



UNIVERSIDAD PERUANA
CAYETANO HEREDIA

Facultad de
ENFERMERÍA

**INTERVENCIÓN VIRTUAL PARA MEJORAR LA CAPACIDAD DE
AFRONTAMIENTO Y ADAPTACIÓN EN CUIDADORES PRIMARIOS
DE NIÑOS CON LEUCEMIA LINFÁTICA AGUDA EN UN INSTITUTO
ESPECIALIZADO EN 2023**

**VIRTUAL INTERVENTION TO IMPROVE THE CAPACITY OF
COPING AND ADAPTATION IN PRIMARY CAREGIVERS OF
CHILDREN WITH ACUTE LYMPHATIC LEUKEMIA IN A
SPECIALIZED INSTITUTE IN 2023**

**TESIS PARA OPTAR POR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADO EN ENFERMERÍA**

AUTORES

ROSA MARIA ALBERCA ROJAS

GENESIS LUCERO TUMIALAN VASQUEZ

ASESORA

MG. EVA CHANAME AMPUERO

CO-ASESORA

LIC. YENNY QUISPE TICONA

LIMA-PERÚ

2024

JURADO

Presidenta: Mg. Carolina Cerna Silva

Secretaria: Mg. Nancy Laura Salinas Escobar

Vocal: Mg. Elizabeth Merida Garcia Dorregaray

ASESORES DE TESIS

ASESORA

Mg. Eva Chaname Ampuero
Departamento Académico de Enfermería
ORCID: 0000-0002-7225-5884

CO ASESORA

Lic. Yenny Quispe Ticona
Departamento de Enfermería del Instituto
ORCID: 0000-0001-9602-0353

DEDICATORIA

El presente trabajo está dedicado en primer lugar a Dios por mantenernos con salud, a nuestra familia por el apoyo incondicional y por ser cómplice en cada paso que damos y también a todos los que nos ayudaron y apoyaron para realizar exitosamente la siguiente investigación, como a nuestros docentes y asesoras, quienes nos guiaron en el camino correcto.

AGRADECIMIENTO

Primero agradecer a Dios por mantenernos con vida y la oportunidad de seguir creciendo como profesional y como persona para poder realizar este trabajo.

Gracias Universidad Peruana Cayetano Heredia por ser nuestra casa de estudios, permitiéndonos formarnos, desarrollarnos y crecer profesionalmente.

Expresión de gratitud al departamento de investigación del Instituto Nacional de Enfermedades Neoplásicas, por abrirnos sus puertas, para ser realidad la ejecución del presente proyecto.

Agradecemos a nuestros padres, hermanos, amigos y maestros que han contribuido a nuestro desarrollo educativo profesional.

FUENTE DE FINANCIAMIENTO

La presente investigación es autofinanciada por las investigadoras, debido a que posee los recursos pertinentes para su debida realización

DECLARACIÓN DE CONFLICTO DE INTERÉS

Las autoras declaran no tener conflictos de interés.

RESULTADO DEL INFORME DE SIMILITUD

INTERVENCIÓN VIRTUAL PARA MEJORAR LA CAPACIDAD DE AFRONTAMIENTO Y ADAPTACIÓN EN CUIDADORES PRIMARIOS DE NIÑOS CON LEUCEMIA LINFÁTICA AGUDA EN UN INSTITUTO ESPECIALIZADO EN 2023

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	portal.inen.sld.pe Fuente de Internet	3%
2	repositorio.unap.edu.pe Fuente de Internet	2%
3	pesquisa.bvsalud.org Fuente de Internet	1%
4	journalusco.edu.co Fuente de Internet	1%
5	www.medicentro.sld.cu Fuente de Internet	1%
6	www.researchgate.net Fuente de Internet	1%
7	journalprosciences.com Fuente de Internet	1%
8	repositorio.utn.edu.ec Fuente de Internet	1%

TABLA DE CONTENIDOS

INTRODUCCIÓN	1
OBJETIVOS	10
MATERIAL Y MÉTODO	11
RESULTADOS	17
DISCUSIÓN	18
CONCLUSIONES	24
BIBLIOGRAFÍA	25
TABLAS, GRÁFICOS	28
ANEXOS	30

RESUMEN

Antecedentes: La Leucemia Linfática Aguda es una de las enfermedades oncológicas desarrollada entre los grupos etarios menores de 15 años y la segunda neoplasia más prevalente en el Perú. El cuidador primario es responsable de los cuidados hacia el paciente pediátrico, por lo que experimentará un gran impacto emocional, que conlleva un desajuste en la adaptación y afrontamiento. **Objetivo:** Determinar el impacto de la intervención educativa “¡Cuídate para cuidar!” en la capacidad del afrontamiento y adaptación en los cuidadores primarios de niños con LLA en un Instituto especializado en 2023. **Material y método:** Es un estudio de enfoque cuantitativo de diseño cuasi-experimental, constituido por 47 cuidadores primarios de pacientes oncopediátricos con LLA en el INEN. La técnica empleada fue la encuesta y el instrumento fue el cuestionario “Capacidad de afrontamiento y adaptación basada en la teoría de Callista Roy” que se aplicó antes y después de la intervención educativa “Cuídate para cuidar”, se usó la prueba no paramétrica de Wilcoxon. **Resultados:** Se evidenció que la mayoría de los cuidadores eran madres (78.7%), el grado de instrucción predominante fue secundaria completa (44.7%). Con referencia a la capacidad de afrontamiento y adaptación global en la población antes de la intervención fue de bajo (38.3%) y medio (53.2%), después de la intervención educativa fue medio (48.9%), alta (36.2%), se calculó mediante la prueba no paramétrica de Wilcoxon, obteniendo como resultado $p=0.000$. **Conclusión:** Los cuidadores primarios de niños con LLA tienen baja y mediana capacidad, por ende, es importante una intervención educativa para mejorar su bienestar y su capacidad de afrontamiento y adaptación ante la situación actual.

Palabras Clave: Afrontamiento, Cuidador, Oncología. (DeCS, Bireme)

ABSTRACT

Background: Acute Lymphatic Leukemia is one of the oncological diseases developed among age groups under 15 years of age and the second most prevalent neoplasm in Peru. The primary caregiver is responsible for the care of the pediatric patient, so they will experience a great emotional impact, which leads to a maladjustment in adaptation and coping. **Objective:** To determine the impact of the educational intervention "Take care to care!" in coping and adaptation capacity in primary caregivers of children with ALL in a specialized Institute in 2023. **Material and method:** It is a study with a quantitative approach of quasi-experimental design, consisting of 47 primary caregivers of oncopediatric patients with ALL in the IN IN. The technique used was the survey and the instrument was the questionnaire "Coping capacity and adaptation based on Callista Roy's theory" that was applied before and after the educational intervention "Take care to care", the Wilcoxon non-parametric test was used. **Results:** It was evidenced that the majority of caregivers were mothers (78.7%), the predominant level of education was complete high school (44.7%). With reference to the coping capacity and global adaptation in the population before the intervention it was low (38.3%) and medium (53.2%), after the educational intervention it was medium (48.9%), high (36.2%), it was It was calculated using the Wilcoxon non-parametric test, obtaining $p=0.000$ as a result. **Conclusion:** Primary caregivers of children with ALL have low and medium capacity, therefore an educational intervention is important to improve their well-being and their ability to cope and adapt to the current situation.

Keywords: Coping, Caregiver, Oncology. (DeCS, Bireme)

INTRODUCCIÓN

La Organización Mundial de la Salud (OMS) señala que la leucemia se presenta en uno de cada tres casos de enfermedades neoplásicas en niños menores de quince años, con una morbilidad de 4.6% en menores de 15 años (1). Cabe recalcar que, en las leucemias se halla la clasificación de las leucemias agudas que se encuentran predominantes en la etapa pediátrica, con una incidencia anual de 260 a 360 casos por año. Por otro lado, del total de las leucemias agudas, la leucemia linfática aguda (LLA) prevalece con un 75% y 80% (2).

En este sentido, la Organización Panamericana de la Salud (OPS) menciona que cada cinco niños menores de 15 años diagnosticados de leucemia, tres de ellos específicamente tienen LLA, con una incidencia mayor en los niños de 2 a 3 años (3). En el Perú, acorde con las estadísticas de niños que presentan esta neoplasia, solo el 35% a 45% pueden llegar a curarse (4). Asimismo, en el 2020 se estimaron 1500 casos nuevos, donde el total de la población pediátrica de sexo masculino era del 56% y el 44% pertenecían al sexo femenino (5).

Por otro lado, en la práctica diaria el profesional de salud no tiene un enfoque de servicio holístico, por lo que solo se orienta hacia el paciente. Frente a esta situación, es común que el cuidador primario utilice como estrategia de afrontamiento la resolución del problema, quiere decir, la búsqueda exasperante de información (6). Es por ello, la necesidad de aplicar una intervención educativa que integre las dimensiones de Callista para mejorar la capacidad de afrontamiento y adaptación en cuidadores primarios de niños con LLA.

La LLA, es una enfermedad con células malignas que se transforman en linfoblastos que generalmente se presenta en la niñez, ya que en esta etapa de desarrollo estas

células precursoras son paralizadas por la alteración en la expresión genética o por las anomalías en la cantidad de cromosomas (7). Los niños menores de 15 años al pasar por un reciente diagnóstico de la LLA van a tener una influencia emocional inmediata en su estado anímico, donde experimentan nuevas sensaciones que les generan miedo, dolor e incertidumbre, no solo por los tratamientos complejos como la quimioterapia, radioterapia o el trasplante de células madre, sino también por el desconocimiento en su entorno, los cambios de su vida cotidiana y la separación de sus amigos (8).

Es por ello indispensable el cuidado y apoyo de una persona, de ahí surge la figura del cuidador primario que según Gutiérrez va a ejecutar actividades con una respuesta natural e involuntaria a la implicación familiar donde experimenta una de las etapas más estresantes de su vida, puesto que el proceso del tratamiento en el niño afecta su integridad física, mental y espiritual sumado a ello, la mayoría de los cuidadores se enfrentan a problemas económicos, ya que dejan de laborar para enfocarse en la atención del niño, el gasto por la distancia desde el hogar hacia el hospital y la atención médica costosa, por otro lado, el impacto de ver al niño con sus tratamientos, desencadena en el cuidador culpa, desesperación e impotencia provocando un desequilibrio en la adaptación y afrontamiento (9). Igualmente, la OPS ha registrado testimonios de cuidadores, se evidencia que cuando hay un enfermo en el hogar, toda la familia sufre con la noticia y no afrontan la situación como corresponde porque ocupan su mente con problemas nuevos, esto conlleva una mala adaptación a la situación y muchas veces las personas solo evitan pensar en ello (10).

Ante este hecho se observa que los cuidadores de niños con esta patología tienen un afrontamiento y adaptación difícil (11). Es así como Callista Roy declara “como el proceso y respuesta de pensamientos de manera individual o grupal, de manera consciente y que crean una integración con su entorno” (12). Es aquí donde la persona tiene control de los mecanismos de adaptación, sin embargo, las respuestas son producto de estímulos, pero esto se puede ver afectado por la preocupación de los cuidadores al no asumir la noticia del tratamiento del niño en el que mayormente se producen crisis. Igualmente, se define “como un esfuerzo de la conducta y conocimiento que realiza la persona para mantener su probidad”, es a partir de esta definición que Callista Roy declara sobre el manejo que deben de tener los cuidadores ante la condición del niño, con una adecuada preparación que le brindará el personal de salud favorecer la capacidad de afrontamiento y adaptación (13). Por ello, Callista Roy elaboró la escala de evaluación del modelo de afrontamiento y adaptación en cinco factores para identificar las técnicas que utiliza una persona para manejar el estrés y procurar su adaptación; recursivo y centrado, para solucionar situaciones complejas. Para ello requiere de vasta información, es aquí donde se observa cuáles son los comportamientos personales y sus medios a usar; reacciones físicas y enfocadas, con el fin de analizar ciertas barreras o impedimentos para actuar y solucionar oportunamente en el contexto complejo en el que está; procesos de alerta, el ser humano hace frente a sus problemas en el que requiere adaptarse a la realidad, por lo tanto, necesita de sus entradas; procesos centrales y salidas, la persona mantiene una combinación de estilos y estrategias; procedimiento sintomático, uso de estrategias que conlleven el control de la situación y finalmente la dimensión conocer y relacionar, permite que el cuidador

alcance adecuadamente la adaptación en un sistema muy difícil y distinto. (14,15,16).

De modo que, el afrontamiento y la adaptación son estrategias usadas por las personas para dar respuesta a las alteraciones o transformaciones, con el fin de involucrarse activamente en su entorno (17). A partir de esto, Martínez, Rodríguez, Zúñiga y Perdomo de Colombia desarrollaron un estudio cuantitativo descriptivo de corte transversal sobre la capacidad de afrontamiento y adaptación para los padres de niños y adolescentes con cáncer. Participaron 44 progenitores de los cuales un 68.2% eran del sexo femenino con edades entre los 15 hasta los 44 años, cuyo porcentaje corresponde al 77,2%. Así mismo, aplicaron la Encuesta sociodemográfica y la Escala de medición del proceso de afrontamiento y adaptación (ESCAPS) para adquirir información. Por consiguiente, el resultado de los puntajes totales con respecto a la capacidad de afrontamiento fue alto de un 63,6% y muy alto del 36,4% en la adaptación. En conclusión, las estrategias que fueron empleadas por los padres utilizaron su memoria y creatividad, esto facilitó la adaptación, así como el afrontamiento en el ambiente en el que se encuentran (18). González, Torres, Alba y Crespo establecen en Cuba la escala de medición de Callista Roy para los cuidadores primarios con el objetivo de validar dicha escala, para ello realizaron un estudio descriptivo, conformado por 21 cuidadores de niños con trastorno de déficit de atención e hiperactividad (TDAH) pertenecientes al policlínico universitario que asistieron a las consultas y tengan un vínculo afectivo y 15 profesionales de salud para la validez del contenido. El resultado fue que del total de los cuidadores primarios llegaron a comprender los 47 ítems; por tal motivo la consistencia interna por alfa de Cronbach alcanzó puntajes mayores a 0,9.

Seguidamente, el resultado en la validez de contenido fue de un 0,97. En conclusión, lograron establecer la validez de constructo en la escala de medición del proceso de afrontamiento y adaptación de Callista Roy en cuidadores primarios (19).

Portilla, Villarreal y Peralta aseguran que la función de la enfermería es holística, basada en el modelo de Callista Roy, con el fin de consolidar a las familias (20). De esta manera, sería necesario también conocer el afrontamiento y adaptación de los cuidadores que se hacen cargo de niños que tienen leucemia, porque se ha visto anteriormente que es una enfermedad compleja y requiere de muchos cuidados.

Por otra parte, la capacidad de afrontamiento y adaptación son influenciadas por una intervención educativa, por ello es de interés conocer cómo las intervenciones educativas pueden promover el afrontamiento y adaptación de manera positiva. En el estudio de Avalos y Follano realizaron un programa educativo a los miembros familiares de pacientes internados en la unidad de cuidados intensivos (UCI) en Arequipa enfocado en el modelo de Callista Roy, su estudio fue cuasi-experimental cuyos resultados evidencian un mayor porcentaje de baja adaptación y afrontamiento en el sexo femenino entre los 50 a 65 años, después de realizar el programa educativo presentaron alta capacidad de afrontamiento y adaptación, debido a ello se comprobó que hay una efectividad en la técnica de afrontamiento y adaptación en los familiares con un $p < 0.01$ (21).

Fernández demostró en su estudio la efectividad de una intervención educativa en el desarrollo de conocimientos, para ello utilizó un muestreo no probabilístico y por conveniencia, donde participaron 30 familiares con edades de 20 a 44 años, la investigación se realizó en tres momentos, el primer momento consistió en la

captación-capacitación; el segundo momento en el refuerzo de la capacitación y primera visita domiciliaria y el tercer momento consistió en el segundo refuerzo de la capacitación y segunda visita domiciliaria. En los resultados obtuvieron que 8 familiares antes de su participación ya conocían el procedimiento de cuidados hacia el paciente oncológico, 19 familiares en la primera visita domiciliaria tenían mejores conocimientos sobre el manejo de cuidados y en la segunda visita domiciliaria 28 familiares lograron aumentar su nivel de aprendizaje, se demostró la efectividad de la intervención educativa mediante la t de student $p < 0.05$ (22).

Alemán Parra en su estudio determinaron el efecto de su intervención educativa para mejorar la capacidad de afrontamiento y adaptación, este estudio cuantitativo y de diseño pre experimental fue aplicado en 50 familiares, donde la mayoría eran mujeres, para los resultados se evidenció que antes de la intervención los familiares obtuvieron entre 42 y 55 puntos y después de la intervención 44 y 85 puntos. En la práctica del taller los familiares presentaban ansiedad, tristeza, incertidumbre e incapacidad de sobrellevar la situación que estaban experimentando, sin embargo, durante los días de la intervención educativa los familiares comenzaron a participar en las actividades, mejorando así su capacidad de afrontamiento y adaptación con un $p < 0.001$ (23).

Por este motivo, una intervención educativa se convierte en una herramienta de enfermería que permite comprender los comportamientos humanos, donde se busca priorizar la salud individual, con el fin de fomentar conductas sanitarias de gran trascendencia en la prevención de enfermedades. Asimismo, las intervenciones educativas se aplican mediante un programa en el que se emplean métodos

didácticos, demostrativos, interrogativos, teóricos y prácticos que facilitan el aprendizaje de manera sencilla y rápida en el adulto (24).

Por consiguiente, Malcom Knowles considerado como el padre de la andragogía menciona que el aprendizaje en el adulto consiste en la motivación de querer solucionar los problemas, dado que ellos enfrentan difíciles sucesos en su vida. Esto hace que las sesiones sean de gran interés (24,25).

