos para la recolección de datos, análisis/procesamiento de datos, y aspectos éticos. Capítulo V: resultados, resultados descriptivos, resultados inferenciales. Capítulo VI: discusión de resultados, contrastación y demostración de hipótesis, contrastación de los resultados con otros estudios y responsabilidad ética. Capítulo VII: conclusiones. Capítulo VIII: recomendaciones y por último, se listó las referencias bibliográficas y los anexos del estudio.

I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Descripción de la realidad problemática

El fondo de las naciones unidas para la infancia (UNICEF) describe que la población de adolescentes en sí es un grupo al que debemos poner toda nuestra atención, más aún, en las que se encuentran con un proceso de gravidez; este grupo de alto riesgo obstétrico en tiempos de pandemia ve alterado su estado de equilibrio emocional a raíz de los cambios en sus rutinas, la obligación de adaptarse a los encierros y nuevas formas disímiles de emplear su tiempo (1).

El estado o equilibrio emocional guarda relación con las respuestas fisiológicas del organismo, el proceso de maduración emocional y fisiológica que cursan las adolescentes asociado a la gestación temprana adquieren un mayor grado de responsabilidad para poder mantener este equilibrio estable que no solo beneficie a la futura madre adolescente sino también al feto (2).

En tal sentido, el embarazo podría constituir un factor atenuante para establecer las capacidades de afrontamiento frente a factores externos desencadenados por la pandemia que podrían incidir en su salud física, social y emocional (3).

El embarazo en las adolescentes resulta muy importante como factor de estudio debido a sus altos niveles de prevalencia en adolescentes, la Organización Mundial de la Salud en el 2020 (4) calculó que la maternidad en adolescentes de 15 a 19 años de países subdesarrollados alcanzó a 21 millones de gestantes en el 2019, de estos el 50 % no eran planificados y el 55 % terminaban en abortos inseguros; en las edades de 10 a 14 años la cifra es igual de alarmante solo el

2020 la tasa de natalidad fue de 10 nacimientos por cada 1000 adolescentes, quienes tuvieron consecuencias graves como eclampsias, endometritis puerperal e infecciones sistémicas, bajo peso al nacer, prematuridad y afecciones neonatales graves (5).

El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) describe que a nivel global las características más afectadas en las madres adolescentes se basan en el déficit de habilidades interpersonales, capacidad de autocuidado, desconocimiento de los derechos reproductivos y déficit del autocontrol (6), (7).

En el ámbito latinoamericano, la Organización Panamericana de Salud (OPS) (6) ha estimado que existe una tasa de 46 nacimientos por cada 100 mujeres, asimismo, ha reportado que el 15% de la totalidad de embarazos de la región son en adolescentes, es así que 2 millones de infantes pertenecen a madres entre 15 a 19 años, quienes hacen frente a la gestación utilizando mecanismos de afrontamiento como en el autocontrol (40%) (8), búsqueda de apoyo social (38%), planificación (26.67%) y apoyo emocional (13.33%) (9).

A nivel nacional, el Ministerio de Salud (MINS) reporta 49 556 embarazos en menores de 19 años en el 2019, mientras que en el 2020 durante la pandemia disminuyeron a 48 578 y en el 2021 luego del confinamiento se incrementaron a 49 555, de estos 791 en menores de 14 años y la mayoría se encuentran en Lima, Loreto, Piura, La Libertad y Cajamarca (10). Algunos estudios describen que las adolescentes utilizan como medida de afrontamiento a la aceptación de responsabilidad (35%), planificación (28%) y afrontamiento activo (15%) (10).

De manera local, en el Instituto Nacional Materno Perinatal (INMP) (7) las adolescentes atendidas por proceso de gestación alcanzan un 8,3 % similar al dato estadístico reportado por el Ministerio de Salud (8), del mismo modo las hospitalizaciones en adolescentes por presentar problemas en la gestación como trastornos hipertensivos del embarazo (hipertensión gestacional, preeclampsia, eclampsia y síndrome de HELLP), hemorragias (de la primera y segunda mitad del embarazo), rotura prematura de membranas, amenaza de parto pretermino, hiperhemesis gravídica, entre otros, además; de la culminación del embarazo alcanzo un total de 1389 internamientos en el 2021 (8.5%).

Observando esta problemática aseveramos que las estrategias de afrontamiento emocional en situaciones de crisis sanitarias permiten a la madre obtener un repertorio de conductas para atenuar el impacto del estrés, emociones negativas y demandas de la maternidad mientras ejercen un cuidado de sí mismas (11); en contraparte, la capacidad autocuidado en las madres adolescentes es muy importante ya que fortalece su sistema inmunológico, permite dotar a su organismo de pautas de relajación muy útiles, cimienta una comunicación abierta con su entorno directo, consolida la base para una adecuada crianza infantil y proporciona los estímulos para desarrollar una maternidad saludable en sus distintas fases de embarazo y alumbramiento (12), por lo tanto, se establece las siguiente preguntas de investigación:

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

¿Cuál es la relación entre afrontamiento emocional por Covid-19 y capacidad de autocuidado en adolescentes gestantes del Instituto Nacional Materno Perinatal, Lima 2021?

1.2.2. Problemas específicos

- ¿Cuál es la relación entre la dimensión autocontrol y capacidad de autocuidado en adolescentes gestantes del INMP, Lima 2021?
- ¿Cuál es la relación entre la dimensión aceptación de responsabilidad y capacidad de autocuidado en adolescentes gestantes del INMP, Lima 2021?
- ¿Cuál es la relación entre la dimensión física y afrontamiento emocional por Covid-19 en adolescentes gestantes del INMP, Lima 2021?
- ¿Cuál es la relación entre la dimensión psicológica y afrontamiento emocional por Covid-19 en adolescentes gestantes del INMP, Lima 2021?

1.3. Objetivos

1.3.1. Objetivo general

Determinar la relación entre afrontamiento emocional por Covid-19 y capacidad de autocuidado en adolescentes gestantes del Instituto Nacional Materno Perinatal, Lima 2021.

1.3.2. Objetivos específicos

- Determinar la relación entre la dimensión autocontrol y capacidad de autocuidado en adolescentes gestantes del INMP, Lima 2021.
- Determinar la relación entre la dimensión aceptación de responsabilidad y capacidad de autocuidado en adolescentes gestantes del INMP, Lima 2021
- Determinar la relación entre la dimensión física y afrontamiento emocional por Covid-19 en adolescentes gestantes del INMP, Lima 2021
- Determinar la relación entre la dimensión psicológica y afrontamiento emocional por Covid-19 en adolescentes gestantes del INMP, Lima 2021

1.4. Justificación

La presente investigación se origina a raíz de lo que hemos vivido con la propagación del virus Covid-19, donde se han registrado muchas muertes debido al contagio y un gran porcentaje de los pacientes han llegado a cuidados intensivos, la crisis sanitaria trajo consigo implicancias únicas para grupos

específicos como las adolescentes quienes presentan mayor riesgo de complicaciones debido a los cambios fisiológicos propios del embarazo, así como, a posibles barreras en el acceso a la atención médica adecuada, además; las adolescentes enfrentan desafíos adicionales en términos de salud mental y emocional, con ello la adaptación a un nuevo rol como madre, por lo antes mencionado, la presente investigación se justifica porque se quiere determinar la relación presente entre las medidas de afrontamiento emocional y la capacidad de autocuidado de las adolescentes gestantes, punto crucial que nos permitirá identificar cuáles son medios de control emocional empleadas por las gestantes y como servirán para mejorar la capacidad de autocuidado logrando así, disminuir el estrés y ansiedad de la adolescente.

1.4.1. Justificación epistemológica

se justifica epistemológicamente porque nos amparamos científicamente en la teoría de enfermería centrada en la salud mental de los pacientes de Hildegard Peplau, conocida como la teoría de las relaciones interpersonales, donde se fundamenta que las enfermeras desempeñan un papel crucial en el proceso de ayuda psicoterapéutica para las pacientes, cuyo objetivo principal de la enfermería es ayudar a las adolescentes a entender sus problemas emocionales, a resolver conflictos y a desarrollar habilidades para afrontar situaciones difíciles.

1.4.2. Justificación teórica

La justificación teórica del estudio condensó las propuestas teóricas concernientes a las estrategias de afrontamiento por el Covid-19, y modelos

explicativos de autocuidado, de acuerdo con la premisa de brindar cobertura a los vacíos de conocimiento presentes en la información sobre mecanismos comprensivos de las variables de estudio, de esta manera se justifica porque se está fundamentando científicamente las variables de estudio y se están aportando conocimientos científicos al tema estudiado, cuyos resultados servirán para brindar una alternativa para afrontar esta problemática.

1.4.3. Justificación metodológica

La justificación metodológica del presente estudio desarrolla un marco de análisis de datos estándar basado en protocolos estadísticos robustos y potentes hacia el tamaño de muestra, asimismo, el enmarque teórico permite el desarrollo y validación de dos instrumentos especializados validados a través de juicio de jueces expertos que servirán para la medición de las variables de estudio y marcaran precedentes para futuras investigaciones.

1.4.4. Justificación social

La justificación social establece que los hallazgos del presente estudio tendrán incidencia directa en la población, ya que comprender cuál es la dinámica de funcionamiento de las estrategias de afrontamiento permitirá formular planes de intervención directamente aplicables a la muestra de estudio y a otros grupos de pacientes.

1.5. Delimitantes de la investigación

1.5.1. Delimitación teórica

Se basa en el modelo de afrontamiento de Lazarus y Folkman (2007), el modelo de adaptación de Callista Roy (2004), la teoría de enfermería del autocuidado de Dorothea Orem, la teoría de las relaciones interpersonales de Hildegard Peplau y la teoría de la adolescencia de Sigmund Freud.

1.5.2. Delimitación temporal

El estudio se realizó desde enero a diciembre del 2021.

1.5.3. Delimitación espacial

La investigación se realizó en una institución pública estatal denominado “Instituto Nacional Materno Perinatal” del nivel y categoría III-2, distrito y provincia de Lima.

II. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes

2.1.1. Antecedentes internacionales

Calero D. (2022) desarrolló una investigación en Quito Ecuador denominada “estrategias de afrontamiento en mujeres embarazadas durante la pandemia Covid- 19”, cuyo objetivo fue analizar las estrategias de afrontamiento que utilizan las mujeres embarazadas que asisten a sus controles gineco – obstetras durante la pandemia Covid- 19. La metodología empleada fue de tipo descriptivo, de enfoque cuantitativo y diseño no experimental, basado en la fundamentación teórica de transaccional cognitiva conductual de Lazarus y Folkman, la muestra fueron 35 gestantes a quienes se les aplicó el inventario de estrategias de afrontamiento (CSI) obteniendo como resultado que el 20 % de las encuestadas utiliza la evitación como medida de afrontamiento, 11 % la aceptación de responsabilidad o resolución del problema y 9 % la autocrítica o autocontrol . en conclusión, se considera al resultado como un efecto negativo para su estado considerando que existe la posibilidad que estas pacientes adquieran enfermedades psicosomáticas que podrían complicar no solo a la madre sino también a su proceso gestacional (13).

Moreta C & Godoy P. (2021) en su estudio de Ambato Ecuador titulado “aplicación de la técnica de relajación de Benson para el manejo del estrés en mujeres embarazadas durante la emergencia sanitaria por COVID-19”, cuyo objetivo fue ejecutar la práctica de relajación de Benson para analizar las formas

de control de estrés en mujeres gestantes en medio de la crisis por el COVID-19 en Ambato. El método usado fue de tipo cuasi experimental y enfoque cuantitativo, la muestra fueron 60 mujeres embarazadas seleccionadas a través de una muestra no probabilística, usando un cuestionario como instrumento (COPE elaborado por Carver et al. 1989) encontraron en sus hallazgos que formas de control del problema a través del afrontamiento activo mejoró notablemente de 7% a 33 %, en la forma de control que se centra en la emoción un 84 % mejoró a través de la búsqueda de apoyo social, reintegración positiva y aceptación frente a un 30 % antes de la ejecución del programa, finalmente entre otras formas de control se obtuvo que el 73 % mejoraron a través de la técnica de enfocar y liberar emociones frente a un 7 % antes de la aplicación la técnica. En conclusión, las formas de control relacionados a la emoción, identificación del problema y otras formas de afrontamiento mejoran cuantiosamente con el desarrollo del método de Benson en el dominio del estrés en madres gestantes (14).

Quintana A. (2021) realizó en México una investigación denominada “modelo de incertidumbre, estrés percibido y estrategias de afrontamiento para explicar el bienestar físico y psicosocial en adolescentes embarazadas”, teniendo como objetivo determinar la capacidad explicativa de los síntomas, familiaridad con el embarazo, conocimientos sobre el embarazo, incertidumbre, estrés percibido y la búsqueda de apoyo social sobre el bienestar y el bienestar psicosocial (adaptación materna prenatal) en adolescentes embarazadas. El método fue de diseño correlacional, predictivo y de comprobación de modelo, la muestra lo

conformaron 202 gestantes, los instrumentos utilizados fueron seis (el inventario de síntomas del embarazo, el cuestionario de conocimientos en el embarazo, la escala de incertidumbre de Mishel, la escala de estrés percibido, Sub escalas de búsqueda de apoyo familiar y el cuestionario de evaluación prenatal, los hallazgos descubiertos evidenciaron Los síntomas del embarazo mostraron una relación positiva y significativa con el afrontamiento en adolescentes embarazadas ($r_s = .306$, $p < .001$), la incertidumbre y el estrés percibido mostraron una relación positiva y significativa ($r_s = .460$, $p < .001$), además notaron que los síntomas del embarazo tienen efecto directo y significativo sobre la incertidumbre en adolescentes embarazadas ($\beta = .407$, $p < .001$). en conclusión, los modelos de incertidumbre y estrés percibido están estrechamente relacionados al momento de emplear estrategias de afrontamiento para explicar el bienestar físico y psicosocial en adolescentes embarazadas (15).

Sevilla H & Téllez J. (2020) desarrollaron una indagación denominada “repercusiones psicológicas y estrategias de afrontamiento en adolescentes embarazadas entre 15 y 19 años, que asisten al control prenatal en el centro de salud Perla María de Norori Nicaragua 2020”, cuyo objetivo fue establecer las repercusiones psicológicas relacionadas al afrontamiento emocional en adolescentes embarazadas. El método usado fue de tipo descriptivo y de corte transversal, la prueba estuvo compuesta por 56 adolescentes gestantes, el instrumento empleado fue un cuestionario (SCL-90-R) el método de recopilación de información la encuesta, los resultados hallados demuestran que el 59% de

gestantes tiene como medida de control o afrontamiento a la aceptación de responsabilidad ante las repercusiones psicológicas. En conclusión, la estrategia más utilizada para hacer frente a los posibles problemas psicológicos de las adolescentes fue la aceptación de la responsabilidad (16).

Dávila Y, Marín P & Solís C. (2019) en su investigación desarrollada en Ecuador durante el 2019 denominada “Estrategias de afrontamiento utilizadas por adolescentes embarazadas entre 10 y 20 años en el centro de salud del Cantón Chordeleg”, teniendo como objetivo determinar los estilos de afrontamiento empleada por las gestantes adolescentes. El método de indagación es de tipo transversal correlacional. La población lo conformaron 53 adolescentes gestantes que acudieron entre julio a noviembre al centro de salud, la muestra fueron 50 pacientes seleccionadas por conveniencia, usando una escala de evaluación para cada variable (FF – SIL y escala de afrontamiento de Lazarus) como instrumento encontraron en los resultados que la acción de manejo más usada fue el autocontrol con 34% y la reevaluación positiva con el mismo porcentaje. En conclusión, las medidas de afrontamiento a la gestación inicial primaria de las adolescentes estudiadas fue el autocontrol y la reevaluación positiva (17).

Orosco V, Quinteros E. (2020) realizó una investigación en Colombia denominada “prácticas de autocuidado de las gestantes adolescentes que asisten al control prenatal en un hospital de nivel 1 de atención”, el objetivo fue determinar las prácticas de autocuidado en las gestantes adolescentes. El método fue de tipo cuantitativo, descriptivo y corte transversal, la muestra lo

conformaron 52 adolescentes gestantes, el instrumento de evaluación fue un cuestionario denominado “prácticas de cuidado que realizan consigo mismas las gestantes en etapa prenatal”. En los resultados demostraron que las prácticas de autocuidado son regulares y siempre en más de tres cuartas partes de las gestantes. En conclusión, las gestantes realizan buenas prácticas de autocuidado (18).

Rodríguez J. (2019) en su investigación desarrollada en Puebla México titulada “Autoestima, Nivel de Afrontamiento y Adaptación de las Adolescentes Embarazadas 2019” cuyo objetivo fue determinar la relación entre el nivel de autoestima con el proceso de afrontamiento y adaptación de las adolescentes embarazadas en el primer nivel de atención en la ciudad de Puebla. El método fue descriptivo, correlacional y transversal, la muestra fueron 230 gestantes adolescentes. Haciendo uso de dos cuestionarios como instrumentos demostraron en los resultados que no existe correlación, mostrando un efecto débil, con una magnitud negativa y estadísticamente, no significativa, ($r = -0.078$; $p = .023$). En conclusión, no existe relación estadísticamente significativa entre las variables autoestima con el afrontamiento y adaptación de las adolescentes embarazadas, lo que demostraría que carecen de un buen afrontamiento y adaptación en su rol materno (19).

2.2.2. Antecedentes nacionales

Poma A. (2021) en su investigación realizada en Cajamarca denominada “afrontamiento y nivel de autocuidado en embarazadas adolescentes del centro

de salud La Tulpuna 2021”, tuvo como finalidad encontrar el vínculo entre el afrontamiento y autocuidado en gestantes adolescentes. El método usado fue de diseño no experimental, transversal y tipo descriptivo correlacional, la muestra lo conformaron 79 adolescentes gestantes, como instrumento se validaron la medida de acciones de manejo y la prueba de cuidado propio, los cuales a través de una encuesta determinaron en los resultados que el 43% presentó un afrontamiento medio y el autocuidado fue suficiente en 55%, también demostró que hay un vínculo directo y significativo ($p = 0,000$) entre las dos variables, además se obtuvieron que la estrategia de afrontamiento y autocuidado autocontrol alcanzó un 17.7 % frente a la aceptación de responsabilidad que obtuvo un 29.1 %. En conclusión, se verificó que está presente un vínculo significativo y que cuando el afrontamiento y sus dimensiones aumenta también hace lo propio el nivel de autocuidado (20).

Guizado C. (2020) realizó una investigación titulada “estrategias de afrontamiento en adolescentes embarazadas que acuden a un centro de salud en Andahuaylas 2020”, teniendo como objetivo reconocer las estrategias de afrontamiento que más utilizan las adolescentes embarazadas que asisten al centro de salud. El método usado fue cuantitativo, no experimental y descriptivo simple, la muestra lo conformaron 40 gestantes adolescentes, teniendo como instrumento el cuestionario de afrontamiento y usando como estrategia la encuesta demostraron que 35% de gestantes usaron como estrategia de afrontamiento la aceptación de responsabilidad, 28% la planificación, 15% el afrontamiento activo. En conclusión, los enfoques más usados son las del control

centrado en el problema través de la aceptación de la situación actual, la planificación de acciones y por último el afrontamiento activo (11).

Ardiles D. (2020) realizó una investigación denominada “estilos de afrontamiento y niveles de ansiedad en mujeres embarazadas de un centro de salud de Lima Metropolitana” cuyo objetivo fue determinar la relación entre los estilos de afrontamiento y los niveles de ansiedad en mujeres embarazadas. El método empleado fue no experimental, descriptivo correlacional y el diseño transeccional o transversal, la muestra lo conformaron 100 mujeres embarazadas, utilizando el Cuestionario de Afrontamiento al Estrés (CAE) y el Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE), se encontraron en los resultados que existe relación altamente significativa y directa entre las variables señaladas ($p=,000$ $r=,437^{**}$). En conclusión, existe relación entre los estilos de afrontamiento y la ansiedad (21).

Castilla S. (2018) en su investigación denominada “práctica de autocuidado de las adolescentes embarazadas atendidas en el centro de salud Pueblo Nuevo Chincha”, cuya intención fue establecer la práctica de autocuidado de las adolescentes embarazadas atendidas en dicho establecimiento de salud. La metodología fue de enfoque cuantitativo, alcance descriptivo y corte transversal, la muestra estuvo compuesta de 137 adolescentes embarazadas, los instrumentos utilizados fueron validados el año 2014 por Rojas, Salas y Vargas utilizando el coeficiente alfa de Cronbach (0,738), los resultados demostraron que la práctica de autocuidado fue regular (34%), en la dimensión autocuidado general alcanzó (40%), en la dimensión autocuidado de desarrollo personal e

interacción social alcanzo (38%) y en la dimensión conocimientos de autocuidado específico de salud logro un 41%. En conclusión, las adolescentes embarazadas realizan su propio autocuidado frente a su situación actual de salud (22).

Osores N. (2018) en su estudio titulado “autocuidado en gestantes del puesto de salud 15 de enero – San Juan de Lurigancho 2018”, cuyo objetivo fue hallar el nivel de cuidado propio presente en las embarazadas del puesto de salud 15 de enero de San Juan de Lurigancho. Se usó el método de tipo descriptivo, diseño no experimental y transversal, la prueba lo conformaron 89 embarazadas que acudieron a su monitoreo prenatal en gineco obstetricia, usando una encuesta como instrumento aplicaron un cuestionario de 30 enunciados y cuatro indicadores encontrando los siguientes resultados: el autocuidado en general de las gestantes es bajo (24%), medio (56%) y alto (20%); desglosando por niveles o dimensiones en la dimensión alimentación el nivel de cuidado propio es medio con 59%, en el área de práctica y sosiego el nivel de cuidado propio de las embarazadas también es medio con 47%, en la dimensión de higiene de la misma forma el autocuidado es medio (57%), finalmente en el área de bienestar psicológico el autocuidado alcanza un nivel medio con 43%. En conclusión, el nivel de autocuidado de las pacientes que cursan con un proceso gestacional es medio (23).

Quispe N & Sotomayor C. (2018) realizaron una investigación titulada “estrategias de afrontamiento e inteligencia emocional en estudiantes embarazadas de las escuelas de enfermería y obstetricia, en la universidad

nacional de Huancavelica”, donde el objetivo fue demostrar la relación la relación entre estrategias de afrontamiento e inteligencia emocional en estudiantes embarazadas de las Escuelas Profesionales de Enfermería y Obstetricia. El método de investigación fue de tipo básica, correlacional, de diseño no experimental, la muestra lo conformaron 40 estudiantes, los instrumentos usados fueron la escala estrategia de afrontamiento de Tobin, Holroyd y la escala inteligencia emocional de Salovey, Mayer, los resultados demostraron que el mas de la mitad (55%) de estudiantes embarazadas utilizan a estrategias de afrontamiento durante su gestación. En conclusión, existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento e inteligencia emocional (24).

Prado J & Revés E. (2018) publicaron una investigación titulada “estrategias de afrontamiento para el bienestar emocional y la inclusión educativa”, el objetivo fue estrategias para afrontar el embarazo y mejorar el bienestar emocional de la embarazada en un hospital de la ciudad de Huánuco. La metodología empleada fue de diseño cuasi experimental, de pre y post test, con dos grupos conformados por 29 gestantes, los instrumentos utilizados fueron la escala de evaluación de afrontamiento y el cuestionario de bienestar emocional de la calidad de vida, en los resultados se demostraron que el grupo con intervención experimental de estrategias de afrontamiento tuvo mayor índice de bienestar emocional, disposición al estudio y calidad de vida, manteniéndose estable en los seguimientos posteriores con 24,1%, respecto del grupo control con 3,4%. En conclusión, la inclusión educativa mejora las medidas de afrontamiento y por ende el bienestar emocional (25).

