Universidad Nacional Mayor de San Marcos
Universidad del Perú. Decana de América
Facultad de Medicina
Escuela Profesional de Enfermería

Conocimientos y prácticas de autocuidado frente al COVID-19 en vendedores de un mercado del distrito de Comas, Lima. 2020

TESIS

Para optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería

AUTOR

Ana Geraldine RODRIGUEZ LINARES

ASESOR

Mg. Juana Matilde CUBA SANCHO

Lima, Perú

2021



Reconocimiento - No Comercial - Compartir Igual - Sin restricciones adicionales

https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/

Usted puede distribuir, remezclar, retocar, y crear a partir del documento original de modo no comercial, siempre y cuando se dé crédito al autor del documento y se licencien las nuevas creaciones bajo las mismas condiciones. No se permite aplicar términos legales o medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otros a hacer cualquier cosa que permita esta licencia.

Referencia bibliográfica

Rodriguez A. Conocimientos y prácticas de autocuidado frente al COVID-19 en vendedores de un mercado del distrito de Comas, Lima. 2020 [Tesis de pregrado]. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Medicina, Escuela Profesional de Enfermería; 2021.

Metadatos complementarios

Datos de autor	
Nombres y apellidos	Ana Geraldine Rodriguez Linares
DNI	75154944
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0001-6964-5067
Datos de asesor	
Nombres y apellidos	Juana Matilde Cuba Sancho
DNI	6756074
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0002-9803-1571
Datos de investigación	
Línea de investigación	No aplica
Grupo de investigación	Salud Integral Madre Niño, Adolescente Y Responsabilidad Social
Agencia de financiamiento	Autofinanciamiento
Ubicación geográfica de la investigación	Mercado Modelo La Alborada País: Perú Departamento: Lima Provincia: Lima Distrito: Comas Dirección: Trebol, Comas 15313
Año o rango de años en que se realizó la investigación	Octubre 2020 – Abril 2021
URL de disciplinas OCDE	Enfermería http://purl.org/pe-repo/ocde/ford#3.03.03

UNMSM Firmado digitalmente por FERNANDEZ GIUSTI VDA DE PELLA Alicia Jesus FAU 20148092282 soft Motivo: Soy el autor del documento Fecha: 04.06.2021 15:39:14 -05:00

UNMSM Firmado digitalmente por LOLI PONCE Rudi Amalia FAU 20148092282 soft Motivo: Soy el autor del documento Fecha: 03.06.2021 11:51:01 -05:00

UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS
FACULTAD DE MEDICINA
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS EN MODALIDAD VIRTUAL PARA OPTAR EL TÍTULO LICENCIADA EN ENFERMERÍA

1. FECHA DE LA SUSTENTACIÓN 07/05/2021

HORA INICIO : 11.36 Hrs.

HORA TÉRMINO : 12.53 Hrs.

2. MIEMBROS DEL JURADO

PRESIDENTE : Dra. Edna Ramirez Miranda

MIEMBRO : Lic. Esp. Domitila Esteher Canchari Candela

MIEMBRO : Mg. Herminia Magali Mendoza Ortega

ASESOR : Mg. Juana Matilde Cuba Sancho

3. DATOS DEL TESISTA

APELLIDOS Y NOMBRES : Ana Geraldine Rodriguez Linares

CODIGO : 16010396

R.R. DE GRADO DE BACHILLER NÚMERO: 005037-2021-R/UNMSM (27/05/2021)

TÍTULO DE LA TESIS:

"CONOCIMIENTOS Y PRÁCTICAS DE AUTOCUIDADO FRENTE AL COVID-19 EN VENDEDORES DE UN MERCADO DEL DISTRITO DE COMAS, LIMA. 2020"

4. RECOMENDACIONES

Datos de la plataforma virtual institucional del acto de sustentación:
https: //us02web.zoom.us/j/81305065653?pwd=ZzI1cUF1RmErdDVxUjRNNXEyazMvUT09
ID: 81305065653
Grabación archivada en: Escuela Profesional de Enfermería

5. NOTA OBTENIDA: 16 (Dieciséis)

6. PÚBLICO ASISTENTE: (Nombre, apellido y DNI)

- Dra. RUDI AMALIA LOLI PONCE (directora) DNI 07135002
- Mg. EDITH NOEMI CALIXTO DE MALCA (docente) DNI 06594831
- CLAUDIA SOFÍA QUISPE PACHECO DNI 70946716
- JUDAH DAHIZÉ SALHUANA GIL DNI 77331533

7. FIRMAS DE LOS MIEMBROS DEL JURADO

Firma	**Firma**
Dra. Edna Ramirez Miranda DNI 9398149	Lic. Domitila Esteher Canchari Candela DNI 6204369
PRESIDENTA	**MIEMBRO**

Firma	**Firma**
Mg. Herminia Magali Mendoza Ortega DNI 20719206	Mg. Juana Matilde Cuba Sancho DNI 6756074
MIEMBRO	**ASESOR(A)**

CONOCIMIENTOS Y PRÁCTICAS DE AUTOCUIDADO FRENTE AL COVID-19 EN VENDEDORES DE UN MERCADO DEL DISTRITO DE COMAS, LIMA. 2020

Resumen

Objetivo: Determinar los conocimientos, y prácticas del autocuidado frente al COVID 19 en vendedores del mercado modelo “La Alborada” Comas – 2020

Método: Se realizó un estudio de tipo cuantitativo, descriptivo y de corte transversal, la población fue de 60 vendedores. Se utilizó como técnica la encuesta, y como instrumento, cuestionario validada por juicio de expertos.

Resultados: Respecto al conocimiento de los vendedores, el 82.2% (37) de los encuestados, presentan un nivel de conocimientos medio, sin embargo, el 17.8 % (8) presentan un nivel de conocimiento alto. En relación a las prácticas de los vendedores, el 66.7% (30) presentan practicas adecuadas, sin embargo, el 33.3% (15) presentan practicas inadecuadas.

Conclusiones: La mayoría de los vendedores presentan un nivel de conocimiento medio sobre fisiopatología, síntomas, y medidas de prevención, sobre el autocuidado para prevenir el covid 19, y la mayoría de vendedores presentan practicas adecuadas, sin embargo, existe un nudo critico considerando que existe un tercio de los vendedores que presentan practicas inadecudas de autocuidado.

Palabras claves: conocimiento, practicas, COVID 19, medidas de prevención, autocuidado

Abstract

Objective: Determine the knowledge and practices of self-care against covid 19 in vendors of the model market "La Alborada" Comas – 2020

Method: A quantitative, descriptive and cross-sectional study was carried out, the population was 60 vendors. The survey was used as a technique, and as an instrument, a questionnaire validated by expert judgment

Results: Regarding the knowledge of the sellers, it is observed that 82.2% (37) of the respondents present a medium level of knowledge, however, 17.8% (8) present a high level of knowledge. Regarding the practices of the sellers, it is observed that 66.7% (30) present adequate practices, however, 33.3% (15) present inadequate practices.

Conclusions: Most vendors present a medium level of knowledge about pathophysiology, symptoms, and prevention measures, about self-care to prevent covid 19, and most vendors present adequate practices, however, there is a critical knot considering that there is a third of salespeople who have inadequate self-care practices.

Keywords: knowledge, practices, covid 19, prevention measures, self-care

DEDICATORIA

A Dios, por cuidarme en todo momento, y darme la fortaleza que necesito para seguir adelante.

A mi papá Francisco, el motivo de mi vida, por su amor, paciencia, y apoyo incondicional, quien me formo con valores y principios, todo lo que soy y tengo es gracias a él.

A mis hermanos, por permanecer conmigo en todo momento, y brindarme de su apoyo incondicional.

AGRADECIMIENTO

A mi asesora Mg. Juana Cuba por su apoyo incondicional en todo este proceso, y por los conocimientos brindados para la realización de la presente investigación.

A mis docentes, por su tiempo y conocimientos brindados en mi proceso formativo, como profesional y ser humano.

A mis compañeros y amigos, quienes me acompañaron en toda mi formación universitaria.