Igualmente, Alcalá otro experto en androgogía, menciona que las enseñanzas en adultos pueden darse en la modalidad a distancia, donde las actividades son centradas en la participación, valores y aprendizajes constructivistas; mientras que ambas posiciones comparten el diseño de una intervención educativa basada en las necesidades e interés del adulto (26). Por todos estos motivos, la intervención educativa es válida para trabajar con cuidadores primarios e importante desde sus atribuciones holísticas y del desarrollo de investigación para dirigirse a todos los miembros familiares, cuyo accionar implica también el bienestar hacia el paciente. Sin embargo, para ejecutar una intervención educativa es importante tener en cuenta que una de las principales problemáticas en el Perú, es que solo existen dos institutos equipados en avances tecnológicos y con mayor desarrollo en investigaciones para el tratamiento de la LLA, que son, el Instituto Nacional de Salud del Niño en San Borja (INSN-SB) y el Instituto Nacional de Enfermedades Neoplásicas en Surquillo (INEN), de los cuales el segundo al ser más concurrido genera problemas en la atención, debido al 50% de hospitalizaciones anuales en el Departamento de Pediatría Oncológica centro que forma parte del Ministerio de Salud (MINSA), es acudido por el 72% de niños cuyos padres provienen de la sierra y el 28% provienen de la costa y selva, en consecuencia, la mayoría de los

cuidadores primarios tienen diversos determinantes que le limitan en la supervivencia de un lugar no conocido, como el dialecto, la baja educación y la pobreza, que en efecto el 8.5% del total de 1800 casos abandonan el tratamiento del niño (8,27). En el INEN se ha observado que existe la baja escolaridad en los cuidadores primarios, esto conlleva la dificultad para comprender el tratamiento, la rehabilitación y todos los cuidados al niño oncológico, así mismo muchos de ellos señalan que necesitan información más comprensible, afectuosa, paciente y detallada durante los primeros 6 meses del tratamiento a su menor hijo. Añadido a ello, un hecho muy preocupante es que desde el 2013 no se hallaron nuevas investigaciones sobre una intervención educativa orientada a los cuidadores primarios de niños con LLA para mejorar la capacidad de afrontamiento y adaptación, según Callista Roy la persona es única, holística y compleja, que cada parte funciona como una unidad. Es por ello que mediante su modelo de adaptación aporta en la mejora del cuidado para ser ejecutado en la práctica del profesional de enfermería, de este modo la persona es valorada en el aspecto biológico, psicológico y social con la finalidad de promover una adaptación eficaz manteniendo la integridad, la dignidad, la mejora en la salud y la calidad de vida.

Por todo lo mencionado, es de suma importancia este estudio porque aporta información innovadora para el ámbito de enfermería sobre la efectividad de la aplicación de una intervención educativa virtual basada en las dimensiones de Callista Roy hacia cuidadores primarios de niños con Leucemia Linfática Aguda, donde se obtiene resultados favorables en el incremento de la capacidad de afrontamiento y adaptación tan igual que una intervención educativa tradicional. Así mismo, el profesional de enfermería podrá enfocar sus cuidados de manera

holística, puesto que la ejecución de una intervención educativa virtual ayuda directamente al cuidador primario en el incremento de la capacidad de afrontamiento y adaptación para manejar adecuadamente su situación e indirectamente al paciente oncopediátrico, ya que sus cuidadores le brindarán un óptimo cuidado. Por otro lado, contribuye al campo metodológico para el aporte de estudios con enfoque cuantitativo para ser de referencia y orientación frente a otros estudios, así mismo el estudio contribuirá al profesional de enfermería una herramienta de ayuda como la intervención educativa virtual para mejorar la capacidad de afrontamiento y adaptación en los cuidadores primarios durante los primeros 6 meses del proceso de tratamiento del niño con LLA para lograr un cuidado íntegro en el cuidado de enfermería.

Se formuló la siguiente pregunta: ¿Qué efectos tiene la intervención virtual “¡Cuidate para cuidar!” en la capacidad de afrontamiento y adaptación de los cuidadores primarios de niños con leucemia linfática aguda en un Instituto especializado en 2023?

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

Determinar el impacto de la intervención educativa virtual “Cuídate para cuidar” en la capacidad del afrontamiento y adaptación en los cuidadores primarios de niños con leucemia linfática aguda en un Instituto especializado en 2023.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Identificar la capacidad de afrontamiento y adaptación antes de la intervención educativa virtual a los cuidadores primarios en niños con leucemia linfática aguda en un Instituto especializado.
- Identificar la capacidad de afrontamiento y adaptación después de la intervención educativa virtual a los cuidadores primarios en niños con leucemia linfática aguda en un Instituto especializado.
- Comparar la capacidad de afrontamiento y adaptación antes y después de la intervención educativa virtual a los cuidadores primarios en niños con leucemia linfática aguda en un Instituto especializado.

MATERIAL Y MÉTODO

4.1 Diseño de estudio

El estudio tiene un enfoque cuantitativo, de diseño cuasi experimental con pre y post test para comparar si la intervención tuvo impacto en la población objetivo.

4.2 Área de estudio

El estudio se llevó cabo en el Servicio de Pediatría del Instituto Nacional de Enfermedades Neoplásicas, ubicado en Surquillo donde trata la mayor cantidad de casos en pacientes oncopediátricos con Leucemia Linfática Aguda, el instituto está ubicado en Av. Angamos Este 2520, Surquillo 15038.

4.3 Población

La población de estudio fue conformada por cuidadores primarios de niños con LLA internados en el departamento de pediatría oncológica del INEN, donde 90 cuidadores primarios se encontraban en el periodo de agosto de 2022 a enero 2023.

4.4 Criterios de inclusión

- Cuidadores primarios que se encuentren entre 18-65 años.
- Cuidadores primarios de niños menores de 15 años y de ambos sexos.
- Cuidadores primarios de niños con no más de 6 meses desde su diagnóstico de Leucemia Linfática aguda en el departamento de pediatría en la INEN.
- Cuidadores primarios que acepten participar y firmen el consentimiento informado (Anexo N°1)

4.5 Criterios de exclusión

- Cuidadores primarios que no tengan vínculo consanguíneo.

4.6 Muestra

Por consiguiente, se aplicó la fórmula de muestra para población finita la cual dio como resultado 47 cuidadores primarios que fueron seleccionados mediante un muestreo aleatorio simple, técnica que consiste en la que a todos los elementos de una población se le da la misma probabilidad de ser seleccionado (Anexo N°2).

4.7 Definición operacional de variables

Variable dependiente:

-Capacidad de afrontamiento y adaptación

Variable independiente:

-Intervención educativa

4.8 Procedimiento y técnica de recolección de datos

4.8.1 Técnica e instrumento de recolección de datos:

En el presente estudio de investigación se utilizó como técnica la encuesta y dos instrumentos que son el cuestionario de escala de medición del proceso de afrontamiento y adaptación de Callista Roy y la intervención educativa “Cuidate para cuidar”.

El cuestionario validado que se aplicó en el estudio se estructura en 2 partes: datos socio demográficos del cuidador primario y el ESCAPS conformado por 47 ítems de acuerdo con la escala de Likert - nunca (0), rara vez (1), algunas veces (3), siempre (4) puntos. Finalmente, los puntajes obtenidos en las dimensiones se agruparon en cuatro categorías de capacidad de afrontamiento y adaptación: bajo (47 - 82 puntos), medio (83 -118 puntos), alto (119 -153 puntos) y muy alto (154 – 188). Cabe recalcar que se sigue el modelo de adaptación de Callista Roy de la Fundación Cardio infantil del Instituto de Cardiología de la Universidad de la Sabana Bogotá Colombia en su versión en español alfa de Cronbach de 0,88 y la

estabilidad se midió a través del coeficiente de correlación de Spearman ($r = 0,94$) confirmando la estabilidad de los puntajes (Anexo N°3, N°4).

Por otro lado, la Intervención Educativa fue elaborado por las investigadoras, lleva como título “¡Cuidate para cuidar!”, para su implementación parcial se tomó como referencia el programa educativo “Afronta, adáptate y supera”, perteneciente a la ciudad de Arequipa con un nivel de significancia de $p < 0.01$ (21). Esta intervención educativa está enfocada en las áreas de Callista Roy. A su vez cada dimensión como la de cognitivo que aborda 1 sesión para conocer de manera detallada los aspectos más relevantes de la LLA con el propósito de fortalecer el conocimiento de tal manera que los padres puedan resolver sus dudas; en el fisiológico son 2 sesiones que fomentan el autocuidado para prevenir las enfermedades más comunes a través de un adecuado estilo de vida; mientras que en el autoconcepto 2 sesiones que están destinadas a la propia valoración de las personas y técnicas de relajación para afrontar factores estresantes. Finalmente, en el dominio del rol tiene 4 sesiones que promueve la asignación de roles como la organización interna de la familia y el manejo de emociones.

Evaluación del material educativo

El contenido de la intervención educativa fue evaluado por diez expertos del área, estuvo conformado por médicos y enfermeras especialistas en oncología, nutricionista y doctora en educación, quienes evaluaron el contenido del material escrito (intervención educativa) y el material visual (presentación en PowerPoint) por lo que se obtuvo puntajes de corrección (Anexo N° 5).

4.8.2 Proceso de recolección de datos:

Fase 1: Coordinaciones

El proyecto de investigación fue aprobado por el Comité Institucional de Ética e Investigación de la Universidad Peruana Cayetano Heredia para luego realizar las gestiones correspondientes en el INEN, asimismo los documentos de aprobación por parte del Comité de Ética del instituto fueron entregados a la jefatura del departamento de Pediatría y al departamento de enfermería.

Fase 2: Reclutamiento

Se solicitó el registro de ingresos para identificar a los cuidadores primarios que cumplieron con los criterios de inclusión. Se les invitó a participar en el estudio mediante una explicación sobre el propósito, objetivos y metodología de la investigación. Si el cuidador primario acepta participar del estudio, se le solicita que firme el consentimiento informado.

Fase 3: Pre test

Realizaron el llenado del cuestionario (ESCAPS), que tuvo una duración de 20 min, se realizó por medio de Google Forms que tenían las investigadoras en el celular (Anexo N° 6). Se verificó que ambos documentos hayan sido respondidos y se procedió a la recolección de número de WhatsApp para realizar las coordinaciones respecto a las sesiones educativas.

Fase 4: Ejecución de la intervención educativa virtual

Las sesiones educativas como parte de la intervención educativa se realizaron de manera virtual. Cada sesión educativa se ejecutó en dos horarios 4 pm y 8 pm de manera inter diaria; cabe recalcar que estos horarios fueron elegidos por los mismos cuidadores primarios. La intervención educativa tuvo un tiempo determinado de 60 minutos por la plataforma de Google Meet, en caso de que los cuidadores no

contaban con internet, las investigadoras procedían a realizar la recarga inmediatamente.

Sesión educativa: La intervención educativa contó con 9 sesiones, se inició la primera sesión educativa el 01 de febrero del 2023 y se finalizó la última sesión educativa el 17 de febrero del 2023. En cada sesión se realizó lo siguiente: la sensibilización del tema, la presentación de las investigadoras principales y autoevaluación.

Se contó con todo el material educativo necesario para el desarrollo de la intervención educativa, se utilizó la técnica expositiva, charla directa, y exposición de videos.

En los últimos 10 minutos se reforzaba el contenido de la sesión mediante preguntas y participación (Anexo N° 7).

N° de sesión educativa	Tema	Fecha
Sesión 1	Leucemia linfática Aguda	01/02/23
Sesión 2	Rol Social	03/02/23
Sesión 3	Derechos	05/02/23
Sesión 4	Valores	07/02/23
Sesión 5	Resiliencia	09/02/23
Sesión 6	Riesgos de enfermedades y conductas inadecuadas	11/02/23
Sesión 7	Estilos de vida	13/02/23
Sesión 8	Autoestima	15/02/23
Sesión 9	Técnicas	17/02/23

Fase 5: Cierre

Post test: Se aplicó el post test transcurridas 48 horas de haber culminado todas las sesiones educativas (19/02/2023). Se les explicó en qué consiste el post test y su importancia; tuvo una duración de 20 min. Una vez culminado, se le agradeció a cada participante por su colaboración en el estudio (Anexo N° 8, N° 9).

4.9 Plan de tabulación y análisis

Los datos resultantes fueron codificados en Microsoft Excel, seguidamente se aplicó el programa estadístico Epi Info de la versión 3.01.

Para comparar los puntajes obtenidos en el pre y post test, se utilizó la prueba no paramétrica de Wilcoxon. Se asume el nivel de significancia estadística de 0.05, se obtuvo como resultado $p=0.000$ siendo esta diferencia estadísticamente significativa, los resultados se presentan en tablas.

RESULTADOS

Tabla 2: En relación al nivel de capacidad de afrontamiento y adaptación de los cuidadores primarios antes de la intervención educativa, un 38.3% tenían baja capacidad, un 53.2% tenían mediana capacidad, un 6.4% tenían alta capacidad; y, un 2.1% obtuvo muy alta capacidad. (Tabla 1).

Tabla 3: En relación al nivel de capacidad de afrontamiento y adaptación de los cuidadores primarios después de la intervención educativa, el 48.9% obtuvieron mediana capacidad, el 36.2% alcanzaron alta capacidad, así mismo hubo un incremento en muy alta capacidad con un 6.4%; y, la baja capacidad se redujo en un 8.5% (Tabla 2).

Tabla 4: En relación al nivel de capacidad de afrontamiento y adaptación de los cuidadores primarios antes y después de la intervención educativa, en el post test se observa que la capacidad del cuidador mejoró, cuya tendencia es de mediana a alta capacidad. Se observa que baja capacidad en el pre test fue de 38.3% y en el post test de 8.5%, así mismo en mediana capacidad fue 53.2% a 48.9%, alta capacidad fue 6.4% a 36.2%; y, en muy alta capacidad hubo un incremento de 2.1% a 6.4%. Se encontró un incremento estadísticamente significativo de los puntajes después de la intervención educativa ($p= 0.000$) (Tabla 3).

DISCUSIÓN

He de recalcar que existen pocos trabajos de investigación que aborden el tema de una intervención educativa en la capacidad de afrontamiento y adaptación en cuidadores primarios de niños con leucemia linfática aguda, del mismo modo con el uso del instrumento de Callista Roy para estos casos. El objetivo de la presente investigación fue determinar el impacto de la intervención educativa “¡Cuidate para cuidar!”, en la capacidad del afrontamiento y adaptación en los cuidadores primarios de niños con LLA en un Instituto especializado en 2023, asimismo, se puede evidenciar en los datos socio demográficos que las edades de los cuidadores primarios oscilaban entre 25 a 60 años, siendo con mayor predominio mujeres 78.7%, secundaria completa 44.7%, más del 50% provenían de la costa y contaban con trabajo independiente el 42.6% seguidamente del 40.4% de ama de casa (Anexo N°10).

Antes de la ejecución de la intervención educativa virtual, se aplicó el cuestionario de Escala de Medición del Proceso de Afrontamiento y Adaptación (ESCAPS) de Callista Roy, se obtuvo mayor porcentaje en el nivel de mediana capacidad con un resultado de 53.2% y un 38.3% de baja capacidad en los cuidadores de los cuales las edades en promedio oscilaban entre 25 a 60 años. Frente a ello, otros estudios obtuvieron resultados similares como Gonzales, Alba, Corzo, Caballero y Rojas mostraron que el 52,6% tenían una mediana capacidad de adaptación y afrontamiento (28). De forma similar, Rojas, Montalvo y Díaz en su estudio demuestran que el 47% de sus cuidadores tenían baja capacidad y el 50% mediana capacidad (26).

Estos resultados pueden estar influenciados por las características socio demográficas. En el presente estudio participaron 47 cuidadores primarios con mayor predominio en el sexo femenino del 78.7%, mientras que solo había 21.3% del sexo masculino, tal como otros estudios reflejan (23,28,29).

El tener a mujeres como cuidadoras puede afectar la capacidad de afrontamiento y adaptación, ya que ellas aparte de ser cuidadoras responsables de criar y cuidar a los niños, también tienen otras tareas además del cuidado del paciente, esta multiplicidad de tareas crea sobrecarga y podría conducir a bajos niveles de afrontamiento y adaptación (30).

Es relevante resaltar sobre la ocupación de los cuidadores primarios que participaron en el presente estudio debido a que, no solo se dedican al cuidado del paciente, sino también se encargan de los quehaceres en el hogar, donde se evidencia un 40.9% y un 42.6% de quienes trabajan de forma independiente. Estas actividades podrían incidir en el deterioro de la calidad de vida que conllevará a una sobrecarga emocional y física de los cuidadores, lo que resultaría un bajo nivel de afrontamiento y adaptación (16,19). Desde un punto más analítico, se puede evidenciar que el grado de instrucción de los cuidadores primarios está relacionado con el nivel de capacidad de afrontamiento y adaptación (29). Puesto que el nivel de escolaridad que prevaleció en el grupo de estudio fue la secundaria completa, con un 44.7%, así mismo, hay otros estudios donde los cuidadores tienen un nivel bajo en la capacidad de afrontamiento y adaptación, están relacionados con un grado de instrucción menor (17,19,20,21).

A partir de ello, se puede evidenciar un bajo nivel de adaptación y afrontamiento en los que tienen bajo nivel de instrucción. Por ello, se infiere que a mayor grado

de instrucción en los cuidadores primarios permitirá que ellos logren comprender mejor la situación de tener al cuidado de un paciente pediátrico hospitalizado con LLA, de forma que sea más fácil desarrollar en ellos un alto nivel de capacidad de afrontamiento y adaptación. Por efecto, sería importante realizar trabajos de investigación con poblaciones de diferentes grados de instrucción.