2.2. Bases teóricas

2.2.1. factores clínicos de la covid-19 y su relación con la adolescencia

La Covid-19 es una enfermedad causada por el coronavirus SARS-CoV-2 y puede presentar una gama de síntomas, como la fiebre (variable en intensidad y duración), tos seca que puede persistir durante varios días, fatiga o sensación de cansancio extremo, la dificultad para respirar o sensación de opresión en el pecho (considerado el más grave), pérdida del gusto u olfato, dolores musculares y corporales, dolor de garganta, congestión o secreción nasal, fuertes dolores de cabeza; es importante mencionar que los síntomas pueden variar ampliamente entre los pacientes y algunas personas infectadas pueden ser asintomáticas o presentar síntomas muy leves a graves como la dificultad para hablar o moverse, confusión, dolor en el pecho o desorientación (26).

La relación entre la Covid-19 y las gestantes adolescentes es un tema importante para considerar, ya que las adolescentes embarazadas pueden enfrentar desafíos únicos tanto en términos de salud como en términos psicosociales (26).

Las gestantes pueden presentar mayor riesgo de complicaciones y necesidad de hospitalización, este riesgo es aún mayor en las adolescentes, ya que sus cuerpos aún están en desarrollo y pueden tener sistemas inmunológicos menos maduros (26), (27).

2.2.2. Teoría del afrontamiento

Triviño, Z & Sanhueza, O., en el año 2005 citan la definición de Lipowsky, donde menciona que “el afrontamiento es la capacidad humana para hacer frente a un problema emocional o de salud física, con el objetivo de mantener un equilibrio; este objetivo se hará realidad dependiendo la experiencia, valores y creencias desarrollados en la vida cotidiana” (28).

a. Teoría de afrontamiento de Lazarus y Folkman

La teoría del afrontamiento de Lazarus y Folkman se enfoca en la interacción dinámica entre las percepciones individuales, las evaluaciones cognitivas y las respuestas emocionales durante el proceso de afrontamiento.

En esta perspectiva se argumenta que las personas no solo reaccionan automáticamente a situaciones estresantes, sino que también realizan una evaluación cognitiva activa de la situación y sus recursos para manejarla. En este modelo existen dos conceptos principales: evaluación primaria y evaluación secundaria (29).

En la evaluación primaria, las personas determinan si una situación es relevante para sus objetivos y si es una amenaza o desafío, y si la situación es percibida como amenazante, se desencadenan respuestas emocionales y cognitivas, lo que puede llevar a la búsqueda de estrategias de afrontamiento (30). En la evaluación secundaria, las personas evalúan sus recursos y habilidades para hacer frente a la situación, donde se considera la efectividad de diferentes

estrategias de afrontamiento disponibles y se toma una decisión sobre qué enfoque adoptar.

En ese sentido, existe dos tipos de afrontamiento en la propuesta de Lazarus y Folkman: afrontamiento centrado en el problema y centrado en la emoción. De esta manera, existen dos modos de afrontamiento, el primero es el afrontamiento de problemas, donde el individuo dirige sus estrategias a la dilucidación del problema evaluándolo a través del costo, beneficio, elección y aplicación como alternativa en la búsqueda de posibles soluciones y el segundo es el afrontamiento de emociones donde el individuo utiliza procesos cognitivos, entre ellos la elusión, el enfoque selectivo, las similitudes y la extracción de valores positivos de un hecho negativo como medida de control y disminución de posibles trastornos emocionales (28).

Lazarus describe que el afrontamiento utiliza a los recursos físicos (salud y energía) como medios que facilitan el afrontamiento haciendo hincapié, que, cuando una persona se encuentra en un estado de bienestar pleno afronta una situación de mejor manera que un individuo que se encuentra enfermo, los recursos psicológicos (creencias positivas, esperanza) como la fuerza mental y espiritual con los que una persona enfrenta una situación de salud, las aptitudes (técnicas sociales) al comunicarse de manera adecuada y efectiva con otras personas facilita no solo la resolución de los problemas sino también el apoyo constante en su realización y por último los recursos ambientales (resolución de problemas, recursos sociales y materiales) (28).

Callista Roy en 1970, en su modelo de adaptación como herramienta de afrontamiento menciona que las decisiones flexibles son mecanismos innatos que ayudan a la sobrevivencia, el desarrollo, la reproducción y el dominio de la situación por las que pasa un sujeto en el transcurso de su vida. Durante su labor como enfermera Callista Roy, evidencio la capacidad que tenían los pacientes para recuperarse e integrarse a las modificaciones físicas y emocionales, conducta puesta en marcha a través de estímulos internos y externos denominados estímulos focales (31).

Un estudio realizado en el año 2014 denominado emociones, estrés y afrontamiento en adolescentes desde el modelo de Lazarus y Folkman describe al afrontamiento en los adolescentes como una emoción transversal experimentada al momento de dejar la niñez y pensar en pasar a la etapa adulta, situación que produce a los adolescentes mayor frecuencia de sucesos estresantes manifestados con emociones de ansiedad y temor, menciona también que una de las acciones de control adoptada por los adolescentes es la indagación de ayuda social que trata de solucionar de manera fundamental el factor estresante y espera alcanzar la salud mental que disminuya las probabilidades de presentar más adelante problemas de salud (29).

b. Modelo de Afrontamiento de Carver et al. (29)

Es una teoría influyente en el campo de la psicología que se enfoca en cómo las personas enfrentan y manejan el estrés y las adversidades, se centra cómo las personas ajustan sus objetivos y esfuerzos cuando enfrentan situaciones

estresantes, y cómo estos ajustes influyen en su experiencia emocional y su adaptación (32).

En tal sentido, existen dos tipos de afrontamiento: centrado en la solución y emoción. En el afrontamiento orientado a la solución que se centra en abordar directamente el problema o la fuente de estrés, donde las personas que adoptan este enfoque buscan activamente soluciones prácticas, establecen metas claras y toman medidas concretas para resolver o enfrentar la situación. El afrontamiento orientado a las emociones se centra en manejar las emociones y las reacciones emocionales que surgen como resultado del estrés, y pueden utilizar estrategias como la búsqueda de apoyo social, la expresión emocional y las técnicas de relajación para aliviar el malestar emocional asociado con la situación (32).

c. Modelo de Afrontamiento de Folkman y Moskowitz

Es una teoría psicológica que se centra en cómo las personas manejan el estrés y las situaciones adversas de manera que no solo les permita hacer frente al desafío, sino que también pueda llevar al crecimiento personal y al bienestar emocional. Se centra en minimizar la angustia, el Modelo de Afrontamiento de Folkman y Moskowitz sugiere que ciertas estrategias pueden conducir al crecimiento y la resiliencia personal (33).

Los elementos clave del modelo subyacen en los siguientes puntos: enfoque en el significado, reevaluación positiva, descubrimiento de aspectos positivos, y aprovechamiento de oportunidades de crecimiento (34). En el aspecto de

enfoque en el significado, las personas pueden buscar y encontrar significado en las experiencias adversas, y tratan de entender cómo estas experiencias pueden contribuir al crecimiento personal y al aprendizaje, lo que puede proporcionar un sentido de propósito. En la reevaluación positiva, implica reinterpretar una situación estresante en términos más positivos, y ayuda a cambiar la perspectiva sobre cómo se afronta la situación y cómo se puede aprender y crecer a través de ella. En el descubrimiento de aspectos positivos, las personas se esfuerzan por identificar y reconocer los aspectos positivos que pueden haber surgido de las situaciones adversas. En relación con el aprovechamiento de oportunidades de crecimiento enfatiza que las situaciones estresantes pueden brindar oportunidades para desarrollar nuevas perspectivas, habilidades y recursos internos.

2.2.3. Teoría del autocuidado

Naranjo en el 2018 cita a Dorothea Orem y su “Teoría del Autocuidado” donde lo pondera como el conjunto de acciones alineadas para propósitos concretos en favor del bienestar propio en hechos cotidianos, de este modo el autocuidado interviene inmediatamente en circunstancias que pudieron impactar en el desarrollo propio y conservación de la salud o bienestar personal (33).

Esta teoría se centra en la capacidad de las personas para cuidar de sí mismas mantener su salud y bienestar, proporciona un enfoque sistemático para comprender y promover la autogestión de la salud (35).

Subsisten tres conceptos claves en esta teoría: autocuidado, déficit de autocuidado y sistemas de enfermería (32). En relación con el autocuidado, se refiere a las actividades y comportamientos que las personas realizan de manera deliberada para mantener su propia salud y bienestar, las actividades pueden incluir la higiene personal, el descanso adecuado, la alimentación saludable y el ejercicio regular. Con referencia al déficit de autocuidado, se refiere a las situaciones en las que una persona no puede satisfacer sus propias necesidades de autocuidado debido a limitaciones físicas, emocionales o cognitivas. En relación a los sistemas de enfermería, incluye tres tipos: sistema de enfermería totalmente compensador (el profesional de la salud asume completamente la responsabilidad del cuidado), sistema de enfermería parcialmente compensador (colaboración entre el paciente y el profesional de la salud) y sistema de enfermería de apoyo-educativo (el paciente es responsable del autocuidado, pero se le brinda orientación y apoyo por parte del profesional de la salud).

Argumenta que propiciar e incentivar el deber personal en la protección de la salud es una de las áreas clave en la práctica interdisciplinaria del equipo médico para enfatizar regularmente en los pacientes. Esto aseguraría que los cuidados médicos no se limiten solo a los servicios hospitalarios, sino que se extiendan a través de la iniciativa de las personas en sus vidas cotidianas (36).

El autocuidado es una práctica reguladora del ser humano que tiene como único objetivo mantenerse con vida, para esta práctica se combina el progreso, el bienestar y la salud de manera integral, y se aplica de forma continua en el transcurso del tiempo y de acuerdo con las demandas de control que poseen los

seres humanos durante las fases de desarrollo, condiciones de salud, factores estresantes y consumo de energía (36).

Por lo tanto, existe la necesidad de que las adolescentes con un proceso de gestación en curso cuiden de su salud y el de su futuro hijo mediante las prácticas favorables del autocuidado integral de su salud, para esto los enfermeros deben poner mayor énfasis en promocionar, provocar y cooperar en forma dinámica a potenciar el autocuidado de los adolescentes mediante programas que propicien los hábitos saludables y los cambios positivos en las personas principalmente en este grupo etario (37).

a. Teoría del Autocuidado de Catherine E. Roy

Es un enfoque en el campo de la psicología de la salud y el bienestar que se centra en la importancia de equilibrar el cuidado de uno mismo con el cuidado de los demás, y proporciona un marco para comprender cómo las personas pueden mantener su propio bienestar mientras se dedican al cuidado y apoyo de los demás.

Se basa en las premisas equilibrio entre el autocuidado y el cuidado de los demás, autoconciencia y autorreflexión, prevención del agotamiento, y empoderamiento personal (37). Con referencia a autocuidado y el cuidado de los demás, la autora considera que el autocuidado es fundamental para mantener la salud mental y emocional dado que al dedicar tiempo y atención a satisfacer sus propias necesidades, las personas pueden estar en una posición más sólida para ofrecer cuidado y apoyo a los demás. En relación con la autoconciencia y

autorreflexión, enfatiza la importancia de la autoconciencia y la autorreflexión. Al estar conscientes de sus emociones, límites y necesidades, las personas pueden tomar decisiones informadas sobre cómo manejar su propio bienestar. Con relación a la prevención del agotamiento, subraya que el agotamiento puede ser evitado al mantener un equilibrio adecuado entre el cuidado de uno mismo y el cuidado de los demás. En referencia al empoderamiento personal, reconoce que cuidar de uno mismo es un acto de empoderamiento, la teoría promueve la idea de que el autocuidado no es egoísmo, sino una inversión en la propia salud y bienestar.

2.2.4. Teoría de la adolescencia

Según Anna Freud en 1936, al describir su teoría de la adolescencia menciona que hay dos elementos de protección en los adolescentes que trabajados adecuadamente son de mucha relevancia para su desarrollo personal y que lo protegen de situaciones fundamentales y peligrosas como la ansiedad, uno de ellos es la cognoscitivización que le facilita aminorar los grados de ansiedad a través de la no implicancia de los problemas que a ellos no lo competen, mostrándose despreocupados o distantes de los problemas reales, fomentando un distanciamiento emocional de las situaciones que generen altos grados de ansiedad, llevados estos mecanismos de defensa al extremo generan en el entorno la convicción de no importarles nada que incluso llegan a descuidar su propia higiene corporal, es por eso que Anna Freud deduce que los “La cantidad de despreocupación que experimenta un adolescente está relacionada

directamente con la importancia que a nivel inconsciente le asigna a situaciones que le causan ansiedad, las cuales trata de evitar mediante este recurso” (38).

El otro mecanismo es el Ausentismo, se identifica por el esfuerzo de los adolescentes de disminuir la ansiedad que producen ciertas circunstancias al negarlas por completo (mantenerse en su dormitorio, no participar en actividades sociales, rehuir de amigos y familiares, preferencia por estar solos) con la justificación de que no sienten deseo por las acciones que se presentan alejándose. así, de situaciones que les generen ansiedad (38).

Anna Freud en su Teoría de la Adolescencia afirman que estos sistemas de protección podrían ser más o menos violentos, no son perfectos; sino son bastante deficientes. “Tanto el muro defensivo como los recursos utilizados se originan en una paradoja: se construyen para protegerse de los peligros que se desean en secreto.”. Este problema interno provoca fuertes variaciones en el estado de ánimo, cambios de humor, conducta ambivalente e impulsiva como pasar del amor al odio, la dependencia en rebelión, el respeto en desprecio (39).

2.3. Marco conceptual

2.3.1. Afrontamiento emocional

El afrontamiento emocional representa la forma como las personas manejan y regulan sus emociones en situaciones estresantes o desafiantes, implica diversas estrategias como la expresión de emociones en forma oral, búsqueda de apoyo social, técnicas de relajación, practica de ejercicios, y otros más (38).

Estas estrategias de afrontamiento emocional varían de individuo a individuo y por el momento que se suscitó, algunas personas recurren a soluciones más activas como la solución de problemas, mientras que otras prefieren estrategias más pasivas, como la evitación o distracción (39).

Un afrontamiento emocional saludable implica encontrar entre el control emocional y el arreglo de problemas; poder adaptarse a las situaciones estresantes sin situar en peligro el bienestar emocional y física, esto implica buscar ayuda profesional si estas estrategias de afrontamiento emocional no son efectivas o si experimentan síntomas de ansiedad, depresión u otros trastornos emocionales (40).

a. Definición de afrontamiento

Lazarus y Folkman, citados por los autores el 2013, refieren que el autocontrol enfatizado al manejo emocional en situaciones de crisis “se describe en aquellos empeños intelectuales y actitudinales constantemente cambiantes que se realizan para medir los pedidos específicos, externas y/o internas, que son analizadas como abundantes o incontenibles de las habilidades de la persona.” (41).

b. Manejo de emociones en tiempos de pandemia por COVID-19

La pandemia del Covid-19 conmocionó a los individuos de distintos aspectos, y ha conseguido un efecto importante en el bienestar emocional, gran cantidad de personas han enfrentado ansiedad, estrés, depresión, soledad y otras emociones más debido a la incertidumbre y el aislamiento social, la pérdida de

empleo, el miedo a enfermarse y la preocupación por los seres queridos también ha contribuido a que se incremente los estados emocionales negativos (42).

Por otro lado, algunas personas han encontrado formas creativas de adaptarse y han desarrollado habilidades para enfrentar a los desafíos de la pandemia, la solidaridad, el apoyo emocional y la conexión con otros han sido importantes para superar este momento difícil (42).

En general, es importante cuidar nuestra salud emocional y buscar apoyo si es necesario, durante la pandemia se ha demostrado que el bienestar emocional es tan significativo como el bienestar físico; el apoyo económico y la conexión con otros son muy importantes para superar este momento difícil (43).

El Ministerio de Salud como ente rector (44) menciona la necesidad de generar estrategias frente a los estragos emocionales que esta desencadenando la pandemia en todos los grupos etarios, sin embargo, específicamente para el grupo poblacional de adolescentes gestantes pone en énfasis la necesidad de adaptar o adecuar estrategias que permitan manejar sus emociones para poder hacer frente a la triple carga tensional que se vivencian en estos tiempos, estas responden a lo siguiente:

c. El hecho de ser adolescente

Ser adolescente indica estar en una etapa de transición y desarrollo en el ciclo de un individuo, en esta fase los jóvenes experimentan muchos cambios como son los físicos, mentales y emocionales (45).

Uno de estos cambios que se experimentan y considerado de mucha importancia en esta etapa es la pubertad, es aquí, donde se desarrollan un proceso de

cambios hormonales, crecimiento físico, desarrollo de características sexuales secundarias que sin el apoyo necesario pueden ser desconcertantes y difíciles de manejar (46).

En esta etapa, los adolescentes están experimentando una mayor independencia e incrementando la responsabilidad a medida que se aproximan a la adultez, empiezan a explorar quienes son, que desean de la vida en un futuro cercano. Cursan también con momentos difíciles en sus relaciones sociales ya que a menudo experimentan la presión de sus compañeros y pueden sentirse solos o incomprendidos (29).

Ser adolescente también puede ser emocionante, estar lleno de oportunidades y nuevas experiencias agradables, es importante entonces que los adolescentes tengan la ayuda adecuada de los allegados adultos para guiarles a navegar y descubrir esta nueva etapa y así, poder desarrollar una sólida autoestima y sobre todo confianza en sí mismos (29).

En la misma dirección la UNFPA, en el año 2019 precisa la adolescencia como “una fase necesaria en el crecimiento de los individuos en la que enfrentan diferentes alteraciones en los sectores biológico, familiar y social” (47).

d. El hecho de cursar con un proceso gestacional

El proceso gestacional precoz en las adolescentes es el que ocurre antes de los 20 años, las adolescentes pueden enfrentar desafíos agregados debido a su edad y falta de experiencia, esos nuevos retos pueden significar mayores riesgos de complicaciones médicas, sociales y emocionales y dificultades para continuar con su vida diaria como por ejemplo seguir con sus estudios (47).

Además, las adolescentes pueden enfrentar dificultades sociales y emocionales, como el rechazo de la familia, el aislamiento social, el estrés financiero y la falta de apoyo emocional. Estos relacionados con la dificultad para continuar con sus estudios, pueden afectar de manera directa su capacidad para obtener un empleo estable en el futuro (29).

Con estas implicancias, es importante que las adolescentes embarazadas reciban atención médica prenatal adecuada, apoyo emocional y social durante todo el proceso gestacional., también es fundamental que reciban información sobre la anticoncepción y la prevención del embarazo para evitar futuras gestaciones no planificadas (47).

e. El hecho de afrontar la situación de tensión desencadenada por la pandemia

Respecto a la pandemia por coronavirus (Covid-19) la Organización Panamericana de la Salud y Organización Mundial de la Salud, (48) en el año 2021 describen que a la fecha la capacidad de virulencia y letalidad del virus han hecho que toda la población se vea afectada tanto a nivel fisiológico como psicológico.

Estudios difundidos por el Fondo Internacional de Emergencia de las Naciones Unidas para la Infancia (1) demuestran el incremento de trastornos emocionales producto de la Covid-19, escenario que no es lejano a los adolescentes que ven afectado su salud mental al verse sumergidos también en contextos de

asilamiento, cuarentena, etc. para poder controlar y prevenir la disminución del virus.

Así mismo, Maguiña (49) enfatiza en la necesidad de reformular estrategias que permitan controlar la enfermedad más allá de los contextos hospitalarios, ya que se ha conllevado al colapso de los establecimientos de salud centrándose las tasas de mortalidad en grupos de alto riesgo, colocando al grupo de adolescentes gestantes en desventaja a llevar este proceso de maternidad con normalidad.

f. Estrategias de afrontamiento para manejar nuestras emociones

En la revista de medicina Herediana (49) Medina, Gastelo & Tequen mencionan que existen varias estrategias de afrontamiento que se pueden utilizar para manejar nuestras emociones, aquí te presentamos algunas recomendaciones:

- ***Toma un respiro:*** si te sientes abrumado o estresado, tómate unos minutos para respirar profundamente y relajarte.
- ***Identifica tus emociones:*** es importante reconocer y aceptar tus emociones para poder trabajar en ellas, preguntarse por qué te sientes de esa manera y trata de entender lo que está causando tus emociones.
- ***Habla con alguien:*** conversar con un amigo, un familiar o un profesional de la salud puede ayudar a procesar emociones y encontrar formas de manejarlas (49)

- **Practica la meditación o la relajación:** estas son técnicas efectivas para atenuar el estrés y la ansiedad, y pueden ayudarte a manejar emociones de manera más efectiva.
- **Haz ejercicio:** esta es una forma efectiva de reducir el estrés y ayudar al estado de ánimo, por ello es una excelente estrategia de afrontamiento.
- **Establece metas y objetivos:** tener metas y objetivos claros puede darte un sentido de propósito y ayudarte a mantener una perspectiva positiva (49).
- **Practica el autocuidado:** cuida tu cuerpo y tu mente mediante una alimentación saludable, el sueño adecuado, la hidratación y el cuidado personal.

En síntesis, existen diversas estrategias que se pueden las adolescentes utilizar para manejar sus emociones, lo importante es que puedan encontrar aquellas que funcionen mejor para ellas y hacerlas parte de su rutina diaria (49).

Del mismo modo, Armando (49), analiza que las situaciones de crisis pueden presentarse en todo momento sin horario en específico siendo importante estar preparadas para afrontar estas situaciones mediante el manejo eficiente de sus emociones.

Complementando el texto anterior las adolescentes deben proyectarse e ir adquiriendo una consolidación del proceso de inteligencia emocional, para lograr esa meta es necesario el uso de algunas estrategias como entender sus

emociones, practicar la escucha activa, mejorar la actividad física, reflexionar sobre las situaciones de crisis y críticas, fortalecer la auto aceptación, practicar una actitud optimista y tener tolerancia y aceptación de responsabilidades.

g. Dimensiones de las estrategias de afrontamiento

Lazarus y Folkman, citados por la página de Salud Psicología y Mente (50), en el 2021, enfatizan en la medición de la habilidad de control en situaciones de crisis como el proceso de estrés y otros trastornos emocionales, en ese contexto se acoge a las dimensiones de autocontrol y aceptación de la responsabilidad:

Autocontrol

Es la capacidad de controlar nuestras emociones, pensamientos y comportamientos para conseguir nuestras finalidades y anhelos a largo plazo, es también la habilidad de controlar nuestros impulsos y tomar decisiones racionales y conscientes en lugar de actuar de manera impulsiva.

El autocontrol es una habilidad importante (50), ya que nos ayuda a tomar decisiones informadas y a mantenernos enfocados en nuestros objetivos.

Algunas de las técnicas más efectivas para mejorar el autocontrol incluyen:

- La meditación y la atención plena ayudan a estar más presentes en el momento y a ser conscientes de nuestros pensamientos y emociones.
- El establecimiento de objetivos claros y realistas, permiten enfocarnos en lo que queremos lograr a largo plazo.

- La identificación de los desencadenantes, que hacen actuar de manera impulsiva, al ser identificados podemos evitarlos o aprender a manejarlos de manera efectiva.
- La gestión del estrés, ya que este puede afectar nuestra capacidad de tomar decisiones informadas y aumentar la probabilidad de actuar impulsivamente.
- El desarrollo de la capacidad de decir "no", para evitar comprometerse con cosas que no son importantes para nosotros o que pueden ser perjudiciales para nuestro bienestar.

El autocontrol corresponde también al manejo de las propias emociones mediante la respuesta proactiva a situaciones específicas, asumiendo con criterio, juicio y forma reflexiva las situaciones y problemas que se presenten en el cotidiano, con la finalidad de hacer frente a la situación, emprendiendo estrategias individuales que permitan superar escenarios difíciles (29).