ÍNDICE

RESUMEN……iii
ABSTRACT……iv
DEDICATORIA……v
AGRADECIMIENTO……vi
I. INTRODUCCIÓN……1
1.1. Planteamiento del problema……1
1.2. Objetivos……..4
1.3. Importancia y alcance de la investigación……..……5
II. REVISIÓN DE LA LITERATURA……..6
2.1. Antecedentes del estudio……..6
2.2. Bases teóricas……8
2.2.1. Generalidades del conocimiento ……...8
2.2.1.1. Conocimiento acerca del COVID – 19……8
a. Definición…… ..9
b. Cuadro clinico……9
c. Epidemiologia……9
d. Fisiopatología……10
e. Transmisión…… ..10
f. Diagnostico……11
g. Tratamiento……12
h. Prevención……13
2.2.1.2. Conocimiento acerca del autocuidado…… ...13
a. Teoría del Déficit de autocuidado – Dorothea Orem……..13
2.2.2. Generalidades de la practica ……....14
2.2.2.1. Guía para planificación, coordinación e implementación de acciones de detección, aislamiento y seguimiento clínico de las personas afectadas por COVID 19, en mercados de abasto – rm295-2020……14
a. Acciones preventivas de infecciones en los mercados……..15
b. Acciones preventivas especificas contra el COVID 19……15
c. Acciones de prevención de los usuarios……16

d. Acciones de prevención de los comerciantes ……16
e. Acciones de prevención al ingreso del mercado……16
f. Manejo de residuos sólidos……..…..17
g. Intervenciones de salud pública en los mercados……...17

2.2.3. Intervención del profesional de enfermería ……17
2.3. Definición operacional de término……..…18
III. HIPÓTESIS Y VARIABLES…… 19
3.1. Hipótesis……19
3.2. Variables……19
IV. METERIALES Y MÉTODOS……20
4.1. Tipo y método de investigación…….……20
4.2. Diseño de investigación……..…….20
4.3. Sede de estudio……20
4.4. Población y muestra……20
4.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos ……..21
4.6. Procedimientos de recolección y procesamiento de datos……21
4.7. Análisis estadístico……21
4.8. Consideraciones éticas……22
V. RESULTADOS……23
VI. DISCUSIÓN……29
VII. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES……32
VIII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS……34
ANEXOS…………38

I. INTRODUCCION

1.1. Planteamiento del Problema

La Organización Mundial de la Salud (OMS), define a la salud como el estado de completo bienestar físico, psíquico y social, y no solamente la ausencia de enfermedades, para lograr este bienestar en el ser humano es necesario que la persona sea responsable de su autocuidado, el cual es conceptualizado según la OMS como la capacidad que tiene el ser humano para saber actuar frente a posibles problemas de salud, previniendo enfermedades, y promocionando la salud, con o sin el apoyo del personal sanitario, en diferentes circunstancias y escenarios de la vida. (1)

Actualmente el mundo vive una de las crisis sanitarias más fuertes de la historia, la aparición de la enfermedad, el Coronavirus (COVID-19) el cual afecta no solo el sistema de salud, y la economía de cada país, comunidad, familia, y persona, sino también perjudica la dimensión social, paralizando el trabajo diario, y produciendo grandes cambios en la vida del hombre (2), un acontecimiento que está marcando un hito en la historia mundial, y que resalta la importancia del sector salud, y los mecanismos de autocuidado como primera línea de defensa ante esta pandemia.

El Coronavirus se originó en la ciudad de Wuhan, en la región china de Hubei, el 31 de diciembre de 2019, se presentaron 27 casos de neumonía de etiología desconocida hasta ese momento, sin embargo, el común de estas personas, fue que eran trabajadores de un mercado que vendía carnes y animales vivos de diferentes especies (3). Fue el 7 de enero del 2020 que las autoridades chinas confirmaron que identificaron el agente causal del brote, confirmando que se trataba de un nuevo tipo de coronavirus, nunca antes presentado en el hombre (3); es por ello que resultó tan difícil controlar la enfermedad en ese momento, porque se peleaba contra un enemigo que no se conocía bien, aunque actualmente ya existe muchos estudios que nos explican un poco más sobre el virus, aún no hay respuestas a muchas interrogantes.

Según estudios realizados, la gran capacidad que tiene el virus para contagiar a tantas personas, es precisamente por su mecanismo de transmisión, ya que puede transmitirse por contacto directo, indirecto o estrecho con personas infectadas del virus, a través de las secreciones contaminadas, como la saliva, secreciones respiratorias o las gotículas respiratorias, que se expulsan cuando una persona infectada tose, estornuda, habla o canta, es necesario precisar que el virus puede mantenerse activo en las superficies por horas o días, dependiendo el material de la superficie, pudiendo producir así el contagio, por objetos contaminados (4).

En la actualidad hasta el día 4 de mayo del 2021, a nivel mundial el número de contagios ascienden a 154 371 149, de los cuales aproximadamente 3 227 968 personas fallecieron. (5)

Según estadísticas de la sala situacional COVID – 19 del Ministerio de Salud, hasta la fecha del 3 de mayo del 2021, se obtuvieron 11 348 411 muestras, 62 674 fallecidos, Y 1 818 689 personas positivo a coronavirus, siendo 774 553 personas de Lima Metropolitana (6), de las cuales el 50% se concentran en siete distritos del total de la capital; San Juan de Lurigancho, Cercado de Lima, San Martin de Porres, Comas, Villa el Salvador, Jesús María y San Juan de Miraflores. Resulta importante resaltar que algunos de estos distritos son los más poblados, y tienen la mayor cantidad de hospitales Covid (7).

El 8 de mayo del 2020 en la conferencia de prensa que realizo el presidente Martin Vizcarra, manifestó lo siguiente: “los principales focos de contagio son los mercados, bancos y los vehículos de transporte. En cada uno de esos tres espacios de contagio tenemos que intervenir” (8), esta situación es corroborada por estadísticas y otras fuentes de información, a continuación, presentada.

Según la prensa escrita informan que los mercados son los principales focos de contagio de coronavirus en toda América, describiendo que:

el principal mercado de alimentos de la ciudad de México registra docenas de casos de contagios a la semana, sin embargo, las estrategias que se implantaron tuvo resultados; instalaron su propio centro de pruebas, área de triaje, e hicieron seguimiento a los contactos de personas infectadas, reduciendo así las cifras semanales de contagio. En Venezuela – Maracaibo, el mercado de las Pulgas fue considerado como la fuente de mayor brote de esa provincia, responsable de 400 contagios de 580 que se presentaron en ese lugar (9).

En el Perú, los mercados constituyen una de las principales fuentes de empleo del país, y existen aproximadamente más de 2600 centros de abastos a nivel nacional, concentrándose el 43%(1122) de los mercados en Lima, el 6.5%(171) en la provincia del Callao, etc. (10). En la capital de Lima, el distrito de San Juan de Lurigancho concentra el 11%(123) de mercados, San Martin de Porres el 10.5%(118), Ate el 6.1% (69), San Juan de Miraflores el 5.7% (64), Villa María del Triunfo el 5.2% (58) y Los Olivos 5% (56), y el distrito de Comas con 47 mercados (11).

A finales de abril se realizaron pruebas de descarte de covid 19 en el mercado Caquetá ubicado entre el Centro de Lima y San Martin de Porres, donde se encontraron 163 personas infectadas, quienes representan casi el 20% del total, asimismo en el Mercado de Frutas se encontraron que el 80% de vendedores estaban infectados (12). En Comas en el mercado Unicachi se realizó la prueba de covid a 165 comerciantes, de los cuales el 47%(78) dieron positivo (13).

En este contexto en el mercado alborada ubicada en el distrito de Comas que cuentan con 60 vendedores aproximadamente se observó: al ingresar al mercado hay un hombre que toma la temperatura y proporciona alcohol, sin embargo, en muchas ocasiones no realiza el procedimiento, y las personas pasan de largo, vendedores y usuarios con las mascarillas mal colocadas, y por momentos sin mascarillas,

puestos que no cuentan con un dispensador de agua, usuarios que no mantienen el distanciamiento social, al interactuar con ellos refieren; “en el mercado no nos han hecho el descarte de covid, y hacerlo particularmente cuesta”, “a pesar que me eh sentido mal, eh tenido que venir a trabajar porque necesito el dinero para mantener a mi familia”, “ siempre uso la mascarilla pero incomoda mucho y me ahoga”.

Ante esta realidad se formularon algunas interrogantes: ¿Los vendedores de los mercados se constituyen en un foco contagio?, ¿los vendedores conocen las medidas preventivas para evitar el covid?, ¿los vendedores cumplen con las medidas preventivas para evitar el covid?, ¿Han desarrollado estrategias de prevención para todo el mercado?, ¿el personal de salud de la jurisdicción adopto medidas sanitarias para evitar el contagio ?; considerando que la prevención personal es importante para evitar la propagación del covid 19 es que se planteó la siguiente pregunta de investigación

Formulación Del Problema

¿Cuáles son los conocimientos y prácticas de autocuidado frente al covid 19 en vendedores del mercado “La Alborada” Comas – 2020?

1.2. Objetivos

General

- Determinar los conocimientos, y prácticas de autocuidado frente al COVID 19 en vendedores del mercado “La Alborada” Comas – 2020

Específicos

- Identificar el nivel de conocimientos sobre la fisiopatología del COVID 19 que tienen los vendedores
- Identificar el nivel de conocimientos sobre la transmisión del COVID 19 que tienen los vendedores
- Identificar el nivel de conocimientos sobre el cuadro clínico del COVID 19 que tienen los vendedores

- Identificar el nivel de conocimientos sobre las medidas de prevención del COVID 19 que tienen los vendedores
- Identificar las prácticas de autocuidado frente al Covid 19 en vendedores de un mercado

1.3. Importancia y alcance de la investigación

La importancia de la investigación radica en que se está abordando una problemática que afecta a toda la población a nivel mundial, el cual no hace diferencia de grupos etarios, u estratos sociales; responsable de altas tasas de mortalidad y morbilidad, costo económico, social, y sufrimiento; asimismo causante de una de las mayores crisis sanitarias que está marcando un hito en la historia.