En relación con ello, Callista Roy explica que los cuidadores primarios, al ser afectados en su entorno, generan estrategias innatas o adquiridas por la experiencia en la capacidad de afrontamiento y adaptación. Si bien es cierto los cuidadores desarrollan una capacidad de un nivel mediano y bajo, por ende, los resultados del pre test nos confirman que es innegable que el curso de la enfermedad crea condiciones para que el niño y el cuidador primario experimenten un abanico de emociones en torno a la noticia de su diagnóstico, e incluye una serie de obligaciones que deben llevarse a cabo como: exámenes, intervenciones invasivas, administración de medicamento, cambios en su alimentación, deserción escolar, proceso de aislamiento, entre otros (31,32).

Por lo que se observa que el presente grupo de estudio requiere el reforzamiento en las dimensiones recursivo y centrado, las reacciones físicas y enfocadas, los procesos sintomáticos; así también en las dos últimas dimensiones, aunque estas ya están trabajadas por los cuidadores, como los procesos de alerta y el conocer y relacionar (28,33). Partiendo de lo mencionado anteriormente, se realizó una intervención educativa virtual que abarca las dimensiones recomendadas por Callista Roy para lograr un adecuado afrontamiento y adaptación.

De lo cual, en el segundo momento se aplicó el mismo cuestionario (ESCAPS) después de la intervención educativa, el 48.9% obtuvieron mediana capacidad, el

36.2% alcanzaron alta capacidad, así mismo hubo un incremento en muy alta capacidad con un 6.4% (Tabla 2). Se interpreta que existe una alta y mediana capacidad en los cuidadores primarios, porque se han integrado todas las dimensiones de Callista Roy en una intervención educativa virtual, donde se ha obtenido el puntaje global de cada dimensión.

Es importante enfatizar, que los resultados hallados en los cuidadores primarios que participaron en la intervención educativa virtual son equivalentes de aquellos cuidadores que participaron en estudios de intervención educativa presencial. Puesto que, de esta manera, una intervención educativa con modalidad virtual ha permitido que el cuidador primario pueda tener el control sobre el uso de conocer y relacionar que son estrategias cognitivas, como recordar aspectos que le permitan resolver situaciones estresantes, siendo un apoyo para mantener la adaptación, los procesos sintomáticos, así como el recursivo y centrado para que puedan optar por un adecuado manejo emocional, las reacciones físicas y enfocadas para que actúen y solucionen los problemas oportunamente, es así que estas dimensiones se han desarrollado a través de una interacción didáctica (15,16).

Mota menciona que, la educación virtual se caracteriza por promover la autonomía de los participantes, la colaboración, autoaprendizaje y pensamiento críticos donde el estudiante adulto logra generar nuevos aprendizajes a través de la experiencia interactiva con docentes que cumplen el rol de facilitador. Así mismo, este espacio virtual brinda un ambiente de gran interacción con los participantes, además el uso de herramientas didácticas como documentos compartidos mediante mentimeter, classroom, diapositivas, videos, entre otros, logra que los cuidadores obtengan

resultados favorables en el incremento del nivel de capacidad de afrontamiento y adaptación (34).

Sin duda, diversas plataformas online (Zoom, Google Meet, Viber, etc.) han ocupado un lugar privilegiado para comunicarse, en el presente estudio se utilizó la plataforma de Google Meet por el uso disminuido de internet. Una de las grandes ventajas de la educación virtual es la posibilidad de aprender desde cualquier parte, esto es útil para los cuidadores, ya que tienen demasiadas responsabilidades que cumplir, así mismo, permite estar en el ambiente de su preferencia, que en este caso sería estar constantemente al lado del menor, por lo que no se pierde tiempo desplazándose a otro sitio. Además, puede administrar su propio horario y estudiar a su propio ritmo (35).

Es por ello que se puede evidenciar una gran mejora en los resultados de la capacidad de afrontamiento y adaptación, como es el caso del pre test, donde solo el 6.4% tenía una alta capacidad, mientras que si comparamos en el post test, que el resultado se incrementó a 36.2% de alta capacidad y muy alta capacidad de 6.4% con una significancia estadísticamente significativa de un $p = 0.000$ (Tabla 3). En este sentido, otros estudios como de Avalo y Follano donde muestran la eficacia de un programa educativo sobre capacidad de afrontamiento y adaptación, tuvieron resultados similares de una alta capacidad correspondiente al 66,67% con un $p < 0.01$ (21). Así también, Aleman Parra para la efectividad de la intervención educativa utiliza la prueba T de student donde los promedios de antes y después, resultaron un $p = 0.001$ que indica una significancia estadística (23).

El modelo de Callista Roy sostiene que las personas encuentran diferentes estímulos en su entorno que desencadenan el proceso de afrontamiento y adaptación, con la

finalidad de obtener bienestar, dentro de las cuales están las características individuales, experiencias anteriores, conocimiento y afectos (emociones), así mismo, se encontrará con barreras personales, influencia en su círculo social y entorno (36).

Debido a ello, los cuidadores primarios a través de la intervención educativa virtual han logrado mejorar su capacidad de afrontamiento y adaptación, consiguiendo respuestas efectivas. Por esta razón el presente estudio proporciona información que permite optimizar el cuidado de los cuidadores primarios de niños con LLA mediante la mejora de su afrontamiento y adaptación.

CONCLUSIONES

Este estudio concluye que:

- La capacidad de afrontamiento y adaptación de los cuidadores primarios de niños con leucemia linfática aguda en el Instituto Nacional de Enfermedades Neoplásicas, antes de la intervención educativa virtual fue bajo y medio.
- La capacidad de afrontamiento y adaptación de los cuidadores primarios de niños con leucemia linfática aguda en el Instituto Nacional de Enfermedades Neoplásicas, después de la intervención educativa virtual predominó el nivel de capacidad medio y alto. Asimismo, se observó que hay un grupo pequeño que obtuvo muy alta capacidad de afrontamiento y adaptación.
- La intervención educativa “Cúdate para cuidar” tuvo impacto positivo en el incremento del nivel de capacidad de afrontamiento y adaptación en los cuidadores primarios de niños con leucemia linfática aguda en un Instituto especializado en 2023.

BIBLIOGRAFÍA

1. Organización Mundial de la Salud. El cáncer infantil [Internet]. 2021 [cited 2021 Oct 22]. Available from: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/cancer-in-children>
2. OPS. Comité Clínico de Leucemia (Iniciativa Mundial contra el Cáncer Infantil en Perú) [Internet]. 2019 [cited 2023 Sep 25]. Available from: <https://www.paho.org/es/iniciativa-mundial-contra-cancer-infantil-peru/acerca-iniciativa>
3. Organización Panamericana de Salud. El diagnóstico temprano del cáncer salva vidas y reduce los costos de tratamiento. [Internet]. 2017 [cited 2022 Nov 22]. Available from: <https://www.paho.org/es/iniciativa-mundial-contra-cancer-infantil-peru/comite-clinico-leucemia>
4. Ministerio de Salud. Plan Nacional para la atención integral de la Leucemia Linfática Aguda en pacientes de 1 a 21 años. 2017 Feb;15-30
5. Barrera SMR. Cáncer en Perú: 1.500 niños son diagnosticados cada año [Internet]. Consultorsalud. 2023 [cited 18 Jan 2024]. Disponible en: <https://consultorsalud.com/1500-ninos-cancer-peru-ano/>
6. Afrontamiento y adaptación de cuidadores de niños y niñas con cáncer [Internet]. Edu.co. [cited 18 Jan 2024]. Disponible en: <https://revistas.udenar.edu.co/index.php/usalud/article/view/2840/pdf>
7. Epidemiológico B. Bol. Epidemiol. [Internet]. Gob.pe. [cited 18 Jan 2024]. Available from: <https://www.dge.gob.pe/portal/docs/vigilancia/boletines/2014/32.pdf>
8. Minsa. 1800 casos nuevos de cáncer infantil (Gob.pe.) [Internet]. 2022 [cited 2023 Sep 27]. Available from: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/583555-peru-cada-ano-hay-1800-casos-nuevos-de-cancer-infantil-y-400-ninos-fallecen-a-causa-de-esta-enfermedad>
9. Yélamos C, García G, Fernández B, Pascual C. El cáncer en los niños. 2020 Nov;25-37.
10. Organización Panamericana de la Salud. Campaña de sensibilización sobre el cáncer infantil en América Latina y el Caribe [Internet]. 2023 [cited 2023 Mar 3]. Available from: <https://www.paho.org/es/noticias/14-2-2023-ops-lanza-campana-sensibilizacion-sobre-cancer-infantil-america-latina-caribe>
11. Cruz Sánchez M. Experiencias de padres de hijos con diagnóstico de cáncer en un Hospital infantil de Villahermosa Tabasco. Scielo. 2020;19(1):79–87.
12. García E, Cusme N. Aplicación del modelo de Callista Roy como herramienta de adaptación al estrés. In: Brazilian Journal of Health Review. 2023. p. 1832–54.
13. Castaño AH, Murillo OO, González LMP. Afrontamiento y adaptación de mujeres con cáncer de mama. Rev Cubana Enferm. 2017 Dec 27;33(4).

14. Calle Luque D, Yactayo Mio A. Capacidad de afrontamiento y adaptación de los padres ante la hospitalización del paciente pediátrico en una unidad de cuidados intensivos pediátricos. *Gastrointest Endosc.* 2018;10(1):279–88.
15. Cárdenas F, Gómez O. Análisis de situación de enfermería: cuidando la familia desde el modelo de adaptación de Roy. *Revista Cuidarte.* 2019 Nov 4;10(1).
16. Patino E, Rojas HL. Capacidad de afrontamiento y adaptación durante la pandemia. 2022 Oct 13.
17. CBSH. Modelo de adaptación de Callista Roy [Internet]. 2023 [cited 2023 Sep 25]. Available from: <https://www.estudiosmedicina.com/que-es-el-modelo-de-adaptacion-de-callista-roy-una-teoria-innovadora-para-el-cuidado-de-la-salud/#:~:text=El%20modelo%20de%20adaptaci%C3%B3n%20de%20Callista%20Roy%20es%20una%20teor%C3%ADa,a%20adaptarse%20a%20su%20entorno>
18. Martínez C, Rodríguez A, Zuñiga E, Romero A. *Revista Facultad de Salud.* 2019 [cited 2021 Oct 22]. p. 1–9 Afrontamiento y adaptación en padres de niños y/o adolescentes con cáncer en Neiva. Available from: <https://journalusco.edu.co/index.php/rfs/article/view/3183/4125>
19. Gonzales C, Alba L, Torres J, Crespo T. Escala de medición del proceso de afrontamiento y adaptación de Callista Roy en cuidadores primarios. *Scielo.* 2020 Jul;24(3).
20. Hurtado J. Impacto psicosocial e intervenciones de apoyo para cuidadores informales de personas dependientes en México. *Clin Salud.* 2021 May 26;29(2):89–100.
21. Avalo de Poma A, Follano Granada D. Eficacia de un programa educativo sobre capacidad de afrontamiento y adaptación de los familiares del paciente hospitalizado en UCI. Arequipa; 2018.
22. Fernández Y. *Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Medicina (B Aires).* 2014;447(5):162.
23. Aleman Parra Claudia Marcela. Efectos de una Intervención educativa sobre la Capacidad de Afrontamiento y Adaptación en Familiares de Pacientes hospitalizados en la Unidad de Cuidados Intensivo. *Universidad de la Sabana.* 2015;97.
24. Tirado S. C.R.A.S.T Publicity. 2020 [cited 2023 Mar 3]. Estrategias de aprendizaje en la educación para adultos. Available from: <https://crast71885225.wordpress.com/2020/09/04/estrategias-de-aprendizaje-en-la-educacion-para-adultos/>
25. Castillo Silva F de J. Andragogía, andragogos y sus aportaciones. *Voces de la Educación.* 2018;3(5):64–76.
26. Castillo Silva F. *Voces de la educación.* 2018 [cited 2021 Jun 11]. Andragogía y sus aportaciones. Available from: <https://www.revista.vocesdelaeducacion.com.mx/index.php/voces/article/view/120/137>

27. INEN. Aumenta significativamente supervivencia de pacientes pediátricos con leucemia linfoblástica aguda [Internet]. 2020 [cited 2023 Sep 25]. Available from: <https://portal.inen.sld.pe/inen-aumenta-significativamente-supervivencia-de-pacientes-pediatricos-con-leucemia-linfoblastica-aguda/>
28. Gonzales C, Alba L, Corzo L, Caballero D, Rojas D. Adaptación, afrontamiento y calidad de vida en cuidadores de infanto-juveniles con trastorno por desarrollo de atención con hiperactividad. 2018.
29. Giraldo Montoya DI, Rodríguez Padilla LM, Vargas Betancur M del P, Suárez Yepes M, Trujillo Bedoya LN, Rodríguez Obando C, et al. Afrontamiento y adaptación en cuidadores principales de niños hospitalizados, según el modelo de Callista Roy. *Medicina UPB*. 2021;40(2):13–21.
30. Álvarez M, Parra M. Estrategias de afrontamiento en cuidadores primarios de niños(as) con cáncer de la fundación soñar en la ciudad de cúcuta. [Villa del Rosario]: Universidad de Pamplona; 2019.
31. Salazar Á, Cardozo Y, Escobar C. Carga de cuidado de los cuidadores familiares y nivel de dependencia de su familiar. *Investigación en enfermería*. 2020;22(0124–2059).
32. DocCheck Flexikon [Internet]. 2020 [cited 2021 Oct 22]. Akute lymphatische Leukämie. Available from: https://flexikon.doccheck.com/de/Akute_lymphatische_Leukämie
33. Cubillos Quintero K, Gómez Martínez M, Herrera Patiño M, Sierra Mazuera M. Universidad de San Buenaventura. 2020 [cited 2021 May 4]. Sobrecarga y resiliencia en cuidadores de niños con cáncer. Available from: <https://core.ac.uk/download/pdf/270056751.pdf>
34. Mota K, Concha C, Muñoz N. Educacion virtual como agente transformador de los procesos de aprendizaje. *Revista online de Política e Gestão Educacional* [Internet]. 2020 [cited 2023 Sep 25];24(3):1216–25. Available from: <https://www.redalyc.org/journal/6377/637766245002/html/>
35. Salinas J. Mejor con Salud. 2020 [cited 2023 Mar 23]. Educación virtual: beneficios y desventajas. Available from: <https://mejorconsalud.as.com/educacion-virtual-beneficios-desventajas/>
36. Duran Edna, Panneflex Patricia, Salazar Diana. Cuidado al familiar del paciente críticamente enfermo desde la teoría de Callista Roy. *Duazary*. [Internet]. 2019 [cited 2024 Jan 17]; 16(2):9–13.

TABLAS

Tabla 1. Nivel de capacidad de afrontamiento y adaptación de los cuidadores primarios antes de la intervención educativa

Nivel de capacidad de afrontamiento y adaptación	n	%
Baja capacidad	18	38.3
Mediana capacidad	25	53.2
Alta capacidad	3	6.4
Muy alta capacidad	1	2.1
Total	47	100

Fuente: Cuestionario sobre nivel de capacidad de afrontamiento y adaptación aplicado, 2023

Tabla 2. Nivel de capacidad de afrontamiento y adaptación de los cuidadores primarios después de la intervención educativa

Nivel de capacidad de afrontamiento y adaptación	n	%
Baja capacidad	4	8.5
Mediana capacidad	23	48.9
Alta capacidad	17	36.2
Muy alta capacidad	3	6.4
Total	47	100

Fuente: Cuestionario sobre nivel de capacidad de afrontamiento y adaptación aplicado, 2023

Tabla 4. Nivel de capacidad de afrontamiento y adaptación de los cuidadores primarios antes y después de la intervención educativa

Estadístico	Capacidad de afrontamiento y adaptación	
	Antes	Después
Mediana	107	119
Promedio	99.68	120.85
Desv. Estándar	20.17	17.06
n	47	47

Wilcoxon, Z=- 5.776745, p=0.000

ANEXO N° 1

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN

(Adultos)

Título del estudio :	Intervención virtual para mejorar la capacidad de afrontamiento y adaptación en cuidadores primarios de niños con Leucemia Linfática Aguda en un instituto especializado en 2023
Investigador (a) :	Rosa Maria Alberca Rojas; Genesis Lucero Tumialan Vásquez
Institución :	Universidad Peruana Cayetano Heredia

Propósito del estudio:

Le invitamos a participar en el estudio titulado “Intervención virtual para mejorar la capacidad de afrontamiento y adaptación en cuidadores primarios de niños con leucemia linfática aguda” que tiene como utilidad contribuir a la implementación de la Intervención educativa “cuídate para cuidar” como parte del cuidado enfermero.

Este proyecto de investigación está desarrollado por investigadoras de la Facultad de Enfermería de la Universidad Peruana Cayetano Heredia.

La Leucemia Linfática Aguda es una neoplasia que altera a los glóbulos blancos, por lo que estos corpúsculos se incrementan rápidamente e interrumpen el funcionamiento de los órganos de la sangre, que afecta a niños menores de 15 años cuyos cuidadores primarios experimentan uno de los procesos más estresantes de su vida y esto puede afectar su salud, es por ello que es importante promover las capacidades de afrontamiento y adaptación.

Procedimientos:

Si decide participar en este estudio se realizará lo siguiente:

1. Se le aplicará el cuestionario de la escala de capacidad de afrontamiento y adaptación (ESCAPS) que consta de 47 preguntas, con una duración aproximada de 20 minutos donde se le preguntará sobre el factor 1, cursivo y centrado para los procesos de recursos; en el factor 2, reacciones físicas y enfocadas para resaltar las reacciones físicas y manejo de situaciones; en el factor 3, procesos de alerta para enfatizar los comportamientos de uno mismo y se enfoca en el proceso de información; el factor 4, procesamientos sintomáticos para especificar las estrategias físicas como personales para que puedan tomar control de la situación y en el factor 5, conocer y relacionar para explicar las estrategias que emplea el individuo usando sus habilidades.
2. Participará en una intervención educativa de manera interdiaria durante tres semanas.
3. Se le volverá aplicar el cuestionario de la escala de capacidad de afrontamiento y adaptación (ESCAPS) para evaluar y determinar los resultados después de la intervención educativa.
4. Se comparará los resultados obtenidos en el pre test y post test.