El autocontrol es una habilidad valiosa que permite tomar decisiones informadas y mantenerse enfocados en objetivos a largo plazo, a través, de técnicas como la meditación, el establecimiento de objetivos y la gestión del estrés, pueden mejorar su capacidad de controlar las emociones y comportamientos y alcanzar sus metas (51).

Aceptación de responsabilidad

Es la disposición a reconocer y afrontar los efectos de nuestras actitudes y resoluciones, involucra aceptar que somos encargados de las medidas que adoptamos y de los resultados que se derivan de ellas (35).

Algunas de las técnicas más efectivas para mejorar la aceptación de responsabilidad incluyen:

- Ser consciente de nuestras acciones y decisiones, entender cómo han contribuido a los resultados que estamos experimentando.
- Aprender de nuestros errores y fracasos y utilizar estos aprendizajes para mejorar nuestras decisiones y acciones en el futuro.
- Ser honestos con nosotros mismos y con los demás acerca de y sobre todo aceptar las críticas constructivas.
- Tomar medidas para reparar y/o remediar cualquier daño o perjuicio que hayamos causado a otros.
- Desarrollar una actitud de apertura y flexibilidad y estar dispuestos a aprender y crecer a partir de las experiencias.

En síntesis, La aceptación de responsabilidad es una habilidad esencial, que ayuda a adoptar el compromiso por las acciones y decisiones y a aprender de ellas, al adoptar una actitud de apertura, flexibilidad y honestidad, pudiendo consolidar la aptitud para la toma de decisiones informadas y construir relaciones saludables y efectivas con los demás (35).

2.3.2. Capacidad de autocuidado en las adolescentes

Se refiere a la habilidad de cuidarnos a nosotros mismos de manera efectiva, tanto física como emocionalmente, implica tomar decisiones saludables y conscientes acerca de nuestra dieta, sueño, actividad física y bienestar emocional (35).

a. Definición de autocuidado

La capacidad de autocuidado es una habilidad importante para la vida, ya que nos permite mantener una buena salud física y emocional, por ende, a fortalecer nuestra calidad de vida (38)

Algunas de las técnicas más efectivas para mejorar la capacidad de autocuidado incluyen la alimentación saludable que implica consumir alimentos nutritivos y balanceados que satisfagan nuestras necesidades nutricionales, El sueño adecuado que permite a la mente y el cuerpo recuperarse, la actividad física regular como caminar, correr, yoga, entre otros, la gestión del estrés como la meditación, la respiración profunda, la atención plena, entre otros y por último la práctica de tareas que nos agraden, nos hagan sentir bien y nos proporcionen placer y satisfacción como leer, escuchar música, entre otras (36).

Entonces, la capacidad de autocuidado es una habilidad importante que permite a las adolescentes cuidarse, así, mismas de manera efectiva, tanto física como emocionalmente. Al hacer elecciones conscientes y saludables acerca de su dieta, sueño, actividad física y bienestar emocional, pueden fortalecer su salud y así también su calidad de vida.

Del mismo modo Orem, D. en el año 1993, define al cuidado propio como aquella “actividad adquirida por los seres humanos, guiada con un propósito específico, comportamiento que se manifiesta en situaciones particulares de la vida, es controlada por la persona misma en relación con otros individuos o al ambiente, y su objetivo es regular los aspectos que influyen en su crecimiento y desempeño en pro de su vida, bienestar y salud” (52).

En el caso de las adolescentes en condición gestacional corresponde a los cuidados diarios de su propia salud, pero pensando también en el cuidado del feto que llevan dentro (4).

b. Impacto del autocuidado en la salud

El autocuidado es un componente fundamental de la salud y el bienestar. Cuando nos cuidamos a nosotros mismos de manera efectiva, tanto física como emocionalmente, podemos mejorar nuestra salud y reducir el peligro de infecciones y problemas de salud (53).

Algunos de los beneficios del autocuidado en la salud incluyen:

- Mejora del sistema inmunológico: puede fortalecer nuestro sistema inmunológico, lo que nos ayuda a prevenir enfermedades e infecciones.
- Reducción del estrés: puede ayudar a disminuir el estrés, lo que también puede fortalecer la salud mental y física.

- Precaución de enfermedades crónicas: puede ayudar a predecir enfermedades graves como la diabetes, enfermedades cardíacas y la obesidad.
- Control de la calidad del sueño: puede ayudar a fortalecer la calidad del sueño, lo que a su vez puede mejorar la salud mental y física.
- Reducción del riesgo de enfermedades mentales: puede ayudar a disminuir el peligro de enfermedades psicológicas como la ansiedad y depresión.

La Organización Mundial de la Salud (54), en el año 1982, analiza el nivel de complejidad de la práctica del autocuidado en vista que involucra una serie de factores a mantener en equilibrio, que son modificables y que estos a su vez contribuyen notablemente en prevenir el origen de las enfermedades.

En base a ello encontramos ciertas medidas que la persona debe poner en práctica para mantener un autocuidado responsable y que este mismo repercuta favorablemente en su estado de salud, a continuación, se mencionan los siguientes componentes para el autocuidado integral de la salud (55):

La Higiene que les permite liberar una cantidad considerable de patógenos, la nutrición diaria con los requerimientos nutricionales que la gestante necesita para no solo alimentarse ella sino también el feto, los modelos de vida saludable que pudieran comprometer notablemente el pronóstico de salud del binomio madre- niño, los factores ambientales que pudieran dañar de manera indirecta la salud, los factores socioeconómicos que en muchos casos son determinantes en

vista que tiene impacto indirecto en la salud holística de la persona y la automedicación que necesariamente jamás se debe practicar porque podría traer severas consecuencias para el pronóstico de salud madre – feto (39).

Definiremos entonces que el autocuidado puede tener un gran impacto en la salud, ya que ayuda a prevenir enfermedades, atenuar el estrés y propiciar la calidad de vida. Al hacer elecciones conscientes y saludables acerca de la dieta, sueño, actividad física y bienestar emocional, pueden mejorar su salud y bienestar general

c. Consecuencias para la salud

El embarazo en adolescentes puede tener consecuencias significativas para la salud, tanto en la madre como en su bebé, estas complicaciones incluyen las enfermedades gestacionales más comunes como preeclampsia, anemia, parto pretérmino, bajo peso del recién nacido, problemas mentales como ansiedad y depresión y mayor riesgo de mortalidad materna y neonatal (56).

Es importante también reflexionar que en el año se practican 3 millones de abortos altamente riesgosos en adolescentes de 15 a 19 años, situación que incrementa la tasa de muertes en madres, así como las secuelas crónicas a posterior (57).

Como contrapartida es importante proporcionar atención médica y emocional adecuada a las adolescentes embarazadas para minimizar el peligro de contratiempos y fortalecer así su salud y la de su bebé (57).

Esta atención médica prenatal debe ser regular, debe brindar el acceso a información sobre nutrición y cuidados prenatales, además, se debe brindar apoyo emocional y educativo para ayudar a las adolescentes a enfrentar los desafíos únicos que enfrentan durante el embarazo (57).

d. Consecuencias económicas y sociales

El embarazo en adolescentes puede presentar consecuencias económicas significativas para la madre, el bebé y la familia en general, algunas de las consecuencias económicas incluyen:

- **Menor ingreso familiar:** Las adolescentes embarazadas y sus familias pueden tener ingresos más bajos debido a la carencia de educación y el desafío para encontrar trabajo y conservar un hogar.
- **Mayor riesgo de pobreza:** Las adolescentes embarazadas tienen un gran peligro de vivir en condición de pobreza y de no poder proporcionar a sus hijos las necesidades básicas (34).
- **Dificultades para completar la educación:** El embarazo puede interrumpir la educación de la adolescente, lo que puede limitar sus oportunidades de empleo y desarrollo profesional en el futuro.
- **Costos médicos adicionales:** las adolescentes embarazadas pueden tener dificultades para pagar los costos médicos, especialmente si no cuentan con seguro integral de salud.
- **Costos a largo plazo:** Los efectos económicos del embarazo en la adolescencia pueden tener un impacto en la vida de la madre y

el bebé, incluyendo la pérdida de ingresos a lo largo de la vida y la dificultad para construir un futuro económico estable (34).

Este panorama puede jugar en contra del proceso de desarrollo en muchos aspectos de la adolescente, en vista que el mismo estatus de la sociedad puede actuar de manera bastante cruel tanto en temas de oportunidad laboral como la discriminación por el solo hecho de cursar por este proceso de embarazo, así mismo, la gran deserción académica por parte de las adolescentes embarazadas repercute inclusive en el costo económico para el país (34).

En ese sentido es importante proporcionar recursos y apoyo económico a las adolescentes embarazadas y a sus familias, para minimizar el impacto económico y ayudar a las adolescentes a construir un futuro más estable para ellas y sus hijos. Esto puede incluir programas de asistencia económica, asesoramiento laboral y educativo, y apoyo al proyecto familiar para prevenir embarazos no deseados en el futuro (34).

e. Dimensiones de la capacidad de autocuidado

Enfatizando en la teoría del cuidado propio de Orem, D. citado por la OMS, en el año 2022, se enfatiza en las dimensiones física y psicológica como dos componentes claves para el desarrollo de actividades que permitan encaminar a la persona para tomar acciones en bienestar del cuidado de su propia salud (56).

Dimensión Física

La dimensión física del autocuidado se refiere a las acciones que realizamos para mantener nuestra salud física y bienestar, algunas de las acciones que pueden formar parte de la dimensión física del autocuidado incluyen al ejercicio físico regular que es primordial para tener un cuerpo sano y evitar enfermedades graves como la diabetes, enfermedades cardíacas y la obesidad, la alimentación saludable que es primordial para aportar al organismo los nutrientes necesarios para funcionar de manera óptima, el descanso adecuado que es esencial para el bienestar físico y mental porque permite que el cuerpo se recupere y repare, la prevención de enfermedades a través de visitas regulares al médico y la vacunación, la gestión del estrés a través del desarrollo de habilidades como la meditación, la respiración profunda o el yoga y prevenir prácticas poco saludables como fumar o beber en exceso (56), (57).

Es importante incorporar estas acciones en los estilos de vida diaria de la gestante para lograr mantener una buena salud física, prevenir enfermedades, fortalecer su calidad de vida y aminorar el peligro de enfermedades crónicas y problemas de salud a largo plazo (56), (57).

Dimensión Psicológica

La dimensión psicológica del autocuidado se remite a los hechos que se desarrollan para cuidar el bienestar mental y emocional. Estas acciones incluyen la práctica de la gratitud que ayuda a cultivar emociones positivas, aumentar la felicidad y reducir el estrés, el fortalecimiento de aptitudes comunicativas

efectivas que pueden ayudar a mejorar las relaciones interpersonales y disminuir el estrés y la ansiedad, el manejo del estrés a través de prácticas como la meditación y otras, el desarrollo de la resiliencia adaptándose a situaciones difíciles como el estrés y ansiedad, la búsqueda de apoyo social que ayuda a aumentar el bienestar emocional, la autocompasión que implica ser amable y compasivo con uno mismo y el desarrollo de la autoestima perspectiva positiva sobre uno mismo y la construcción de habilidades y logros (2), (57).

Del mismo modo que la salud física es importante incorporar estas acciones en la vida diaria de las gestantes para lograr mantener una buena salud mental y emocional. Al hacerlo, podemos fortalecer su calidad de vida y disminuir el riesgo de problemas de mentales y emocionales a largo plazo (57).

2.4. Definición de términos básicos

2.4.1. Afrontamiento emocional

Procesos cognitivos y conductuales que un individuo emplea para afrontar eventos estresantes o emocionalmente desafiantes. Estos procesos pueden incluir la regulación emocional, la solución de problemas, el soporte social y la prospección de soporte profesional (56).

El afrontamiento emocional puede ser adaptativo o mal adaptativo, dependiendo de si las estrategias utilizadas ayudan a la persona a superar el estrés y adaptarse a la situación o si, por el contrario, empeoran la situación o causan daño a la salud mental y emocional de un individuo (56), (38).

2.4.2. Autocontrol

Se refiere a la capacidad de regular conscientemente los pensamientos, emociones y comportamientos para lograr objetivos a largo plazo y adaptarse a situaciones altamente estresantes. En ese sentido, en el contexto de la pandemia, implica la habilidad de mantener la calma, tomar decisiones informadas y seguir pautas de salud, a pesar de la incertidumbre y el temor que la situación puede generar (58).

2.4.3. Aceptación de responsabilidad

La aceptación de responsabilidad implica reconocer y asumir la responsabilidad personal y colectiva en la gestión de la crisis sanitaria, es componente fundamental para promover la salud pública y minimizar la propagación del virus. En esa medida, proporciona un reconocimiento de la realidad, cumplimiento de medidas de prevención, evitación de comportamientos riesgosos, facilita la colaboración y solidaridad, permite la adquisición de información basada en evidencia, y adaptación a la evolución de la situación (59).

2.4.4. Covid-19

Se trata de una patología contagiosa producida por el virus SARS-CoV-2 que fue hallado por vez primera en diciembre del 2019 en la ciudad de Wuhan, China. Desde entonces, se ha propagado globalmente y se ha convertido en una pandemia, afectando a millones de individuos alrededor del planeta, Los síntomas pueden oscilar de leves a severos y pueden comprender la presencia de fiebre, tos, dificultades respiratorias, cansancio, dolor de cabeza, también

pérdida del olfato o del sabor, dolor de garganta, dolores musculares y diarrea. Los casos graves pueden requerir hospitalización y, en algunos casos, pueden llevar a la muerte (48).

2.4.5. Autocuidado

El cuidado de uno mismo se alude al hábito de cuidar de uno mismo de manera intencional y consciente, implica tomar medidas para conservar la salud física, mental y emocional, prevenir enfermedades y lesiones y promover el bienestar general frente a situaciones estresantes (60).

2.4.6. Autocuidado físico

El autocuidado físico en madres gestantes se refiere a la implementación consciente y constante de prácticas y comportamientos que promueven la salud y el bienestar tanto de la madre como del feto, dichas acciones son esenciales para mantener un embarazo saludable y minimizar los riesgos potenciales asociados con la gestación. De esta manera, comprenden una nutrición adecuada, hidratación, actividad física moderada, descanso y sueño adecuado, control de estrés, evitación de sustancias perjudiciales, seguimiento médico regular, y posiciones seguras (60).

2.4.7. Autocuidado psicológico

El autocuidado psicológico en madres gestantes se refiere a la práctica consciente y proactiva de estrategias y hábitos que promueven la salud mental y el bienestar emocional durante el período de embarazo, reconociendo que la

gestación es una etapa que puede estar acompañada de cambios emocionales y desafíos, el autocuidado psicológico busca fortalecer la resiliencia emocional y prevenir posibles problemas de salud mental. Se basa en la autoconciencia emocional, gestión del estrés, apoyo social, establecimiento de límites, prácticas de relajación, comunicación abierta, tiempo de relajación, búsqueda de ayuda profesional y preparación para el parto (60).

2.4.8. Adolescente gestante

Los adolescentes gestantes son jóvenes que se encuentran en gestación antes de los 20 años, el embarazo en la adolescencia puede tener consecuencias negativas para su bienestar físico, mental y social de la madre y el bebé (61).

2.4.9. Periodo de gestación

El período de gestación, también conocido como embarazo, es el proceso durante el cual un óvulo fertilizado, conocido como cigoto, se desarrolla en el interior del útero de una mujer hasta convertirse en un feto maduro capaz de sobrevivir fuera del útero; es un período crucial en la reproducción humana y tiene una duración promedio de aproximadamente 40 semanas, contadas a partir del primer día del último período menstrual de la mujer (62).

En ese sentido, se segmenta en tres etapas principales: (a) primer trimestre que comprende las primeras 12 semanas del embarazo, ya que, durante este período, el óvulo fertilizado se divide y se implanta en el revestimiento del útero. Se desarrolla el saco gestacional y la placenta, que desempeñan un papel fundamental en el suministro de nutrientes y oxígeno al feto en crecimiento, y se

forman los principales órganos y sistemas del cuerpo del feto; (b) segundo trimestre que abarca la semana 13 hasta la semana 27 y durante este período, el feto experimenta un rápido crecimiento y desarrollo, de esta manera los órganos y sistemas continúan madurando, y la madre generalmente comienza a sentir los movimientos del feto; y (c) tercer trimestre que va desde la semana 28 hasta el final del embarazo, durante esta etapa, el feto continúa creciendo y ganando peso, los órganos y sistemas se perfeccionan y se preparan para la vida fuera del útero, y la madre puede experimentar un aumento en el tamaño del abdomen y puede sentir una mayor incomodidad debido al crecimiento del feto (62).

2.4.10. Cambios emocionales en crisis sanitaria

Los cambios emocionales en una crisis sanitaria se refieren a las variaciones en las respuestas emocionales y psicológicas que experimentan las personas como resultado de situaciones de emergencia o pandemias, como la actual pandemia de COVID-19, y estos cambios pueden ser de naturaleza diversa y pueden afectar a individuos, comunidades y sociedades en general (63).

2.4.11. Estado emocional

El estado emocional se refiere al conjunto de emociones y sentimientos que una persona experimenta en un momento específico, se encuentra influenciado por diversos factores internos y externos, como experiencias pasadas, situaciones presentes, pensamientos y reacciones fisiológicas. Las emociones que componen el estado emocional pueden variar en intensidad, duración y

contenido, y pueden incluir una amplia gama de sentimientos, como alegría, tristeza, ira, miedo, sorpresa, disgusto, entre otros. Surgen de una respuesta a eventos específicos, interacciones sociales, pensamientos, recuerdos o estímulos sensoriales (60).

2.4.12. Ansiedad

La ansiedad en el contexto de una crisis sanitaria se refiere a una respuesta emocional y psicológica caracterizada por sentimientos de inquietud, preocupación, aprensión y nerviosismo intensificados debido a las circunstancias de la crisis. Las características de ansiedad pueden oscilar entre la preocupación excesiva, irritabilidad, problemas para dormir, evitación de situaciones, compulsiones, hipervigilancia y dificultad para relajarse (64).

2.4.13. Depresión

La depresión en el contexto de una crisis sanitaria se refiere a un trastorno del estado de ánimo caracterizado por una persistente y profunda sensación de tristeza, desesperanza y falta de interés en actividades que anteriormente eran placenteras. En una crisis sanitaria, como la pandemia de COVID-19, las personas pueden experimentar síntomas depresivos agravados debido a la incertidumbre, el aislamiento social, las preocupaciones por la salud y los cambios en la rutina diaria. Se caracteriza por tristeza profunda, pérdida de interés, fatiga y falta de energía, dificultades cognitivas, cambios en el apetito, trastornos del sueño, sentimientos de inutilidad o culpa, irritabilidad, y pensamientos suicidas (64).

III. HIPÓTESIS Y VARIABLES

3.1. Hipótesis

3.1.1. Hipótesis general

H1: Existe relación entre el afrontamiento emocional por Covid-19 y capacidad de autocuidado en adolescentes gestantes del instituto nacional materno perinatal Lima 2021

H0: No Existe relación entre el afrontamiento emocional por Covid-19 y capacidad de autocuidado en adolescentes gestantes del instituto nacional materno perinatal Lima 2021

3.1.2. Hipótesis específicas

- Existe relación entre la dimensión autocontrol y capacidad de autocuidado en adolescentes gestantes del INMP, Lima 2021
- Existe relación entre la dimensión aceptación de responsabilidad y capacidad de autocuidado en adolescentes gestantes del INMP, Lima 2021
- Existe relación entre la dimensión física y afrontamiento emocional por Covid-19 en adolescentes gestantes del INMP, Lima 2021
- Existe relación entre la dimensión psicológica y afrontamiento emocional por Covid-19 en adolescentes gestantes del INMP, Lima 2021

3.2. Operacionalización de variables

Matriz de operacionalización de variables.

variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Indicador	Índice/ítems	Método	Técnica
Afrontamiento emocional por COVID-19	Son las formas cómo las personas manejan y regulan sus emociones en situaciones altamente estresantes y desafiantes (38)	Puntajes obtenidos del cuestionario de afrontamiento emocional por Covid-19	Autocontrol	<ul style="list-style-type: none"> ● Condición gestacional ● Cambios emocionales ● Pandemia ● Situación ● Irritable ● Relaciones ● Emociones ● Afrontar ● Expresión ● Tranquilidad 	Siempre (2) A veces (1) Nunca (0) 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10	Deductivo	Encuesta
			Aceptación de responsabilidad	<ul style="list-style-type: none"> ● Estado gestacional ● Equilibrio emocional ● Tensiones ● Episodios de ansiedad ● Responsabilidad ● Concepción ● Tiempos de pandemia ● Escenarios de pandemia ● Emociones ● Inestabilidad emocional 	Siempre (2) A veces (1) Nunca (0) 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20		
Capacidad de autocuidado	Es la habilidad importante para la vida, ya que nos permite mantener una buena salud	Puntajes obtenidos del cuestionario de capacidad de autocuidado de las	Física	<ul style="list-style-type: none"> ● Malestares ● Peso ● IMC ● Signos de alarma ● Visita médica ● Nutrientes 	Siempre (2) A veces (1) Nunca (0) 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10	Deductivo	Encuesta

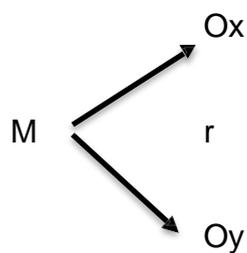
	física y emocional, por ende, a fortalecer nuestra calidad de vida (30)	adolescentes gestantes frente a la Covid-19		<ul style="list-style-type: none"> ● Descarte de anemia ● Preeclampsia ● Eclampsia ● Comunicación activa 			
			Psicológica	<ul style="list-style-type: none"> ● Condición de salud ● Cita médica ● Compromiso ● Suplementos ● Tensión ● Ansiedad ● Depresión ● Migraña ● Estado emocional ● Dialogo interactivo 	Siempre (2) A veces (1) Nunca (0) 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20	Deductivo	Encuesta

IV. METODOLOGÍA

4.1. Diseño metodológico

La presente investigación fue de “diseño no experimental debido a que se desarrolla “sin el control intencional de variables y en los que solo se observan los fenómenos en su ambiente natural para evaluarlos” (65). Del mismo modo Martínez M., et al., en su libro acerca de métodos de indagación para el área de salud describe que los estudios no experimentales se llevan a cabo sin modificación alguna de la variable (66).

Demostrado de la siguiente manera:



Donde:

M= muestra

Ox= Estrategias de afrontamiento

Oy= Capacidad de autocuidado

r= relación entre variables

De corte retrospectivo debido a que los datos se recopilaron en un determinado momento, con el fin de describir al grupo de interés y evaluar su impacto, su vínculo

en una situación determinada y averiguar el índice de prevalencia de esta problemática (65), (66).

4.2. Método de investigación

El presente estudio es de tipo cuantitativo debido a que “usa la recopilación de información para demostrar la hipótesis deductiva en base a la medición numérica y el análisis estadístico, con la finalidad de indicar normas de conducta y actuación de las variables” (65), (66).

El estudio es de naturaleza básica dado que su objetivo fue expandir el conocimiento científico y teórico en un área particular para comprender los principios fundamentales y las relaciones subyacentes entre las variables de estudio en un escenario espacio temporal específico (65), (66).

El estudio se empleó el método descriptivo correlacional dado que en primera instancia se hizo una descripción de las variables de estudio mediante sus indicadores para conocer el comportamiento de los datos en la muestra seleccionada; y correlacional en la medida que se estableció un análisis de asociación entre las variables de estudio para identificar sus parámetros de intensidad, dirección y significancia con la premisa de brindar una respuesta a las preguntas de investigación (65), (66).