La investigación se realiza con la finalidad de brindar información valida y confiable a las autoridades de salud, para que, a partir de ello, se pueda generar estrategias de información, comunicación y educación a la población en general y específicamente para los vendedores, el cual permita contribuir al descenso de los contagios. Asimismo, resulta necesario para el profesional de enfermería conocer sobre esta problemática, ya que es el principal profesional que está en primera línea de defensa, capacitado en el primer nivel de atención, promoción de la salud y prevención de enfermedades, responsable del cuidado de la persona, y principal educador de la salud y contribuyente al cambio de estilos de vidas.

1.4. Limitaciones de la investigación

- Al estar la investigación relacionada a una enfermedad relativamente nueva, hay limitados antecedentes.
- El contexto socio-sanitario en el que nos encontramos, limita poder recopilar mayores datos, por el tiempo de exposición al que el investigador se somete.
- El contexto socio-sanitario en el que nos encontramos, redujo la población en estudio, es decir hay muchos vendedores que optaron por cerrar sus negocios, etc

II. REVISION DE LA LITERATURA

2.1. Antecedentes del estudio

2.1.1. A nivel nacional

- Castañeda S, en el año 2020, en Lima, realizo un estudio titulado: "Conocimiento sobre medidas preventivas frente al covid-19 en comerciantes del mercado de Villa María del Perpetuo Socorro". Estudio cuantitativo, descriptivo, y de corte trasversal. Población conformada por 76 comerciantes. Técnica utilizada, encuesta y el instrumento, cuestionario. Se llegó a las siguientes conclusiones:

  "El conocimiento total sobre medidas preventivas frente al covid19 en comerciantes, predomino en la mitad el nivel de conocimiento bajo, agregado a ello, solo un poco menos de un tercio presenta nivel de conocimiento alto (…)". (14).

- Ruiz M, y otros, en el año 2020, en Huánuco, realizaron un estudio titulado: "Conocimientos y actitudes frente a la COVID-19 en los ciudadanos de la zona urbana de Huánuco". Estudio cuantitativo, descriptivo, y de corte transversal. Población conformada por 291 ciudadanos, Y la muestra fueron 168 ciudadanos, seleccionados por un muestreo probabilístico, aleatorio. La técnica utilizada fue encuesta, Instrumento cuestionario. Se llegó a las siguientes conclusiones:

  "Existe relación entre los conocimientos y el tipo de actitudes frente a la COVID-19 en los ciudadanos de la zona urbana de Huánuco, es decir existen desconocimiento y a su vez la gran mayoría evidenció actitudes negativas (…)". (15).

- Miranda J, en el año 2020, en Lima, realizo un estudio titulado: "Nivel de conocimiento sobre medidas de bioseguridad en comerciantes del mercado chacra colorada". Estudio cuantitativo, descriptivo. Población conformada por 120 comerciantes. Técnica

encuesta, instrumento cuestionario. Se llegó a las siguientes conclusiones:

> *"El nivel de conocimiento sobre medidas de bioseguridad en comerciantes del mercado Chacra Colorada presento el 0% un nivel bajo, 22% un nivel medio y 78% un nivel alto (…)". (16)*

2.1.2. A nivel internacional

- Rodríguez M, en al año 2020, en Cuba, realizo un estudio titulado: "Conocimientos sobre la COVID 19 en pacientes del CMF No. 12 y acciones preventivas del trío de pesquisa". Estudio descriptivo. Población conformada por 583 pacientes mayores de 15 años. Técnica encuesta, instrumento cuestionario. Se llegó a las siguientes conclusiones:

  > *"Bajo nivel de conocimiento teóricos sobre la Covid-19, siendo más relevante la vía de trasmisión, desconocen las diferentes vías de trasmisión; y la mayoría usa la mascarilla de manera incorrecta (…)". (17)*

- Ríos C, en el año 2020, en Paraguay, realizo un estudio titulado: "Conocimientos, actitudes y prácticas hacia COVID-19 en paraguayos el periodo de brote: una encuesta rápida en línea". Estudio transversal. Población 3141 nacionales. Técnica fue un cuestionario virtual de google forms, instrumento de Bao-Liang. Se llegó a las siguientes conclusiones:

  > *"El conocimiento sobre COVID-19 en la población paraguaya durante el brote fue aceptable, las actitudes han sido en su mayoría favorables y las prácticas en su mayoría adecuadas (…)". (18)*

- Peña D, y otros, en el año 2021, en Ecuador, realizaron un estudio titulado: "Conocimiento, actitud y práctica sobre CoVID-19 en un barrio al suroeste de Guayaquil". Estudio cuantitativo descriptivo de

corte transversal. Población conformada por 546 jóvenes, muestra aleatoria de 303 participantes. La técnica utilizada fue encuesta, instrumento cuestionario. Se llegó a las siguientes conclusiones:

> *"la encuesta CAP COVID 19 evidencia de conocimiento de la enfermedad, transmisión, medidas preventivas, pero no saben cuál es el nombre del agente causante de la enfermedad pandémica, (…), en cuanto a las practicas, la mayoría de los encuestados evita lugares públicos, sin embargo, gran población no usa la mascarilla adecuadamente (…)". (19)*

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Generalidades del Conocimiento

Mario Bunge define el conocimiento como una gama de enunciados, conceptos, ideas; que podría ser, preciso, ordenados, claro, o, vago e inexacto. La clasificación que propone es; Conocimiento científico, es racional, cuantitativo, objetivo, sistemático y se puede corroborar a través de la experiencia. El conocimiento vulgar, es vago, inexacto, y limitado a la observación (20). Según el Ministerio de salud, aborda el termino: "traducción del conocimiento" y lo define como: "E*l intercambio y la aplicación del conocimiento* en el fortalecimiento de los sistemas de salud y en mejorar la salud de las personas" (21). De tal manera; Nina Van Der Stuyft, concluye en su investigación; "Traducción del conocimiento", que existen dos elementos básicos, la información, y la acción, explicando que la acción sustenta o promueve la práctica de salud, haciendo uso de la información (21) . Asimismo, presenta el modelo de Levis et. Quien postula cinco interrogantes para una trasferencia de conocimientos más eficientes, las cuales son; "¿Qué información debo transferir?, ¿A quién debería transferir la información?, ¿Por quién debería ser transferido?, ¿Cómo debería ser transferido?, y ¿con que objeto debería ser transferido?" (22).

A. Conocimiento acerca del covid

a. Definición

El Covid 19 es una enfermedad infecciosa, causada por el coronavirus, descubierto recientemente, el virus causa enfermedades tanto en animales como humanos, en las personas provoca infecciones respiratorias comunes o graves, se puede presentar como un resfriado, o desencadenar un síndrome respiratorio severo.

Tanto el virus como la enfermedad eran desconocidos hasta antes que se presentara el brote en China, en diciembre del 2019, sin embargo, actualmente afecta a muchos países del mundo (23).

b. Cuadro clinico

Los síntomas más comunes por covid 19 son, la tos seca, fiebre, cansancio, algunos pacientes presentan dolores de espalda, malestar general, congestión nasal, dolor de cabeza, dolor de garganta, conjuntivitis, diarrea, perdida de olfato, perdida del gusto. En casos graves, 1 de cada 5 personas que enferman de covid 19, desencadena cuadros de dificultad respiratoria, esto puede ser más probable en adultos mayores, o aquellas personas que presentan comorbilidades, tales como, hipertensión arterial, diabetes, problemas cardiacos o pulmonares, o cáncer (23)

c. Epidemiologia

El covid 19 tuvo su origen en la ciudad de Wuhan – China, identificado inicialmente el 1 de diciembre del 2019, la primera aparición de la enfermedad se dio en los trabajadores de un mercado, asimismo su propagación a otros territorios fue rápida; tanto así, que el 30 de enero del 2020 se declara emergencia sanitaria a nivel internacional, y el 11 de marzo se reconoce como una pandemia. (3)

Según las últimas actualizaciones, hasta el 17 de marzo del 2021 se reportaron 120 383 919 contagiados a nivel del mundo, de los cuales

aproximadamente 2 664 386 personas fallecieron , mientras que en el Perú se reportan 1 427 064 contagiados, y 49 330 fallecidos (6)

d. Fisiopatología

El covid 19 es una infección viral, cuyo agente etiológico es el SARS-COV-2, que contiene aproximadamente 30000 bases de RNA, y utiliza su proteína glucosilada para ingresar a las células del huésped, al tracto respiratorio, uniéndose a la enzima convertidora de angiotensina 2, y desarrollando procesos fisiopatológicos: el efecto citopático directo, que es resultado de la infección viral, y predomina en las primeras etapas de la enfermedad; la respuesta inflamatoria no regulada del huésped, que predomina en las últimas etapas, el periodo de incubación que se estima es de 1 a 14 días, siendo más exactos entre el día 5 y 6. La enfermedad desarrolla los siguientes estadios:

Estadio I: Se da la replicación viral, consecuentemente el efecto citopático directo y la activación de la respuesta inmune innata, aquí se da la sintomatología leve, tos, fiebre, astenia, dolor de cabeza, mialgia

Estadio II: hay una reducción de la viremia, pero inicia una cascada inflamatoria que puede causar daño tisular, empeora la afección respiratoria con disnea, que puede desencadenar una insuficiencia respiratoria aguda, asociada a la elevación de PCR y transaminasas.