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN

(Adultos)

<i>Título del estudio</i> :	Intervención virtual para mejorar la capacidad de afrontamiento y adaptación en cuidadores primarios de niños con Leucemia Linfática Aguda en un instituto especializado en 2023
<i>Investigador (a)</i> :	Rosa Maria Alberca Rojas; Genesis Lucero Tumialan Vásquez
<i>Institución</i> :	Universidad Peruana Cayetano Heredia

Riesgos:

La aplicación del cuestionario no genera molestia alguna.

Durante la intervención educativa existe la posibilidad de generar alguna incomodidad, ya que va a recordar el inicio del diagnóstico del niño, por otro lado, los usos de imágenes podrían provocar nostalgia o la misma interacción entre los otros cuidadores. Así mismo usted es libre de expresar sus emociones.

Beneficios:

Se beneficiará de información y estrategias, también se le otorgará materiales educativos virtuales como diapositivas que expliquen de manera clara el proceso la leucemia linfática aguda, así mismo sobre el autocuidado, el manejo de emociones, la planificación de roles, el uso de leyes a favor de los derechos hacia el niño oncológico, la solución ante los problemas estresantes y la aplicación de técnicas de relajación.

Costos y compensación

Los costos del estudio serán cubiertos por las investigadoras y no le ocasionarán gasto alguno. No deberá pagar nada por participar en el estudio. Igualmente, no recibirá ningún incentivo económico ni de otra índole.

Confidencialidad:

Nosotras guardaremos su información con códigos y no con nombres. Solo los investigadores tendrán acceso a las bases de datos. Si los resultados de este seguimiento son publicados, no se mostrará ninguna información que permita la identificación de las personas que participaron en este estudio.

USO FUTURO DE INFORMACIÓN

Deseamos almacenar los datos recaudados en esta investigación por 10 años. Estos datos podrán ser usados para investigaciones futuras, ya que ayudará a contribuir a la implementación de la intervención educativa como parte del cuidado enfermero.

Estos datos almacenados no tendrán nombres ni otro dato personal, sólo serán identificables con códigos.

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN

(Adultos)

<i>Título del estudio</i> :	Intervención virtual para mejorar la capacidad de afrontamiento y adaptación en cuidadores primarios de niños con Leucemia Linfática Aguda en un instituto especializado en 2023
<i>Investigador (a)</i> :	Rosa Maria Alberca Rojas; Genesis Lucero Tumialan Vásquez
<i>Institución</i> :	Universidad Peruana Cayetano Heredia

Si no desea que los datos recaudados en esta investigación permanezcan almacenados ni utilizados posteriormente, aún puede seguir participando del estudio. En ese caso, terminada la investigación sus datos serán eliminados.

Previamente al uso de sus datos en un futuro proyecto de investigación, este proyecto contará con el permiso de un Comité Institucional de Ética en Investigación.

Autorizo a tener mis datos almacenados por 10 años para un uso futuro en otras investigaciones. (Después de este periodo de tiempo se eliminarán).

SI () NO ()

Derechos del participante:

Si decide participar en el estudio, puede retirarse de este en cualquier momento, o no participar en una parte del estudio sin daño alguno. Si tiene alguna duda adicional, por favor pregunte a las encargadas del estudio.

Si tiene preguntas sobre los aspectos éticos del estudio, o cree que ha sido tratado injustamente puede contactar con el Dr. Luis Saona Ugarte, presidente del Comité Institucional de Ética en Investigación de la Universidad Peruana Cayetano Heredia al teléfono 01-3190000 anexo 201355 o al correo electrónico: duict.cieh@oficinas-upch.pe

Una copia de este consentimiento informado le será entregada.

DECLARACIÓN Y/O CONSENTIMIENTO

Acepto voluntariamente participar en este estudio, comprendo de las actividades en las que participaré si decido ingresar al estudio, también entiendo que puedo decidir no participar y que puedo retirarme del estudio en cualquier momento.

Nombres y Apellidos
Participante

Fecha y Hora

Nombres y Apellidos
Testigo (si el
participante es
analfabeto)

Fecha y Hora

Nombres y Apellidos
Investigador

Fecha y Hora

Nombres y Apellidos
Investigador

Fecha y Hora



CONSENTIMIENTO INFORMADO

El propósito de esta ficha de consentimiento es proveer a los participantes en esta investigación con una clara explicación de la naturaleza de la misma, así como de su rol en ella como participantes.

Por este medio se le invita a participar en la investigación titulada: **“Intervención virtual para mejorar la capacidad de afrontamiento y adaptación en cuidadores primarios de niños con leucemia linfática aguda en un Instituto especializado en 2023.”** Si usted accede a participar en este estudio se le pedirá responder preguntas en una encuesta o lo que fuera según el caso. La participación en este estudio es estrictamente voluntaria, la información que se recolecte será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Sus respuestas al cuestionario y a la entrevista serán codificadas usando un número de identificación y por lo tanto serán anónimas.

Si tiene alguna duda sobre este trabajo de investigación, puede hacer preguntas en cualquier momento durante su participación en él. Igualmente si alguna de las preguntas durante la entrevista le parecen incómodas tiene usted derecho de hacérselo saber al investigador o de no responderlas.

Si usted desea hacer una consulta puede escribir al Presidente del Comité de ética Dr. **Aristides Juvenal Sánchez Lihon**, correo:comité_etica@inen.sld.pe o llamar al [redacted] además puede comunicarse a este número si lo estima conveniente: 2016500 Anexo 3001

Así mismo usted puede hacer consulta a las responsables de esta investigación

Bachiller. Rosa María Alberca Rojas

Bachiller. Genesis Lucero Tumialan Vasquez

Desde ya le agradecemos su participación

Firma del Participante

Fecha

Firma del Investigador Principal

ANEXO N° 2 TAMAÑO DE MUESTRA

n = Tamaño de la muestra

N = Población

Z = Nivel de confianza = 1.96 (95% de confianza)

p = Probabilidad a favor

q = Probabilidad en contra

e = Error muestral = 0.1

$$n = \frac{Z^2 \cdot p \cdot q \cdot N}{e^2 (N-1) + Z^2 \cdot p \cdot q}$$

$$n = \frac{(1.96)^2 \cdot (0.5) \cdot (0.5) \cdot 90}{(0.1)^2 (90 - 1) + (1.96)^2 \cdot (0.5) \cdot (0.5)}$$

$$n = \frac{86.44}{1.85}$$

$$n = 46.7$$

$$n = 47$$

$$n = 47$$

ANEXO N°3

DEFINICIÓN OPERACIONAL DE VARIABLES

Variable de estudio	Definición conceptual	Dimensión	Definición Operacional	Indicadores
Variable Dependiente	Es un modelo para lograr el proceso y respuesta de pensamientos de manera individual o grupal, y consciente que crean una integración con su entorno, así mismo un esfuerzo de la conducta y conocimiento que realiza la persona para mantener su probidad.	Recursivo y centrado	Evalúa los procesos emocionales y expande los recursos para buscar resultados. 11 ítems y puntuación máx 44	Baja capacidad: 11-19 puntos Mediana capacidad: 20-28 puntos Alta capacidad: 29-36 puntos Muy alta capacidad: 37-44 puntos
		Reacciones físicas y enfocadas	Resalta las reacciones físicas, como el actuar y solucionar oportunamente en el contexto que atraviesa. 13 ítems y puntuación máx 52	Baja capacidad: 13-23 puntos Mediana capacidad: 24-33 puntos Alta capacidad: 34-42 puntos Muy alta capacidad: 43-52 puntos
		Procesos de alerta	Enfatiza los comportamientos de uno mismo y se enfoca en el proceso de información. 9 ítems y puntuación máx 36	Baja capacidad: 9-16 puntos Mediana capacidad: 17-23 puntos Alta capacidad: 24-29 puntos Muy alta capacidad: 30-36 puntos
		Procesamientos sintomáticos	Especifica las estrategias físicas como personales para que así pueda tomar control de la situación. 6 ítems y puntuación máx 24	Baja capacidad: 6-11 puntos Mediana capacidad: 12-15 puntos Alta capacidad: 16-20 puntos Muy alta capacidad: 21-24 puntos
		Conocer y relacionar	Explica las estrategias que emplea el individuo usando sus habilidades. 8 ítems y puntuación máx 32	Baja capacidad: 8-14 puntos Mediana capacidad: 15-20 puntos Alta capacidad: 21-26 puntos Muy alta capacidad: 27-32 puntos
Capacidad de Afrontamiento y Adaptación				<u>Puntuación global de afrontamiento y adaptación:</u> Baja capacidad: 47-82 puntos Mediana capacidad: 83-118 puntos

				Alta capacidad: 119-153 puntos Muy alta capacidad: 154-188 puntos
Variable Independiente Intervención Educativa “Cuidate para cuidar”	Es una herramienta de enfermería que contiene un conjunto de métodos, estrategias y técnicas de aprendizaje a cuidadores primarios de niños con Leucemia Linfática Aguda.	Cognitivo	Se refiere a la definición, tipos, síntomas y causas sobre la leucemia linfática aguda	Aplicación del pre y post test.
		Fisiológico	Esta referida a la actividad, sueño y alimentación en los cuidadores primarios de pacientes diagnosticados de LLA	
		Autoconcepto	Son los métodos de interacción con el entorno, mediante el desarrollo de la autoimagen en los cuidadores primarios de pacientes diagnosticados de LLA	
		Dominio del rol	Es el rol que debe de cumplir ante la sociedad según su situación en los cuidadores primarios de pacientes diagnosticados de LLA	

ANEXO N° 4

FICHA TÉCNICA: Guía para la aplicación, interpretación y codificación

Nombre: Escala de medición del proceso de afrontamiento y adaptación

Autor/es: Callista Roy (2004)

Adaptación: Universidad de la Sabana. Facultad de Enfermería

N° de ítems: 47

Administración: Individual

Tiempo aproximado de aplicación: Veinte minutos

Población a la que va dirigida: Todas las edades a partir de los 18 años.

Codificación

Este cuestionario se centra en cinco factores, que se distribuye de la siguiente manera: factor 1 recursivo y centrado (ítems 4,7, 19, 26, 42, 10, 46, 2, 34, 16, 29), factor 2 reacciones físicas y enfocadas (ítems 5, 8, 13, 35, 47, 15, 20, 23, 24, 33, 39, 43, 45), factor 3 procesos de alerta (ítems 1, 44, 18, 40, 11, 17, 25, 27, 31), factor 4 procesamientos sintomático (ítems 3, 12, 14, 22, 41, 30) y factor 5 conocer y relacionar (ítems 36, 6, 21, 32, 37, 9, 28, 38). Para obtener la puntuación se suman las puntuaciones de los ítems correspondientes, ya que la escala es de tipo Likert.

Propiedades psicométricas

Fiabilidad: La fiabilidad de la escala global según el alpha de Cronbach de 0.9 y en la validez de contenido alcanzó un índice total de escala 0,97 (21).

Validez: Discrimina en función a la edad, ya que son los menores que perciben más bajos de adaptación y afrontamiento, así mismo discrimina entre sexos en el sentido que los hombres que tienen más bajos la capacidad de adaptarse y afrontar la situación.

Observaciones

La situación ideal para ejecutar la escala es que se aplique a todas las personas mayores que estén pasando por situaciones difíciles.

ANEXO N°5
EVALUACIÓN DE EXPERTOS

• **Evaluación del material visual**

JUECES	PREGUNTAS									PUNTAJE TOTAL
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
1	5	5	5	3	3	4	5	5	4	39
2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	23
3	5	4	5	4	4	5	4	4	4	39
4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	32
5	5	4	4	5	4	5	5	5	5	42
6	5	5	5	5	4	4	4	4	4	40
7	4	4	4	4	4	4	3	4	5	36
8	5	4	4	4	4	4	3	5	3	36
9	5	5	5	3	5	3	4	4	4	38
10	5	5	4	4	4	3	5	4	3	37

DECISIÓN:

40-45 puntos: Usar como está

21-39 puntos: Necesita reformas

Menos de 20 puntos: Rechazado

- **Evaluación del material escrito**

JUECES	PREGUNTAS									PUNTAJE TOTAL
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
1	4	4	5	3	3	5	5	5	5	39
2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	21
3	5	4	5	3	5	4	5	4	3	38
4	4	3	4	5	4	3	4	3	3	34
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	45
6	5	5	5	5	5	5	5	4	5	44
7	4	4	4	5	5	5	5	4	5	41
8	5	3	5	5	5	4	5	2	3	37
9	5	5	5	4	4	5	5	5	4	42
10	5	5	5	4	5	5	5	5	5	44

DECISIÓN:

40-45 puntos: Usar como está
 21-39 puntos: Necesita reformas
 Menos de 20 puntos: Rechazado



--	--

ANEXO N°6

CUESTIONARIO DE ESCALA DE MEDICIÓN DEL PROCESO DE AFRONTAMIENTO Y ADAPTACIÓN

Presentación:

Estimado Padre, Madre o tutor de familia, el presente cuestionario permite reconocer en qué nivel de afrontamiento y adaptación se encuentra, para lo cual se solicita su colaboración y respuestas sinceras a las preguntas. Los resultados serán de mucha utilidad en la investigación, gracias por su participación.

INSTRUCCIÓN:

Lea cuidadosamente cada pregunta que se presenta a continuación y responda y/o marque con aspa (X) la respuesta que usted crea conveniente, se incluye algunas preguntas relacionadas con su información general.

I. INFORMACIÓN GENERAL

Llenar sus datos en los espacios en blanco y marcar con un aspa (X) según corresponda:

1. **Edad:** _____

2. **Sexo:** M () F ()

3. **Grado de instrucción:**

a)	Analfabeto	
b)	Primaria Completa	
c)	Primaria Incompleta	

d)	Secundaria Completa	
e)	Secundaria Incompleta	
f)	Superior Completo	
g)	Superior Incompleto	

4. Procedencia:

a)	Costa	
b)	Sierra	
c)	Selva	

5. Estado civil:

a)	Soltero (a)	
b)	Casado (a)	
c)	Conviviente	
d)	Divorciado (a)	
e)	Viudo (a)	

6. Parentesco con el paciente:

a)	Mamá	
b)	Papá	
c)	Hermano (a)	

Otros (especificar): _____

7. Tiempo dedicado al cuidado:

a)	Menos de 6 meses	
b)	De 7 a 18 meses	
c)	De 19 a 36 meses	
d)	De 37 a más	

8. Ocupación:

a)	Estudiante	
b)	Ama de casa	
c)	Trabajo independiente	
d)	Jubilado	
e)	Profesional	
f)	Desempleado	

Otros (especificar cuál):

II. Instrumento de Callista Roy

Ítems	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Siempre
1. Puedo seguir una gran cantidad de instrucciones a la vez, incluso en una crisis o con un problema.				
2. Propongo una solución nueva para una situación nueva.				
3. Llamo al problema por su nombre y trato de verlo en su totalidad				
4. Reúno la mayor cantidad de información posible para aumentar mis opciones a fin de solucionar el problema.				
5. Cuando estoy preocupado tengo dificultad para completar tareas, actividades o proyectos.				
6. Trato de recordar las estrategias o soluciones que me han servido en el pasado.				
7. Trato de hacer que todo funcione en mi favor.				
8. Solo puedo pensar en lo que me preocupa.				
9. Me siento bien de saber que estoy manejando el problema lo mejor que puedo.				
10. Identifico cómo quiero que resulte la situación, luego miro cómo lo puedo lograr.				
11. Soy menos efectivo bajo estrés.				
12. Me tomo el tiempo necesario y no actúo hasta que tenga una buena comprensión de la situación.				
13. Encuentro el problema o crisis demasiado complejos, con más elementos de los que yo puedo manejar.				

14. Pienso en todo el problema paso a paso.				
15. Parece que soy más lenta para actuar sin razón aparente.				
16. Me empeño en redirigir mis sentimientos para reenfoarlos constructivamente.				
17. Cuando estoy en una crisis o con un problema me siento alerta y activo durante todo el día.				
18. Cuando dejo mis sentimientos a un lado soy muy objetivo acerca de lo que sucede.				
19. Estoy atento a cualquier cosa relacionada con la situación.				
20. Tiendo a reaccionar con exageración al comienzo.				
21. Recuerdo cosas que me ayudaron en otras situaciones.				
22. Analizo la situación y la miro como realmente es.				
23. Cuando se me presenta un problema tiendo a paralizarme y a confundirme por un rato.				
24. Encuentro difícil explicar cuál es el verdadero problema.				
25. Obtengo buenos resultados al manejar problemas complejos o complicados.				
26. Trato de obtener más recursos para enfrentar la situación.				
27. Puedo desenvolverme mejor que la mayoría de las personas cuando tengo que ir a lugares desconocidos.				
28. Utilizo el sentido del humor para manejar la situación.				
29. Con tal de salir del problema o situación estoy dispuesto a cambiar mi vida radicalmente.				
30. Trato de mantener el equilibrio entre mis actividades y el descanso.				
31. Soy más efectivo bajo estrés.				