4.3. Población y muestra

La población estuvo constituida por todas las gestantes adolescentes hospitalizadas en el servicio A del INMP durante el 2021, este promedio alcanza a 1389 pacientes según boletín epidemiológico publicado y estadísticas del cuaderno de ingresos del servicio de adolescencia.

Para determinar la muestra del presente estudio se llevó a cabo mediante el muestreo probabilístico para poblaciones finitas, esta muestra quedo compuesta por 247 pacientes del servicio de adolescencia del INMP y se calculó de la siguiente manera:

Cuando es posible y se conoce la probabilidad de éxito

N	1389
P	0.50
Q	0.50
Z	1.96
E	0.05
N	301

$$n = \left(\frac{N Z_{\frac{\alpha}{2}}^2 \cdot p \cdot q}{(N - 1)e^2 + Z_{\frac{\alpha}{2}}^2 \cdot p \cdot q} \right)$$

El factor de corrección

$$\frac{n_0}{N} = 22 \%$$

Como es mayor que el 10 % entonces se le aplica el factor de corrección

$$n = \frac{n_0}{1 + \frac{n_0}{N}} \quad \mathbf{247}$$

El tamaño de la muestra es 247

En ese sentido, se estableció el consentimiento informado (anexo 4) para las adolescentes gestantes de acuerdo con la delimitación del objetivo de investigación, y la autorización de la unidad de docencia (anexo 14) del INMP para la aplicación, participación y tratamiento de los datos proveniente de la aplicación de los instrumentos de investigación.

4.3.1. Criterios de inclusión

- Adolescentes hospitalizadas por proceso gestacional.
- Adolescentes enmarcadas entre el rango de edad de 10 a 19 años.
- Adolescentes gestantes que deseen formar parte de este estudio mediante consentimiento informado.

4.3.2. Criterios de exclusión

- Pacientes hospitalizadas con problemas ginecológicos
- Pacientes hospitalizadas por problemas sociales o de conducta
- Pacientes hospitalizadas mayores de edad

4.4. Lugar de estudio y periodo desarrollado

El presente estudio fue desarrollado en hospitalización (*Servicio de Adolescencia*) del instituto Nacional Materno Perinatal, establecimiento de salud de atención especializada del tercer nivel, categoría III-2 ubicado en el Jr. Santa Rosa 941 distrito, provincia y departamento de Lima, durante el periodo enero a diciembre del 2021.

4.5. Técnica e instrumentos para la recolección de la información

4.5.1. Técnica

El método que se empleó para la medida de ambas variables de indagación fue la encuesta, la misma que fue desarrollada debido a que permite determinar el vínculo con la unidad de estudio.

4.5.2. Instrumento

Como instrumentos de evaluación se usaron dos cuestionarios con un nivel de evaluación tipo Likert, las cuales incluyen introducción, objetivo del estudio, las instrucciones y los datos generales.

Cuestionario: afrontamiento emocional por covid-19 aplicado a las adolescentes gestantes

El instrumento que se empleó para evaluar la variable Afrontamiento emocional por COVID-19, es el Cuestionario denominado Afrontamiento Emocional por COVID-19 aplicado a las adolescentes gestantes, el mismo que fue creado y validado por las investigadoras de acuerdo con la problemática local. El instrumento cuenta con 20 ítems expresados en sentido positivo y negativo, de estos de los ítems 1 al 10 miden los resultados de la dimensión autocontrol y de los ítems 11 al 20 miden la dimensión aceptación de responsabilidad conforme con la siguiente escala: siempre (3), a veces (2) y nunca (1); dichas puntuaciones llevados a la base de datos y reconvertidos con la “Escala de valoración Baremos” (anexo 6) alcanzó las siguientes puntuaciones:

- Muy eficiente de 53 a 60 puntos
- Eficiente de 45 a 52 puntos
- Poco eficiente de 37 a 44 puntos
- Deficiente de 29 a 36 puntos
- Muy deficiente de 20 a 28 puntos

Cuestionario: capacidad de autocuidado aplicado a las adolescentes gestantes

El instrumento que se empleó para evaluar la variable “capacidad de autocuidado” aplicado a las adolescentes gestantes es de autoría de las investigadoras, el mismo que fue creado y validado por las investigadoras de acuerdo con la realidad problemática de la zona.

El instrumento presenta también 20 preguntas expresados en sentido positivo y negativo, de estas de la pregunta 1 a la 10 miden los resultados de la dimensión física y de las preguntas 11 a la 20 miden la dimensión psicológica de acuerdo con la siguiente escala: siempre (3), a veces (2) y nunca (1); dichas puntuaciones llevados a la base de datos y reconvertidos con la “Escala de valoración Baremos” (anexo 7) alcanzó las siguientes puntuaciones:

- Muy favorable de 53 a 60 puntos
- Favorable de 45 a 52 puntos
- Poco favorable de 37 a 44 puntos
- Desfavorable de 29 a 36 puntos
- Muy desfavorable de 20 a 28 puntos

Respecto a la validación del instrumento, esta se desarrolló a través de cinco juicios de jueces expertos, tres de ellos relacionados al área de la salud en la atención de adolescentes con grado de doctor, magister y segunda especialidad de enfermería y dos profesionales expertos en los aspectos metodológicos y administrativos (anexo 8 y 9), posteriormente se procedió a desarrollar la validez y concordancia del contenido

mediante el Coeficiente de validez de Contenido (CVC) de Hernández Nieto (2002), obteniendo el valor de 0.83 en el cuestionario afrontamiento emocional y un valor idéntico (0.83) en el cuestionario capacidad de autocuidado (anexo 10 y 11), resultados que indican que los instrumentos tienen una adecuada fiabilidad de contenido y concordancia según la fórmula desarrollada.

Para la valoración de la validez del instrumento fue desarrollado mediante una prueba piloto con 30 pacientes que presentaron cualidades semejantes a la población de análisis, se empleó la prueba estadística Alpha de Cronbach logrando obtener un valor de 0.81 en el cuestionario afrontamiento emocional y un valor de 0.85 en el cuestionario capacidad de autocuidado (anexo 12 y 13), estos resultados demuestran que el instrumento tiene una excelente confiabilidad.

La recolección de datos se inició comunicando a las participantes el objetivo de la presente indagación y se les solicitó su permiso mediante una firma de consentimiento informado (anexo 4), además se recalcó que se reconocerá su anonimato y privacidad de los datos que se obtengan de la encuesta, las mismas que fueron aplicadas durante 12 meses (enero a diciembre del 2021) en los turnos diurnos desde las 7:00 a 13:00 horas de lunes a viernes; el llenado tuvo un tiempo aproximado de 30 minutos por participante.

4.6. Análisis y procesamiento de datos

Previo a la recopilación, análisis y elaboración de información se llevaron a cabo trámites y acuerdos administrativos en la oficina de capacitación y docencia del INMP, quienes aprobaron la investigación y emitieron la autorización por escrito para desarrollar el estudio (anexo 14).

Los resultados obtenidos de la investigación fueron tabulados manualmente asignándoles un valor numérico a las 247 encuestas, el procedimiento de tabulación de información se desarrolló de forma digital empleando el paquete estadístico SPSS versión 22, antes del diseño de una hoja de codificación donde se efectuó la limpieza y filtro de la información, para la evaluación de los resultados se empleó estadística descriptiva e inferencial y se lograron resultados que se presentaron mediante parámetros estadísticos en cuadros de doble entrada (frecuencias y porcentajes) y gráficos de barras que permitieron describir y analizar los objetivos del estudio. Para evaluar el vínculo entre las variables descritas se empleó el coeficiente de relación de Rho de Spearman.

4.7. Aspectos éticos de la investigación

El desarrollo de la presente indagación cuenta con el consentimiento de la unidad de investigación y docencia del INMP (anexo 14), la información de los cuestionarios aplicados a las adolescentes gestantes será de carácter anónimo, confidencial y su uso será solo con fines investigativos.

V. RESULTADOS

5.1 Resultados descriptivos

Tabla 5.1.1. Características sociodemográficas de las adolescentes gestantes del Instituto Nacional Materno Perinatal, Lima 2021.

Variables y niveles		N	%
Edad	de 10 a 13 años	3	1,2
	de 14 a 16 años	35	14,2
	de 17 a 19 años	209	84.6
Grado de instrucción	Primaria completa	10	4.0
	Secundaria incompleta	69	27.9
	Secundaria completa	160	64.8
Trimestre gestacional	Superior	8	3.2
	Primer trimestre	09	3.6
	Segundo trimestre	16	6.5
Antecedentes de la gestación	Tercer trimestre	222	89.9
	Primigesta	89	64.4
Número de hijos	Multigesta	88	35.6
	Ninguno	159	55.4
Tipos de familia	1 a mas	88	35.6
	Nuclear	138	55.9
	Extensa	81	32.8
Condición de trabajo	Otras	28	11.3
	Trabaja	134	54.3
Ingresos económicos mensuales	No trabaja	113	45.7
	El apoyo económico es de los padres	80	32.4
	Altos (s/ 1500.00 a 2000.00)	53	21.5
	Medio (s/ 1000.00 a 1499.00)	10	4.0
	Bajo (s/ ≤a 999.00)	104	42.1

Fuente: elaboración propia

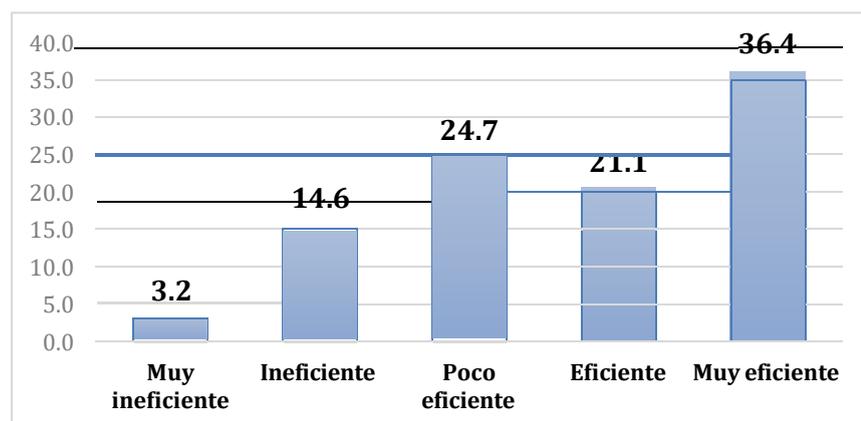
La tabla 5.1.1 muestra que del 84.6 % sus edades oscilan entre 17 a 19 años, 64.8 % tienen secundaria completa 89.9 % está en III trimestre de gestación, el 64.4% son primigestas, 55.4% no tiene hijos 55.9% viven en una familia nuclear, 54.3% no trabaja y 42.1% tiene un ingreso económico mensual bajo.

Tabla 5.1.2. Afrontamiento emocional por COVID-19 en adolescentes gestantes del Instituto Nacional Materno Perinatal, Lima 2021.

Puntuación	N	%
Muy ineficiente	08	3.2
Ineficiente	36	14.6
Poco eficiente	61	24.7
Eficiente	52	21.1
Muy eficiente	90	36.4
Total	247	100.0

Fuente: elaboración propia

Figura 5.1.1. Afrontamiento emocional por COVID-19 en adolescentes gestantes del Instituto Nacional Materno Perinatal, Lima 2021.



Fuente: elaboración propia

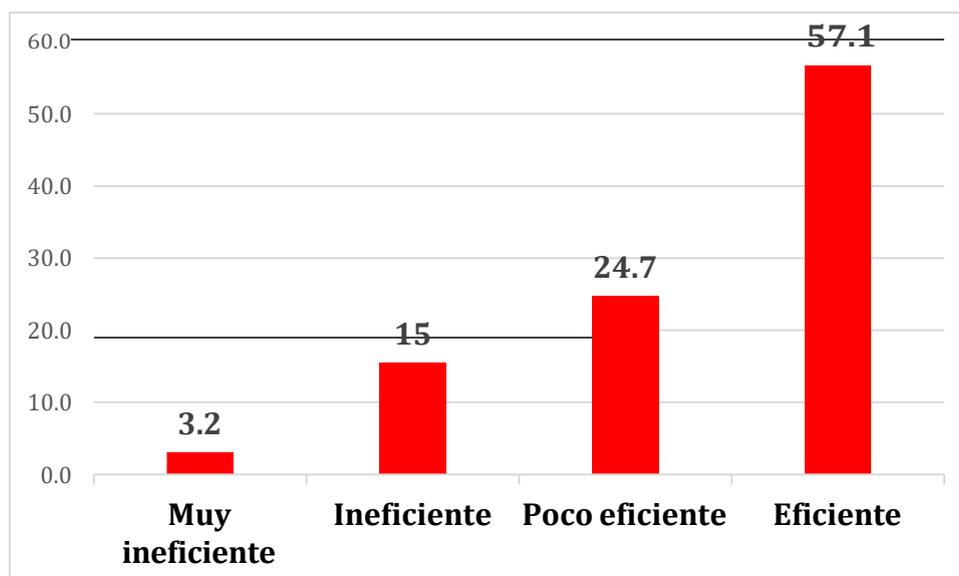
La tabla 5.1.2 y figura 5.1.1 indica que 36.4% (90) de adolescentes presenta un nivel muy eficiente de afrontamiento emocional frente a la Covid-19; 24.7% (61) nivel poco eficiente, 21.1% (52) eficiente y 17.8% (44) muy ineficiente e ineficiente.

Tabla 5.1.3. Capacidad de autocuidado por COVID-19 en adolescentes gestantes del Instituto Nacional Materno Perinatal, Lima 2021.

<u>Puntuación</u>	<u>n</u>	<u>%</u>
Muy ineficiente	08	3.2
Ineficiente	37	15.0
Poco eficiente	61	24.7
Eficiente	141	57.1
Total	247	100.0

Fuente: elaboración propia

Figura 5.1.2. Capacidad de autocuidado por COVID-19 en adolescentes gestantes del Instituto Nacional Materno Perinatal, Lima 2021.



Fuente: elaboración propia

La tabla 5.1.3 y figura 5.1.2 puntualiza que el 57.1% (141) muestran un nivel muy eficiente en la capacidad de autocuidado por la Covid-19; 24.7% (61) poco eficiente y 18.2% (45) un nivel ineficiente y muy ineficiente.

5.2. Resultados inferenciales

Tabla 5.2.1. Correlación entre la dimensión autocontrol y capacidad de autocuidado en adolescentes gestantes del INMP, Lima 2021.

		Capacidad de autocuidado	
Spearman's rho	Autocontrol	Coefficiente de correlación	,635**
		Sig. (bilateral)	,000
		N	247

** . La relación es significativa en el nivel 0.01 (bilateral)

Hipótesis específica 1

H1: Existe relación entre la dimensión autocontrol y capacidad de autocuidado en adolescentes gestantes del INMP, Lima 2021.

H0: No existe relación entre la dimensión autocontrol y capacidad de autocuidado en adolescentes gestantes del INMP, Lima 2021.

Nivel de significancia: 0,05

Formas de decidir:

Si la significancia es menor 0,05: se descarta la hipótesis H0,

Si la significancia es mayor 0,05: se descarta la hipótesis H1

Con la significancia encontrada, se muestran datos menores a 0,05 (Sig.0.000), con un coeficiente de correlación de Spearman de intensidad fuerte (Rho= 0.635). Entonces, se pasa a rechazar la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna. Evidenciando que se presenta una relación significativa entre la dimensión autocontrol y capacidad de autocuidado en adolescentes embarazadas del INMP, Lima 2021

Tabla 5.2.2. Correlación entre la dimensión aceptación de la responsabilidad y capacidad de autocuidado en adolescentes gestantes del INMP, Lima 2021.

		Capacidad de autocuidado	
Spearman's rho	Aceptación de responsabilidad	Coeficiente de correlación	,616**
		Sig. (bilateral)	,000
		N	247

** . La relación es significativa en el nivel 0.01 (bilateral)

Hipótesis específica 2

H1: Existe relación entre la dimensión aceptación de la responsabilidad y capacidad de autocuidado en adolescentes gestantes del INMP, Lima 2021.

H0: No existe relación entre la dimensión aceptación de la responsabilidad y capacidad de autocuidado en adolescentes gestantes del INPM, Lima 2021.

Nivel de significancia: 0,05

Formas de decidir:

Si la significancia es menor 0,05: se descarta la hipótesis H0,

Si la significancia es mayor 0,05: se descarta la hipótesis H1

Con la significancia encontrada, se demuestran valores menores a 0,05 (Sig.0.000), con un coeficiente de correlación de Spearman de intensidad fuerte (Rho= 0.616). Entonces, se pasa a rechazar la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna. Probando que hay una relación significativa entre la dimensión aceptación de responsabilidad y capacidad de autocuidado en adolescentes gestantes del INMP, Lima 2021.

Tabla 5.2.3. Correlación entre la dimensión física y estrategias de afrontamiento emocional por Covid-19 en adolescentes gestantes del INMP, Lima 2021.

		Estrategias de autocuidado	
Spearman's rho	Física	Coeficiente de correlación	,566**
		Sig. (bilateral)	,000
		N	247

** . La relación es significativa en el nivel 0.01 (bilateral)

Hipótesis específica 1

H1: Existe relación entre la dimensión física y estrategias de afrontamiento emocional por Covid-19 en adolescentes gestantes del INMP, Lima 2021.

H0: No existe relación entre la dimensión física y estrategias de afrontamiento emocional por Covid-19 en adolescentes gestantes del INMP, Lima 2021.

Nivel de significancia: 0,05

Formas de decidir:

Si la significancia es menor 0,05: se descarta la hipótesis H0

Si la significancia es mayor 0,05: se descarta la hipótesis H1

Con la significancia encontrada, se revelan datos menores a 0,05 (Sig.0.000), con un coeficiente de correlación de Spearman de intensidad fuerte (Rho= 0.565). Entonces, se pasa a rechazar la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna. Evidenciando que existe una relación significativa entre la dimensión física y estrategias de afrontamiento emocional por Covid-19 en adolescentes embarazadas del INMP, Lima 2021.

Tabla 5.2.4. Correlación entre la dimensión psicológica y estrategias de afrontamiento por Covid-19 en adolescentes gestantes del INMP, Lima 2021

		Estrategias de afrontamiento	
Spearman's rho	Psicológica	Coeficiente de correlación	,536**
		Sig. (bilateral)	,000
		N	247

** . La relación es significativa en el nivel 0.01 (bilateral)

Hipótesis específica 2

H1: Existe relación entre la dimensión física y estrategias de autocuidado por Covid-19 en adolescentes gestantes del INMP, Lima 2021.

H0: No existe relación significativa entre la dimensión psicológica y estrategias de autocuidado por Covid-19 en adolescentes gestantes del INMP, Lima 2021.

Nivel de significancia: 0,05

Formas de decidir:

Si la significancia es menor 0,05: se descarta la hipótesis H0

Si la significancia es mayor 0,05: se descarta la hipótesis H1

Con la significancia hallada, se demuestran valores menores a 0,05 (Sig.0.000), con un coeficiente de correlación de Spearman de intensidad fuerte (Rho= 0.536). Entonces, se pasa a rechazar la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna. Evidenciando que hay una relación significativa entre la dimensión psicológica y estrategias de autocuidado en adolescentes gestantes del INMP, Lima 2021.

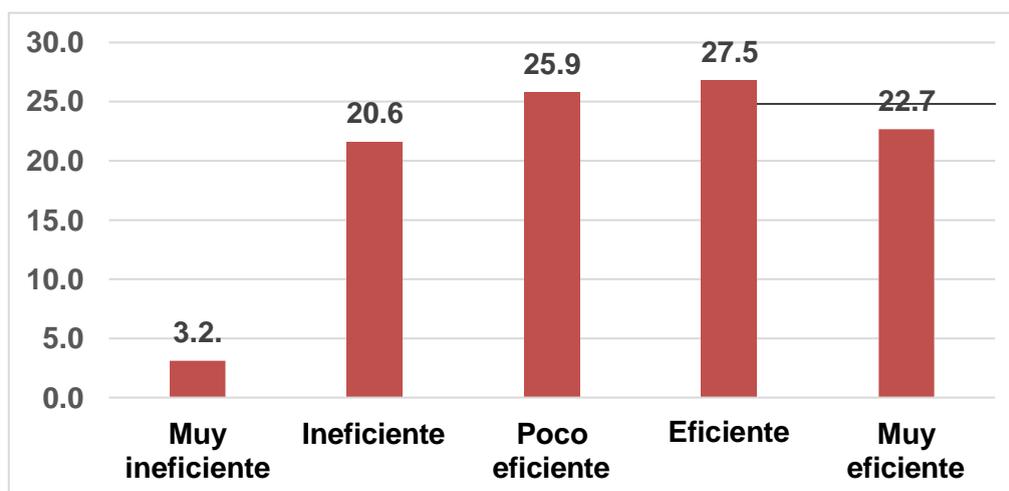
5.3. otros resultados

Tabla 5.3.1. Dimensión autocontrol de la variable afrontamiento emocional por Covid-19 en adolescentes gestantes del Instituto Nacional Materno Perinatal, Lima 2021.

Dimensión autocontrol	n	%
Muy ineficiente	08	3.2
Ineficiente	51	20.6
Poco eficiente	64	25.9
Eficiente	68	27.5
Muy eficiente	56	22.7
Total	247	100.0

Fuente: elaboración propia

Figura 5.3.1. Dimensión autocontrol de la variable afrontamiento emocional por Covid-19 en adolescentes gestantes del Instituto Nacional Materno Perinatal, Lima 2021.



Fuente: elaboración propia

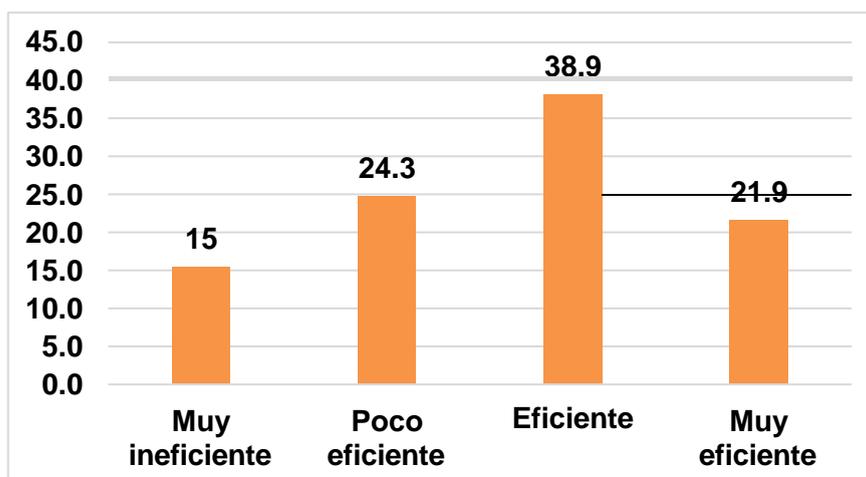
La tabla y figura 5.3.1 demuestra que 50.2% (124) de adolescentes consideran un nivel eficiente y muy eficiente de autocontrol frente a la Covid-19, 25.9% (64) poco eficiente y 23.8 (59) un nivel muy ineficiente e ineficiente.

Tabla 5.3.2. Dimensión aceptación de responsabilidad de la variable afrontamiento emocional por Covid-19 en adolescentes gestantes del Instituto Nacional Materno Perinatal, Lima 2021.

Dimensión aceptación de responsabilidad	N	%
Muy ineficiente	36	15.0
Poco eficiente	60	24.3
Eficiente	96	38.9
Muy eficiente	54	21.9
Total	247	100.0

Fuente: elaboración propia

Figura 5.3.2. Dimensión aceptación de responsabilidad de la estrategia de afrontamiento emocional por Covid-19 en adolescentes gestantes del Instituto Nacional Materno Perinatal, Lima 2021.