Estadio III: Se caracteriza por la insuficiencia multiorgánica fulminante con empeoramiento frecuente del compromiso pulmonar, que condiciona un síndrome de tormenta de citoquinas. Sin embargo, la gravedad de la infección, está asociada a las edades avanzadas, y las comorbilidades (24).

e. Transmisión

El coronavirus se disemina fácilmente de persona a persona, a través de las secreciones que salen despedidas de la boca y nariz, cuando la persona infectada tose, habla, canta, o estornuda, estas secreciones son goticulas relativamente pesadas, no recorren mucha distancia y caen rápidamente al suelo, de esa manera es que la persona sana puede inhalar esas goticulas procedentes de la persona enferma, e infectarse.

Es por ello que se recomienda el distanciamiento de persona a persona de mínimo un metro. Otra forma de contagio es cuando las goticulas caen sobre superficies del entorno de la persona, y al tocarlas sus manos pueden transportar el virus hacia sus ojos, nariz, o boca, produciéndose el contagio, es por ello se recomienda el lavado de mano constante. Hasta el momento se siguen investigando otras formas de transmisión del virus (25) .

El 24 de abril, el Instituto Nacional de Salud, a través de la médica infectóloga, Lely Solari, recomendó el uso de doble mascarilla para una mayor protección frente al virus de la COVID-19, que se transmite por aerosoles o gotículas respiratorias suspendidas en el aire, sobre todo en espacios cerrados y sin ventilación, además añadió que, si una persona se encuentra al aire libre, la transmisión por aerosol disminuye. “Si voy a estar en la calle o en algún lugar abierto un respirador KN95 o doble mascarilla (una quirúrgica y otra de tela) me va a proteger, pero si estoy en un sitio donde hay aglomeración como el transporte público o mercado, ahí sí es importante usar el protector facial ya que cumple la función de proteger los ojos”. Con respecto a la KN95, Solari aseguró que es suficiente porque proporciona tanto un buen ajuste como una filtración efectiva, pero es recomendable, dependiendo del tipo de rostro, ajustarla juntando las ligas en la parte posterior de la cabeza con un plástico ajustador. (26)

f. Diagnostico

Las pruebas diagnósticas de covid 19 tienen una baja positividad, es decir puede haber muchos casos falsos negativos, esto se explica porque la muestra que se extrae tiene baja carga viral procedente de los cornetes y de la orofaringe, o no es una buena muestra, o no tiene una adecuada conservación en el traslado al laboratorio.

Las pruebas diagnósticas más adecuada son; el aspirado traqueal, y el lavado bronquio alveolar, que tienen un alto porcentaje de positividad. En relación a la prueba de tamizaje, las pruebas que dan reactividad y que demuestran presencia de IgG e IgM, estas detectan anticuerpos, sin

embargo, son válidas después de la semana de haber presentado el inicio de síntomas (27).

g. Tratamiento

La OMS no recomienda automedicarse, con ningún tipo de fármaco, menos antibióticos. Sin embargo, hay varios ensayos clínicos en marcha, tanto de medicamentos occidentales como tradicionales y seguirá brindando información actualizada a medida que se disponga de los resultados de las investigaciones (27)

Según el documento técnico "Prevención, diagnóstico y tratamiento de personas afectadas por COVID-19 en el Perú" modificado el 8 de mayo del 2020 con Resolución Ministerial Nº 270-2020-MINSA, no hay tratamiento específico en pacientes con sospecha o confirmatorio para covid 19, sin embargo, la INS a través de la Unidad de Generación de Evidencia en Salud Publica, ha realizado la revisión sistemática “Intervenciones Farmacológicas para el tratamiento de la enfermedad por el Covid 19”, en base de la discusión del documento, y aun cuando las evidencias son bajas, con la opinión mayoritaria a favor, se pone a consideración de los médicos tratantes los siguientes tratamientos:

- Casos leves:

  Hidroxicloroquina, vía oral, 400 mg cada 12 horas el primer día, 200mg cada 12 horas por seis días, mas.

  Ivermectina, vía oral, 1 gota por kg, máximo 50 gotas, dosis única.
- Casos moderados y severos:

  Hidrocloroquina, 200 mg cada 8 horas, vía oral, 7 a 10 días.

  Azitromicina, 500 mg el primer día, luego 150 mg cada 24 horas, por 5 días, vía oral.

  Fosfato de Cloroquina, 500 mg cada 12 horas, via oral.

  Ivermectina, via oral, 1 gota por kg, máximo 50 gotas, 2 dias, via oral. (28)

h. Prevención

Las medidas de prevención que cada persona debe poner en practica son:

- Lavarse las manos con agua y jabón, frecuente y correctamente, o en caso no se tenga acceso a los insumos en ese momento, desinfectarse con alcohol, estas acciones favorecerán la eliminación del virus de la mano.
- Mantener la distancia mínima de un metro, y evitar asistir a lugares de grandes aglomeraciones, esta acción disminuye el riesgo de contagio debido a que el virus no recorre grandes distancias.
- Evite tocarse los ojos, nariz, y boca, ya que las manos pueden estar infectadas por haber estado en contacto con alguna superficie contaminado.
- Cubrirse la boca y nariz al toser o estornudar.
- Evitar salir de casa por razones innecesarias.
- Aislarse si incluso presente síntomas leves como, tos, dolor de cabeza, fiebre.
- Utilice mascarilla al salir de casa para evitar el contagio ya sea de las personas a usted, o de usted a las personas.
- Si presenta fiebre, tos, y dificultad respiratoria, busque atención médica.
- Manténgase informado sobre las ultimas noticias de fuentes confiables, de autoridades sanitarias locales y nacionales (23).

B. Conocimiento acerca del autocuidado

Según la OMS el autocuidado es la capacidad que tiene la persona, familias, y las comunidades para mantener la salud, prevenir enfermedades, y saber actuar frente a los problemas de salud que se presenten, con o sin el apoyo de un proveedor de atención médica. (1)

a. Teoría del Déficit de autocuidado – Dorothea Orem

Dorothea Orem fue una de las enfermeras teóricas estadounidense más destacadas, autora de la “Teoría del déficit autocuidado”, el cual

abarca sobre el autocuidado, el déficit de autocuidado, y la teoría de los sistemas.

El autocuidado lo define como la conducta de la persona dirigida hacia sí misma y entorno, que le permite regular aquellos factores que afectan su desarrollo y funcionamiento en beneficio de su vida, y salud, para lo cual debe poner en práctica un sistema de acciones, el cual debe ser aprendido, aplicado, contínua en el tiempo, y que responda a las necesidades oportunamente. Menciona que los requisitos fundamentales para el autocuidado son; conservación del aire, agua, eliminación, actividad, y descanso, soledad e interacción social, y prevención de riesgos. (29)

De igual manera define la enfermería como el arte de actuar por la persona incapacitada, brindarle apoyo en su aprendizaje, con el objetivo de ayudar al individuo a llevar a cabo y propiciar por sí mismo acciones y actitudes de autocuidado para conservar la salud y la vida, recuperarse de la enfermedad y/o afrontar las consecuencias de dicha enfermedad. (29)

2.2.3. Generalidades de la Practica

El termino práctica, genera muchas definiciones, entre ellas, se tiene, que es el uso continuo, la costumbre, o el estilo de algo; asimismo lo describen como la aplicación de una idea u doctrina. Las prácticas son parte de la conducta, el comportamiento que asume la persona, estas acciones pueden convertirse en factores de riesgo, o protectores para la salud (30).