32. Puedo relatar lo que sucede con mis experiencias pasadas o planes futuros.				
33. Tiendo a culparme por cualquier dificultad que tenga.				
34. Trato de ser creativo y proponer nuevas soluciones.				
35. Por alguna razón no saco beneficio de mis experiencias pasadas.				
36. Aprendo de las soluciones que han funcionado para otros.				
37. Miro la situación positivamente como una oportunidad / desafío.				
38. Me planteo muchas ideas como soluciones posibles a la situación, aunque parezcan difíciles de alcanzar.				
39. Experimento cambios en la actividad física.				
40. Manejo la situación analizando rápidamente los detalles tal como sucedieron.				
41. Trato de aclarar las dudas antes de actuar.				
42. Tiendo a hacer frente a las situaciones desde el principio.				
43. Esta situación me está enfermando.				
44. Adopto rápidamente un nuevo recurso cuando este puede resolver mi problema o situación.				
45. Me rindo fácilmente.				
46. Desarrollo un plan con una serie de acciones para enfrentar la situación.				
47. Al parecer me hago muchas ilusiones acerca de cómo resultarán las cosas.				

ANEXO N°7
INTERVENCIÓN EDUCATIVA

Tema	Mejorar la capacidad de afrontamiento y adaptación
Título	¡Cuídate, para cuidar!
Objetivos	<p style="text-align: center;">Objetivo General</p> <p style="text-align: center;">Promover el conocimiento sobre la mejora de la capacidad y afrontamiento dirigido a cuidadores primarios de niños con Leucemia Linfática Aguda en un Instituto especializado en 2023</p> <p style="text-align: center;">Objetivo Específico</p> <p style="text-align: center;">-Proporcionar de manera clara y detallada las informaciones con fines educativos</p>
Población beneficiaria	Cuidadores primarios con niños diagnosticados de Leucemia Linfática Aguda en un Instituto especializado en 2023
Recursos materiales	<ul style="list-style-type: none">• Videos• Diapositivas• Cuestionarios• Kahoot• Classtool• Mentimeter

Recursos humanos	Investigadoras de la Universidad Peruana Cayetano Heredia
Estrategias metodológicas	Dinámica expositiva y participativa
Evaluación	Pre test y Pos test
Fecha y Hora	Fecha: ____ de ____ Hora: ____ a.m.
Lugar	Plataforma Google meet
Duración	60 minutos por sesión

MÓDULO I: Cognitivo

COMPETENCIA

Comprende conceptos básicos acerca de la Leucemia Linfática Aguda, con el fin de que puedan estar preparados para adaptarse ante esta situación.

Fecha	Temas por desarrollar	Capacidades	Contenido	Dinámica de enseñanza
01/02/23	Sesión 1 Leucemia Linfática Aguda	1. Esclarecerán sus dudas, evitando la revisión de fuentes erradas, además de decidir adecuadamente frente a su situación contextualizada	1.1 Definición 1.2 Causas 1.3 Síntomas 1.4 Prevención 1.5 Diagnóstico 1.6 Tratamiento	<ul style="list-style-type: none"> • Diapositivas • Evaluación previa • Preguntas al azar • Classtools

MÓDULO II: Dominio del rol

COMPETENCIA

Entiende sus roles de acuerdo a su ciclo vital, de acuerdo al ámbito en que se encuentra.

Fecha	Temas por desarrollar	Capacidades	Contenido	Dinámica de enseñanza
03/02/23	Sesión 1 Rol Social	1. Aprende a distribuir las tareas, así como los roles en función a la etapa de vida de sus integrantes.	1.1 Desempeño de distintos roles 1.2 Distribución de tareas y roles 1.3 Identificación de diversos roles en distintos ciclos de vida	<ul style="list-style-type: none"> ● Diapositivas ● Evaluación previa ● Horario
05/02/23	Sesión 2 Derechos	1. Reconoce los derechos de la familia. Así mismo, comprende los derechos del niño oncológico, con el fin de que puedan ser prevalecidos.	1.1 Derechos de la familia 1.2 Descripción de los derechos que protegen al niño oncológico	<ul style="list-style-type: none"> ● Diapositivas ● Evaluación previa ● Mentimeter ● Classtools
07/02/23	Sesión 3 Valores	1. Podrán adaptarse a los distintos niveles de integración del ser humano y ser capaz de sostenerse a través de sus propios valores.	1.1 Valores éticos y morales 1.2 Descripción de los valores 1.3 Dinámica	<ul style="list-style-type: none"> ● Diapositivas ● Evaluación previa ● Mentimeter ● Papa ● Montadiente ● Lapicero ● Papel y pegamento
09/02/23	Sesión 4 Resiliencia	1. Será capaz de protegerse frente a la crisis, presión y resistencia, mientras que coexista con el rol en su desarrollo.	1.1 Definición 1.2 La resiliencia en las adversidades 1.3 Función de las emociones	<ul style="list-style-type: none"> ● Diapositivas ● Evaluación previa ● Video de youtube ● Dinámica

MÓDULO III: Fisiológico

COMPETENCIA

Entiende y opta por hábitos saludables para evitar ciertas enfermedades en la salud mental.

Fecha	Temas por desarrollar	Capacidades	Contenido	Dinámica de enseñanza
11/02/23	Sesión 1 Riesgos de enfermedades y conductas inadecuadas	1. Comprende cuáles son los riesgos de sufrir una enfermedad mental, así como las conductas en la drogadicción para tomar medidas de prevención.	1.1 Estrés 1.2 Ansiedad 1.3 Depresión 1.4 Drogadicción legal 1.5 Drogadicción ilegal	<ul style="list-style-type: none">● Diapositivas● Evaluación previa● Kahoot● Video de youtube● Cuestionario de google
13/02/23	Sesión 2 Estilos de vida	1. Conoce cuáles son los hábitos saludables para el autocuidado y la reducción de riesgos de enfermedades, así también en las conductas desfavorables en la salud.	1.1 Nutrición 1.2 Higiene 1.3 Descanso 1.4 Hábitos y conductas	<ul style="list-style-type: none">● Diapositivas● Evaluación previa● Classtools● Video de youtube● Kahoot


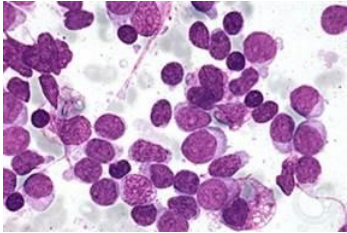
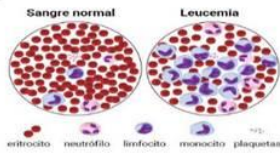
MÓDULO IV: Autoconcepto


COMPETENCIA

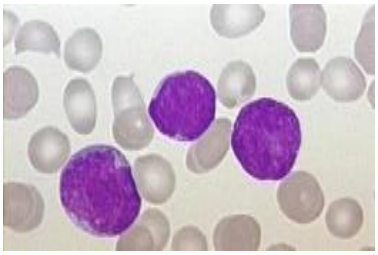
Identifica sus habilidades en el reconocimiento de su propio valor como ser humano

Fecha	Temas por desarrollar	Capacidades	Contenido	Dinámica de enseñanza
15/02/23	Sesión 1 Autoestima	1. Piensa positivamente para enfrentar retos, en la actitud, y confianza en ellos mismos con el fin de que reconozcan sus habilidades como	1.1 Definición 1.2 FODA	<ul style="list-style-type: none">● Diapositivas● Evaluación previa● Video de youtube● Mentimeter



		sus debilidades para que generen un amor propio.		<ul style="list-style-type: none"> ● Hoja y lapicero ● Cuestionario de google
17/02/23	Sesión 2 Técnicas	1. Se relaja por medio del diafragma, con el propósito de regular la parte emocional y física. Así mismo logra estar en paz consigo misma.	1.1 Definición de respiración diafragmática 1.2 Beneficios 1.3 Práctica 1.4 Definición de meditación 1.5 Ejemplos de técnicas 1.6 Mantras 1.7 Relajación muscular progresiva	<ul style="list-style-type: none"> ● Diapositivas ● Evaluación previa ● Video de youtube

Tiempo	Momento	Contenido	Medio Audiovisual
2 min	Presentación	Buenos días, somos internas de la facultad de enfermería de la Universidad Peruana Cayetano Heredia, en esta oportunidad vamos a exponer sobre la capacidad de afrontamiento y adaptación.	
1ERA SESIÓN EDUCATIVA			
20 min	¿Qué es la leucemia?	<p>Comenzaremos con un cuestionario que nos ayudará a poder identificar de manera rápida los conocimientos previos de los participantes: https://forms.gle/AXuphVNRUz6zEXAr8</p> <p>Así mismo, al culminar la evaluación se iniciará la ponencia con un video acerca de esta patología. https://www.facebook.com/FundacionporunaVida/videos/1313084972202489/</p> <p>Luego se realizará la siguiente pregunta para que puedan participar y se acerquen más a la clase:</p> <p>-¿Qué observaste en el video anterior?</p> <p>Al finalizar las preguntas se continuará la exposición acerca del tema, La leucemia consiste en el aumento anormal de linfoblastos, lo que genera que no madure y no puede defenderse como es debido a las infecciones, así mismo puede producir anemia o sangrado.</p> <p>La LLA es el tipo de cáncer hematopoyético y más recurrente y común en los niños y por el momento los tratamientos ofrecen buena recuperación (1).</p> <p>Así mismo se puede propagar a otras partes del cuerpo como: el sistema central, médula espinal, ganglios, nervios, hígado, bazo, entre otros (1).</p> <p>Si hay alguna duda del participante, se responderá antes de pasar a la siguiente diapositiva.</p>	
10 min	Causas	Se desconoce la causa exacta de la leucemia en niños, aun así los médicos descubrieron que hay un cambio en el ADN del interior de las células normales, ya que lo que sucede es que crezcan de manera descontrolada y se convierta en células de leucemia. Algunos genes hacen crecer nuestras células, las divide y mueren en el tiempo apropiado, a esto se le llama oncogenes, así mismo los genes ayudan	


		<p>a mantener el control de la división celular llamado genes supresores de tumores (2):</p> <p>Algunos factores que se debe de tener cuenta como causa posible y poco frecuente:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Es estar expuesto a radiaciones ionizantes, como por ejemplo en el caso de radioterapia a altas dosis o exposición a radiaciones nucleares no controlado. -Ciertas sustancias químicas como por ejemplo benceno, sustancias alquilantes o nitrosoureas (4). 	
5 min	Síntomas	<p>Se les explicará de manera breve los síntomas principales que pueden tener los niños.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Sangrado -Fiebre -Piel pálida -Fatiga -Infecciones -Bultos ocasionados por la inflamación -Pérdida de peso (1). 	 <p>Diagrama de un niño con síntomas de leucemia. Muestra un niño con un corazón rojo y un bulto en el abdomen. Hay un cuadro que dice 'INFLAMACIÓN DE LA CÉLULA' y otro que dice 'HEMATÓCITOS'.</p>
5 min	Prevención	<p>En la actualidad no se conoce una manera de prevenir la mayoría de los cánceres infantiles. La mayoría de los niños con leucemia no presenta factores de riesgo conocidos, por lo que no hay manera segura de evitar que padezcan leucemia (4).</p>	 <p>Imagen de cromosomas y células sanguíneas.</p>
10 min	Diagnóstico	<ul style="list-style-type: none"> -Examen físico: Se centra en examinar ganglios, hematomas o posibles zonas de infección, los ojos, boca y piel. -Análisis de sangre: Para la detección de LLA por medio de la vena del brazo. -Biopsia de médula ósea: También ayudar a determinar si está respondiendo al tratamiento. -Prueba de imagen como la resonancia magnética, ecografía o tomografía (5). 	 <p>Procedimiento de biopsia de médula ósea. Muestra a un niño siendo examinado por un médico. Hay un cuadro que dice 'Aspiración de la médula ósea y biopsia' y otro que dice 'Pupila para medir la Leucemia'.</p>




10 min	Tratamiento	<p>-Quimioterapia: Consiste en emplear diferentes medicamentos para destruir las células cancerosas y reduce la enfermedad</p> <p>-Radioterapia: Se emplea alta dosis de radiación para destruir las células cancerosas.</p> <p>-Trasplante de células madre: Se trasplantan células madres sanas en la médula ósea o por la sangre, para que el organismo produzca glóbulos rojos, blancos y plaquetas (6). Para finalizar se realizará un juego dinámico que consiste en responder una serie de preguntas por medio de una ruleta.</p> <p>https://www.classtools.net/random-name-picker/</p>	
--------	-------------	---	---

2DA SESIÓN EDUCATIVA





10 min	Desempeño de distintos roles	<p>Antes de iniciar con la exposición se realizará preguntas a diferentes participantes para poder identificar qué es lo que ellos entienden de los roles:</p> <ul style="list-style-type: none"> -¿Qué son los roles? -¿Es importante tener roles dentro del hogar? -¿Cree usted que toda familia tiene roles en el hogar? -¿Qué sucedería si un hogar no cuenta con roles? <p>Después de dialogar con los participantes, comenzaremos con la presentación.</p> <p>El rol es un papel o función que alguien desempeña, estas funciones se le atribuyen a una persona en determinadas situaciones o circunstancias para que actúe o desenvuelva mediante un conjunto de pautas, por ejemplo Una persona puede asumir el rol de padre dentro del ámbito de una familia y a su vez asumir el rol de empleado en una empresa (7).</p>	
15 min	Tipos de roles	<p>Existen diversos tipos de roles familiares y que son necesarios de conocer para saber en cuál de ellos nos podemos ubicar:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Rol conyugal: Deben de cumplir funciones conyugales, compartir situaciones y tratar temas -Rol Parental: Proporcionar cuidado, protección, alimentación, respeto, seguridad, etc. -Rol Filial: La cumplen los hijos, su función es aprender, crecer, evolucionar -Rol Fraternal: Se proporcionan apoyo, complicidad (8). 	


		<p>Antes de continuar con la siguiente dinámica, se preguntará a los participantes si estos roles se encuentra en sus hogares y que puntos faltaría reforzar para mejorarlo.</p>	
20 min	Identificamos los diversos roles	<p>Así mismo, para la siguiente dinámica consistirá en identificar los diversos roles de los integrantes de la familia según el ciclo vital en el que pertenecen, para ello las imágenes se presentarán en las diapositivas y los participantes aleatoriamente van a identificar que roles debe de cumplir cada uno según las imágenes de la diapositiva.</p> <p>Para finalizar se dejará una actividad, deben rellenar el horario para que en la siguiente clase se pueda presentar. Ver anexo 9.</p>	
3RA SESIÓN EDUCATIVA			
30 min	¿Qué son los derechos de la familia?	<p>En la sesión 2 se ha tratado sobre los distintos los roles según el ciclo vital, así mismo se dejó una tarea, por el cual se pide a 4 voluntarios que pueda proyectarnos su pantalla o lea que ha colocado en el horario.</p> <p>¿Cómo se ha sentido durante el desarrollo del horario?</p> <p>¿Fue de ayuda?</p> <p>Y nos comentarán un poco de sus rutinas.</p> <p>Al comenzar la sesión 3 se les brindará un enlace a los participantes del cuestionario para medir sus conocimientos previos y así poder saber en dónde hacer más énfasis:</p> <p>https://forms.gle/wxEo3NxTeWcRoePj9</p> <p>Luego se inicia la sesión con la definición de familia, una familia es una comunidad de personas reunidas por lazos de parentesco, está compuesta de un nombre, un domicilio y crea entre sus miembros una obligación de solidaridad moral y material, se debe de tener en cuenta que los padres son los primeros que actúan en nombre del niño y hacer respetar sus derechos, y ellos mismo deciden los cuidados que van a dar a su hijo, los tratamientos que debe seguir, autorizan su admisión en el hospital o consienten una operación (9,10).</p> <p>Para ello le invitamos a participar a este enlace en el que podrán colocar cuáles son los derechos en la familia.</p> <p>https://www.menti.com/z1dpmws3zn</p>	

<p>30 min</p>	<p>¿Cuáles son las leyes que protegen al niño oncológico?</p>	<p>Los derechos de familia, como bien lo han mencionado anteriormente, están en lo correcto, nosotros como familia y persona tenemos derechos que nos favorecen, así también hay ciertas leyes que benefician y apoyan al niño o niña que está pasando por esta difícil situación, ante ello les recomendamos revisar ciertos enlaces que pueden ser de su interés</p> <p>la ley N° 5852/ 2020-CR en el que hace referencia:</p> <p>Artículo 1: Refiere que se garantiza los servicios gratuitos a la prevención y atención oncológica.</p> <p>Artículo 2: No es necesario que cuente con seguro público para recibir el tratamiento integral</p> <p>Artículo 3: Implementación de campañas de detección temprana de cáncer, priorizando a quienes se encuentren en zonas rurales</p> <p>Artículo 4: Queda prohibida la denegación de la atención oncológica gratuita en niños y adolescentes (11).</p> <p>Otro es la ley 5182/ 2020-CR</p> <p>En el que el artículo 1: Garantiza los servicios gratuitos a la prevención y atención oncológica.</p> <p>Artículo 2: No es necesario que cuente con seguro público o privado para recibir el tratamiento integral</p> <p>Artículo 3: Implementación de campañas de detección temprana de cáncer, priorizando a quienes se encuentren en zonas rurales</p> <p>Artículo 4: Queda prohibida la denegación de la atención oncológica gratuita en niños y adolescentes (12).</p> <p>Para finalizar se realizará una dinámica que consiste en realizar preguntas por medio de una ruleta y así los participantes puedan responder aleatoriamente.</p> <p>https://www.classtools.net/random-name-picker/</p>	 <p>Si la Ley se reglamenta</p> <p>Se garantiza todos los tratamientos de cáncer en niños y adolescentes, independientemente de que cuenten o no con un seguro de salud.</p> <p>Colectivo Ley Cáncer Infantil PUSP</p>
<p>4TA SESIÓN EDUCATIVA</p>			