Fuente: elaboración propia

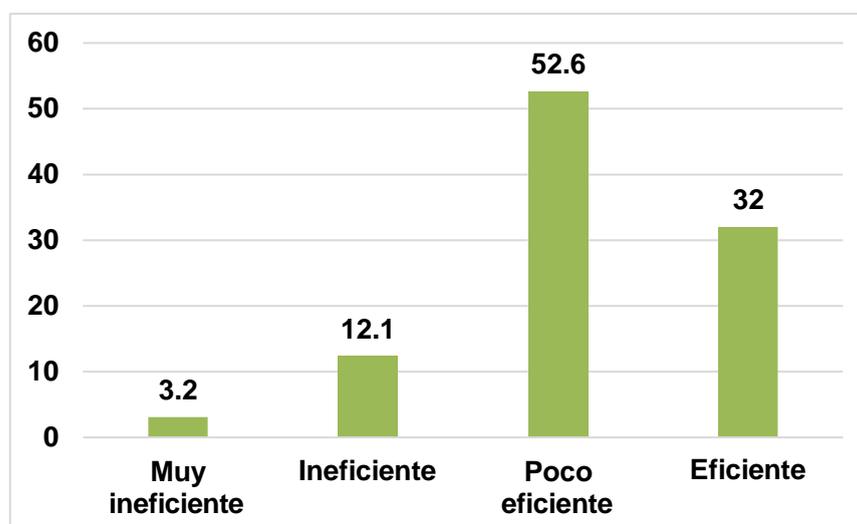
La tabla y figura 5.3.2 revela que 60.8% (150) de adolescentes tienen un nivel eficiente y muy eficiente de aceptación de responsabilidad frente a la Covid-19, 24.3% (60) poco eficiente y 15% (36) muy ineficiente.

Tabla 5.3.3. Dimensión física de capacidad de autocuidado en las adolescentes gestantes del Instituto Nacional Materno Perinatal, Lima 2021.

Dimensión física	N	%
Muy ineficiente	08	3.2
Ineficiente	30	12.1
Poco eficiente	130	52.6
Eficiente	79	32.0
Total	247	100.0

Fuente: elaboración propia

Figura 5.3.3. Dimensión física de capacidad de autocuidado en las adolescentes gestantes del Instituto Nacional Materno Perinatal, Lima 2021.



Fuente: elaboración propia

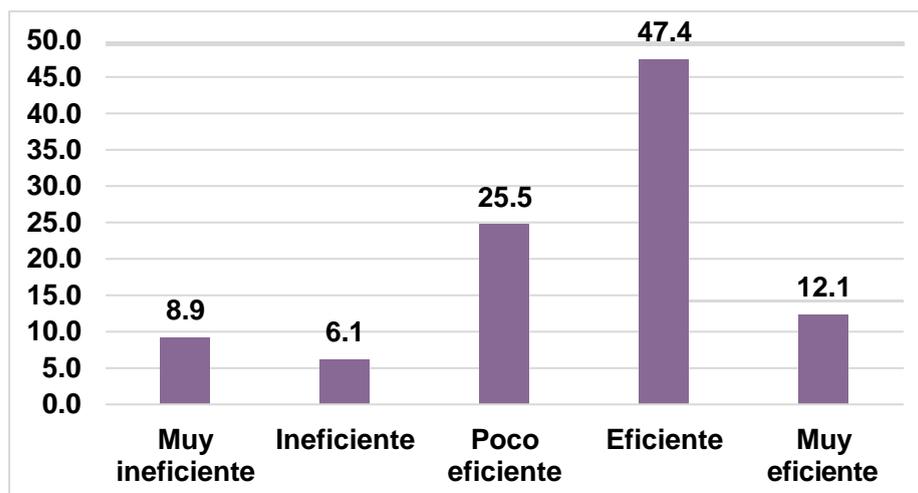
La tabla y figura 5.3.3 evidencia 52.6% (130) muestran un nivel poco eficiente de capacidad de autocuidado en la dimensión física, 32% (79) eficiente y 15.3% (38) un nivel muy ineficiente e ineficiente.

Tabla 5.3.4. Dimensión psicológica de capacidad de autocuidado en las adolescentes gestantes del Instituto Nacional Materno Perinatal, Lima 2021.

Dimensión psicológica	N	%
Muy ineficiente	22	8.9
Ineficiente	15	6.1
Poco eficiente	63	25.5
Eficiente	117	47.4
Muy eficiente	30	12.1
Total	247	100.0

Fuente: elaboración propia

Figura 5.3.4. Dimensión psicológica de capacidad de autocuidado en las adolescentes gestantes del Instituto Nacional Materno Perinatal, Lima 2021.



Fuente: elaboración propia

La tabla y figura 5.3.4 indica que 59.1% (147) adolescentes muestran un nivel eficiente y muy eficiente de capacidad de autocuidado en la dimensión psicológica, 25.5% (63) poco eficiente y 15% nivel muy ineficiente e ineficiente.

VI. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

6.1. Contrastación y demostración de la hipótesis con los resultados

Hipótesis

H1: Los datos tienen una distribución normal

H0: Los datos no tienen una distribución normal

Nivel de significancia:

Confianza: 95%

Significancia (alfa): 5%

Decisión:

Si p-valor es menor o igual que alfa, se rechaza la H0 y se acepta la H1 (los datos no tienen una distribución normal, entonces empleamos pruebas no paramétricas)

Si p-valor es mayor que alfa, se acepta la H0 y se rechaza la H1 (los datos tienen una distribución normal, entonces empleamos pruebas paramétricas)

6.1.1. Prueba estadísticas inferenciales hipótesis general

Tabla 6.1.1.1. Prueba no paramétrica de normalidad de kolmogorov-Smirnov

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Afrontamiento emocional por COVID-19	,222	247	,000	,858	247	,000
Capacidad de autocuidado	,346	247	,000	,736	247	,000

a. Corrección de significación de Lilliefors

Tras observar los datos de las variables cuantitativas continuas y con una muestra mayor a 50 unidades muestrales (67) se utilizó la prueba no paramétrica de normalidad de Kolmogorov Smirnov, así mismo, se observa que las variables presentan una distribución que no es normal ya que el p- valor es menor a α (0,05), a partir de ello se empleó la prueba de coeficiente de correlación de Rho de Spearman para medir la correlación de las variables

6.1.2. Prueba de hipótesis:

Hipótesis general:

H1: existe relación significativa entre afrontamiento emocional por COVID-19 y capacidad de autocuidado en adolescentes gestantes del Instituto Nacional Materno Perinatal, Lima 2021.

H0: No existe relación significativa entre afrontamiento emocional por COVID-19 y capacidad de autocuidado en adolescentes gestantes del Instituto Nacional Materno Perinatal, Lima 2021

Nivel de significancia: 0,05

Formas de decidir:

Si la significancia es menor 0,05: se descarta la hipótesis H0

Si la significancia es mayor 0,05: se descarta la hipótesis H1

Prueba estadística:

Tabla 6.1.1.2. Correlación entre el afrontamiento emocional por Covid-19 y la capacidad de autocuidado de las adolescentes gestantes del Instituto Nacional Materno Perinatal, Lima 2021

		Capacidad de autocuidado
Spearman's rho	Afrontamiento emocional por COVID-19	
	Coeficiente de correlación	,688**
	Sig. (bilateral)	,000
N		247

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

De acuerdo con el nivel de significancia obtenida, se consideran valores menores a 0,05 (Sig.0.000), con un coeficiente de correlación de Spearman de intensidad fuerte (Rho= 0.688). Entonces, se pasa a rechazar la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna.

Mostrando de esta manera que existe un vínculo significativo entre afrontamiento emocional por COVID-19 y la capacidad de autocuidado en adolescentes gestantes del Instituto Nacional Materno Perinatal, Lima 2021.

Tabla 6.1.1.3. Prueba no paramétrica de normalidad de kolmogorov-Smirnov hipótesis específica 1

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	Gl	Sig.
Autocontrol	,184	247	,000	,895	247	,000
Capacidad de autocuidado	,346	247	,000	,736	247	,000

a. Corrección de significación de Lilliefors

Al observar los datos de las variables y con una muestra mayor a 50 unidades muestrales (67) se utilizó la prueba no paramétrica de normalidad de Kolmogorov Smirnov, así mismo, se observa que las variables presentan una distribución que no es normal ya que el p- valor es menor a α (0,05), a partir de ello se empleó la prueba de coeficiente de correlación de Rho de Spearman para medir la correlación de las variables

Tabla 6.1.1.4. Prueba no paramétrica de normalidad de kolmogorov-Smirnov hipótesis específica 2

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Aceptación de responsabilidad	,211	247	,000	,846	247	,000
Capacidad de autocuidado	,346	247	,000	,736	247	,000

a. Corrección de significación de Lilliefors

Observando los datos y con una muestra mayor a 50 unidades muestrales (67) se utilizó la prueba no paramétrica de normalidad de Kolmogorov Smirnov, así mismo, se observa que las variables presentan una distribución que no es normal ya que el p- valor es menor a α (0,05), a partir de ello se empleó la prueba de coeficiente de correlación de Rho de Spearman para medir la correlación de las variables.

Tabla 6.1.1.5. Prueba no paramétrica de normalidad de kolmogorov-Smirnov hipótesis específica 3

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Psicológica	,275	247	,000	,805	247	,000
Afrontamiento emocional por Covid-19	,222	247	,000	,858	247	,000

a. Corrección de significación de Lilliefors

Al observar los datos y con una muestra mayor a 50 unidades muestrales (67) se utilizó la prueba no paramétrica de normalidad de Kolmogorov Smirnov, así mismo, se observa que las variables presentan una distribución que no es normal ya que el p- valor es menor a α (0,05), a partir de ello se empleó la prueba de coeficiente de correlación de Rho de Spearman para medir la correlación de las variables.

Tabla 6.1.1.6. Prueba no paramétrica de normalidad de kolmogorov-Smirnov hipótesis específica 4

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Psicológica	,282	247	,000	,842	247	,000
Afrontamiento emocional por Covid-19	,222	247	,000	,858	247	,000

a. Corrección de significación de Lilliefors

analizando los datos y con una muestra mayor a 50 unidades muestrales (67) se utilizó la prueba no paramétrica de normalidad de Kolmogorov Smirnov, así mismo, se evidencia que las variables presentan una distribución que no es normal ya que el p- valor es menor a α (0,05), a partir de ello se empleó la prueba de coeficiente de correlación de Rho de Spearman para medir la correlación de las variables.

6.2. Contrastación de los resultados con otros estudios similares

El afrontamiento emocional, es una estrategia donde las personas utilizan técnicas para manejar sus emociones cuando se encuentran frente a situaciones estresantes, estas pueden envolver una gran variedad de respuestas de comportamientos y sentimientos dependiendo de la situación en particular o la persona que la padece, de aquí que pueden ser efectivas para unos, más que para otros (40).

Estudios realizados a una población similar por (27) describen que el afrontamiento emocional como todas las emociones, realizan una gran función adaptativa, pero cuando las emociones superan un cierto nivel de intensidad y frecuencia, cuando no responden a una causa real y objetiva o cuando se sobrevalora el peligro, se está lejos de la indefensión; protegerse y adaptarse puede incrementar las emociones de incapacidad y prevenir que se tengan en cuenta medidas de protección.

Al evaluar las estrategias de afrontamiento de las adolescentes gestantes se determinó que el 36.4% de encuestadas muestran un nivel de afrontamiento emocional muy eficiente, similares a los resultados hallados por Moreta & Godoy (14) quienes realizaron un estudio de aplicación de técnicas de relajación como afrontamiento para el control del estrés en mujeres embarazadas en la emergencia sanitaria de salud, identificando que el 33% de pacientes hicieron frente a los problemas a través del afrontamiento activo, del mismo modo Poma (20) el mismo año determinó que el afrontamiento y nivel de cuidado propio en las gestantes es suficiente en un 55%. Analizando estos resultados encontrados en las diferentes investigaciones podríamos determinar que las medidas de afrontamiento adoptadas

por las adolescentes mejoran cuantiosamente con la capacidad de autocuidado durante su proceso gestacional.

La capacidad de autocuidado para Poma (20) es fundamental y básica como hablar de sensaciones, orientación, percepción, memoria y otros; estas capacidades están relacionadas directamente con la habilidad que tenga el individuo para valorar la importancia de preservar su salud frente a cualquier situación presente.

Al evaluar la capacidad de autocuidado frente a la Covid-19 de las adolescentes gestantes encontramos que el 57.1% de las encuestadas gestiono su autocuidado a un nivel eficiente, del mismo modo Chávez et al. (36) en su investigación reveló que 74.4% de los pacientes presentan buena capacidad de autocuidado frente a situaciones que ponen en riesgo sus salud; datos similares reporto Poma (20) quien indicó que el nivel de autocuidado alcanzo a 55% de gestantes adolescentes y lo califico en un nivel bueno.

En contraste, a los resultados anteriormente descritos Osoreo (23) en su investigación realizada evaluaba el autocuidado en gestantes, encontrando que el nivel alcanzado es medio con 56%, pudiera este resultado deberse a que en esa temporada de indagación, no cursábamos con una pandemia (Covid-19), la que a partir del año 2020 con su llegada al Perú logró incrementar el autocuidado y esta acción se ha vuelto más importante, especialmente para las mujeres adolescentes embarazadas que de por si son consideradas un grupo de alto riesgo, las autoridades a través del Ministerio de Salud y las propias pacientes han adoptado nuevas medidas para hacer frente a este mal, dentro de estas acciones tenemos a las consultas virtuales (telemedicina) que permite a las mujeres recibir atención prenatal y post natal

desde la comodidad de sus hogares sin tener que exponerse innecesariamente a la Covid-19, además de brindar educación en mantener una buena higiene, evitar el contacto cercano con personas enfermas y usar mascarillas. El acceso a los recursos en línea, como videos, guías y otros materiales, el aumento del apoyo emocional a través de terapias en línea y conexión con grupos de apoyo, han permitido a las mujeres embarazadas cuidarse y protegerse a sí mismas y a sus bebés durante estos tiempos difíciles (21).

Referente al autocontrol Sevilla & Téllez (16) lo definen como “la capacidad emocional que posee una adolescente para manejar los sentimientos de manera adecuada, dicho de otra forma, es la habilidad para gestionar las respuestas que se inician dentro de los elementos cognitivos, experimentales y conductuales de la persona”.

Al evaluar la dimensión autocontrol, los hallazgos demuestran que el 48.2% de adolescentes gestantes tiene un nivel eficiente y muy eficiente en esta dimensión, datos semejantes a los hallados por Marín & Solís (17) quienes afirmaban que 34% de adolescentes usaba la estrategia de autocontrol como medida de afrontamiento más efectiva.

Vista esta dimensión desde el punto de vista inferencial en nuestra investigación encontramos que presenta un vínculo significativo con la capacidad de autocuidado con un coeficiente de correlación de Spearman de 0,635, dato similar al encontrado por Guizado (11) quien identificaba que entre las estrategia de afrontamiento (autocontrol), y el bienestar mental existía fuerte grado de correlación significativa, del mismo modo Dávila, Marín & Solís (17) demostraron que el autocontrol presenta fuerte grado de correlación (0,003) con la variable de autocuidado personal.

Teóricamente, en las investigaciones entre la dimensión autocontrol y capacidad de autocuidado, se han encontrado que estas dos habilidades están interrelacionadas directamente y que una puede afectar a la otra, por ejemplo un individuo que tiene un alto nivel de autocontrol puede tomar decisiones saludables y así evitar comportamientos riesgosos, lo que a su vez aumenta su nivel de autocuidado, por el contrario una persona con baja capacidad de autocuidado puede tener dificultades en controlar sus emociones lo que podría afectar su salud.

Es importante destacar que la capacidad de autocontrol es una habilidad que se puede desarrollar a través de técnicas específicas como la meditación, terapias cognitivas, etc., por lo tanto, una intervención que combine el crecimiento del control propio y la habilidad de autocuidado puede ser efectiva para fortalecer la salud y bienestar de los individuos Sevilla & Téllez (14).

Al evaluar la variable aceptación de responsabilidad en las adolescentes gestantes, los resultados encontrados demuestran que un 38.9% alcanzo niveles eficientes de autocuidado, datos similares a los hallados por Moreta y Godoy (14) y a los de Guizado (11) quienes mencionan que 35% de pacientes asumen buena aceptación de responsabilidad como estrategia de afrontamiento; otro dato relevante son los encontrados por Sevilla & Téllez (16) quienes en sus resultados nos muestra que un 59% de gestantes presentan buena calidad de vida mediante la medida de afrontamiento como la aceptación de responsabilidad.

Evaluada esta variable de manera inferencial encontramos que hay un vínculo significativo con la capacidad de autocuidado, con un coeficiente de correlación de Spearman del 0.616, estos resultados son semejantes a los hallados por Ardiles (21)

quien determinó que se encuentra presente una alianza directa significativa entre ambas variables, del mismo modo Calero (37) describe que la dimensión aceptación de responsabilidad y capacidad de autocuidado son muy importantes en el cuidado de las gestantes, ya que estas variables aunque distintas están interrelacionadas directamente a medida que ambas son necesarias para la salud de la madre y el feto.

Conceptualmente la aceptación de responsabilidad implica que la gestante es consciente de su rol en el cuidado de su salud y del bienestar de su feto en desarrollo, lo que posibilitará la tomar medidas adecuadas como mantener una dieta saludable, hacer ejercicios de forma regular, evitar comportamientos de peligro como el consumo de alcohol y drogas y buscar atención médica adecuada; en otras palabras la aceptación de responsabilidad es la capacidad de la gestante para evaluar decisiones en base a la información de su bienestar y el de su hijo; estas dos variables deben trabajar juntas para apoyar a una gestación saludable, los profesionales de la salud, específicamente las enfermeras pueden ayudar a las gestantes a desarrollar estas habilidades a través de la educación, el asesoramiento y el apoyo continuo a lo largo del embarazo (20).

Observando la dimensión física encontramos que el 52.6% de adolescentes presenta un nivel poco eficiente de autocuidado a través de esta variable, de manera inferencial encontramos una correlación significativa de fuerte intensidad (0,566) entre la dimensión física y la estrategias de afrontamiento, para Osorio (23) la dimensión física y el afrontamiento emocional son esenciales en el cuidado de las gestantes adolescentes, ya que en esta etapa las gestantes cursan con una nueva experiencia

abrumadora que le puede impactar tanto, no solo, de forma emocional sino también de forma física.

Estos cambios físicos implican cambios corporales que experimentan las futuras madres y se relacionan con el manejo de las emociones y su afrontamiento a los desafíos que surgen durante esta etapa, en términos físicos el embarazo puede generar un gran impacto en el cuerpo de la adolescente, como el aumento de peso, fatiga, náuseas, vómitos, dolor espalda, entre otros, además de enfrentarse a complicaciones propias de la gestación (preeclampsia, Eclampsia, etc.) (14).

Es importante entonces destacar que la dimensión física puede influir directamente con el afrontamiento emocional, por ejemplo, si la paciente está cursando con un grave nivel de estrés, esta, puede afectar su presión arterial y aumentar el riesgo de situaciones durante el parto.

En la dimensión psicológica, encontramos que 47.4% de adolescentes encuestadas presentan un nivel eficiente en esta dimensión, datos similares a los encontrados por Osore (23) quien detalla que un 43% de gestantes presentan un nivel medio de autocuidado en esta dimensión. Evaluando esta dimensión de manera inferencial encontramos en nuestra investigación un nivel significativo de correlación (0.536) entre la variable psicológica y nivel de afrontamiento, resultado similar al hallado por Poma (20) quien nos demostraba que existe correlaciones altas entre el afrontamiento emocional y capacidad de autocuidado en la dimensión psicológica, hallazgos semejantes fueron determinados por Quispe & Santisteban (24) quien desarrolló una indagación entre las medidas de control de estrés y calidad de vida en pacientes,

determinando que si existe un vínculo estadísticamente significativo entre el factor psicológico y el tipo de afrontamiento.

Esto nos demostraría que cuando las adolescentes gestantes demuestren más actitudes que provoquen miedo, temor, angustia y desesperanza, menor serán sus medidas de control emocional frente a la Covid-19, todo lo contrario, sucedería si sus actitudes serian positivas.

La parte psicológica en la gestación adolescente también puede estar influenciada por factores como la forma de ver la ayuda social y emocional, la autoeficacia y el autoconcepto; la falta de apoyo social y emocional puede aumentar el riesgo de depresión y ansiedad, mientras que un alto nivel de autoeficacia y autoconcepto puede mejorar su bienestar psicológico por ende aumentar la habilidad para lidiar con los desafíos que se encuentran durante esta etapa.

En general la dimensión psicológica y el afrontamiento emocional son aspectos críticos para el bienestar mental y la salud de las gestantes adolescentes, la adopción de estrategias de afrontamiento emocional puede ayudar a estas jóvenes a manejar mejor sus emociones y pensamientos negativos y a disminuir el estrés y la ansiedad que pueden experimentar durante el embarazo. Por ello, es esencial que los enfermeros, la familia y la comunidad trabajen juntos para promover un ambiente emocional positivo para la gestante.

El enfermero basado en la atención de pacientes gestantes adolescentes debe organizar sus asistencias enfocadas al cuidado propio de los pacientes, consolidar sus medios de ayuda y lograr su cooperación en el pre y post parto.

6.3. Responsabilidad ética de acuerdo con los reglamentos vigentes

Para la realización de la presente indagación, se consideró el formato planteado por la universidad respetando las normas internacionales del estilo Vancouver para citar las referencias bibliográficas.

Se respeto en todo momento la autoría de las investigaciones, del mismo modo se realizó el consentimiento a las participantes de la investigación y se cumplió con los principios éticos de no maleficencia, considerando que este principio ético define el deber de no perjudicar a la persona, seguido del principio de respeto a los derechos y costumbres de las adolescentes aprobando sus ideas o respuestas que ellas brinden, la autonomía que brinda a la participante la libertad de formar parte o no en la indagación y el principio de la justicia que brinda un trato equitativo antes, durante y después de su participación en la investigación; inclusive las pacientes que no deseen participar o abandonen el estudio.

Las investigadoras afirman no contar con ningún problema de interés.

VII. CONCLUSIONES

1. Existe relación entre las estrategias de afrontamiento emocional por Covid-19 y las capacidad de autocuidado en las en las adolescentes gestantes del Instituto Nacional Materno Perinatal, Lima 2021, con un coeficiente de correlación de Rho de Spearman de intensidad fuerte (0.688) y significancia de 0.000.
2. Existe relación entre la dimensión autocontrol y capacidad de autocuidado en adolescentes gestantes del Instituto Nacional Materno Perinatal, Lima 2021, con un coeficiente de correlación de Rho de Spearman de intensidad fuerte (0.635) y significancia de 0.000.
3. Existe relación entre la dimensión aceptación de la responsabilidad y capacidad de autocuidado en adolescentes gestantes del Instituto Nacional Materno Perinatal, Lima 2021, con un coeficiente de correlación de Rho de Spearman de intensidad fuerte (0.616) y significancia de 0.000.
4. Existe relación entre la dimensión física y afrontamiento emocional por Covid-19 en adolescentes gestantes del Instituto Nacional Materno Perinatal, Lima 2021, con un coeficiente de correlación de Rho de Spearman de intensidad fuerte (0.566) y significancia de 0.000.
5. Existe relación entre la dimensión psicológica y afrontamiento emocional por Covid-19 en adolescentes gestantes del Instituto Nacional Materno Perinatal, Lima 2021, con un coeficiente de correlación de Rho de Spearman de intensidad fuerte (0.536) con una significancia de 0.000.