A. Guía para planificación, coordinación e implementación de acciones de detección, aislamiento y seguimiento clínico de las personas afectadas por Covid 19, en mercados de abasto – RM 295-2020

Guía cuyo objetivo es establecer procedimientos para la detección, seguimiento de casos de covid 19 en los mercados (31).

a. Acciones preventivas de infecciones en los mercados de abasto

- Espacios, flujos, y aforo: El mercado debe contar con 2 puertas de ingreso como mínimo, señalando la entrada y salida; el aforo máximo será del 50% de su capacidad; los pasadizos deben tener un espacio no menor a de 2 metros.
- Ventilación e iluminación: Los mercados deben contar con iluminación natural o artificial, asimismo la ventilación debe asegurar la circulación del aire que permita la eliminación de partículas, etc.
- Instalaciones sanitarias: El sistema de desagüe deberá garantizar la evacuación de las aguas residuales, disponiendo de una red de alcantarillado.
- Mobiliario, equipos y utensilios: Los puestos deben ser de material no inflamable; los equipos y utensilios deben ser exclusivos de la actividad que realicen; cada uno de los puestos debe poseer desinfectantes para las superficies de contacto y delantal.
- Limpieza y desinfección: La limpieza de los puestos de venta se realizará de forma diaria, asimismo la desinfección completa del mercado se realizará una vez a la semana (31).

b. Acciones preventivas especificas contra el covid 19

- Distanciamiento físico: Con el propósito de mantener el distanciamiento social, se deberá colocar marcas como líneas o círculos, a una distancia de 1 metro entre sí, al ingreso del mercado, en cada punto de venta, y en los servicios higiénicos.
- Higiene de manos: Con el propósito de asegurar el lavado de manos, se deberá implementar dispensadores de agua, jabón, y papel toalla al ingreso, en caso no se cuente con ello, se deberá facilitar alcohol gel para todos los usuarios.
- Uso de mascarillas: El uso de la mascarilla es obligatorio para todas las personas que ingresen al mercado (31).

c. Acciones de prevención de los usuarios

- Mantener la distancia mínima de un metro.
- Realizar el lavado de manos al ingresar y salir del mercado.
- Usar la mascarilla obligatoria y permanentemente.
- Se recomienda establecer horarios especiales para el acceso de personas vulnerables.
- Evitar tocar mobiliarios de los puestos, como mesas, o estantes
- Evitar tocar los productos, indicando al vendedor lo que requiere.
- Permanecer el menor tiempo posible en los mercados.
- No deben ingresar niños al mercado (31).

d. Acciones de prevención de los comerciantes de puestos de venta

- Los comerciantes / vendedores deben estar empadronados.
- La vestimenta de los vendedores de alimentos, debe ser de chaqueta o mandil, resistente al lavado continuo y estar limpio, usar gorro que cubra completamente el cabello, y uso de mascarilla.
- Los vendedores de alimentos deben realizar obligatoriamente el lavado estricto de manos antes de tocar los alimentos, y después de tocar superficies posiblemente contaminadas.
- Los vendedores deberán estar con las uñas recortadas, limpias, y sin esmalte, además no deben usar anillos u otros accesorios.
- Si el comerciante presenta síntomas probables de covid, o en casa hay casos confirmados, no deberá asistir a trabajar e informará a la administración del mercado.
- Los vendedores no asistirán con menores de edad al mercado (31).

e. Acciones de prevención al ingreso del mercado

Al ingreso del mercado, todo comerciante y usuario deben ser evaluados rápidamente por personal capacitado, si es contacto directo de casos confirmados, si presenta síntomas compatibles al covid 19, si presenta una temperatura mayor o igual a 38, en caso la persona presente una de esas condiciones, no podrá ingresar al mercado (31).

f. Manejo de residuos solidos

- Cada puesto de venta debe contar con un tacho de basura que contenga una bolsa negra de plástico, y ser llevada a puntos de acopio antes que sobrepase su capacidad.
- Se deben establecer rutas de disposición de residuos sólidos.
- Los residuos sólidos contaminados, tales como mascarillas, guantes, gorros, mandiles u otros, deberá ser colocada en una bolsa de platico bien amarrada, rociar lejía, y poner en una segunda bolsa plástica, y ser llevada a puntos de acopio de residuos sólidos (31).

g. Intervenciones de salud pública en los mercados

- Actividades de tamizaje: Se programará actividades de tamizaje para covid 19 a los vendedores de los mercados; de ser necesario se realizará de forma periódica; los resultados de la prueba rápida deben ser entregadas a los 15-20 minutos de su toma; en casos positivos confirmados deben ser notificados a las entidades correspondientes.
- Indicaciones de aislamiento y cuarentena: Los casos sospechosos o confirmados de condición leves que sean detectados en el tamizaje, deben cumplir el aislamiento en el domicilio por 14 días; los vendedores que aun siendo asintomáticos resulten positivo, u tengan contacto directo con covid 19 positivo deben cumplir el aislamiento por 14 días (31).

2.2.4. Intervención del Profesional de enfermería en la prevención del covid19

A nivel mundial, enfermería representa casi el 59% de las profesiones sanitarias, representando el grupo ocupacional de salud más numeroso, con aproximadamente 19.3 millones de enfermeros y 6 millones de auxiliares a nivel de todo el mundo (32)**.** Sin embargo, la pandemia muestra la realidad del sistema de salud, donde se evidencia el déficit de profesionales de enfermería para hacerle frente a esta situación desde la primera línea de atención. Asimismo si se lograra contar con los quipos de protección adecuados y

suficientes, capacitaciones continuas, herramientas tecnológicas en el marco de la telesalud, y se mejorara las condiciones laborales, el profesional de enfermería tendría la oportunidad de demostrar todo su potencial como gestores del cuidado mediante acciones de educación y orientación, implementación de prácticas de autocuidado, y comunicación asertiva dirigida a la persona, la familia y la comunidad. La labor de enfermería en este contexto, resulta fundamental para mitigar con las dificultades que se presentan en los distintos servicios de salud, así como para favorecer la medida de protección de salud de la población. Enfermería está capacitada en el liderazgo, administración, y gestión.

Enfermería como ciencia, permite acompañar a las personas a satisfacer sus necesidades básicas, ya sea porque están enferma, o no saben cómo cuidarse, es en esta situación que enfermería interviene, y le brinda a la persona las herramientas necesarias para su autocuidado.

2.3. Definición operacional de términos

2.3.1. Vendedores: persona de sexo masculino o femenino que cuenta con licencia para tener un puesto de venta en el mercado La Alborada

2.3.2. Conocimientos: Información que tienen los vendedores sobre el covid 19, para su prevención.

2.3.3. Prácticas de autocuidado: conjunto de acciones que los vendedores realizan, y refieren realizar para prevenir el contagio de Covid 19.

III. HIPOTESIS Y VARIABLE

3.1. Hipótesis: No aplica

3.2. Variables

- Conocimientos de autocuidado frente al COVID 19 en vendedores de un mercado.

- Prácticas de autocuidado frente al COVID 19 en vendedores de un mercado.

IV. MATERIALES Y METODO

4.1. Tipo y Método de Investigación

El trabajo de investigación es de tipo Cuantitativo debido a que el estudio está basado en la recopilación, recavacion de datos de diferentes fuentes, además de analizarla haciendo uso de herramientas estadísticas, informáticas, entre otros, para cuantificar el problema y asignar un nivel numérico a la variable de estudio, Método descriptivo, porque solo describe la información recopilada.

4.2. Diseño de la Investigación

Es de nivel aplicativo porque contribuye a mejorar las prácticas en el sector salud, y de corte transversal porque se realizó en un espacio y tiempo determinado.

4.3. Sede de Estudio

El estudio se realizó en el mercado “La Alborada” ubicado Calle Violeta Lote. 170 Urb. Alborada Zona A de Lima, distrito de Comas. Cuenta con los servicios básicos, agua, luz, desagüe, baño dentro del establecimiento, sin embargo, no todos los puestos cuentan con punto de agua. El mercado cuenta con un comité de administración, conformado por presidente, secretario, y tesorero; posee puestos de carnicería, verdulería, abarrotes, sección de comidas, sección de elementos de limpieza y cocina, sección de ropa y calzado, juguetería, y accesorios. Está conformado por aproximadamente 60 vendedores.

Para el ingreso los usuarios deben estar con la mascarilla colocada, y pasar por el control de temperatura, asimismo ser proporcionados de alcohol en las manos, de caso contrario, no se permite el ingreso.

4.4. Población

La población está constituida por 60 vendedores del Mercado Modelo La Alborada. Para la presente investigación no se aplicó muestreo, debido a que se trabajó con toda la población**;** sin embargo, es necesario precisar que no se pudo contactar con la participación de 15 vendedores, ya que 8 no

asistieron el día de la aplicación, y 7 no completaron el cuestionario, es por ello que se presentan los resultados de 45 encuestados.

4.3.1. criterios de inclusión:

- Vendedores que estén empadronados al Mercado Modelo la Alborada de Lima
- Vendedores que tengan edad de 18 años a más.
- Vendedores que sepan leer y escribir.
- Vendedores que asistieron el día de la aplicación del instrumento.

4.3.2. criterios de exclusión:

- Vendedores ambulantes.
- Vendedores que no aceptaron participar en el estudio.

4.5. Procedimientos, Técnicas e instrumentos de recolección de datos.

Para la recolección de datos, se solicitó la autorización del presidente de la junta directiva del Mercado Modelo La Alborada, se informó los días de recolección de datos, teniendo en cuenta que la duración de la aplicación del cuestionario fue de 10 a 15 minutos aproximadamente, previo consentimiento informado.

El Instrumento de recolección de datos fue sometido a juicio de expertos, quienes fueron 4 enfermeros peritos en el tema, luego la información fue procesada y posteriormente se levantó las observaciones y se realizó los reajustes pertinentes al instrumento. (Ver ANEXO “C”)

Después de haberse recolectado los datos correspondientes, se pasó a su procesamiento, seguidamente de su presentación a través de tablas y gráficos estadísticos (Ver ANEXO “G”), asimismo el análisis e interpretación

4.6. Análisis estadístico

Después de obtener la información de las encuestas aplicadas a los vendedores, se elaboró la matriz de datos haciendo uso del libro de

códigos (Ver ANEXO “D”), previamente elaborado, en la cual se asignó una puntuación a la respuesta correcta: 1. Incorrecta; 0.

