

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

ESCUELA DE POSGRADO

Unidad de Posgrado de Ciencias de la Salud



**Cotidianidad de docentes y estudiantes de ciencias de la salud
en el desafío de practicar y promover hábitos saludables en
contextos de crisis sanitaria**

Tesis presentada para obtener el Grado académico de
Doctora en Enfermería

Autor:

Mg. Francis Gamarra Bernal

Asesor:

Dra. Keila Ester Miranda Limachi

Lima, noviembre de 2023

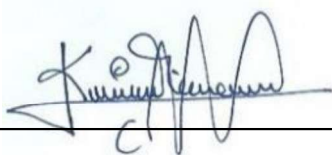
DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD DE TESIS

Yo, Dra. Keila Ester Miranda Limachi docente de la Unidad de Posgrado de Ciencias de la Salud, Escuela de Posgrado de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: **“COTIDIANIDAD DE DOCENTES Y ESTUDIANTES DE CIENCIAS DE LA SALUD EN EL DESAFÍO DE PRACTICAR Y PROMOVER HÁBITOS SALUDABLES EN CONTEXTOS DE CRISIS SANITARIA”** de la autora Magister Francis Gamarra Bernal, tiene un índice de similitud de 7% verificable en el informe del programa Turnitin, y fue realizada en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

En tal sentido **asumo** la responsabilidad que corresponde ante cualquier falsedad u omisión de los documentos como de la información aportada, firmo la presente declaración en la ciudad de Lima, a los 13 días del mes de febrero del año 2025



Dra. Keila Ester Miranda Limachi

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS DE DOCTOR

En Lima, Ñaña, Villa Unión, a los 13 días del mes de febrero del año 2025, siendo las 11:00 am, se reunieron en el Salón de Grados y Títulos de la Universidad Peruana Unión, bajo la dirección del Señor Presidente del Jurado: Dra. María Teresa Cabanillas Chavez, los demás miembros siguientes: Dra. Delia Luz León Castro como Secretaria; y los demás miembros: Dra. Luz Castillo Zamora; Dra. Orfelina Arpasi Quispe, Dr. Marcos Enrique Flores González y la asesora Dra. Keila Miranda Limachi; con el propósito de llevar a cabo el acto público de la sustentación de tesis de posgrado titulada: "Cotidianidad de docentes y estudiantes de ciencias de la salud en el desafío de practicar y promover hábitos saludables en contextos de crisis sanitaria" de la candidata: Francis Gamarra Bernal, conducente a la obtención del Grado académico de Doctor(a) en: Enfermería.

El Presidente del Jurado dio por iniciado el acto invitando al candidato a hacer uso del tiempo señalado por el Jurado para su exposición. Concluida la exposición, el Presidente del Jurado invitó a los demás miembros del mismo a realizar las preguntas, cuestionamientos y aclaraciones pertinentes que fueron absueltas por el candidato, el acto fue seguido de un receso de quince minutos para las deliberaciones y el dictamen de Jurado. Vencido el tiempo de las deliberaciones, el Jurado procedió a dejar constancia escrita del resultado en la presente acta, con dictamen siguiente:

Aprobado por Unanimidad con El mérito académico adicional de Excelente

El Presidente del Jurado solicitó al candidato ponerse de pie y procedió a poner en su conocimiento el resultado, terminado el mismo y sin objeción alguna, el Presidente del jurado dio por concluido el acto, en fe de lo cual firman al pie.

.....
Presidente


.....
Secretario

.....
Miembro

.....
Miembro

.....
Miembro

.....
Candidato

Dedicatoria

A mis padres Miguel y América por su apoyo, soporte emocional e incondicional. Además, por ser ese motor y motivo para culminar este proyecto. A mi familia hermosa, mi esposo Samuel, mis bellos hijos Jeanpierre y Meryann, por su paciencia, consideración y compañía en esta jornada de trabajo. A mis suegritos, Virgilio y Ana, por el tiempo dedicado a mi familia. A mis hermanos Jimmy y Jair. Les motivo a que persigan sus sueños y que no hay nada imposible al lado del creador.

Agradecimientos

A mi padre celestial, quien me sustentó en todo este largo trayecto,

A mi asesora, Dra. Keila Ester Miranda Limachi, por su apoyo y hacer lo posible en la culminación de este trayecto iniciado.