VIII. RECOMENDACIONES

1. Trabajar con las adolescentes técnicas de afrontamiento emocional como la meditación, la realización de ejercicios, alimentación saludable, etc., lo que ayudará a reducir los niveles de ansiedad y estrés en las adolescentes.
2. abordar la importancia del autocontrol emocional a las gestantes adolescentes, lo que les permitirá regular sus emociones, pensamientos y comportamientos que se verán reflejados en el cuidado de su propia salud y de las de sus bebés durante la pandemia.
3. Enseñar a las adolescentes hospitalizadas que la aceptación de responsabilidad promueve la autoconciencia y auto reflexión, fortalece la autoestima y confianza en uno mismo, fomentando a tomar medidas para cambiar comportamientos no saludables que ayudaran a reducir el estrés y ansiedad frente a la pandemia.
4. Educar a las adolescentes gestantes que el cuidado o actividad física regular no solo mejora el sistema inmunológico, sino también libera endorfinas y neurotransmisores que promueven el la sensación de bienestar y reducen la ansiedad y el estrés; además que sirve como un distractor saludable que nos ayuda a canalizar nuestras preocupaciones de manera positiva.
5. Fomentar en las adolescentes gestantes que el cuidado psicológico desempeña un papel fundamental durante la pandemia porque fortalece la capacidad para afrontar el estrés y la adversidad, promueve la resiliencia y mejora la calidad de vida.

IX. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. UNICEF. Salud mental de las y los adolescentes ante el COVID-19. [Online].; 2021 [cited 2023 agosto 15. Available from: <https://www.unicef.org/mexico/salud-mental-de-las-y-los-adolescentes-ante-el-covid-19>
2. Espinosa Fernández , García López LJ, Muela Martínez JA. Promoción de la salud y bienestar emocional en los adolescentes. Revista de Estudios de Juventud. 2019 junio; 121(1). Available from: <https://www.injuve.es/observatorio/salud-y-sexualidad/revista-de-estudios-de-juventud-121-promocion-de-la-salud-y-bienestar-emocional-en-los-adolescentes>
3. Cisneros Hilario CB, Bedoya Castillo MP, Lázaro Huamán BA, Mendoza Chávez KE, Cisneros Hilario EJ. Ser gestante en tiempos de pandemia: Una mirada de la salud mental antes y durante la pandemia. Revista de la Facultad de Medicina Humana. 2022 febrero; 22(2). Available from: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2308-05312022000200402
4. Organization WH. Embarazo adolescente. [Online].; 2022 [cited 2022 setiembre 1. Available from: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-pregnancy>
5. Sully EA, Biddlecom , Darroch JE, Riley , Ashford , Lince Deroche , et al. Sumando: Invertir en salud sexual y reproductiva 2019. 01st ed. New York: Guttmacher Institute; 2020. Available from:

<https://www.guttmacher.org/sites/default/files/pdfs/pubs/FB-AddingItUp2014-LA-SP.pdf>

6. Salud OPdl. América Latina y el Caribe tienen la segunda tasa más alta de embarazo adolescente en el mundo. [Online].; 2018 [cited 2022 julio 11]. Available from: <https://www.paho.org/es/noticias/28-2-2018-america-latina-caribe-tienen-segunda-tasa-mas-alta-embarazo-adolescente-mundo>.
7. Perinatal INM. Anuario estadístico. [Online]. Lima; 2021 [cited 2022 julio]. Available from: <https://www.inmp.gob.pe/institucional/boletines-estadisticos/1422371837>.
8. Uriguen García AC, González Bracho JR, Espinoza Diaz , Hidalgo Noroña TM, García Alcivar FR, Valle Brito PR, et al. Embarazo en la adolescencia: ¿La nueva “epidemia” de los países en desarrollo. revista AVTF. 2019; 38(3). Available from: http://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev_aavft/article/view/16823
9. Salinas mulder S, Castro Mantilla MD, Fernández Ovando C. Vivencias y relatos sobre el embarazo en adolescentes. informe final. Panamá: UNICEF; 2019. Report No.: 1. Available from: <https://www.unicef.org/lac/media/6351/file/PDF%20Publicación%20Vivencias%20y%20relatos%20sobre%20el%20embarazo%20en%20adolescentes%20.pdf>
10. Ravello Moreno GA. Mecanismos de afrontamiento en gestantes adolescentes Hospital Víctor Ramos Guardia, Huaraz.2017 Huaraz: USP; 2019. Available from: <http://repositorio.usanpedro.edu.pe/handle/USANPEDRO/8743>

11. Guizado Gutierrez. ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ADOLESCENTES EMBARAZADAS QUE ACUDEN A UN CENTRO DE SALUD DE ANDAHUAYLAS, 2020 Ica UAd, editor. Andahuaylas: UAI; 2020.
12. Reyes Pillajo WE. Estrategias de afrontamiento y niveles de bienestar psicológico en madres adolescentes que se encuentran escolarizadas en una institución de Quito Quito:UCE , editor. Quito: UCE; 2021. Available from: <https://www.dspace.uce.edu.ec/entities/publication/272c8700-6777-4209-bf4c-c34a28068956>
13. Calero Ortiz DR. Estrategias de afrontamiento en mujeres embarazadas durante la pandemia Covid- 19 UCE Q, editor. Quito: UCE; 2022. Available from: <https://www.dspace.uce.edu.ec/entities/publication/541f8819-abd2-4b73-8de5-d6f909d4d34e>
14. Moreta Herrera CR, Godoy Proaño PC. Aplicación de la técnica de relajación de Benson para el manejo del estrés en mujeres embarazadas durante la emergencia sanitaria por COVID-19 Ambato: UTE; 2021. Available from: <https://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/34088>
15. Quintana Lagunas , Armendáriz García NA, Alonso Castillo MM. Modelo de incertidumbre, estrés percibido y estrategias de afrontamiento para explicar el bienestar físico y psicosocial en adolescentes embarazadas. Eureka. 2020; 17(3). Available from: <https://ojs.psicoeureka.com.py/index.php/eureka/article/view/166>
16. Sevilla Sambrana HD, Téllez Calvo J. Calidad de vida, repercusiones psicológicas y estrategias de afrontamiento en adolescentes embarazadas entre 15 y 19 años de edad, que asisten al control prenatal en el centro de

- salud Perla María Norori de la ciudad de León, periodo enero a marzo 2020
Siidca-Ssuca , editor. Leon: Repositorio Centro Americano; 2020. Available
from: <https://repositoriosiidca.csuca.org/Record/RepoUNANL9222>
17. Dávila Pontón YP, Marín Gómez PE, Solís Verdugo CE. Funcionalidad familiar
y estrategias de afrontamiento utilizadas por adolescentes embarazadas entre
10 y 20 años en el Centro de Salud del cantón Chordeleg del año 2019
Chordelag: Universidad del Azuay; 2020. Available from:
<https://dspace.uazuay.edu.ec/handle/datos/9657>
18. Orozco Gonzalez V, Quintero Franco EA. Prácticas de autocuidado de las
gestantes adolescentes que asisten al control prenatal en un Hospital de Nivel
1 de atención Cauca: repositorio UCVC; 2020. Available from:
<https://repositorio.uceva.edu.co/handle/20.500.12993/1064>
19. Rodríguez Contreras. Autoestima, Nivel de Afrontamiento y Adaptación de las
Adolescentes Embarazadas” Puebla: Repositorio buap; 2019. Available from:
[https://repositorioinstitucional.buap.mx/server/api/core/bitstreams/cb265d63-
a1ab-44d2-a42c-404f3970dc84/content](https://repositorioinstitucional.buap.mx/server/api/core/bitstreams/cb265d63-a1ab-44d2-a42c-404f3970dc84/content)
20. Poma Arribasplata AA. Afrontamiento y nivel de autocuidado en gestantes
adolescentes. C.S. La Tulpuna. Cajamarca UNC , editor. Cajamarca:
Repositorio UNC; 2021. Available from:
<https://repositorio.unc.edu.pe/handle/20.500.14074/5529>
21. Ardiles Guevara DE. Estilos de afrontamiento y niveles de ansiedad en mujeres
embarazadas de un centro de salud de Lima Metropolitana UNMSM , editor.
Lima: Cybertesis; 2020. Available from:
<https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/15459>

22. Castilla de la Cruz SE. Práctica de autocuidado de las adolescentes embarazadas atendidas en el Centro de Salud Pueblo Nuevo Chincha Chincha: repositorio UPSJB; 2018. Available from: <https://repositorio.upsjb.edu.pe/handle/20.500.14308/1746>
23. Osoreo Núñez N. Autocuidado en gestantes del Puesto de Salud 15 de enero - San Juan de Lurigancho UCV , editor. San Juan de Lurigancho: repositorio ; 2018. Available from: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/25580>
24. Quispe Reyes NI, Sotomayor Lima C. Estrategias de afrontamiento e inteligencia emocional en estudiantes embarazadas de las escuelas de enfermería y obstetricia, en la Universidad Nacional de Huancavelica Huancavelica: repositorio UNH; 2018. Available from: <https://repositorio.unh.edu.pe/items/858948da-523c-4e20-ab0d-9d49b14d3c39>
25. Prado Juscamaita JI, Reves Huapaya ES. El embarazo adolescente en Perú. Dialnet. 2018; 33(2): p. 11-12. Available from: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6736285>
26. Carver C, Scheier M, Weintraub J. Assessing coping strategies: A theoretically based approach. Journal of Personality and Social Psychology. 1989 febrero; 56(2): p. 267–283. Available from: https://www.researchgate.net/publication/20228888_Assessing_Coping_Strategies_A_Theoretically_Based_Approach
27. Cassaretto Bardales , Chau Perez-A. Afrontamiento al Estrés: Adaptación del Cuestionario COPE en Universitarios de Lima. Revista Iberoamericana de

- Diagnóstico y Evaluación. 2018; 42(2): p. 95-109. Available from: <https://aidep.org/sites/default/files/articles/R42/Art9.pdf>
28. Rodríguez A, Zúñiga P, Contreras K, Gana S, Fortunato J. Revisión teórica de las estrategias de afrontamiento (coping) según el modelo transaccional de estrés y afrontamiento de Lazarus & Folkman en pacientes quirúrgicos bariátricos, lumbares y plásticos. LILACS. 2016 diciembre; 25(66): p. 14-23. Available from: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1095943>
29. Ortega Maldonado , Salanova Soria. Evolución de los modelos sobre el afrontamiento del estrés: hacia el coping positivo. ÀGORA DE SALUT. 2018; 3(1): p. 285-293. Available from: https://www.want.uji.es/wp-content/uploads/2017/02/2016_Ortega-Maldonado-Salanova.pdf
30. UNFPA. América Latina y el Caribe tienen la segunda tasa más alta de embarazo adolescente en el mundo. [Online].; 2018 [cited 2021 abril. Available from: [https://www.unfpa.org/es/resources/america-latina-y-el-caribe-tienen-la-segunda-tasa-mas-alta-de-embarazo-adolescente-en-el#:~:text=Am%C3%A9rica%20Latina%20y%20el%20Caribe%20contin%C3%BAan%20siendo%20las%20subregiones%20con,UNICEF\)%20y%20el%20Fondo%20de](https://www.unfpa.org/es/resources/america-latina-y-el-caribe-tienen-la-segunda-tasa-mas-alta-de-embarazo-adolescente-en-el#:~:text=Am%C3%A9rica%20Latina%20y%20el%20Caribe%20contin%C3%BAan%20siendo%20las%20subregiones%20con,UNICEF)%20y%20el%20Fondo%20de).
31. Prado Solar LA, González Reguera , Paz Gómez , Romero Borges. La teoría Déficit de autocuidado: Dorothea Orem punto de partida para calidad en la atención. Revista Médica Electrónica. 2014 diciembre; 36(6): p. 835-845. Available from: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1684-18242014000600004

32. Naranjo Hernández Y, Concepción Pacheco JA, Rodríguez Larreynaga. La teoría Déficit de autocuidado: Dorothea Elizabeth Orem. Gaceta Médica Espirituana. 2017 diciembre; 19(3). Available from: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1608-89212017000300009
33. Ortega Falcón MdR, Reynoso Gómez JG, Figueroa Ibarra. Autocuidado presente en estudiantes de enfermería de la Universidad de Sonora. SANUS rev.enf. 2019 agosto; 1(1): p. 5-9. Available from: <https://sanus.unison.mx/index.php/Sanus/article/view/50>
34. Marriner Tomey A. Guide to nursing management and leadership ed. 8, editor.: St. Louis, Mo.: Mosby Elsevier; 2009. Available from: <https://evolve.elsevier.com/cs/product/9780323052382?role=student>
35. Quispe Cadillo YT, Santisteban Cajo JA, Torres Salas YV. Estrategias de afrontamiento que utilizan los familiares de pacientes hospitalizados en el servicio de cuidados intensivos del hospital Arzobispo Loayza UNAC , editor. Lima: repositorio institucional; 2021. Available from: <https://repositorio.unac.edu.pe/handle/20.500.12952/6249>
36. Chavez Orellana SA, Urbizagastegui Mallqui JR. "Afrontamiento y estrés durante la pandemia covid-19 en estudiantes del quinto grado de secundaria de la institución educativa César Vallejo n°2071 Los Olivos - Lima, 2022" UNAC , editor. Lima: repositorio institucional; 2022. Available from: <https://repositorio.unac.edu.pe/handle/20.500.12952/7020>
37. Coello O. "Teoría de la adolescencia", de Anna Freud. y si al final TODOS estuvimos allí. [Online].; 2019 [cited 2021 mayo]. Available from:

<https://victoromaria.blogspot.com/2019/08/teoria-de-la-adolescencia-de-anna-freud.html>

38. Pascual Jimeno A, Conejero López S. Regulación emocional y afrontamiento: Aproximación conceptual y estrategias. *Revista Mexicana de Psicología*. 2019 enero-junio; 36(1): p. 74-83. Available from: <https://www.redalyc.org/journal/2430/243058940007/html/>
39. Plasencia Saldaña CA. Experiencias de uso de estrategias de regulación emocional en adultos con trastornos depresivos y de ansiedad de Lima Metropolitana ULima , editor. Lima: repositorio institucional ; 2022. Available from: <https://repositorio.ulima.edu.pe/handle/20.500.12724/16849>
40. Martínez AE, Piqueras JA, Inglés CJ. Relaciones entre Inteligencia Emocional y Estrategias de Afrontamiento ante el Estrés. *Revista electronica de motivacion y emoción*. 2019. Available from: <http://reme.uji.es/articulos/numero37/article6/article6.pdf>
41. Gómez Ortiz V. Richard Stanley Lazarus (1922-2002). *Revista Latinoamericana de Psicología*. 2005; 37(1): p. 207-209. Available from: <https://www.redalyc.org/pdf/805/80537112.pdf>
42. CEPAL-UNESCO. La educación en tiempos de la pandemia de COVID-19 CEPAL , editor. Santiago: repositorio; 2020. Available from: <https://repositorio.cepal.org/server/api/core/bitstreams/c29b3843-bd8f-4796-8c6d-5fcb9c139449/content>
43. UNICEF. Cómo cuidar tu salud mental en tiempos de pandemia. [Online].; 2020 [cited 2021 junio. Available from:

<https://www.unicef.org/ecuador/historias/c%C3%B3mo-cuidar-tu-salud-mental-en-tiempos-de-pandemia>.

44. Salud Md. Promover comportamientos saludables para la salud de las y los adolescentes. [Online]. [cited 2021 marzo. Available from: <http://bvs.minsa.gob.pe/local/minsa/2079.pdf>.
45. Allen B, Waterman H. Stages of adolescence. [Online].; 2019 [cited 2021 abril. Available from: <https://www.healthychildren.org/English/ages-stages/teen/Pages/Stages-of-Adolescence.aspx>.
46. MINSA. Minsa: Embarazo adolescente disminuyó en un 8.3% durante el 2020. [Online].; 2020 [cited 2021 abril. Available from: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/524006-minsa-embarazo-adolescente-disminuyo-en-un-8-3-durante-el-2020/>.
47. UNFPA-PERU. El impacto del embarazo adolescente al futuro del Perú. [Online].; 2021 [cited 2021 diciembre. Available from: <https://peru.unfpa.org/es/news/el-impacto-del-embarazo-adolescente-al-futuro-del-per%C3%BA>.
48. OPS/OMS. Enfermedad por el Coronavirus (COVID-19). [Online].; 2021 [cited 2021 diciembre. Available from: <https://www.paho.org/es/enfermedad-por-coronavirus-covid-19>.
49. Maguiña Vargas , Gastelo Acosta , Tequen Bernilla. El nuevo Coronavirus y la pandemia del Covid-19. Revista Medica Herediana. 2020 abril a junio; 31(2): p. 125-131. Available from: <https://revistas.upch.edu.pe/index.php/RMH/article/view/3776>

50. Ruiz Mitjana. La teoría del estrés de Richard S. Lazarus. [Online].; 2019 [cited 2021 junio. Available from: <https://psicologiaymente.com/psicologia/teoria-estres-lazarus>.
51. estenosis I. Teorias de Dorotea Orem (autocuidado). [Online].; 2019 [cited 2021 junio. Available from: <https://laestenosisaortica.wordpress.com/teorias-de-dorotea-orem-autocuidado/>.
52. EPS-I M. Autocuidado. [Online].; 2018 [cited 2021 junio. Available from: <https://www.mallamaseps.com.co/index.php/el-autocuidado-en-la-actualidad/>.
53. IME. autocuidado. [Online].; 2018 [cited 2021. https://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13053/8222/T061_41424112_S.pdf?sequence=1&isAllowed=y
54. OMS. Mortalidad materna. [Online].; 2022 [cited 2022 diciembre. Available from: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/maternal-mortality>.
55. Berlan ED. Cómo ayudar a las adolescentes embarazadas a saber qué opciones tienen: explicación de la política de la AAP. [Online].; 2022 [cited 2022 junio. Available from: <https://www.healthychildren.org/Spanish/ages-stages/teen/dating-sex/Paginas/Teenage-Pregnancy.aspx>.
56. OMS. Salud mental: fortalecer nuestra respuesta. [Online].; 2022 [cited 2022 julio. Available from: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>.
57. Helpsi. La importancia del autocuidado. [Online].; 2021 [cited 2021 junio. Available from: <https://helpsi.mx/autocuidado-y-tipos-de-autocuidado/>
58. Acosta Esmeral , Padilla Ospina. La Autorregulación en la Primera Infancia: Conceptualización y Prácticas para el Aula norte Ud, editor. Bogota: repositorio

- institucional; 2020. Available from:
<https://manglar.uninorte.edu.co/handle/10584/10010#page=1>
59. OPS. Las funciones esenciales de la salud pública en las Américas una renovación para el siglo XXI Marco conceptual y descripción. 1st ed. OMS, editor. Washington, D.C: ISBN: 978-92-75-32264-2; 2020. Available from:
https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/53125/9789275322659_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y
60. Uribe Jaramillo TM. El autocuidado y su papel en la promoción de la salud. Dialnet. 2009; 17(2): p. 119-128. Available from:
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5331981>
61. Acción A.E. Embarazo en la adolescencia: causas y riesgos. [Online].; 2022 [cited 2022 diciembre. Available from:
<https://ayudaenaccion.org/blog/mujer/embarazo-adolescencia/>.
62. Mittelmark RA. Etapas del desarrollo del feto. [Online].; 2021 [cited 2021 diciembre. Available from: <https://www.msdmanuals.com/es-pe/hogar/salud-femenina/embarazo-normal/etapas-del-desarrollo-del-feto>.
63. Sánchez Boris IM. Impacto psicológico de la COVID-19 en niños y adolescentes. MEDISAN. 2021 enero; 25(1). Available from:
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192021000100123
64. OMS. Cuidar nuestra salud mental. [Online].; 2021 [cited 2022 enero. Available from: <https://www.who.int/es/campaigns/connecting-the-world-to-combat-coronavirus/healthyathome/healthyathome---mental->

[health?gad_source=1&gclid=CjwKCAiAxaCvBhBaEiwAvsLmWJ1SE_Gwit6ZRaxEtHPF_q1dyNR7WWGgdm-fOevnmhtDaTi-4cP6ZBoCBhIQAvD_BwE](https://health.gad_source=1&gclid=CjwKCAiAxaCvBhBaEiwAvsLmWJ1SE_Gwit6ZRaxEtHPF_q1dyNR7WWGgdm-fOevnmhtDaTi-4cP6ZBoCBhIQAvD_BwE).

65. Hernández Sampieri R, Mendoza C. Metodología de la investigación : las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta México : Mcgraw-Hill Education; 2018.
66. Lourdes D, Briones Rojas , Cortés. R. Metodología dela investigación para el área de la salud México : Mcgraw-Hill Interamericana; 2000.
67. Romero Saldaña. Pruebas de bondad de ajuste a una distribución normal. Revista Enfermería del Trabajo. 2016; 6(3): p. 105-114. Available from: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5633043>
68. Guanín Reyes JE. “Estrategias de afrontamiento que utilizan las adolescentes en embarazos no deseados Ecuador: UCE; 2018.Available from: <https://www.dspace.uce.edu.ec/server/api/core/bitstreams/5cac69da-92d9-47af-9cfe-d3020fb33cc6/content>

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia

Matriz de consistencia						
Preguntas de investigación	Objetivos de investigación	Hipótesis de investigación	Variables de estudio	Dimensiones de estudio	Instrumentos	Metodología
General	General	General				Método
¿Cuál es la relación entre afrontamiento emocional por COVID-19 y capacidad de autocuidado en adolescentes gestantes del Instituto Nacional Materno Perinatal, Lima 2021?	Determinar la relación entre afrontamiento emocional por COVID 19 y capacidad de autocuidado en adolescentes gestantes del Instituto Nacional Materno Perinatal, Lima 2021.	Hg: Existe relación significativa entre afrontamiento emocional por COVID-19 y capacidad de autocuidado en adolescentes gestantes del INMP, Lima, 2021.	Afrontamiento emocional por COVID-19: Son las formas cómo las personas manejan y regulan sus emociones en situaciones altamente estresantes y desafiantes (40)	Autocontrol	Cuestionario sobre afrontamiento emocional por covid-19 aplicado a las adolescentes gestantes	Enfoque cuantitativo Tipología básica Método descriptivo correlacional Diseño transversal y no experimental
		Ho: No existe relación significativa entre afrontamiento emocional por COVID-19 y capacidad de autocuidado en adolescentes gestantes del INMP, Lima, 2021.		Aceptación de responsabilidad		
Específicos	Específicos	Específicos				

<p>¿Cuál es la relación entre la dimensión autocontrol del afrontamiento y capacidad de autocuidado en adolescentes gestantes del INMP, Lima 2021?</p>	<p>Determinar la relación entre la dimensión autocontrol y capacidad de autocuidado en adolescentes gestantes del INMP, Lima 2021.</p>	<p>Existe relación significativa entre la dimensión autocontrol y capacidad de autocuidado en adolescentes gestantes del INMP, Lima 2021.</p>	<p>Capacidad de autocuidado: Es la habilidad importante para la vida, ya que nos permite mantener una buena salud física y emocional, por ende, a fortalecer nuestra calidad de vida (42,51)</p>	<p>Física</p>	<p>Cuestionario sobre capacidad de autocuidado aplicado a las adolescentes gestantes</p>	<p>Población y muestra Población 1389 gestantes Adolescentes Tamaño de muestra: 247 seleccionadas por muestreo probabilístico para poblaciones finitas</p>
<p>¿Cuál es la relación entre la dimensión aceptación de responsabilidad y capacidad de autocuidado en adolescentes gestantes del INMP, Lima 2021?</p>	<p>Determinar la relación entre la dimensión aceptación de responsabilidad y capacidad de autocuidado en adolescentes gestantes del INMP, Lima 2021.</p>	<p>Existe relación significativa entre la dimensión aceptación de responsabilidad y capacidad de autocuidado en adolescentes gestantes del INMP, Lima 2021.</p>		<p>Psicológica</p>		<p>Recolección de datos 1° Preparación de instrumentos 2° Permiso a la institución 3° Aplicación de los instrumentos 4° Traslado a paquete estadístico SPSS Análisis de datos 1° Análisis exploratorio de datos 2° Análisis de normalidad 3° Análisis inferencial correlacional 4° Tamaño de efecto, intervalos de confianza y tabulación</p>

Anexo 2. Cuestionario sobre afrontamiento emocional por covid-19 aplicado a las adolescentes gestantes

I. INTRODUCCIÓN

La capacidad de afrontamiento corresponde a las estrategias para hacerle frente a una determinada situación empezando por el autocontrol, seguido de la aceptación de responsabilidades; en este caso específico para mantener el equilibrio emocional viéndonos inmersos en la pandemia por Covid-19.