Para conocer el de conocimiento se aplicó la fórmula de media aritmética para obtener el rango de los valores finales. Las preguntas van desde la numero 1 hasta la 10. (Ver ANEXO “H”)

En cuanto a las practicas se utilizó un cuestionario que constaba de dos partes, la primera parte es la información que el encuestado refiere realizar, y la segunda parte es la información que el investigador observa respecto al encuestado. Las preguntas van desde el numero 11 hasta la 22, por ello para conocer su valor final se utilizó la fórmula de la media aritmética. (Ver ANEXO “H”)

4.7. Consideraciones éticas

Para ejecutar el trabajo de Investigación se consideró la autorización del presidente del mercado, asimismo la autorización en el consentimiento informado de la población de estudio.

En el presente estudio se basó en los principios de la Bioética:

- No Maleficencia: El no dañar ni perjudicar a la persona; evitando toda acción de incomodidad, no emitiendo juicios de opinión con respectos a sus respuestas en el cuestionario
- Beneficencia: Procurar en todo momento el beneficio de la persona, difundiendo la información requerida y absolviendo sus dudas.
- Autonomía: La persona estará en su total derecho y elección de aceptar o no participar en el estudio, el estudiante cuidará en todo momento la intimidad y anonimato de los participantes.
- Justicia: Permite dar a cada quien, según su necesidad, el estudio permitirá implementar estrategias a beneficios de toda la población, sin discriminar ni hacer distinciones

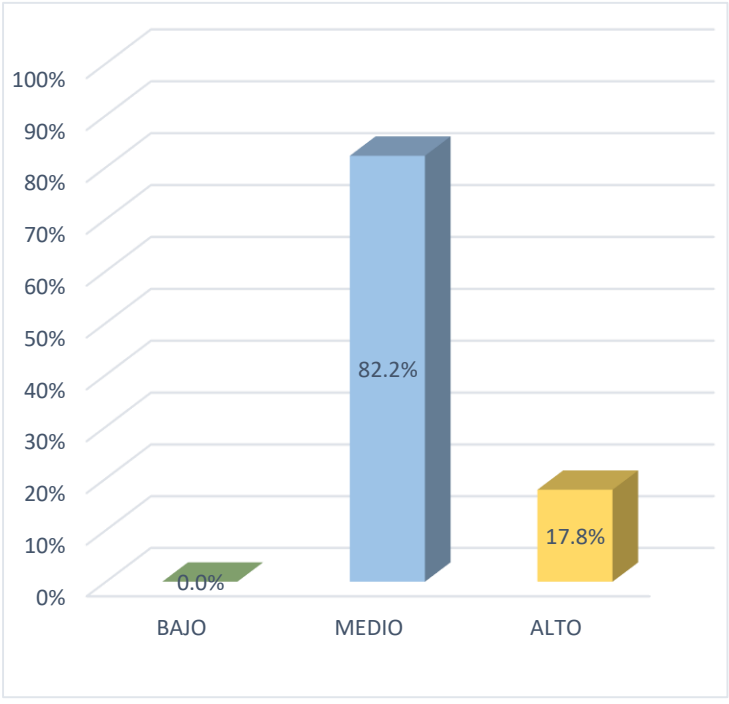
V. RESULTADOS

5.1. Datos Generales

En la presente investigación participaron 45 vendedores de un mercado de Comas, de los cuales el 71.1% (31) son de sexo femenino y el 28.9 (13) son de sexo masculino. En cuanto a la edad; el 35.6% (16) tienen entre 40 – 49 años de edad, el 26.7% (12) tienen entre 18-29 años de edad, el 20.0% (9) tienen entre 30-39 años de edad, y un 17.7% (8) son mayores de 50 años. En cuanto al grado de instrucción; el 60.0% (27) tienen secundaria, el 20.0% (9) tienen estudios técnicos, el 13.3% (6) tienen secundaria, y un 6.7% (3) no tienen estudios.

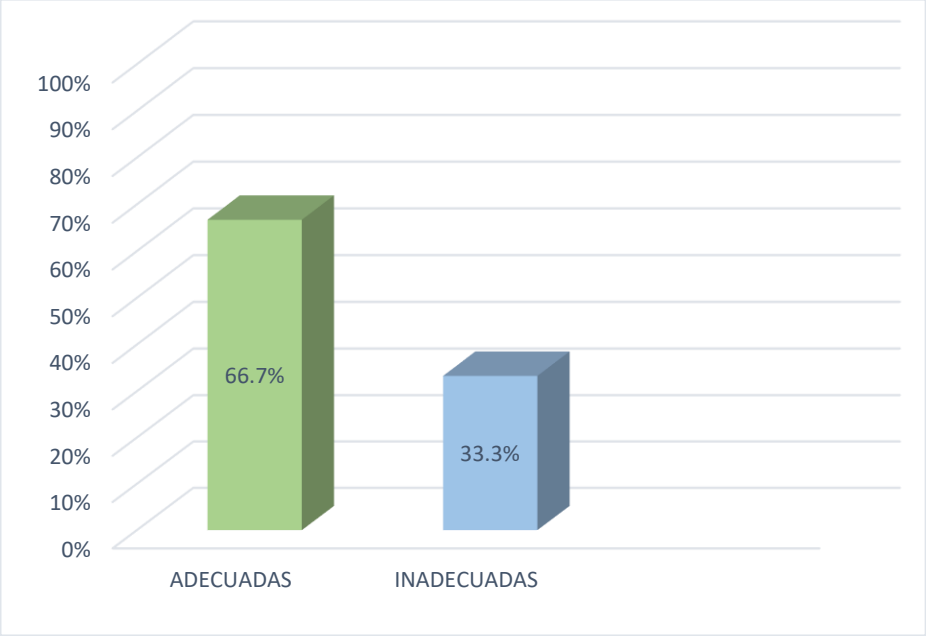
5.2. Datos Específicos

Grafico 1. Conocimientos de autocuidado frente al COVID 19 en vendedores de un mercado. Lima – Perú 2020



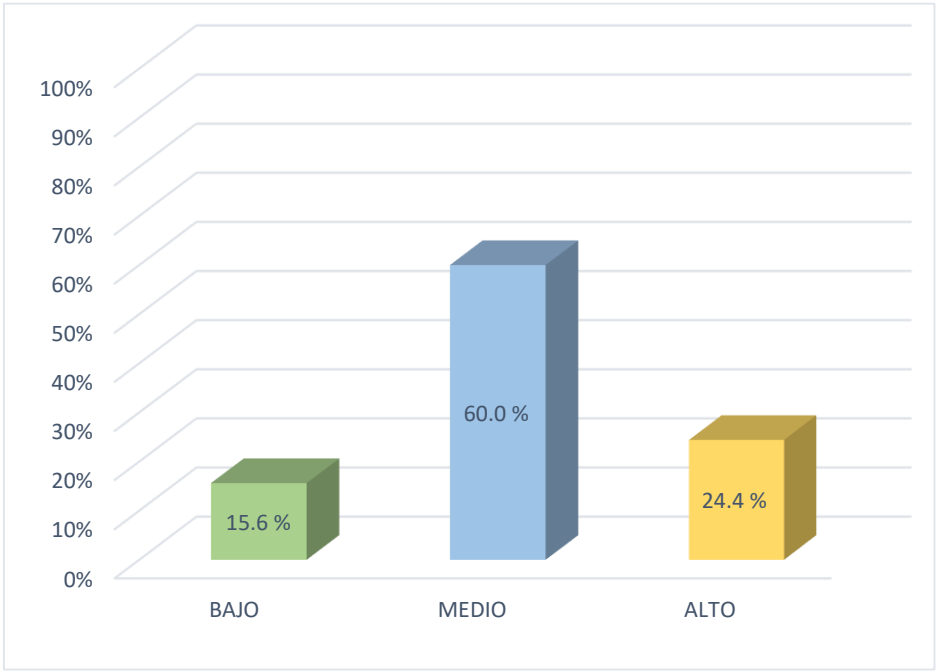
En el grafico 1. Respecto al conocimiento de los vendedores, se observa que el 82.2% (37) de los vendedores encuestados, presentan un nivel de conocimientos medio, el 17.8 % (8) presentan un nivel de conocimiento alto.