A la Dra. María Teresa Cabanillas, directora de la Unidad de posgrado de la Universidad Peruana Unión, por su motivación continua y estímulo en el avance para culminar el presente estudio.

A los administradores de la Universidad Peruana Unión y de la Facultad de Ciencias de la Salud, por brindarme las facilidades en la ejecución de la investigación.

Gracias también para los docentes y discentes que participaron de este estudio y contribuyeron en la ejecución de mi sueño.

Tabla de contenido

Dedicatoria	iv
Agradecimientos	v
Tabla de contenido	vi
Índice de tablas	viii
Resumen	ix
Abstract	xi
Capítulo I	12
Introducción	12
Realidad problemática	12
Enunciado del problema	22
Preguntas Norteadoras.....	23
Objetivos	23
Justificación	23
Capítulo II	256
Marco teórico	256
Antecedentes.....	256
Antecedentes internacionales.....	25
Antecedentes nacionales.....	378

Referente contextual.....	423
Bases teóricas.....	478
Vida Cotidiana en la Posmodernidad.....	478
Referente conceptual.....	55
Capítulo III	712
Materiales y métodos.....	71
Tipo de estudio.....	71
Abordaje Metodológico	73
Escenario de estudio	767
Caracterización de los sujetos de estudio	778
Criterios de inclusión	778
Criterios de exclusión	778
Técnicas e instrumentos de recolección de datos	790
Análisis e interpretación de los datos	
81	
Consideraciones éticas y criterios de rigor científico	866
Consideraciones éticas.....	866
Criterio de rigor.....	877
Capítulo IV.....	888

Resultados.....	888
Capítulo V.....	900
Discusión	900
Capítulo VI.....	1133
Conclusiones y recomendaciones.....	1133
Conclusiones	1133
Recomendaciones	1155
Referencias	1177
Apéndice A. Instrumentos recolección de datos	1355
Apéndice B. Consentimiento Informado	1377
Apéndice C. Matriz de categorización.....	1388
Apéndice D. Constancia de comité de ética	1455

Índice de tablas

Tabla 1 Características de los participantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad privada.....	79
Tabla 2 Códigos abiertos.....	823
Tabla 3 Códigos axiales.....	834
Tabla 4 Codificación Selectiva.....	845
Tabla 5 Matriz de categorización.....	1388

Resumen

La pandemia del COVID -19 ha alterado el día a día de muchas personas incluyendo al docente y discente universitario. Esto se ha demostrado en el ajuste de horarios, rutinas y trabajo-estudio desde casa, dificultando el mantenimiento de hábitos saludables o superación de este. El presente estudio tiene el objetivo de develar las perspectivas que caracteriza el cotidiano del docente y discente, analizando los cambios que experimentaron y proponer alternativas en respuesta a los desafíos que emergen en la promoción de hábitos saludables, en situaciones cotidianas de aprendizaje en tiempos de COVID -19. El enfoque es cualitativo, con un diseño fenomenológico hermenéutico. Participaron 16 docentes y 15 discentes haciendo un total de 31 personas. La muestra fue no probabilística por conveniencia y saturación de categorías, se realizaron entrevistas individuales semiestructuradas y grupos focales. Asimismo, surgieron cuatro categorías: el docente y discente ejerce como modelo y compromiso las prácticas saludables en el contexto de aprendizaje virtual. Ellos reconocen que la COVID -19 afectó sus hábitos saludables que realizaban cotidianamente. Sin embargo, frente a los cambios negativos en su estilo de vida del docente y discente mantienen una conducta promotora de hábitos saludables, asumiendo retos para asegurar la mejora en la promoción de prácticas de hábitos salubres, considerando su entorno académico y social. Por lo tanto, se devela que los docentes y discentes juegan un rol importante en la promoción de hábitos saludables al educar, proporcionar recursos, modelar comportamientos saludables, alentar el apoyo social y apoyar la salud mental. Todos estos esfuerzos ayudan a ambos a mantener hábitos saludables en la vida individual y en su entorno social.

Palabras claves: Cotidianidad, hábitos saludables, docentes, discentes.