II. OBJETIVO

Determinar el afrontamiento emocional por COVID 19 y su relación con la capacidad de autocuidado en adolescentes gestantes del Instituto Nacional Materno Perinatal, Lima 2022.

III. INSTRUCCIONES

El presente cuestionario tiene una serie de enunciados a los cuales usted debe responder con sinceridad marcando con un aspa (x) según crea conveniente

IV. DATOS GENERALES

a. Edad

1. De 11 a 13 años
2. De 14 a 16 años
3. De 17 a 19 años

b. Grado de instrucción

1. Inicial
2. Primaria incompleta
3. Primaria completa
4. Secundaria incompleta
5. Secundaria completa
6. Superior

c. Edad gestacional

1. De 1 a 10 semanas
2. De 11 a 20 semanas
3. De 21 a 30 semanas
4. De 31 semanas a más

b. Antecedentes de gestación

1. Primigesta
2. Multigesta

c. Número de hijos

1. Ninguno
2. 1 a más

d. Tipo de familia

1. Nuclear
2. Extensa
3. Otros

e. Condición de trabajo

1. Trabaja
2. No trabaja

f. Ingresos económicos mensuales

1. El apoyo económico es directo de los padres
2. Altos (S/ 1500.00 a 2000.00 mensual)
3. Medio (S/ 1000.00 a 1499.00 mensual)
4. Bajo (S/ ≤ a 999.00 mensual)

ÍTEMS	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
1. ¿Acepta su condición gestacional?			
2. ¿Siente que puede manejar sus cambios emocionales en respuesta a su estado gestacional?			
3. ¿Considera que la pandemia le genera tensión?			
4. ¿Considera que la situación de pandemia complica su situación actual?			
5. ¿Considera que es una persona irritable?			
6. ¿Siente que es mejor relacionarse poco con los demás?			
7. ¿Considera que sus emociones son inestables?			
8. ¿Siente que puede manejar cambios emocionales producto de la situación de pandemia?			
9. ¿Expresa sus emociones para poder afrontar situaciones difíciles?			
10. ¿Siente que puede manejar con tranquilidad sus emociones?			
11. ¿Considera que su estado gestacional fue planificado?			
12. ¿Siente que toma las medidas pertinentes para su equilibrio emocional?			
13. ¿Siente que desarrolla medidas saludables para controlar tensiones?			
14. ¿Siente que desarrolla medidas saludables para controlar episodios de ansiedad?			
15. ¿Asume su situación gestacional con responsabilidad?			
16. ¿Considera que esta en la edad adecuada para concebir?			
17.			
18. ¿Considera que tiene una doble responsabilidad a asumir en bienestar del feto y suyo en estos tiempos de pandemia?			
19. ¿Considera que asume con responsabilidad el escenario de pandemia?			
20. ¿Considera que se debe tomar la importancia necesaria a sus emociones?			
21. ¿Comprende que la inestabilidad emocional puede poner en riesgo su proceso gestacional?			

Evaluación

1. Muy eficiente
2. Eficiente
3. Poco eficiente
4. Ineficiente
5. Muy ineficiente

Anexo 3. Cuestionario sobre capacidad de autocuidado aplicado a las adolescentes gestantes

I. INTRODUCCIÓN

El autocuidado es la capacidad de desarrollar un conjunto de actividades en bienestar del cuidado de nuestra propia salud.

II. OBJETIVO

Identificar la capacidad de autocuidado en adolescentes gestantes del Instituto Nacional Materno Perinatal, Lima 2022

III. INSTRUCCIONES

El presente cuestionario tiene una serie de enunciados a las cuales usted debe responder con sinceridad marcando con un aspa (x) según crea conveniente

IV. DATOS ESPECÍFICOS

ÍTEM	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
1. ¿Da la importancia necesaria a sospechas de malestares respecto a su estado gestacional?			
2. ¿Valora su peso en relación con su estado gestacional?			
3. ¿Valora su IMC en relación con su estado gestacional?			
4. ¿Reconoce los signos de alarma que debe tener en consideración para un proceso gestacional saludable?			
5. ¿Realiza la visita a su médico frente a la presencia de signos de alarma?			
6. ¿Considera que prevé los nutrientes necesarios para usted y su feto?			
7. ¿Realiza descarte de anemia según indicación médica?			
8. ¿Reconoce signos de preeclampsia?			
9. ¿reconoce signos de eclampsia?			
10. ¿Mantiene la comunicación activa con los miembros de la familia para el control primario de malestares?			
11. ¿Siente que su condición de salud actual es buena?			
12. ¿Considera la importancia de acudir a sus citas médica a pesar de la situación de pandemia?			
13. ¿Considera que mantiene el compromiso de acudir a sus citas médicas?			
14. ¿Mantiene el compromiso de tomar sus suplementos para el desarrollo de un proceso gestacional saludable?			
15. ¿Da la importancia necesaria a las situaciones de tensión?			
16. ¿Da la importancia necesaria a las situaciones de ansiedad?			
17. ¿Da la importancia necesaria a las situaciones de depresión?			
18. ¿Frente a los procesos de migraña incontrolables se comunica con su médico?			
19. ¿Considera que la pandemia influye en su estado emocional?			
20. ¿Considera importante el dialogo interactivo con los miembros del hogar para sentirse bien emocionalmente?			

Evaluación

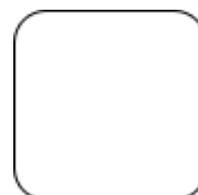
1. Muy eficiente 2. Eficiente 3. Poco eficiente 4. Ineficiente 5. Muy ineficiente

Anexo 4. Consentimiento informado



Nombres y apellidos:

En pleno uso de mis facultades, doy consentimiento que mi mejor hija participe en la ejecución del proyecto de investigación con el único fin de apoyar el desarrollo y ejecución del proyecto de investigación titulado **“Afrontamiento emocional por Covid – 19 y capacidad de autocuidado en adolescentes gestantes del instituto nacional materno perinatal, Lima 2021”**



Firma

Anexo 5. Base de datos

nº	EDAD	GRADO.INSTRUCCION	EDAD.GESTACIONAL	ANTECEDENTES.GESTACION	NUMERO.HIJOS	TIPO.FAMILIA	CONDICION.TRABAJO	INGRESOS.ECONOMICOS	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	P23	P24	P25	P26	P27	P28	P29	P30	P31	P32	P33	P34	P35	P36	P37	P38	P39	P40	xx1	xx2	xx3	yy1	yy2	yy3	xx1x22cxxtcy1	cy1	cy2	cy3	cytc	
1	2	4	0	1	1	2	0	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	26	25	51	11	16	27	5	5	5	3	4	4	
2	0	4	2	0	0	0	1	0	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	1	1	26	23	49	15	13	28	5	4	5	4	4	4	
3	2	3	2	0	1	2	1	3	3	2	3	3	3	2	1	3	3	1	2	3	2	3	3	3	3	3	1	1	1	2	2	2	2	2	2	0	0	1	2	2	2	2	0	1	0	2	2	0	26	24	50	13	13	26	5	4	5	4	4	4
4	1	2	2	0	0	0	1	0	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	1	1	1	1	2	2	2	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	24	24	48	13	13	26	4	4	4	4	4	4		
5	1	3	2	0	0	1	1	0	3	2	3	1	2	1	2	3	3	2	1	1	3	3	3	1	1	1	3	3	0	2	2	2	2	2	2	0	2	2	2	2	2	1	1	2	1	1	0	22	20	42	14	15	29	4	4	4	4	4	4	
6	2	4	2	0	0	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2	3	3	1	2	1	2	1	1	2	0	0	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	17	22	39	12	18	30	3	4	4	3	5	4		
7	2	4	2	0	0	0	1	0	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	1	1	1	1	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	2	25	26	51	14	18	32	5	5	5	4	5	4		
8	2	4	2	0	0	0	1	0	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	1	1	1	1	1	0	0	2	2	2	1	1	2	2	2	1	1	1	1	25	24	49	11	14	25	5	4	5	3	4	4			
9	1	4	2	0	1	1	1	0	3	3	3	3	1	2	1	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	1	2	0	1	0	1	2	2	2	2	1	2	1	2	2	24	27	51	13	17	30	4	5	5	4	5	4				
10	2	4	2	1	0	0	1	1	2	1	1	2	2	2	2	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	0	2	2	2	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	20	15	35	11	10	21	4	3	3	3	3	3		
11	2	4	2	1	1	1	0	3	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	17	23	40	3	5	8	3	4	4	1	2	1			
12	2	4	2	1	1	1	0	3	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1	2	3	3	3	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	2	2	14	22	36	10	16	26	3	4	3	3	4	4			
13	0	4	1	0	0	0	0	3	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	3	3	3	1	2	2	2	2	1	1	1	0	0	0	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	0	0	12	22	34	6	10	16	2	4	3	2	3	2			
14	2	4	1	0	0	0	0	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	1	1	2	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24	25	49	13	12	25	4	5	5	4	3	4			
15	2	4	2	1	1	1	0	3	2	1	1	2	2	2	3	3	3	3	1	1	1	1	1	2	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21	18	39	11	12	23	4	3	4	3	3	3		
16	2	4	2	1	0	1	0	3	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	1	3	3	3	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	17	21	38	9	1	10	3	4	4	3	1	2			
17	2	3	2	1	1	1	0	1	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	1	24	27	51	16	15	31	4	5	5	4	4	4		
18	2	4	2	1	1	1	0	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	2	2	1	2	24	26	50	11	16	27	4	5	5	3	4	4			
19	2	3	2	0	0	0	0	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	2	2	2	1	1	1	1	25	24	49	12	15	27	5	4	5	3	4	4		
20	2	4	2	0	0	0	1	0	1	1	3	1	1	1	3	3	2	1	2	2	2	2	3	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	0	0	2	2	2	1	0	2	1	1	1	1	1	17	18	35	10	11	21	3	3	3	3	3	3		
21	2	5	2	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	0	0	0	1	6	3	9	10	9	19	1	1	1	3	3	3			
22	2	3	2	0	0	0	0	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	2	2	9	5	14	8	11	19	2	1	2	2	3	3		
23	2	3	2	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	13	13	26	12	14	26	3	3	3	3	4	4			
24	2	4	2	0	0	0	1	0	1	1	1	1	0	2	0	2	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	2	0	0	0	0	1	1	2	2	2	0	1	1	1	0	10	3	13	7	11	18	2	1	2	2	3	3			
25	0	4	2	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	2	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	0	0	0	0	0	1	1	10	5	15	10	4	14	2	1	2	3	1	2			
26	2	4	2	0	0	0	1	3	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	0	0	0	1	1	1	0	0	0	1	0	12	14	26	11	4	15	2	3	3	3	1	2		
27	2	3	2	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	2	1	2	2	2	2	2	1	15	16	31	13	16	29	3	3	3	4	4	4	

65	1	3	2	0	0	1	1	0	3	2	3	1	2	1	2	3	3	2	1	1	3	3	3	1	1	1	3	3	0	2	2	2	2	2	0	0	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	0	22	20	42	14	15	29	4	4	4	4	4	4						
66	2	4	2	0	0	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2	3	3	1	2	1	2	1	1	2	0	0	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	17	22	39	12	18	30	3	4	4	3	5	4					
67	2	4	2	0	0	0	1	0	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	1	1	1	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	25	26	51	14	18	32	5	5	5	4	5	4					
68	2	4	2	0	0	0	1	0	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	0	0	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	1	25	24	49	11	14	25	5	4	5	3	4	4					
69	1	4	2	0	1	1	1	0	3	3	3	3	1	2	1	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	1	2	0	1	0	1	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	24	27	51	13	17	30	4	5	5	4	5	4
70	2	4	2	1	1	0	1	1	2	1	1	2	2	2	2	2	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	2	2	2	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	2	1	1	20	15	35	11	10	21	4	3	3	3	3	3				
71	2	4	2	1	0	1	0	3	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	17	23	40	3	5	8	3	4	4	1	2	1			
72	2	4	2	1	1	1	0	3	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1	2	3	3	3	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	14	22	36	10	16	26	3	4	3	3	4	4						
73	2	4	2	0	0	0	0	3	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	3	3	3	1	2	2	2	2	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	0	0	12	22	34	6	10	16	2	4	3	2	3	2				
74	2	4	2	0	0	0	0	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	24	25	49	13	12	25	4	5	5	4	3	4		
75	2	4	2	1	1	1	0	3	2	1	1	2	2	2	2	3	3	3	3	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21	18	39	11	12	23	4	3	4	3	3	3					
76	2	4	2	1	1	1	0	3	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	3	3	3	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	17	21	38	9	1	10	3	4	4	3	1	2			
77	2	3	2	1	1	1	0	1	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1	24	27	51	16	15	31	4	5	5	4	4	4				
78	2	4	2	1	1	1	0	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	2	24	26	50	11	16	27	4	5	5	3	4	4					
79	2	3	2	0	0	0	0	1	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	25	24	49	12	15	27	5	4	5	3	4	4						
80	2	4	2	0	0	0	1	0	1	1	3	1	1	1	3	3	2	1	2	2	2	2	3	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	0	0	2	2	2	1	0	2	1	1	1	1	1	1	1	17	18	35	10	11	21	3	3	3	3	3	3					
81	2	5	0	0	0	0	0	3	1	1	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	0	0	0	0	1	1	6	3	9	10	9	19	1	1	1	3	3	3							
82	2	3	2	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	9	5	14	8	11	19	2	1	2	2	3	3						
83	2	3	2	1	1	1	0	3	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	13	13	26	12	14	26	3	3	3	3	4	4							
84	2	4	2	0	0	0	1	0	1	1	1	1	0	2	0	2	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	2	0	0	0	0	1	1	1	2	2	2	0	1	1	1	0	10	3	13	7	11	18	2	1	2	2	3	3						
85	2	4	2	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	2	0	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	0	0	0	0	0	0	1	1	10	5	15	10	4	14	2	1	2	3	1	2							
86	2	4	2	0	0	0	1	3	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	0	0	0	1	1	1	0	0	1	0	12	14	26	11	4	15	2	3	3	3	1	2							
87	2	3	2	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	2	1	2	2	2	2	1	1	15	16	31	13	16	29	3	3	3	4	4	4				
88	2	3	2	0	0	0	0	3	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	13	13	26	11	13	24	3	3	3	3	4	3								
89	1	3	2	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	2	1	1	12	2	14	5	6	11	2	1	2	2	2	2							
90	2	4	2	0	0	0	0	3	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	2	1	0	11	13	24	11	13	24	2	3	2	3	4	3							
91	2	4	2	1	1	2	0	1	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	26	25	51	11	16	27	5	5	5	3	4	4					
92	2	4	2	0	0	0	1	0	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	26	23	49	15	13	28	5	4	5	4	4	4							
93	1	2	1	0	0	0	1	0	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	24	24	48	13	13	26	4	4	4	4	4	4							
94	2	4	1	0	0	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	3	1	2	1	2	1	1	2	0	0	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	17	22	39	12	18	30	3	4	4	3	5	4					
95	2	4	2	0	0	0	1	0	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	1	1	1	1	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	25	26	51	14	18	32	5	5	5	4	5	4						
96	2	4	2	0	0	0	1	0	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	0	0	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	1	25	24	49	11	14	25	5	4	5	3	4	4							
97	1	4	2	0	1	1	1	0	3	3	3	3	1	2	1	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	1	2	0	1	0	1	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	24	27	51	13	17	30	4	5											

101	1	2	2	0	0	0	1	0	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	24	24	48	13	13	26	4	4	4	4	4	4				
102	1	3	2	0	0	1	1	0	3	2	3	1	2	1	2	3	3	2	1	1	3	3	3	1	1	1	3	3	0	2	2	2	2	2	2	0	0	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	0	22	20	42	14	15	29	4	4	4	4	4	4		
103	2	4	2	0	0	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	3	2	2	3	3	1	2	1	2	1	1	2	0	0	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	17	22	39	12	18	30	3	4	4	3	5	4				
104	2	4	2	0	0	0	1	0	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	1	1	1	1	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	25	26	51	14	18	32	5	5	5	4	5	4		
105	2	4	2	0	0	0	1	0	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	0	0	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	25	24	49	11	14	25	5	4	5	3	4	4			
106	1	4	2	0	1	1	1	0	3	3	3	3	1	2	1	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	1	2	0	1	0	1	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	24	27	51	13	17	30	4	5	5	4	5	4			
107	2	4	2	1	0	0	1	1	2	1	1	2	2	2	2	2	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	2	2	2	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	2	1	1	20	15	35	11	10	21	4	3	3	3	3	3			
108	2	4	2	1	1	1	0	3	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	17	23	40	3	5	8	3	4	4	1	2	1		
109	2	4	2	1	1	1	0	3	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	14	22	36	10	16	26	3	4	3	3	4	4			
110	2	4	2	0	0	0	0	3	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	3	3	3	1	2	2	2	2	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	0	0	12	22	34	6	10	16	2	4	3	2	3	2			
111	2	4	2	0	0	0	0	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	24	25	49	13	12	25	4	5	5	4	3	4		
112	2	4	2	1	1	1	0	3	2	1	1	2	2	2	2	3	3	3	3	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	21	18	39	11	12	23	4	3	4	3	3	3			
113	2	4	2	1	0	1	0	3	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	1	3	3	3	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	17	21	38	9	1	10	3	4	4	3	1	2		
114	2	3	2	1	1	1	0	1	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	1	1	1	2	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1	24	27	51	16	15	31	4	5	5	4	4	4				
115	2	4	2	1	1	1	0	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	2	2	1	1	1	2	2	2	2	4	5	5	3	4	4					
116	2	3	2	0	0	0	0	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	1	25	24	49	12	15	27	5	4	5	3	4	4				
117	2	4	2	0	0	0	1	0	1	1	3	1	1	1	3	3	2	1	2	2	2	2	3	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	0	0	2	2	2	1	0	2	1	1	1	1	1	1	17	18	35	10	11	21	3	3	3	3	3	3				
118	2	5	2	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	0	0	0	0	1	1	6	3	9	10	9	19	1	1	1	3	3	3						
119	2	3	2	0	0	0	0	3	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	2	2	9	5	14	8	11	19	2	1	2	2	3	3
120	2	3	2	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	13	13	26	12	14	26	3	3	3	3	4	4					
121	2	4	0	0	0	0	1	0	1	1	1	1	0	2	0	2	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	2	0	0	0	0	1	1	1	1	1	2	2	2	0	1	1	0	10	3	13	7	11	18	2	1	2	2	3	3		
122	2	4	2	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	2	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	10	5	15	10	4	14	2	1	2	3	1	2				
123	2	4	2	0	0	0	1	3	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	1	0	12	14	26	11	4	15	2	3	3	3	1	2			
124	2	3	2	1	1	1	0	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	15	16	31	13	16	29	3	3	3	4	4	4							
125	2	3	2	0	0	0	0	3	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	13	13	26	11	13	24	3	3	3	3	4	3					
126	1	3	2	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	2	1	1	12	2	14	5	6	11	2	1	2	2	2	2			
127	2	4	2	0	0	0	0	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	2	1	1	0	11	13	24	11	13	24	2	3	2	3	4	3					
128	2	4	2	1	1	2	0	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	26	25	51	11	16	27	5	5	5	3	4	4			
129	2	4	2	0	0	0	1	0	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	26	23	49	15	13	28	5	4	5	4	4	4			
130	2	3	2	0	1	2	1	3	3	2	3	3	3	2	1	3	3	3	1	2	3	3	3	3	3	3	1	1	1	2	2	2	2	0	0	1	2	2	2	2	0	1	0	2	2	0	26	24	50	13	13	26	5	4	5	4	4	4					
131	1	2	2	0	0	0	1	0	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	2	1	1	2	2	1	1	1	24	24	48	13	13	26	4	4	4	4	4	4							
132	1	3	2	0	0	1	1	0	3	2	3	1	2	1	2	3	3	2	1	1	3	3	1	1	1	3	3	0	2	2	2	2	2	0	0	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	0	22	20	42	14	15	29	4	4	4	4	4	4				
133	2	4	1	0	0	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	1	2	1	2	1	1	2	0	0	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	17	22	39	12	18	30	3	4	4	3	5					

137	2	4	2	1	1	0	1	1	2	1	1	2	2	2	2	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	0	2	2	2	1	0	1	1	0	1	1	1	1	2	1	1	20	15	35	11	10	21	4	3	3	3	3	3				
138	2	4	2	1	1	1	0	3	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	17	23	40	3	5	8	3	4	4	1	2	1		
139	2	4	2	1	1	1	0	3	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1	2	3	3	3	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	2	14	22	36	10	16	26	3	4	3	3	4	4
140	2	4	2	0	0	0	0	3	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	3	3	3	1	2	2	2	2	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	0	0	12	22	34	6	10	16	2	4	3	2	3	2						
141	2	4	2	0	0	0	0	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24	25	49	13	12	25	4	5	5	4	3	4						
142	2	4	2	1	1	1	0	3	2	1	1	2	2	2	2	3	3	3	3	3	1	1	1	2	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21	18	39	11	12	23	4	3	4	3	3	3					
143	2	4	2	1	1	1	0	3	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	1	3	3	3	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	17	21	38	9	1	10	3	4	4	3	1	2				
144	2	3	2	1	0	1	0	1	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	24	27	51	16	15	31	4	5	5	4	4	4							
145	2	4	2	1	1	1	0	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	2	24	26	50	11	16	27	4	5	5	3	4	4					
146	2	3	2	0	0	0	0	1	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	1	1	25	24	49	12	15	27	5	4	5	3	4	4					
147	2	4	2	0	0	0	1	0	1	1	3	1	1	1	1	3	2	1	2	2	2	2	3	2	1	1	1	2	1	1	1	1	0	0	2	2	2	1	0	2	1	1	1	1	1	1	17	18	35	10	11	21	3	3	3	3	3	3						
148	2	5	2	0	0	0	0	3	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	6	3	9	10	9	19	1	1	1	3	3	3							
149	2	3	2	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	5	14	8	11	19	2	1	2	2	3	3							
150	2	3	2	1	1	1	0	3	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	13	13	26	12	14	26	3	3	3	3	4	4								
151	2	4	2	0	0	0	1	0	1	1	1	1	0	2	0	2	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	2	0	0	0	0	1	1	1	1	2	2	0	1	1	1	1	0	10	3	13	7	11	18	2	1	2	2	3	3						
152	2	4	2	1	0	0	0	3	1	1	1	1	1	1	1	2	0	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	0	0	0	0	0	0	0	1	10	5	15	10	4	14	2	1	2	3	1	2							
153	2	4	2	0	0	0	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	0	0	0	1	1	1	0	0	1	0	12	14	26	11	4	15	2	3	3	3	1	2										
154	2	3	2	1	1	1	0	3	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	15	16	31	13	16	29	3	3	3	4	4	4												
155	2	3	2	0	0	0	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	13	13	26	11	13	24	3	3	3	3	4	3									
156	1	3	2	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	2	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1	12	2	14	5	6	11	2	1	2	2	2	2								
157	2	4	2	0	0	0	0	3	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	2	1	0	11	13	24	11	13	24	2	3	2	3	4	3									
158	2	4	2	1	1	2	0	1	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	26	25	51	11	16	27	5	5	5	3	4	4								
159	2	4	2	0	0	0	1	0	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	26	23	49	15	13	28	5	4	5	4	4	4								
160	2	3	2	0	1	2	1	3	3	2	3	3	3	2	1	3	3	3	1	2	3	2	3	3	3	3	3	1	1	2	2	2	2	0	0	1	2	2	2	2	0	1	0	2	2	0	26	24	50	13	13	26	5	4	5	4	4	4						
161	1	2	0	0	0	1	0	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	24	24	48	13	13	26	4	4	4	4	4	4										
162	1	3	2	0	0	1	1	0	3	2	3	1	2	1	2	3	3	2	1	1	3	3	3	1	1	1	3	3	0	2	2	2	2	2	0	0	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2								
163	2	4	2	0	0	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2	3	3	1	2	1	2	1	1	2	0	0	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	17	22	39	12	18	30	3	4	4	3	5	4				
164	2	4	2	0	0	0	1	0	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	1	1	1	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	2	25	26	51	14	18	32	5	5	5	4	5	4							
165	2	4	2	0	0	0	1	0	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	1	1	1	1	0	0	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	25	24	49	11	14	25	5	4	5	3	4	4							
166	1	4	2	0	1	1	1	0	3	3	3	1	2	1	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	1	2	0	1	0	1	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	24	27	51	13	17	30	4	5	5	4	5	4							
167	2	4	2	1	1	0	1	1	2	1	1	2	2	2	2	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	0	2	2	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	20	15	35	11	10	21	4	3	3	3	3	3							
168	2	4	2	1	0	1	0	3	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	17	23	40	3	5	8	3	4	4	1	2	1					
169	2	4	2	1	1	1	0	3	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1	2	3	3	3	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	2	14	22	36	10	16	26	3	4	3	3	4	4								
170	2	4	2	0	0	0	0	3	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	3	3	3	1	2	2	2	2	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	0	0	12	22	34	6	10	16	2	4	3	2	3	2							
171	2	4	2																																																													