Grafico 2. Prácticas de autocuidado frente al COVID 19 en vendedores de un mercado. Lima – Perú 2020



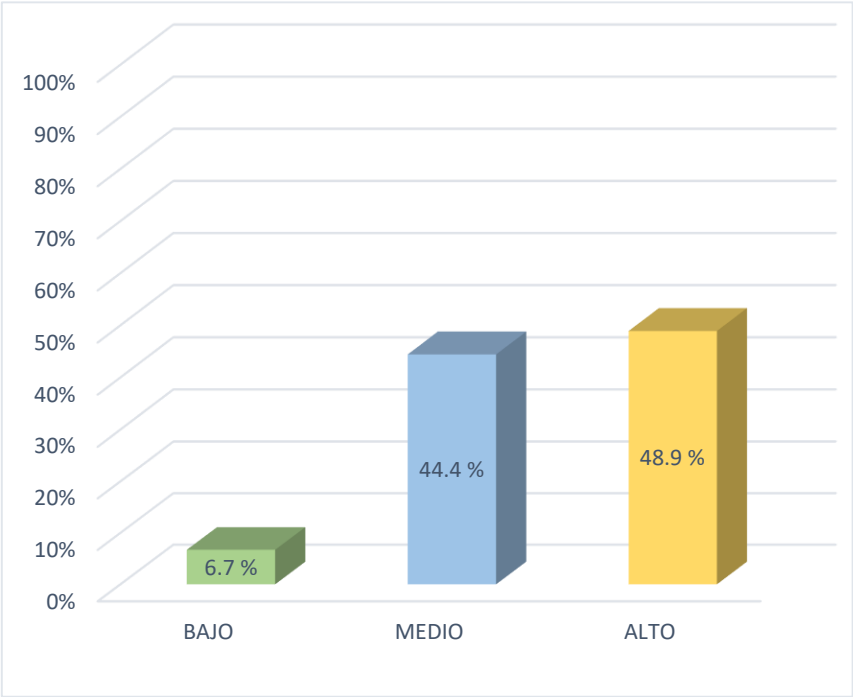
En el grafico 2. Respecto a las prácticas de los vendedores, se observa que el 66.7% (30) presentan practicas adecuadas, asimismo el 33.3% (15) presentan practicas inadecuadas.

Grafico 3. Nivel de Conocimiento sobre fisiopatología del COVID 19 de los vendedores de un mercado. Lima – Perú 2020



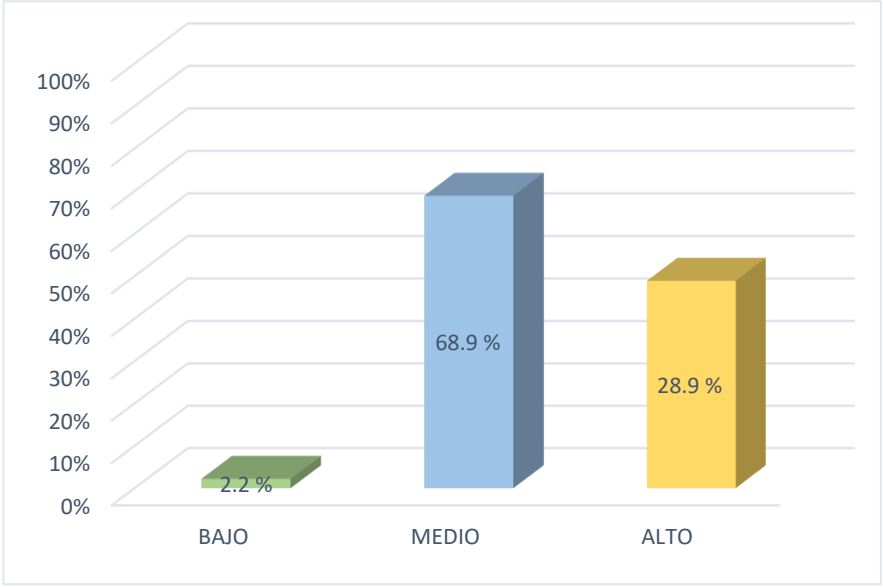
En el grafico 3. Respecto al conocimiento sobre fisiopatología del covid 19, el 60.0%(27) de los vendedores encuestados, presentan un nivel de conocimiento medio, y en menor porcentaje, 15.6% (7) presentan nivel de conocimiento alto en factores como definición, periodo de incubación.

Grafico 4. Nivel de Conocimiento sobre transmisión del COVID 19 de los vendedores de un mercado. Lima – Perú 2020



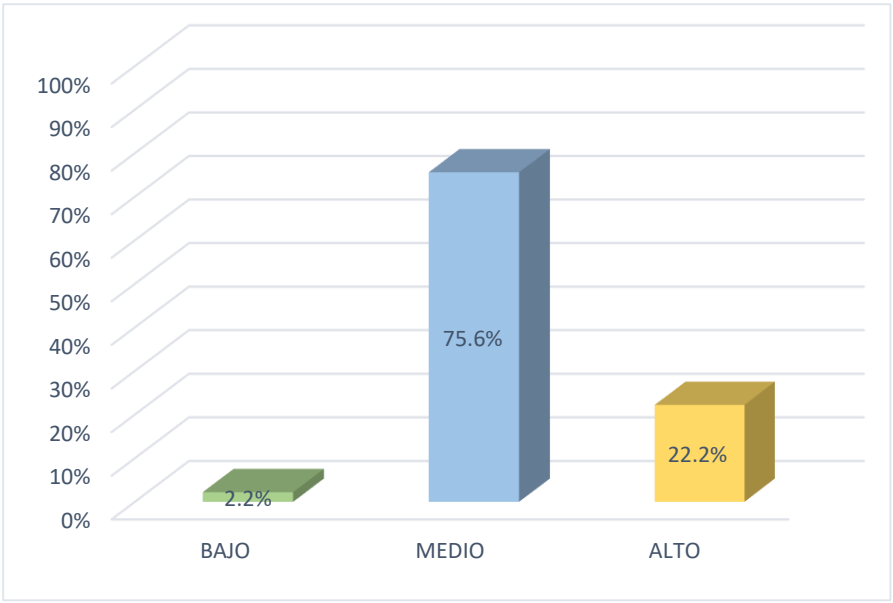
En el grafico 4. Respecto al conocimiento sobre transmisión del covid 19, el 48.9% (22) presentan un nivel de conocimiento alto, asimismo el 44.4%(20) de los vendedores encuestados, presentan un nivel de conocimiento medio, y en menor porcentaje, el 6.7% (3) presentan un nivel de conocimiento bajo, en factores como mecanismo de transmisión, y medios en que sobrevive el virus.

Grafico 5. Nivel de Conocimiento sobre el cuadro clínico del COVID 19 de los vendedores de un mercado. Lima – Perú 2020



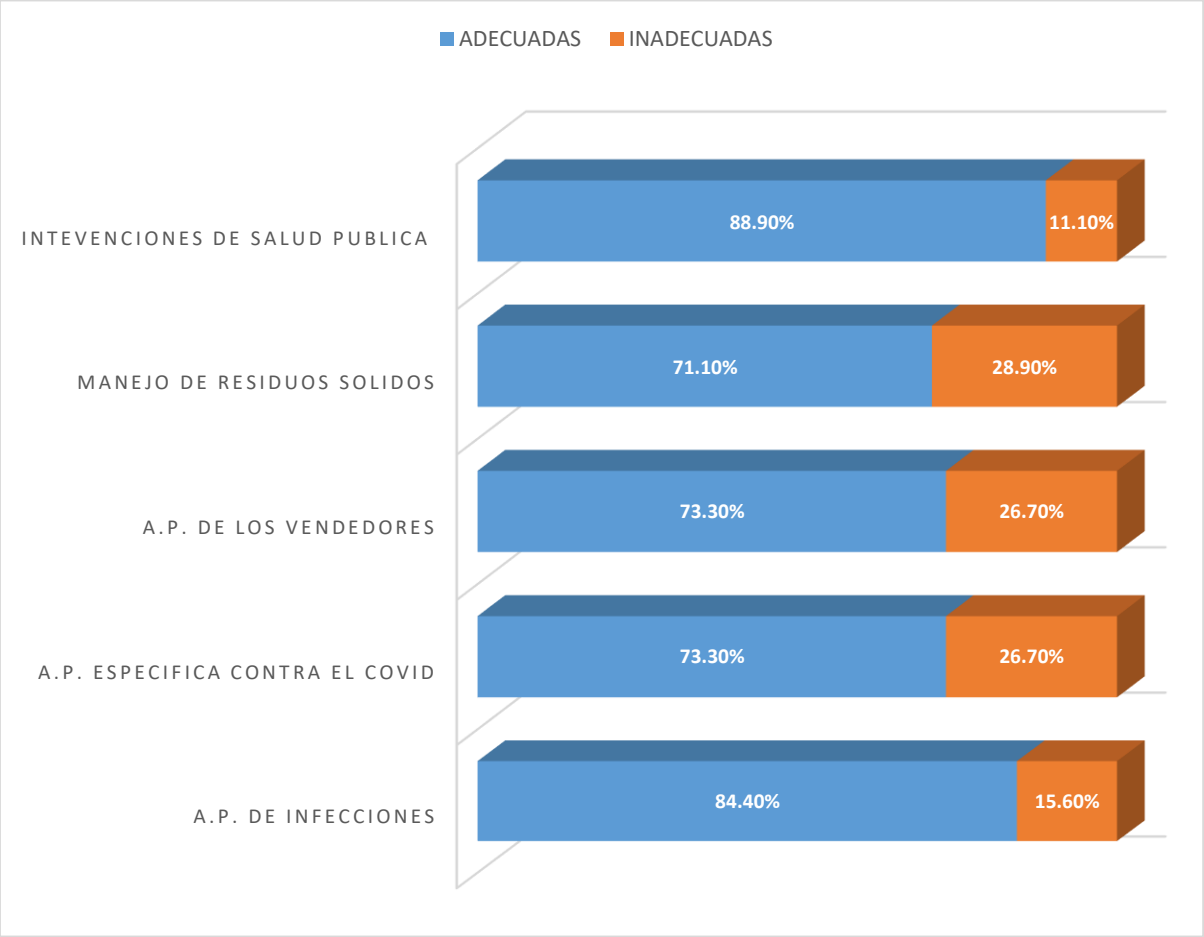
En el grafico 5. Respecto al conocimiento sobre síntomas del covid 19, el 68.9% (31) de los vendedores encuestados, presentan un nivel de conocimiento medio, asimismo el 28.9%(23) presentan un nivel de conocimiento alto, y en menor porcentaje, el 2.2% (1) presenta un nivel de conocimiento bajo, en factores como poblaciones vulnerables, y sintomatología.