5 min	Saberes previos	<p>¿Conocen cuáles son los valores? Veamos cuantos valores se conocen y cuál es el más frecuente, para ello ingresamos a la siguiente aplicación con este enlace. https://www.menti.com/x3mhtwp4f1</p>	
6 min	¿Qué son los valores éticos y morales?	<p>Primero definamos qué es la ética, esta terminología proviene del griego ethos que significa la personalidad o carácter que la persona adquiere; seguidamente la moral es proveniente del latín mos. Mientras tanto, ambas palabras se definen como los comportamientos que influyen en la conducta, que permite la adaptación en los distintos niveles de integración del ser humano. Así mismo es importante tener presente estos conceptos así como su adecuada aplicación en la vida diaria con el propósito de diferenciar entre el bien y el mal (13,14).</p>	
10 min	¿Cuáles son los valores?	<p>Las relaciones interpersonales: -Amistad -Apoyo -comunicación -Sociabilidad -Solidaridad -Trabajo Responsabilidad social: -Afecto, cariño -Amor -Compromiso -Honestidad -Igualdad -Imparcialidad -Integridad Valores universales: Son alguno de ellos, pero todos juntos vamos a leer en voz alta de lo que está en la pantalla -Justicia -Amistad -Esperanza -respeto -Alegría -Paz -Servicio -Gratitud -Verdad -Sabiduría</p>	

		-Perseverancia (15).	
20 min	Dinámica: ¡Los valores me sostienen!	<p>Ahora nos vamos a la práctica y reconoceremos cuales son esos valores que nos sostienen, para ello los materiales son:</p> <ul style="list-style-type: none"> -1 papa -3 mondadientes -1 lapicero o plumón indeleble -3 Hojas de colores -1 goma o silicona <p>De manera opcional podría usar lentejuelas, escarcha o blondas decorativas.</p> <p>Vamos a tallar nuestra papa, imaginemos que somos nosotros la papa, poco a poco la tallamos, podemos colocar algunos decoros.</p> <p>Esto ayuda a que la persona pueda valorarse, la idea es que la persona se sienta identificada y tenga una conexión emocional después de que la papa está pintada se usará un mínimo de 3 palillos y cada uno representa un valor que sostendrá a la persona. Al contextualizar esta dinámica los participantes elegirán tres valores abordados en la sesión, de modo que cada valor logre representar un sostén ante el mundo y a la humanidad. Luego de ello escribirán en las hojas de colores los valores seleccionados para colocarlo con el pegamento en cada montadiente con el fin de pincharlos en la papa de manera que lo sostengan. Así mismo de forma opcional van a colocar la papa con los valores en una superficie plana, esto puede ser un cartón.</p>	
10 min	Preguntas finales	<p>¿Ahora qué significa esos valores para tu vida y para tu entorno?</p> <p>¿Cómo trabaja?</p> <p>¿Cómo lo fortalecemos? (16).</p>	
5TA SESIÓN EDUCATIVA			
10 min	Retroalimentación de la sesión anterior.	<p>En la sesión 3 se ha tratado sobre las leyes actuales que protegen al niño oncológico, por lo que se invita a los cuidadores primarios a que participen voluntariamente a que respondan las siguientes preguntas:</p> <p>¿Cuál de las leyes mencionadas en la sesión 4 le ha sido más útil?</p> <p>¿Conoce alguna otra ley que nos pueda compartir?</p> <p>Se agradece su participación.</p>	



10 min	Saberes previos	<p>Antes de iniciar con la sesión actual se evaluará qué conocimientos previos tienen con respecto a la resiliencia.</p> <p>https://forms.gle/7jsMcvaLUKvdpY59</p>	
6 min	¿Qué es la resiliencia?	<p>Es la capacidad de protegerse frente a la crisis, presión y resistencia, mientras que coexistencia del rol con su desarrollo (17). Visualizar el video reflexivo.</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=mdKVDuM5uYM</p>	
6 min	¿Cómo se aplica en las adversidades?	<p>Por esa misma razón, es importante que la resiliencia se pueda aplicar de la siguiente manera:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ser consciente de las potencialidades y limitaciones 2. Creativos 3. Confían en sus capacidades 4. Vea a las dificultades como oportunidades 5. Tener la capacidad de aceptar “mindfulness” 6. Ser optimista realista (17). 	
13 min	Dinámica ¿Cómo quieres ser?	<p>A Continuación se realizará la siguiente dinámica denominada ¿Cómo quieres ser? Dinámica del huevo, la zanahoria y el café, por el cual se les pedirá que estén atentos al video https://www.youtube.com/watch?v=oaBCr1ufiPk Luego de proyectar en pantalla el contenido audiovisual, se les hará la siguiente pregunta: ¿Ustedes quisieran ser como un huevo, como el café o como una zanahoria?, y de ser así ¿Por qué?</p> <p>Seguidamente, los participantes ingresarán al siguiente enlace y podrán responder como deberían actuar frente en casos de adversidades, mediante la siguiente aplicación. https://forms.gle/Xyng1vTskArnkeTWA</p>	




12 min	¿Cómo funcionan las emociones?	<p>El estrés psicológico crónico disminuye el número de células B, que son aquellas que producen anticuerpos, así como la funcionalidad y la actividad de las células NK -Natural Killer, que tienen una función primordial en la defensa del organismo ante infecciones bacterianas, virales y micóticas. El problema radica en que frente a situaciones amenazantes, esta función puede afectarse por la liberación exagerada y sostenida de adrenalina y cortisol.</p> <p>La adrenalina es la hormona encargada de activarnos y ponernos alerta en situaciones de tensión, aumentando la frecuencia cardíaca, elevando la presión arterial y aumentando la energía. Mientras que el cortisol, es la hormona que actúa aumentando los niveles de azúcar en la sangre (18).</p>	
--------	--------------------------------	--	---



6TA SESIÓN EDUCATIVA




5 min	¿Qué es el estrés?	<p>Comenzaremos la presentación haciendo una pregunta abierta: -¿Cuándo presentan una situación estresante? -¿Cómo lo solucionan?</p> <p>Los participantes participarán de manera voluntaria contando sus experiencias.</p> <p>Después de escucharlos participar se puede decir que el estrés tiene un enfoque biológico, psicológico y sociológico a lo que se denomina como “enfoque transaccional” es ahí donde el estrés tiene un papel importante en la relación activa entre la persona y su entorno laboral, familiar, social, etc. Es así que se define el estrés como una disfunción en el sentido del rompimiento del equilibrio funcional y puede expresarse a nivel psíquico, fisiológico y social.</p> <p>Es por ello que para reducir la posibilidad de presentar estrés, hay que considerar el equilibrio entre los estresores, que quiere decir estímulos que generan estrés y las capacidades de afrontamiento, por ello:</p> <p>a) A mayor equilibrio, menor posibilidad de estresarse b) A menor equilibrio (mientras más grande es el desequilibrio), mayor posibilidad de estresarse (19).</p>	
-------	--------------------	--	---

2 min	¿El estrés es siempre dañino?	<p>La respuesta es no, ya que existe el estrés que significa estrés positivo, donde las emociones, conductas y sentimientos se orientan a lo siguiente (19):</p> <ul style="list-style-type: none"> -Planteamiento de desafíos realistas. -Tener pensamientos positivos. -Actitudes optimistas pero realistas. -Encontrar el sentido a la vida. -Mantener el control de la situación. 	
3 min	¿Cuándo el estrés es dañino?	<ul style="list-style-type: none"> -En la activación excesiva o crónica del sistema nervioso y se hace difícil su control en la producción de sustancias como el cortisol entre otros que deprimen el sistema inmunológico. -En las emociones negativas tales como la ansiedad o la preocupación constante -En el desarrollo de patrones conductuales o estilos cognitivos que incrementan factores de riesgo como los problemas de memoria, la incapacidad para concentrarse y el juicio pobre (19). 	
8 min	¿Por qué es necesario controlar el estrés?	<p>Para evitar:</p> <ul style="list-style-type: none"> -La alteración en la capacidad de organización -El deterioro de la autoestima -Problemas en las relaciones interpersonales -La disminución del interés y las ilusiones -Alguna alteración en los patrones de sueño y descanso (19) 	
10 min	Dinámica de los colores	<p>A Continuación se visualizará en pantalla los siguientes colores: el violeta, el azul, el verde y el blanco debido a sus efectos tranquilizantes, además de combinar a ello la respiración y la relajación, con el fin de conllevar al cuidador primario a un estado de placer, paz, armonía, esperanza y empatía. Al realizar estas actividades se refuerza el sistema inmunológico al activar la liberación de neuropéptidos; además de poseer efectos antidepresivos y ansiolíticos.</p>	


<p>10 min</p>	<p>¿Qué es la ansiedad?</p>	<p>Así mismo, como lo mencionaban algunos de los participantes, la ansiedad es un sentimiento de miedo e inquietud. Esto puede ser una reacción normal al estrés, ya que ayuda a enfrentar una situación, por el contrario, para las personas con trastornos de ansiedad, el miedo e inquietud no es temporal y puede ser abrumadora.</p> <p>Existe dos tipos de trastornos de ansiedad: Trastorno de ansiedad generalizada: Son las personas que se preocupan por problemas comunes como el dinero, la salud, el trabajo y la familia; sin embargo, sus preocupaciones son excesivas. Trastorno de pánico: Estos son repentinos y repetidos momentos de temor intenso sin haber un peligro aparente. Los ataques de pánico se producen de prisa y pueden durar varios minutos (20).</p> <p>Signos y síntomas: -Temblores -Sensación de debilidad o cansancio -Sensación de peligro inminente -Sensación de nerviosismo, agitación o tensión -Problemas para concentrarse (20).</p>	
<p>10 min</p>	<p>¿Qué es la depresión?</p>	<p>Por otro lado, la depresión se describe como el hecho de sentirse infeliz, triste, derrumbado, melancólico o abatido.</p> <p>Existen dos tipos: Depresión mayor: Sucede cuando estos sentimientos de tristeza interfieren con la vida diaria en períodos más largos de tiempo. Trastorno depresivo persistente: Se trata de un estado de ánimo depresivo que dura más de 2 años. A lo largo de ese período de tiempo, puede tener momentos de depresión mayor junto con épocas en las que los síntomas son menos graves (21).</p> <p>Signos y síntomas: -Tristeza -Perdida de interés en actividades -Fatiga -Sentimientos de desesperanza, culpa o inutilidad -Pérdida de la expresión emocional -Pérdida de apetito (21).</p> <p>Se preguntará si tienen alguna duda antes de pasar al siguiente tema.</p>	


10 min	Consumo de sustancias legales	<p>Para iniciar con el siguiente tema, veremos el siguiente video. https://www.youtube.com/watch?v=hg12ETYoemk Luego se preguntará lo siguiente: -¿Qué observaron en el video anterior? -¿Qué comprenden por sustancias legales? Luego de ello continuaremos la exposición comentando que se le llama droga a toda aquella sustancia que sea de origen natural o sintético y tenga la capacidad de generar un cambio o desarreglo en el sistema nervioso, ya que tienen un efecto psicoactivo. Se les nombra drogas legales aquellas sustancias con efectos psicoactivos que son permitidas, no siendo penado por ley a pesar de saber y reconocer sus posibles efectos. Este estatus legal puede referirse a su uso a nivel recreativo o bien a estar pensados para otros usos (22).</p>	
10 min	Consumo de sustancias ilegales	<p>Cualquier sustancia que al interior de un organismo puede modificar y alterar el estado de ánimo o las funciones motoras. Entre ellas encontramos la marihuana, cocaína, heroína. Estas drogas aumentan el apetito, la percepción del tiempo, alucinaciones, temperatura corporal, presión arterial, contracción de los vasos sanguíneos, etc. (23). Luego se aplicará el cuestionario de google para identificar que hayan entendido la clase y responder a sus interrogantes. https://forms.gle/Fg34REk7ykMoGuzJ6</p>	
7TIMA SESIÓN EDUCATIVA			
10 min	¿Qué son los carbohidratos?	<p>Antes de iniciar se realizará una evaluación para medir los conocimientos previos de los participantes en el siguiente enlace: https://forms.gle/pntFFUDBKtm878Vu6 Se realizará una ruleta con la clasificación de alimentos (carbohidratos, grasas, proteínas, fibras, vitaminas y minerales), cuando la ruleta deje de girar y seleccione alguna clasificación, los participantes mencionarán que comidas tienen vitaminas, minerales, proteínas y así sucesivamente. https://www.classtools.net/random-name-picker/ Después se hablará de cada uno comenzando por los carbohidratos que es una fuente más importante de energía para el cuerpo, es empleada por el organismo para las funciones</p>	



		<p>de nuestras células, tejidos y órganos, así mismo, el consumo debe ser 45% y 65% de las calorías que se consumen por día, entre ellas encontramos (24):</p> <ul style="list-style-type: none"> -Plátano, leche, huevo, zanahoria, miel, papa, etc. 	
10 min	¿Qué son los minerales?	<p>Los minerales son elementos naturales no orgánicos que representan entre el 4 y el 5 % del peso corporal, tiene la función de formar los huesos, regular el ritmo cardíaco y producir hormonas, también es empleada por el organismo para las funciones de nuestras células, tejidos y órganos (25).</p> <ul style="list-style-type: none"> -Calcio: Jugo de naranja, col, leche de soya -Hierro: Hígado, frutos secos, huevos, cereales integrales, hortalizas, soya -Potasio: Plátano, naranja, uvas, lentejas, papa, champiñones, higo, berenjena -Magnesio: Palta, higo, pescado, cacao, lentejas, frijoles, arroz integral 	
5 min	¿Qué son las grasas?	<p>Las grasas ayudan en la absorción de las vitaminas A, D, E y K, estas grasas que usted consume le dan al cuerpo la energía que necesita para trabajar adecuadamente (26).</p> <ul style="list-style-type: none"> -Grasas saturadas: Leche entera, chocolate, carne de pescado, aceite de palma, carne de pollo, res y de cerdo -Grasas trans: Empanadas, café, galleta, pizza, frituras, etc. -Polisacáridos: Aceite de oliva, palta, aceituna, frutos secos, leche de soja, nueces, pescado 	





3 min	¿Qué son las proteínas?	<p>Las proteínas se clasifican según su forma, su composición química y su contenido en aminoácidos esenciales.</p> <p>Función de las proteínas</p> <ul style="list-style-type: none"> -Plástica: constituyen el 80% del peso seco de las células, participan en la síntesis de nuevos tejidos durante el crecimiento y desarrollo, ante heridas o quemaduras. - Reguladora: forman parte de enzimas y hormonas que intervienen en las reacciones químicas de nuestro cuerpo. - Energética: las proteínas aportan 4 kcal por gramo. - Inmune: los anticuerpos que forman parte del sistema inmune son proteínas. - Regulación genética: las proteínas forman parte del material genético, como el ADN. - Transporte: mantienen el equilibrio de los líquidos corporales, además de formar parte de la hemoglobina y otras moléculas con funciones de conducción sanguínea (27). 	
1 min	¿En qué alimentos se encuentra la proteína?	<p>Fuentes alimentarias de proteínas</p> <ul style="list-style-type: none"> -De alto valor biológico: carne, pescado, huevo y leche. -De bajo valor biológico: están las legumbres como lentejas, garbanzos, judías; en lo que respecta a los cereales tenemos el arroz y los fideos; finalmente, en los frutos secos se encuentran las nueces y las almendras (28). 	
1 min	Ingesta recomendada	<ul style="list-style-type: none"> -La ingesta diaria es 0,8-1 g/Kg/día, consumiendo al día 2 o 3 raciones. - Un gramo de proteínas aporta 4 calorías. - Tiene que aportar el 15% del total de calorías de la dieta (28). 	
2 min	¿Qué es la fibra?	<p>La fibra dietética incluye las partes de los alimentos vegetales que el cuerpo no puede digerir o absorber. A diferencia de otros componentes de los alimentos, como las grasas, las proteínas o los carbohidratos, que el cuerpo descompone y absorbe, la fibra no es digerida por el cuerpo. En cambio, pasa intacta a través del estómago, el intestino delgado y el colon, y sale del cuerpo (29).</p>	
		<p>La fibra se clasifica comúnmente como soluble, que se disuelve en agua, o insoluble,</p>	


3 min	Clasificación de la fibra	<p>que no se disuelve, así tenemos:</p> <p>-Fibra soluble: Se disuelve en agua para formar un material gelatinoso. Puede ayudar a reducir los niveles de colesterol y glucosa en la sangre. En este tipo de fibra soluble se encuentra la avena, los guisantes, los frijoles, las manzanas, los cítricos, las zanahorias, la cebada.</p> <p>-Fibra insoluble: Este tipo de fibra promueve el movimiento del material a través del aparato digestivo y aumenta el volumen de las heces, por lo que puede ser ideal en aquellos que sufren de estreñimiento o en evacuaciones irregulares. Cabe recalcar que este tipo de fibra se halla en la harina de trigo integral, el salvado de trigo, los frutos secos, los frijoles y las verduras, como es el caso de la coliflor, los frijoles verdes y las papas (29,30).</p>	
2 min	Recomendación de la ingesta diaria de fibras en los adultos	<p>Según el Instituto de Medicina, que proporciona asesoramiento científico en temas relacionados con la medicina y la salud, hace las siguientes recomendaciones:</p> <p>50 años de edad o menos en los hombres es de 38 gramos y en las mujeres corresponde a 25 gramos, mientras que en los mayores de 51 años de edad el sexo masculino debe de consumir 30 gramos y en el femenino 21 gramos (30).</p>	
1 min	¿Qué son las vitaminas?	<p>Las vitaminas son un grupo de sustancias que son necesarias para el funcionamiento celular, el crecimiento y el desarrollo adecuado (31).</p>	
7 min	Clasificación de las vitaminas liposolubles	<p>Existen 13 vitaminas esenciales, que quiere decir que estas vitaminas se requieren para que el cuerpo funcione apropiadamente. En las que encontramos las siguientes:</p> <p>VITAMINAS LIPOSOLUBLES (31)</p> <p>Vitamina A:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Frutas de color oscuro - Hortalizas de hoja verde - Yema de huevo - Productos lácteos y leche enriquecidos (queso, yogur, mantequilla y crema de leche) - Hígado, carne de res y pescado <p>Vitamina D:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pescado (graso como el salmón, la caballa, 	