173	2	4	1	1	1	1	0	3	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1	3	3	3	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	17	21	38	9	1	10	3	4	4	3	1	2
174	2	3	1	1	1	1	0	1	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	24	27	51	16	15	31	4	5	5	4	4	4		
175	2	4	2	1	1	1	0	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	2	24	26	50	11	16	27	4	5	5	3	4	4
176	2	3	2	0	0	0	0	1	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	25	24	49	12	15	27	5	4	5	3	4	4		
177	2	4	2	0	0	0	1	0	1	1	3	1	1	1	1	3	3	2	1	2	2	2	2	3	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	0	0	2	2	2	2	1	0	2	1	1	1	1	1	1	17	18	35	10	11	21	3	3	3	3	3	3	
178	2	5	2	0	0	0	0	3	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	0	0	0	0	0	1	1	6	3	9	10	9	19	1	1	1	3	3	3		
179	2	3	2	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	2	2	9	5	14	8	11	19	2	1	2	2	3	3				
180	2	3	2	1	1	1	0	3	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	13	13	26	12	14	26	3	3	3	3	4	4					
181	2	4	2	0	0	0	1	0	1	1	1	1	0	2	0	2	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	2	0	0	0	0	1	1	1	2	2	2	0	1	1	1	0	10	3	13	7	11	18	2	1	2	2	3	3			
182	2	4	2	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	2	0	1	1	0	1	0	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	10	5	15	10	4	14	2	1	2	3	1	2			
183	2	4	2	0	0	0	1	3	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	0	0	0	1	1	1	0	0	0	1	0	12	14	26	11	4	15	2	3	3	3	1	2					
184	2	3	2	1	1	1	0	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	2	1	1	2	2	2	2	1	1	15	16	31	13	16	29	3	3	3	4	4	4				
185	2	3	2	0	0	0	0	3	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	13	13	26	11	13	24	3	3	3	3	4	3				
186	1	3	2	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	2	2	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	2	1	1	12	2	14	5	6	11	2	1	2	2	2	2				
187	2	4	2	0	0	0	0	3	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	2	1	1	0	11	13	24	11	13	24	2	3	2	3	4	3				
188	2	4	2	1	1	2	0	1	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	26	25	51	11	16	27	5	5	5	3	4	4				
189	2	4	2	0	0	0	1	0	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	26	23	49	15	13	28	5	4	5	4	4	4				
190	1	2	2	0	0	0	1	0	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	24	24	48	13	13	26	4	4	4	4	4	4							
191	2	4	2	0	0	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	3	2	2	3	3	1	2	1	2	1	1	2	0	0	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	17	22	39	12	18	30	3	4	4	3	5	4				
192	2	4	2	0	0	0	1	0	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	1	1	1	1	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	25	26	51	14	18	32	5	5	5	4	5	4		
193	2	4	2	0	0	0	1	0	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	1	1	1	1	0	0	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	1	25	24	49	11	14	25	5	4	5	3	4	4					
194	1	4	2	0	1	1	1	0	3	3	3	3	1	2	1	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	1	2	0	1	0	1	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	24	27	51	13	17	30	4	5	5	4	5	4					
195	2	4	2	1	1	2	0	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	26	25	51	11	16	27	5	5	5	3	4	4						
196	2	4	2	0	0	0	1	0	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	26	23	49	15	13	28	5	4	5	4	4	4				
197	2	3	2	0	1	2	1	3	3	2	3	3	3	2	1	3	3	3	1	2	3	3	3	3	3	1	1	1	1	2	2	2	0	0	1	2	2	2	2	2	0	1	0	2	2	0	26	24	50	13	13	26	5	4	5	4	4	4					
198	1	2	2	0	0	0	1	0	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	24	24	48	13	13	26	4	4	4	4	4	4					
199	1	3	2	0	0	1	1	0	3	2	3	1	2	1	2	3	3	2	1	1	3	3	3	1	1	1	3	0	2	2	2	2	2	2	0	0	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	0	22	20	42	14	15	29	4	4	4	4	4	4			
200	2	4	2	0	0	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	1	2	1	2	1	1	2	0	0	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	17	22	39	12	18	30	3	4	4	3	5	4				
201	2	4	0	0	0	0	1	0	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	1	1	1	1	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	25	26	51	14	18	32	5	5	5	4	5	4				
202	2	4	2	0	0	0	1	0	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	1	1	1	1	0	0	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	1	25	24	49	11	14	25	5	4	5	3	4	4					
203	1	4	2	0	1	1	1	0	3	3	3	3	1	2	1	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	1	2	0	1	0	1	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	24	27	51	13	17	30	4	5	5	4	5	4						
204	2	4	2	1	0	0	1	1	2	1	1	2	2	2	2	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	0	2	2	2	1	0	1	1	2	1	1	1	2	1	1	20	15	35	11	10	21	4	3	3	3	3	3						
205	2	4	2	1	1	1	0	3	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	17	23	40	3	5	8	3	4	4	1	2	1					
206	2	4	2																																																												

Anexo 6. Baremo de evaluación variable afrontamiento emocional

Escala de evaluación	Baremo de Evaluación
Muy eficiente	(de 33 pts. a 40 pts.)
Eficiente	(de 25 pts. a 32 pts.)
Poco eficiente	(de 17 pts. a 24 pts.)
Deficiente	(de 9 pts. a 16 pts.)
Muy deficiente	(de 0 pts. a 8 pts.)

Anexo 7. Baremo de evaluación variable capacidad de autocuidado

Escala de evaluación	Baremo de Evaluación
Muy favorable	(de 33 pts. a 40 pts.)
Favorable	(de 25 pts. a 32 pts.)
Poco favorable	(de 17 pts. a 24 pts.)
Desfavorable	(de 9 pts. a 16 pts.)
Muy desfavorable	(de 0 pts. a 8 pts.)

Anexo 8. Juicio de expertos variable afrontamiento emocional

EVALUADOR:

FECHA:

INSTRUMENTO 1: AFRONTAMIENTO DE LAS GESTANTES FRENTE A LA COVID 19

PERTINENCIA	Correspondencia entre el enunciado del ítem y lo que se pretende medir
CLARIDAD	El enunciado del ítem no genera confusión o contradicción
REDACCION	La sintaxis empleada es apropiada
NIVEL	Nivel de dificultad apropiado
FORMATO	Presentación adecuada del ítem en el formato

ESCALA DE VALORES

1. INACEPTABLE 2. DEFICIENTE 3. REGULAR 4. BUENO 5. EXCELENTE

CONTENIDO			EVALUACION				
Ítem	CRITERIOS	OBSERVACION	1	2	3	4	5
1	PERTINENCIA						
	CLARIDAD						
	REDACCION						
	NIVEL						
	FORMATO						
2	PERTINENCIA						
	CLARIDAD						
	REDACCION						
	NIVEL						
	FORMATO						
3	PERTINENCIA						
	CLARIDAD						
	REDACCION						
	NIVEL						
	FORMATO						

4	PERTINENCIA							
	CLARIDAD							
	REDACCION							
	NIVEL							
	FORMATO							
5	PERTINENCIA							
	CLARIDAD							
	REDACCION							
	NIVEL							
	FORMATO							
6	PERTINENCIA							
	CLARIDAD							
	REDACCION							
	NIVEL							
	FORMATO							
7	PERTINENCIA							
	CLARIDAD							
	REDACCION							
	NIVEL							
	FORMATO							
8	PERTINENCIA							
	CLARIDAD							
	REDACCION							
	ORGANIZACIÓN							
	FORMATO							
9	PERTINENCIA							
	CLARIDAD							
	REDACCION							
	NIVEL							

	FORMATO							
10	PERTINENCIA							
	CLARIDAD							
	REDACCION							
	NIVEL							
	FORMATO							
11	PERTINENCIA							
	CLARIDAD							
	REDACCION							
	NIVEL							
	FORMATO							
12	PERTINENCIA							
	CLARIDAD							
	REDACCION							
	NIVEL							
	FORMATO							
13	PERTINENCIA							
	CLARIDAD							
	REDACCION							
	NIVEL							
	FORMATO							
14	PERTINENCIA							
	CLARIDAD							
	REDACCION							
	NIVEL							
	FORMATO							
15	PERTINENCIA							
	CLARIDAD							
	REDACCION							

	NIVEL							
	FORMATO							
16	PERTINENCIA							
	CLARIDAD							
	REDACCION							
	NIVEL							
	FORMATO							
17	PERTINENCIA							
	CLARIDAD							
	REDACCION							
	NIVEL							
	FORMATO							
18	PERTINENCIA							
	CLARIDAD							
	REDACCION							
	ORGANIZACIÓN							
	FORMATO							
19	PERTINENCIA							
	CLARIDAD							
	REDACCION							
	NIVEL							
	FORMATO							
20	PERTINENCIA							
	CLARIDAD							
	REDACCION							
	NIVEL							
	FORMATO							

Anexo 9. Juicio de expertos variable autocuidado de la gestante

EVALUADOR:

FECHA:

INSTRUMENTO 1: AUCUIDADO DE LA GESTANTE

PERTINENCIA	Correspondencia entre el enunciado del ítem y lo que se pretende medir
CLARIDAD	El enunciado del ítem no genera confusión o contradicción
REDACCION	La sintaxis empleada es apropiada
NIVEL	Nivel de dificultad apropiado
FORMATO	Presentación adecuada del ítem en el formato

ESCALA DE VALORES

1. INACEPTABLE 2. DEFICIENTE 3. REGULAR 4. BUENO 5. EXCELENTE

CONTENIDO			EVALUACION				
Ítem	CRITERIOS	OBSERVACION	1	2	3	4	5
1	PERTINENCIA						
	CLARIDAD						
	REDACCION						
	NIVEL						
	FORMATO						
2	PERTINENCIA						
	CLARIDAD						
	REDACCION						
	NIVEL						
	FORMATO						
3	PERTINENCIA						
	CLARIDAD						
	REDACCION						
	NIVEL						
	FORMATO						
4	PERTINENCIA						
	CLARIDAD						
	REDACCION						
	NIVEL						
	FORMATO						
5	PERTINENCIA						
	CLARIDAD						
	REDACCION						
	NIVEL						
	FORMATO						
6	PERTINENCIA						
	CLARIDAD						
	REDACCION						

	NIVEL							
	FORMATO							
7	PERTINENCIA							
	CLARIDAD							
	REDACCION							
	NIVEL							
	FORMATO							
8	PERTINENCIA							
	CLARIDAD							
	REDACCION							
	ORGANIZACIÓN							
	FORMATO							
9	PERTINENCIA							
	CLARIDAD							
	REDACCION							
	NIVEL							
	FORMATO							
10	PERTINENCIA							
	CLARIDAD							
	REDACCION							
	NIVEL							
	FORMATO							
11	PERTINENCIA							
	CLARIDAD							
	REDACCION							
	NIVEL							
	FORMATO							
12	PERTINENCIA							
	CLARIDAD							
	REDACCION							
	NIVEL							
	FORMATO							
13	PERTINENCIA							
	CLARIDAD							
	REDACCION							
	NIVEL							
	FORMATO							
14	PERTINENCIA							
	CLARIDAD							
	REDACCION							
	NIVEL							
	FORMATO							
15	PERTINENCIA							
	CLARIDAD							
	REDACCION							
	NIVEL							
	FORMATO							
16	PERTINENCIA							
	CLARIDAD							
	REDACCION							
	NIVEL							
	FORMATO							
17	PERTINENCIA							

	CLARIDAD						
	REDACCION						
	NIVEL						
	FORMATO						
18	PERTINENCIA						
	CLARIDAD						
	REDACCION						
	ORGANIZACIÓN						
	FORMATO						
19	PERTINENCIA						
	CLARIDAD						
	REDACCION						
	NIVEL						
	FORMATO						
20	PERTINENCIA						
	CLARIDAD						
	REDACCION						
	NIVEL						
	FORMATO						

Anexo 10. Coeficiente de Validez de contenido (CVCt Hernández nieto 20002) de la variable afrontamiento emocional

Ítem	Jueces					Mx	Sx1	CVCi	Pei	CVCEi
	Juez 1	Juez 2	Juez 3	Juez 4	Juez 5					
1	19	25	18	23	19	104	4.16	0.832	0.00032	0.83
2	18	21	19	23	15	96	3.84	0.768	0.00032	0.77
3	21	18	18	19	21	97	3.88	0.776	0.00032	0.78
4	24	18	18	22	24	106	4.24	0.848	0.00032	0.85
5	21	22	18	24	21	106	4.24	0.848	0.00032	0.85
6	22	20	19	21	20	102	4.08	0.816	0.00032	0.82
7	20	22	19	18	22	101	4.04	0.808	0.00032	0.81
8	27	23	17	17	23	107	4.28	0.856	0.00032	0.86
9	20	18	19	23	18	98	3.92	0.784	0.00032	0.78
10	25	25	19	21	25	115	4.6	0.92	0.00032	0.92
11	20	24	19	19	19	101	4.04	0.808	0.00032	0.81
12	20	20	19	22	19	100	4	0.8	0.00032	0.80
13	20	24	17	20	18	99	3.96	0.792	0.00032	0.79
14	25	22	18	16	18	99	3.96	0.792	0.00032	0.79
15	21	19	24	21	24	109	4.36	0.872	0.00032	0.87
16	19	19	22	23	23	106	4.24	0.848	0.00032	0.85
17	22	24	25	22	22	115	4.6	0.92	0.00032	0.92
18	23	22	22	18	18	103	4.12	0.824	0.00032	0.82
19	18	19	20	21	21	99	3.96	0.792	0.00032	0.79
20	22	18	18	22	22	102	4.08	0.816	0.00032	0.82
										0.83

$$CVCt = \frac{\sum CVCt}{N} \left[\left[\frac{\sum xi/J}{Vmx} \right] - Pei \right] (1/N)$$

N= número total de ítems del instrumento de recolección de datos

Sxi= sumatoria de los puntajes asignados por cada juez (J) a cada uno de los ítems (i)

Vmx= valor máximo de la escala utilizada de los jueces

Pei= probabilidad de error por cada ítem (probabilidad de concordancia entre jueces)

J= número de jueces asignando puntajes a cada ítem

Anexo 11. Coeficiente de Validez de contenido (CVct Hernández nieto 20002) de la variable capacidad de autocuidado

ítem	Jueces					Mx	Sx1	CVci	pei	CVcei
	Juez 1	Juez 2	Juez 3	Juez 4	Juez 5					
1	25	21	20	24	25	115	4.6	0.92	0.0003 2	0.92
2	21	22	15	21	21	100	4	0.8	0.0003 2	0.80
3	23	24	20	25	23	115	4.6	0.92	0.0003 2	0.92
4	23	20	24	18	23	108	4.32	0.864	0.0003 2	0.86
5	22	16	22	21	22	103	4.12	0.824	0.0003 2	0.82
6	20	19	18	25	19	101	4.04	0.808	0.0003 2	0.81
7	20	25	18	21	25	109	4.36	0.872	0.0003 2	0.87
8	15	24	16	18	24	97	3.88	0.776	0.0003 2	0.78
9	20	20	20	23	20	103	4.12	0.824	0.0003 2	0.82
10	25	25	18	25	25	118	4.72	0.944	0.0003 2	0.94
11	23	24	21	22	21	111	4.44	0.888	0.0003 2	0.89
12	20	20	25	20	25	110	4.4	0.88	0.0003 2	0.88
13	21	19	21	23	21	105	4.2	0.84	0.0003 2	0.84
14	24	15	24	25	24	112	4.48	0.896	0.0003 2	0.90
15	20	21	17	16	17	91	3.64	0.728	0.0003 2	0.73
16	16	21	20	19	19	95	3.8	0.76	0.0003 2	0.76
17	20	21	19	18	18	96	3.84	0.768	0.0003 2	0.77
18	19	20	19	19	19	96	3.84	0.768	0.0003 2	0.77
19	18	16	21	15	15	85	3.4	0.68	0.0003 2	0.68
20	25	19	20	20	20	104	4.16	0.832	0.0003 2	0.83
										0.83

$$CVct = \frac{\sum CVct}{N} \left[\left[\frac{\sum xi/J}{Vmx} \right] - Pei \right] (1/N)$$

N= número total de ítems del instrumento de recolección de datos

Sxi= sumatoria de los puntajes asignados por cada juez (J) a cada uno de los ítems (i)

Vmx= valor máximo de la escala utilizada por los jueces

pei= probabilidad de error por cada ítem (probabilidad de concordancia aleatoria entre jueces)

J= número de jueces asignando puntaje a cada ítem

Anexo 12. Confiabilidad del instrumento de la variable afrontamiento emocional

Sujeto	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	Total
1	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	51
2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	49
3	3	2	3	3	3	2	1	3	3	3	1	2	3	2	3	3	3	3	3	1	50
4	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	48
5	3	2	3	1	2	1	2	3	3	2	1	1	3	3	3	1	1	1	3	3	42
6	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2	3	3	39
7	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	51
8	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	49
9	3	3	3	3	1	2	1	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	51
10	2	1	1	2	2	2	2	2	3	3	3	1	1	1	1	1	1	2	2	2	35
11	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	40
12	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1	2	3	3	3	2	2	2	2	2	1	36
13	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	3	3	3	1	2	2	2	2	34
14	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	49
15	2	1	1	2	2	2	2	3	3	3	3	3	1	1	1	2	2	1	2	2	39
16	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1	3	3	3	2	2	2	2	38
17	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	51
18	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	50
19	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	49
20	1	1	3	1	1	1	3	3	2	1	2	2	2	2	3	2	1	1	1	2	35
Varianza	0.46	0.40	0.69	0.45	0.45	0.49	0.66	0.41	0.44	0.39	0.43	0.43	0.53	0.43	0.45	0.46	0.49	0.43	0.34	0.43	40.71

$$\alpha = \frac{k}{k-1} \left[1 - \frac{\sum Vi}{Vt} \right]$$

α : Alfa de Cronbach
 k: N'umero de item
 Vi: Varianza de cada item
 Vt: Varianza del total

k= 20
 Vi= 9.2
 Vt= 41

$\alpha = 0.81$

Activa

Anexo 13. Confiabilidad del instrumento de la variable capacidad de autocuidado

Sujeto	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	Total
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	27
2	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	28
3	1	1	2	2	2	2	2	0	0	1	2	2	2	2	0	1	0	2	2	0	26
4	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	26
5	0	2	2	2	2	2	2	0	0	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	0	29
6	1	2	1	2	1	1	2	0	0	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	30
7	1	1	1	1	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	32
8	1	1	1	1	1	0	0	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	25
9	2	2	1	2	0	1	0	1	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	30
10	1	1	1	1	0	2	2	2	2	1	0	1	1	0	1	1	1	2	1	1	21
11	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	8
12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	26
13	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	0	0	16
14	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	25
15	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	23
16	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	10
17	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	31
18	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	2	27
19	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	1	1	27
20	1	1	1	1	1	1	0	0	2	2	2	1	0	2	1	1	1	1	1	1	21
Varianza	0.15	0.13	0.13	0.36	0.49	0.43	0.63	0.50	0.53	0.44	0.35	0.35	0.54	0.34	0.44	0.44	0.43	0.36	0.29	0.50	39.94

$$\alpha = \frac{k}{k-1} \left[1 - \frac{\sum Vi}{Vt} \right]$$

α : Alfa de Cronbach
 k: N'umero de item
 Vi: Varianza de cada ítem
 Vt: Varianza del total

k= 20
Vi= 7.8
Vt= 40

$\alpha= 0.85$

Activar Windows

Anexo 14. Aceptación de estudio en el Instituto Nacional Materno Perinatal



"Decenio de la Igualdad de Oportunidades para Mujeres y Hombres"
"AÑO DEL FORTALECIMIENTO DE LA SOBERANÍA NACIONAL"

HETG 22-8208-1

Lima, 13 de octubre de 2022

CARTA N°135-2022-DG-N°066-OEAIDE-INMP

Señoras Alumnas
MARÍA DEL PILAR DE LA CRUZ BENITES
MARCIA RUTH PUMA BUSTAMANTE
Investigadoras Principales
Universidad Nacional del Callao
Presente. -

Asunto: Aprobación del Proyecto de Investigación Transversal

De nuestra consideración:

Es grato dirigirme a ustedes para saludarlas cordialmente, y a la vez manifestarles que el proyecto de investigación titulado: "AFRONTAMIENTO EMOCIONAL POR COVID-19 Y CAPACIDAD DE AUTOCUIDADO EN ADOLESCENTES GESTANTES DEL INSTITUTO NACIONAL MATERNO PERINATAL, LIMA 2022", cuyo estudio es de tipo transversal; ha sido aprobado por el Comité de Evaluación Metodológica y Estadística en la Investigación, así como también por el Comité de Ética en Investigación de nuestra institución, cuya vigencia es hasta el 12 de OCTUBRE de 2023.

En consecuencia, por tener características de ser autofinanciado, se autoriza la ejecución del mencionado proyecto, quedando bajo responsabilidad de las investigadoras principales.

Sin otro particular, es propicia la ocasión para expresarle los sentimientos de mi consideración y estima.

Atentamente,

L. MEZA

MINISTERIO DE SALUD
INSTITUTO NACIONAL MATERNO PERINATAL
Mg. Félix Dasio Ayala Peralta
C.M.P. 19726 - R.N.E./9170
DIRECTOR DE INSTITUTO

FDAP/b/c

c.c.:

- DEOG
- DEN

- DEEMSC
- OEAIDE

- UFI
- Archivo

www.iemp.gob.pe

Jr. Santa Rosa N°941
Cercado de Lima, Lima 1, Perú
(511) 328 0998
direcciongeneral@iemp.gob.pe

**Siempre
con el pueblo**