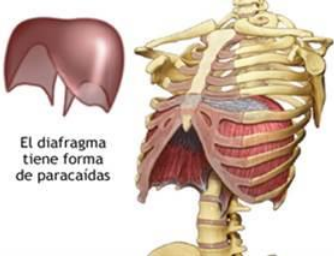

		<p>el arenque y la perca emperador)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aceites de hígado de pescado (aceite de hígado de bacalao) - Cereales enriquecidos - Productos lácteos y leche enriquecidos (queso, yogur, mantequilla y crema de leche). <p>Vitamina E:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aguacate - Hortalizas de hoja verde oscura (espinaca, brócoli, espárrago y hojas de nabo) - Margarina (hechas de aceite de cártamo, maíz y girasol) - Aceites (cártamo, maíz y girasol) - Papaya y mango - Semillas y nueces - Germen de trigo y aceite de germen de trigo <p>Vitamina K:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Repollo (col) - Coliflor - Cereales - Hortalizas de hoja verde oscura (brócoli, col de Bruselas y espárrago) - Verduras de hoja oscura (espinaca, col rizada, berza y hojas de nabo) <p>Pescado, hígado, carne de res y huevos</p>	
5 min	Clasificación de las vitaminas hidrosolubles parte I	<p>VITAMINAS HIDROSOLUBLES (31)</p> <p>Biotina:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Chocolate - Cereal - Yema de huevo - Legumbres - Leche - Nueces - Vísceras (hígado, riñón) - Carne de cerdo - Levadura <p>Folato:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Espárragos y brócoli - Remolacha - Levadura de la cerveza - Frijoles secos (moteado, blanco común, poroto, lima) - Cereales fortificados - Hortalizas de hoja verde (espinaca y lechuga romana) - Lentejas - Naranjas y jugo de naranja 	

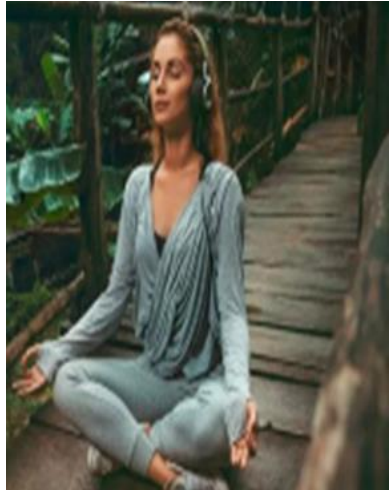


		<ul style="list-style-type: none"> - Mantequilla de maní - Germen del trigo <p>Niacina (vitamina B3):</p> <ul style="list-style-type: none"> - Palta - Huevos - Panes enriquecidos y cereales fortificados - Pescado (atún y peces de agua salada) - Carnes magras - Legumbres - Nueces - Papa - Carne de aves de corral 	
10 min	Clasificación de las vitaminas hidrosolubles parte II	<p>Ácido pantoténico:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aguacate - Brócoli, col rizada y otras hortalizas en la familia del repollo - Huevos - Legumbres y lentejas - Leche - Vísceras - Carne de aves de corral - Patata blanca y camote - Cereales de granos integrales <p>Tiamina (vitamina B1):</p> <ul style="list-style-type: none"> - Leche en polvo - Huevo - Pan y harina enriquecidos - Carnes magras - Legumbres (frijoles secos) - Nueces y semillas - Vísceras - Guisantes - Granos integrales <p>Piridoxina (vitamina B6):</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aguacate - Plátano - Legumbres (frijoles secos) - Carne de res - Nueces - Carne de aves de corral - Granos integrales <p>Vitamina B12:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Carne - Huevos - Alimentos fortificados como la leche de soya - Leche y productos lácteos - Vísceras (hígado y riñón) 	




		<ul style="list-style-type: none"> - Carne de aves de corral - Mariscos <p>Es importante recalcar que el cuerpo absorbe mucho mejor las fuentes animales de vitamina B12 que las vegetales.</p> <p>Vitamina C (ácido ascórbico):</p> <ul style="list-style-type: none"> - Brócoli - Coles de Bruselas - Repollo - Coliflor - Cítricos - Papa - Espinaca - Fresas <p>Tomate y jugo de tomate (31).</p>	
7 min	Cuidado personal	<p>Se tiene que tener cuidado, no olvidar, de llevar a cabo el aseo e higiene personal, porque tiene beneficios como estar activos, relajarnos, sacar carga negativa, mejorar nuestro entusiasmo, bajar el estrés, mejora la circulación, etc. También favorecerá el desarrollo de hábitos alimenticios adecuados (desarrollo personal), a la vez estar pendiente de las manifestaciones de malestar físico (bienestar físico). No debemos olvidar que es importante descansar para reponer energías, permite el relajamiento muscular y mental (32).</p>	
3 min	Higiene	<p>En los hábitos relacionados con el cuidado personal y así mismo previene enfermedades e infecciones. Como el lavado de manos, uso de gel antibacteriano, cambio de vestimenta, entre otros (33).</p> <p>Después se verá el siguiente video para reconocer el lavado de manos social. https://www.youtube.com/watch?v=Agv4Vk3liLc Para finalizar se aplicará una práctica con la aplicación de Kahoot. https://kahoot.it/challenge/03094182?challenge-id=42acd2bf-a5df-4464-952d-5722ad4d446c_1625679431552</p>	
8TAVA SESIÓN EDUCATIVA			
		<p>Se iniciará con una frase motivadora: “Hay situaciones en la vida en las que sufrimos golpes duros, sin embargo, está en nosotros reponernos y continuar con nuestra vida lo mejor que podamos” y se invitará a los</p>	

10 min	Video reflexivo sobre la autoestima	<p>participantes a realizar una reflexión de ello, mediante una participación voluntaria. Por otro lado, se visualizará un video acerca de una oveja, que a pesar de las dificultades que tiene en el transcurso de su camino, puede ver el lado positivo de las cosas, y puede salir adelante gracias al apoyo de sus amigos.</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=S1LEhmhxS0g</p> <p>Luego se realizará las siguientes preguntas de manera aleatoria:</p> <p>-¿Qué pudo observar en el video anterior?</p> <p>-¿Qué enseñanza te llevas del video?</p>	
5 min	¿Qué es la autoestima?	<p>La autoestima es la valoración, percepción o juicio positivo o negativo que una persona hace de sí misma en función de la evaluación de sus pensamientos, sentimientos y experiencias (34).</p>	
10 min	Las habilidades	<p>Así mismo se resalta el valor que tiene una persona sobre sus capacidades. Por ello, se motiva a los participantes que deben pensar positivamente para enfrentar retos, en la actitud, y confíen en ellos mismos como un concepto propio, para que se pregunten quién es, y se reconozcan sus habilidades, como sus debilidades para que tengan amor propio. Para tal fin se rescatarán las 40 habilidades que posee un ser humano (35).</p>	
10 min	Tipos de autoestima	<p><u>Alta autoestima</u></p> <p>Las personas con una alta autoestima se caracterizan por tener mucha confianza en sus capacidades. De este modo, pueden tomar decisiones, asumir riesgos y enfrentarse a tareas con una alta expectativa de éxito. A medida que nuestra autoestima sea mayor, nos sentiremos mejor preparados, con mayor capacidad y disposición para realizar diversas actividades.</p> <p><u>Baja autoestima</u></p> <p>Las personas con baja autoestima se pueden sentir inseguras, insatisfechas y sensibles a las críticas. Otra característica de las personas con baja autoestima puede ser la dificultad de mostrarse asertivas, es decir, de reclamar sus derechos de una manera adecuada. Hay que</p>	

		reconocer que hay niveles de autoestima y así se debe de reforzar para mejorar el amor de la persona con la ayuda de la pirámide de autoestima (34).	
30 min	FODA	<p>Para ello, cada participante escribirá lo que no se dice así mismo y lo que está orgulloso, deben de enviar respuestas de sentimientos positivos hacia uno mismo con el siguiente enlace.</p> <p>https://www.menti.com/hdrv8y8w5</p> <p>Es una herramienta que va a ayudar a identificar las fortalezas, debilidades, oportunidades y amenazas, esto permite para que ellos mismo puedan conocerse y mejorar sus debilidades, promocionando un cambio positivo en ellos (36,37).</p> <p>La palabra FODA son un acrónimo de las palabras fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas, es una matriz de análisis que permite diagnosticar la situación (38).</p> <p>-Prevé escenarios, observa soluciones, predice complicaciones, transforma a fortalezas y oportunidades.</p> <p>Para ello, los participantes reconocerán su FODA y lo escribirán en una hoja. Así mismo, preguntaremos si nos tomamos el tiempo de vernos al espejo, los cuidadores participarán de manera voluntaria, después de escuchar sus respuestas le recomendaremos que mirarnos al espejo puede ser una experiencia única, al vernos sonreiremos y nos diremos palabras agradables, que nos hagan sentir bien con nosotros mismos.</p> <p>Al finalizar responderán a las preguntas del cuestionario de google, ya que es una retroalimentación de la clase.</p> <p>https://forms.gle/WJmZAn6AxDpQazQ19</p>	 <p>El diagrama muestra una matriz de análisis FODA. En el centro hay una cruz formada por líneas horizontales y verticales. Los cuadrantes están etiquetados así: <ul style="list-style-type: none"> Arriba a la izquierda: Fortalezas (ícono de un músculo amarillo). Arriba a la derecha: Oportunidades (ícono de una bombilla verde con una marca de verificación). Abajo a la izquierda: Debilidades (ícono de un signo de menos en un círculo marrón). Abajo a la derecha: Amenazas (ícono de un planeta rojo con rayos). </p>
9VENA SESIÓN EDUCATIVA			

6 min	¿Qué es la respiración diafragmática?	<p>Antes de iniciar se realizará un cuestionario de google para identificar sus conocimientos previos acerca de la clase. https://forms.gle/CfyEKOtF9Rzgqaei7</p> <p>Es un tipo de respiración, con la finalidad de relajar por medio del diafragma, que es un músculo que se encuentra arriba de nuestro estómago y debajo de las costillas., en el que el estómago suba y baje. Los pulmones se llenan de aire y el diafragma presiona abajo y esto causa que el estómago se eleve (39). Por lo tanto, aplicarla nos trae beneficios como:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Reducir el dolor, el estrés, la ansiedad, la tensión muscular; así también la respiración es más lenta y mejora el ritmo cardiaco. 	
15 min	¿Cómo respirar por medio del diafragma?	<ol style="list-style-type: none"> 1. Posición cómoda 2. La mano al pecho, y otra en el estómago, esto para sentir el movimiento del estómago que va a subir y bajar. 3. Inhale aire por la nariz, en 3 a 5 segundos y de a poco permita que salga el aire de sus pulmones 4. Exhale el aire de igual manera de 3 a 5 segundos. 5. Esto se debe practicar hasta que su cuerpo se sienta relajado. <p>Recuerda:</p> <ul style="list-style-type: none"> - No hay que aguantarse la respiración - Es recomendable el uso de un reloj para saber cuánto tiempo se lleva respirando en segundos. - Se debe concentrar al respirar - Por último, si se siente mareado, que se quiere desmayar, respire normal (39). 	

6 min	¿Qué es la meditación?	<p>Antes de pasar al siguiente tema, uno de los participantes dirá la siguiente frase motivadora: “La práctica de la meditación puede ser una herramienta que cada persona puede usar para ayudar a lograr el éxito óptimo en sus vidas, acercándose más al verdadero individuo que debe ser.”, luego, de manera voluntaria, los participantes realizarán comentarios de qué sintieron al leer la frase, si conocen a personas que mediten o si tienen alguna experiencia meditando.</p> <p>Después se continuará con la definición de meditación, la meditación es una práctica de autocontrol, regula el cuerpo y la mente hacia un estado de profunda relajación. Estado de conciencia que se alcanza al dejar de pensar, todo es de manera pasiva, solo permitiéndola, sin responder (40).</p>	
6 min	Técnica de meditación	<ol style="list-style-type: none"> 1. Encontrar un lugar tranquilo y acogedor y poner música suave 2. Con los ojos abiertos, elegir un punto enfrente y dejar ahí la mirada, mientras poco a poco todas las distracciones van desapareciendo 3. Observar los pensamientos sin juzgarlos ni retenerlos 4. Crear pensamientos e imágenes positivas <p>Así mismo exhale e inhale, para que con la inhalación recargue energía (41).</p>	
5 min	Mantras	<p>Son sonidos que se repiten para enfocar a la mente y mejora la meditación. Para ello es ideal durante 15 a 20 minutos sentados con las piernas cruzadas (42).</p> <p>Sus principales beneficios son:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Aumentan la energía. ● Reduce el estrés y la ansiedad. ● Conectan con el momento presente. <p>Para ello, se hará escuchar una parte de las músicas que relajan y donde lo pueden encontrar.</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=v74vBauuzFI</p>	

3 min	Beneficios de la meditación	<ol style="list-style-type: none"> 1. Alivia la ansiedad y la depresión 2. Baja el ritmo de las pulsaciones 3. Combate el estrés 4. Fortalece el sistema inmunitario 5. Mejora la concentración, la motivación y la productividad <p>Combate el insomnio</p>	
5 min	Relajación muscular progresiva	<p>Es una técnica que relaja los músculos de su cuerpo, así mismo, ayuda a reducir la tensión o el estrés que tengan los músculos (43).</p> <p>Beneficios:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Disminuir el estrés ● Disminuir la frecuencia cardíaca ● Ayudar a controlar la ansiedad ● Reducir la tensión muscular ● Disminuir el dolor ● Sentirse más descansado ● Mejora de la digestión <p>Mejora de la concentración y el estado de ánimo</p>	
14 min	Fases de la relajación muscular progresiva	<p>Es un procedimiento de relajación. Se aplica entre 5 a 10 minutos de una vez a la semana. Tiene 3 fases</p> <p>-Primera fase:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Tensión y relajación, de 10 a 15 segundos en el rostro se debe fruncir el ceño, los ojos se deben cerrar, apretar y sentir la tensión del parpadeo, luego relajarlo; labios apretados, y la boca entre abierta y que la lengua esté flojo. 2. El cuello debe estar la cabeza hacia el pecho, espalda hacia adelante y codos atrás, brazos reposados en las piernas y manos, mientras se aprieta el puño 3. La parte del abdomen, hacer como se metiera la barriga y luego relajarlos 4. En las piernas, estirar una y el pie elevar llevando los dedos hacia atrás, luego relajar lento para luego repetir la acción con la otra pierna <p>-Segunda fase: Comprobar si todos los músculos están relajados</p> <p>-Tercera fase: Estado de calma. Imaginar que están la playa, el sonido, el olor al mar, el calor. Pero antes se debe estar relajado físicamente para que la</p>	

		<p>parte mental sea más fácil de practicar (44). Para finalizar se hará participar a un integrante para que mencione la siguiente frase: “El nivel fundamental de la meditación, es una forma de obtener una visión clara de quiénes somos y de qué se trata nuestra vida.” Y otro participante nos comentará que entendió de esta frase</p>	
--	--	--	--

BIBLIOGRAFÍA

1. Leucemia [Internet]. TopDoctors. 2020 [cited 2021 May 28]. Available from: <https://www.topdoctors.es/diccionario-medico/leucemia#>
2. ¿Qué causa la leucemia en niños? [Internet]. Cancer.org. 2019 [cited 2022 Apr 11]. Available from: <https://www.cancer.org/es/cancer/leucemia-en-ninos/causas-riesgos-prevencion/que-lo-cause.html>
3. ¿Qué es la Leucemia Linfoblástica Aguda? [Internet]. Ael.es. 2022 [cited 2022 Apr 11]. Available from: <http://www.ael.es/leucemia-linfoblastica-aguda-espana/2-que-es-la-leucemia-linfoblastica-aguda/>
4. ¿Se puede prevenir la leucemia en niños? [Internet]. Cancer.org. 2019 [cited 2022 Apr 11]. Available from: <https://www.cancer.org/es/cancer/leucemia-en-ninos/causas-riesgos-prevencion/prevencion.html>
5. Leucemia Linfoblástica Aguda [Internet]. Childrens missesota. 2019 [cited 2021 Oct 15]. Available from: <https://www.childrensmn.org/educationmaterials/parents/article/12256/leucemia-linfoblastica-aguda/>
6. Programa de tratamiento para la leucemia [Internet]. Massachusetts General Hospital. 2023 [cited 2023 Oct 28]. Available from: https://www.massgeneral.org/es/tratamientos/cancer/leucemia?utm_source=google&utm_medium=cpc&utm_campaign=mgh-international-latam-peru-cancer&utm_content=leukemia&utm_term=leucemia%20tratamiento&gclid=EAIaIQobChMI1sPBxOKZggMV-19IAB1dtwGqEAAYASAAEgIeJ_D_BwE
7. Dicenlen. Rol [Internet]. Dicenlen.eu. 2019 [cited 2023 Oct 28]. Available from: <https://www.dicenlen.eu/es/diccionario/entradas/rol>
8. Revista Somos Mamás. Roles Familiares: ¿Cuales son roles en la familia y su función? [Internet]. Revista Somos Mamás - Revista de maternidad y mujeres. 2019 [cited 2022 Apr 11]. Available from: https://www.somosmamas.com.ar/familia/roles-familiares/#Tipos_de_rol_familiares_Cuales_son_rol_en_la_familia_y_su_funcion

9. Familia y Derechos del Niño [Internet]. Humanium. 2018 [cited 2022 Apr 11]. Available from: <https://www.humanium.org/es/familia-derecho-nino/>
10. Convención sobre los Derechos del Niño [Internet]. 2020 [cited 2022 Apr 6]. Available from: https://www.unicef.org/peru/sites/unicef.org/peru/files/2019-01/convencion_sobre_los_derechos_del_nino__final.pdf
11. Congreso de la república [Internet]. 2020 [cited 2022 Apr 6]. Available from: https://leyes.congreso.gob.pe/Documentos/2016_2021/Proyectos_de_Ley_y_de_Resoluciones_Legislativas/PL05852-20200724.pdf
12. Congreso de la república [Internet]. 2020 [cited 2022 Apr 6]. Available from: https://www.leyes.congreso.gob.pe/Documentos/2016_2021/Proyectos_de_Ley_y_de_Resoluciones_Legislativas/PL05182-20200513.pdf
13. Sánchez Hernández, Arturo José. Los valores ético morales desde una perspectiva psicológica exposición [Internet].2020 [cited 2021 May 29]. Available from: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-81202006000300006
14. Ochoa de Alvarado, Iris. Los valores éticos y morales [Internet].2020 [cited 2021 May 29]. Available from: <https://es.slideshare.net/servpsicodivino/los-valores-eticos-y-morales>
15. Martinez, Catherine. Los 20 Valores Sociales Más Importantes [Internet].2020 [cited 2021 May 29]. Available from: <https://www.lifeder.com/valores-sociales/>
16. Dinámica: Los valores me sostiene. [Internet].2020 [cited 2021 May 29]. Available from: <https://www.youtube.com/watch?v=DjIX4pyGwLk>
17. La resiliencia. [Internet].2020 [cited 2021 May 29]. Available from: <https://www.elpradopsicologos.es/blog/resiliencia-resilientes/>
18. Rojas, Nancy. El estrés y sus efectos en el sistema inmunológico. [Internet]. 2018 [cited 2023 May 29];2(2):97–113. Available from: <https://reciamuc.com/index.php/RECIAMUC/article/view/81>
19. El estrés y su control ¿qué es el estrés? [Internet]. Available from: <https://instituciones.sld.cu/psicologiadelasalud/files/2020/05/14-Estr%C3%A9s.pdf>
20. Ansiedad [Internet]. MedlinePlus. 2021 [cited 2021 May 28]. Available from: <https://medlineplus.gov/spanish/anxiety.html>
21. Depresión [Internet]. MedlinePlus. 2021 [cited 2021 May 28]. Available from: <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/003213.htm>
22. Castellero Mimenza O. ¿Qué son las drogas legales y qué tipos existen? [Internet]. Psicología y Mente. 2018 [cited 2021 May 28]. Available from: <https://psicologiaymente.com/drogas/drogas-legales#:~:text=Así%2C reciben el nombre de,de conocerse sus posibles efectos>

23. García González J. Drogas ilícitas [Internet]. CEnDHIU. 2021 [cited 2021 May 28]. Available from: <https://www.uv.mx/cendhiu/general/drogas-ilicitas/>
24. Qué son los carbohidratos y cómo benefician la salud [Internet]. La Buena Nutrición. 2020 [cited 2022 Apr 11]. Available from: <https://labuenanutricion.com/blog/que-son-los-carbohidratos-benefician-la-salud/>
25. Qué son los minerales y para qué sirven los minerales, México [Internet]. Quaker Mexico. 2019 [cited 2022 Apr 11]. Available from: <https://quaker.lat/mx/articulos/tipos-de-minerales-y-su-funcion-en-la-alimentacion/>
26. Tipos de grasas [Internet]. Cigna.com. 2018 [cited 2023 Oct 11]. Available from: <https://www.cigna.com/es-us/knowledge-center/hw/tipos-de-grasas-aa160619>
27. Proteínas - Fundación Española del Corazón [Internet]. Fundaciondelcorazon.com. 2022 [cited 2022 Apr 11]. Available from: <https://fundaciondelcorazon.com/nutricion/nutrientes/810-proteinas.html>
28. Estilos de vida saludable - Proteínas [Internet]. Sanidad.gob.es. 2020 [cited 2022 Apr 11]. Available from: <https://estilosdevidasaludable.sanidad.gob.es/alimentacionSaludable/queSabemos/informacionAlimentos/macronutrientes/proteinas/home.htm>
29. Cómo incluir más fibra en tu dieta [Internet]. Mayo Clinic. 2021 [cited 2022 Apr 11]. Available from: <https://www.mayoclinic.org/es-es/healthy-lifestyle/nutrition-and-healthy-eating/in-depth/fiber/art-20043983>
30. Interactive Nutrition Facts Label [Internet]. Fda.gov. 2022 [cited 2022 Apr 11]. Available from: <https://www.accessdata.fda.gov/scripts/InteractiveNutritionFactsLabel/#intro>
31. Vitaminas: MedlinePlus enciclopedia médica [Internet]. Medlineplus.gov. 2020 [cited 2022 Apr 11]. Available from: <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/002399.htm#:~:text=Las%20vitaminas%20son%20un%20grupo,que%20el%20cuerpo%20funcione%20apropiadamente.>
32. Cuidado personal [Internet]. Fundación Iberoamericana. 2022 [cited 2022 Apr 11]. Available from: <https://www.down21.org/desarrollo-personal/122-vida-independiente/1001-vivienda-y-calidad-de-vida.html?start=4>
33. Pérez M. Higiene [Internet]. 2021 [cited 2021 May 28]. Available from: <https://conceptodefinicion.de/higiene/>
34. Martínez A. Autoestima [Internet]. 2021 [cited 2021 May 28]. Available from: <https://conceptodefinicion.de/autoestima/>

35. Habilidades de una persona que son extremadamente valiosas [Internet]. Significados. Significados; 2022 [cited 2022 Apr 11]. Available from: <https://www.significados.com/habilidades-de-una-persona/>
36. ¿Qué es el análisis FODA o DAFO? [Internet]. Entrepreneur. 2021 [cited 2021 May 29]. Available from: <https://www.entrepreneur.com/article/263492>
37. Análisis FODA [Internet]. Occmundial. 2021 [cited 2021 May 29]. Available from: <https://www.occ.com.mx/blog/que-es-un-analisis-foda-y-como-se-hace/>
38. Guía fundamental del Análisis DAFO [Internet]. Infoautonomos. 2018 [cited 2023 May 29]. Disponible en: <https://www.infoautonomos.com/plan-de-negocio/analisis-dafo/>
39. Respiración diafragmática [Internet]. 2020 [cited 2021 May 29]. Available from: <https://www.uncmedicalcenter.org/app/files/public/9909ae9f-8f46-41d0-a1c7-e48b0ed83e41/pdf-medctr-rehab-diaphbreathingspanish.pdf>
40. ¿Qué es la Meditación sus formas y para qué sirve? [Internet]. Instituto Salamanca. 2020 [cited 2022 Apr 11]. Available from: <https://institutosalamanca.com/blog/que-es-la-meditacion-sus-formas-y-para-que-sirve/>
41. Meditación guiada de relajación profunda [Internet]. Clyfford Still Museum. 2020 [cited 2021 May 29]. Available from: <https://clyffordstillmuseum.org/educators-families/educator-resources-and-development/meditacion-guiada-de-relajacion-profunda/>
42. Mantra | Qué es, usos y beneficios, yoga [Internet]. Xuan Lan. 2020 [cited 2022 Apr 11]. Available from: <https://xuanlanyoga.com/mantra/>
43. Efecto del relajamiento muscular progresivo en el estrés y bienestar en el trabajo de enfermeros hospitalarios. Enferm Glob [Internet]. 2020 [cited 2023 May 29];19(58):466–93. Available from: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412020000200015
44. Fundación Pasqual Maragall. La técnica de la relajación muscular progresiva paso a paso [Internet]. Fpmaragall.org. 2021 [cited 2022 Apr 11]. Available from: <https://blog.fpmaragall.org/relajacion-muscular-progresiva>

ANEXO N°8

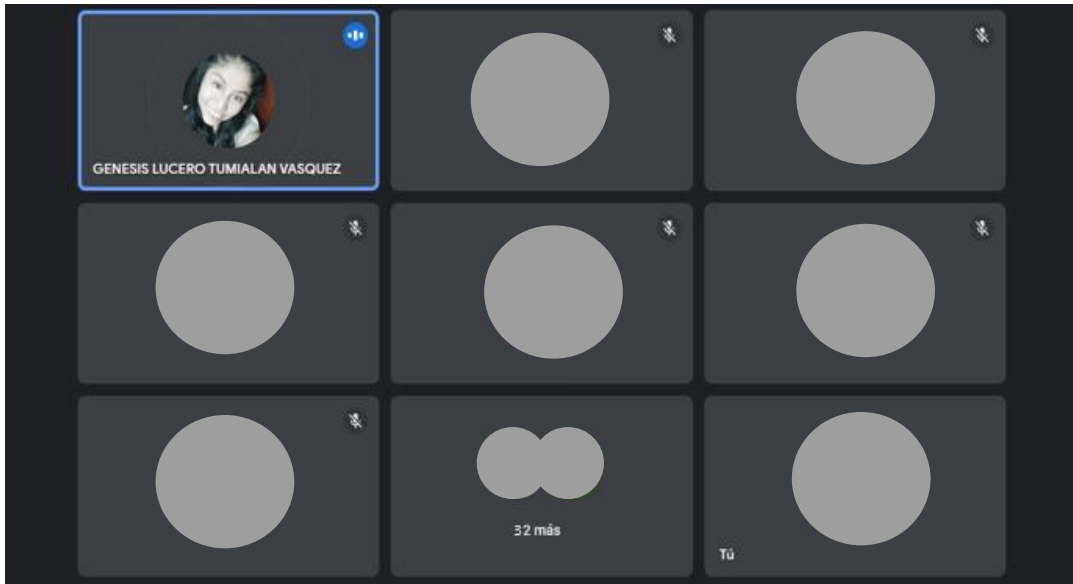
Puntaje de afrontamiento y adaptación en el pre test y post test

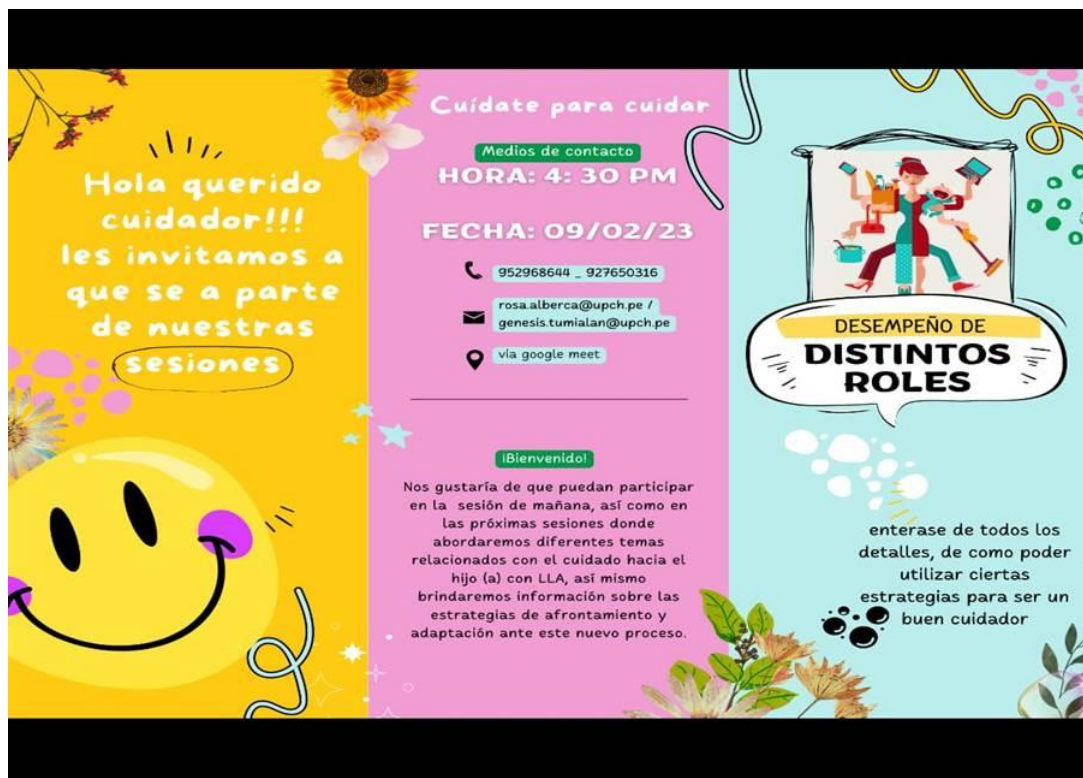
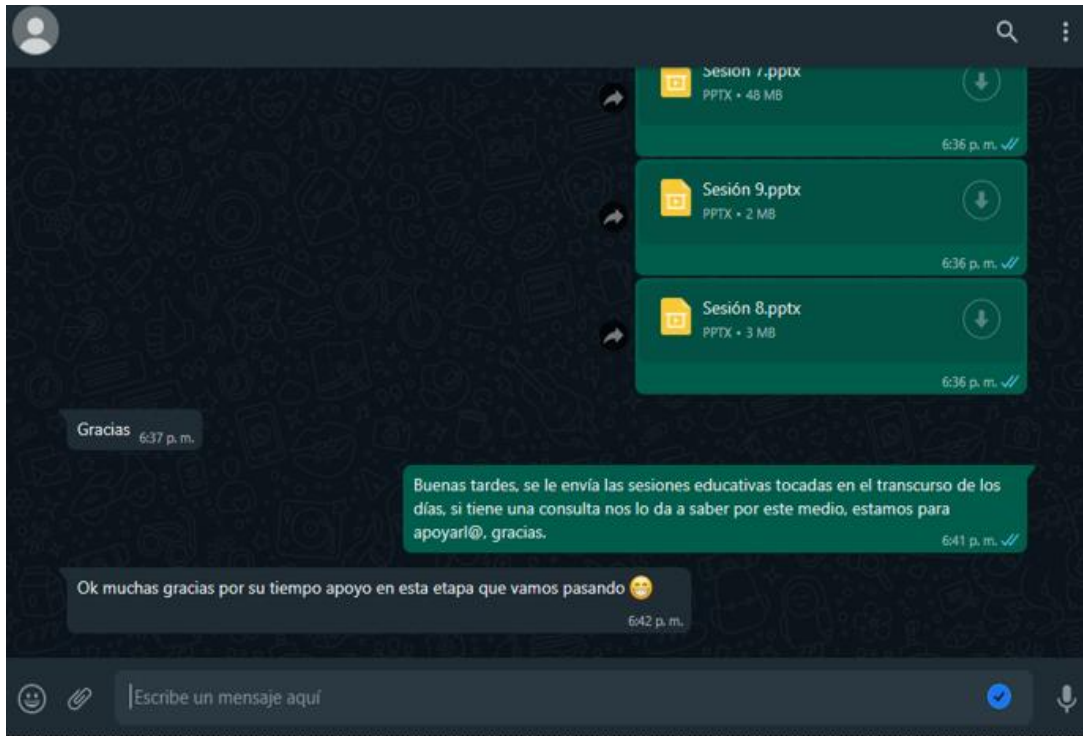
Participante	Nivel de afrontamiento y adaptación	
	Pre Test	Post Test
1	81	122
2	112	154
3	82	124
4	114	161
5	158	161
6	76	119
7	82	120
8	109	119
9	82	113
10	107	123
11	82	116
12	113	123
13	114	115
14	81	114
15	98	117
16	73	118
17	111	113
18	104	117
19	78	121
20	110	118
21	76	82
22	111	115
23	113	117
24	112	115
25	66	70
26	118	137
27	119	124
28	111	111
29	118	135
30	81	82
31	107	135
32	111	141
33	80	126
34	80	111
35	78	123
36	67	117
37	114	142
38	105	121
39	123	127
40	80	104
41	107	115
42	82	82

43	117	117
44	110	112
45	118	123
46	141	144
47	114	117

ANEXO N°9

Sesiones educativas virtuales realizadas en el mes de febrero 2023





ANEXO N°10

Datos sociodemográficos de los cuidadores primarios en el servicio de pediatría del Instituto Nacional De Enfermedades Neoplásicas (INEN) – 2023

Tabla 1. Perfil sociodemográfico de los cuidadores primarios que asisten al programa “¡Cuídate, para cuidar!”, Agosto 2022 – Enero 2023

Perfil sociodemográfico	n = 47	100%
Edad	40.17 ± 11.56	
Promedio ± DE (Intervalo)	(25 – 60)	
Sexo		
Femenino	37	78.7
Masculino	10	21.3
Grado de instrucción		
Analfabeto	0	0
Primaria Completa	6	12.8
Primaria Incompleta	1	2.1
Secundaria Completa	21	44.7
Secundaria Incompleta	9	19.1
Superior Completo	2	4.3
Superior Incompleto	8	17.0
Procedencia		
Costa	24	51.1
Sierra	14	29.8
Selva	9	19.1
Estado civil		
Soltero(a)	5	10.6
Casado(a)	13	27.7
Conviviente	28	59.6
Divorciado(a)	1	2.1
Viudo(a)	0	0
Parentesco con el paciente		
Mamá	37	78.7
Papá	10	21.3

Hermano(a)	0	0
Otros	0	0
Tiempo dedicado al cuidado		
Hasta los 6 meses	47	100
7 a 18 meses	0	0
19 a 36 meses	0	0
37 a más	0	0
Ocupación		
Estudiante	0	0
Ama de casa	19	40.4
Trabajo independiente	20	42.6
Jubilado	0	0
Profesional	1	2.1
Desempleado	5	10.6
Otros	2	4.3

Fuente: Cuestionario sobre nivel de capacidad de afrontamiento y adaptación aplicado, 2023