Grafico 6. Nivel de Conocimiento sobre medidas de prevención frente al COVID 19 de los vendedores de un mercado. Lima – Perú 2020



En el grafico 6. Respecto al conocimiento sobre medidas de prevención del COVID 19, el 75.6% (34) de los vendedores encuestados, presentan un nivel de conocimiento medio, asimismo el 22.2% (10) presentan un nivel de conocimiento alto, en factores como lavado de manos, y uso de mascarillas.

Grafico 8. Prácticas de autocuidado frente al COVID 19 en vendedores de un mercado. Lima – Perú 2020



En el grafico 8. Respecto a las prácticas de autocuidado que realizan los vendedores para prevenir el covid 19; en cuanto a las intervenciones de salud pública, el 88.9 %(40) de los encuestados realizan prácticas adecuadas, entre ellas el tamizaje, y cumplimiento de aislamiento y cuarentena; en cuanto a las actividades preventivas de infecciones, el 84.4% (38) de los encuestados realizan prácticas adecuadas, entre ellas el cumplimiento de las características del puesto de ventas limpieza y desinfección.

VI. DISCUSION

Actualmente el Mundo sigue atravesando una de las crisis más devastadoras de la historia, siendo el Perú uno de los países más afectados, con crecientes números de contagios, pérdidas humanas, economías afectadas, y familias que viven en la incertidumbre de un futuro incierto. Las luchas por acceder a una atención médica, una cama de hospitalización, procedimientos médicos, servicios de laboratorios, aun a la propia medicina y oxígeno. evidencian un sistema sanitario colapsado.
Según la sala situacional del Covid 19, en el Perú se cuenta con más un millón y medio de personas infectadas (6), es fundamental que los comerciantes y vendedores tengan los conocimientos adecuados y pertinentes, por ser una población altamente susceptible al contagio, por la exposición que requiere su labor en la sociedad.

Al respecto, los resultados obtenidos en la presente investigación, en relación al nivel de conocimiento de los vendedores, evidencian que, del total de encuestados, la gran mayoría obtuvo nivel de conocimiento medio, en dimensiones como fisiopatología, síntomas y medidas de prevención, seguido del nivel alto, en transmisión. El resultado coincide con la investigación realizada por Castañeda Milla, quien concluye que la mayoría de encuestados obtuvo un nivel de conocimiento medio, en dimensiones como medios de transmisión, cuadro clínico, cuidados de prevencion, seguido del alto, en etiología(14) . Asimismo, los hallazgos no coinciden con la investigación realizada por Miranda Juan, quien concluye que la gran mayoría de los encuestados obtuvo nivel de conocimientos alto, en medidas de bioseguridad(16). Se puede deducir que la diferencia radica en las capacitaciones que la municipalidad brindo al mercado, a diferencia de la población en estudio que no recibió ninguna capacitación por autoridades públicas, ni sanitarias. Por otro lado, la investigación realizada por Rodríguez Madelín; coincide con el presente estudio, ya que concluye que la mayoría de encuestados obtuvo un nivel de conocimientos medio, en vías de transmisión y sintomatología, atribuyéndose la causa al exceso de confianza por parte de la población, quienes creían que la enfermedad nunca llegaría a sus hogares, y no se preocuparon por investigar sobre ello (17). Cabe resaltar que existen diferencias en las características de la población cubana y además que la población estudiada fueron pacientes, y en este estudio la población estudiada son vendedores.

En relación al nivel de conocimientos sobre la fisiopatología, la gran mayoría obtuvo un nivel de conocimiento medio, seguido del alto, y una minoría bajo, en aspectos como: definición del COVID 19, conocen poco que es una enfermedad infecciosa causada por el SARS-CoV2, y que el periodo de incubación es de 1 a 14 días. Lo mencionado coincide con Peña Daniel, quien concluye que la mayoría de participantes desconocían sobre el nombre del agente causal del COVID 19, sin embargo, la mayoria conocía que el COVID19 pertenece a la familia de los coronavirus. Por ello es necesario que las autoridades públicas difundan información oportuna y pertinente a la población que permita el autocuidado para disminuir el riesgo de contagio.

En relación al nivel de conocimientos sobre transmisión, la mayoría de encuestados obtuvo un nivel de conocimiento alto, seguido de medio, y una minoría de bajo, en aspecto como los mecanismos de transmisión del virus, es decir conocen que el virus se transmite por contacto con gotas de saliva de la persona enferma, y que el virus puede sobrevivir en superficies de plástico, acero, plata, etc. Los resultados difieren del estudio de Castañeda Susana, quien concluye, en que la mayoría de vendedores obtuvo un nivel de conocimiento medio, seguido del nivel bajo, es decir que los encuestados desconocían de la transmisión del virus, y medios en que sobrevive el virus(14). Por ello, es necesario que las autoridades de salud potencien y actualicen estos conocimientos, ya que, con la aparición de nuevas variantes, se están descubriendo nuevas formas de transmisión del virus.

En relación al nivel de conocimientos sobre cuadro clínico, la mayor parte obtuvo un nivel de conocimiento medio, seguido del alto, y una minoría bajo, en aspectos como: identificación de síntomas generales, y comunes, es decir, conocían poco que la fiebre, tos seca, y cansancio son los síntomas más frecuentes en una persona infectada, y que las personas con comorbilidades tiene mayor riesgo a complicaciones por COVID 19. Los resultados coinciden con el estudio de Castañeda Susana, quien concluye que la mayoría de vendedores obtuvo un nivel medio, sin embargo, el segundo lugar es el nivel de conocimientos bajo, conocían poco, que los síntomas que nos indican gravedad son la falta de aire, y que el órgano más afectado son los pulmones(14). Se puede inferir al respecto que la mayoría de vendedores tiene pocos conocimientos sobre la sintomatología

de la enfermedad, sin embargo, esta información es variable, depende basicamente del tiempo, las variantes, y las características de salud de la persona.

En relación al nivel de conocimientos sobre medidas de prevención, la mayor parte de encuestados obtuvo un nivel de conocimiento medio, seguido del alto, y una minoría bajo, en aspectos como: uso de mascarillas, y lavado de manos adecuado, consumo de medicamentos. Resultados que coinciden con los de Castañeda Susana, quien concluye que la mayoría de vendedores obtuvo un nivel medio, sin embargo difieren en el segundo lugar, que es de nivel de conocimientos bajo, en aspectos como higiene respiratoria, productos a usar para lavarse las manos, medicamentos que ayudan a prevenir o curar el COVID 19, etc (14). Al respecto lo ideal es que toda la población tenga un conocimiento alto, por lo que resulta necesario que las autoridades sanitarias refuercen estos conocimientos, e incentiven a la no automedicación, de tal forma que se evite el riesgo de posibles problemas que se producen por la misma.

En relación a las prácticas, se utilizó como base, la Guía para planificación, coordinación e implementación de acciones de detección, aislamiento y seguimiento clínico de las personas afectadas por Covid 19, en mercados de abasto, que cuenta con resolución ministerial, RM - 295-2020. En el presente estudio se obtuvo que; la gran mayoría presento practicas adecuadas, entre ellas, el cumplimiento de las características del local, contar con un punto de agua operático, tener las marcas de distanciamiento, realizar la limpieza y desinfección periódicamente; asimismo el cumplimiento del lavado de mano, uso de equipos de protección personal; sin embargo las practicas inadecuadas que presentaron, fueron no contar con: tachos de desecho contaminados y generales, realizaban el descarte de desechos de manera inapropiada, no utilizaban los equipos de protección correctamente, no cumplían el aislamiento en su totalidad. De lo mencionado se desprende que los vendedores del mercado en estudio cumplen en su gran mayoría con los protocolos que establece el Ministerio de Salud, lo cual contribuirá a evitar o disminuir el número de contagiados de usuarios y vendedores. Sin embargo, aún existen practicas inadecuadas de algunos vendedores, lo cual requiere de la intervención, seguimiento y monitoreo de las entidades sanitarias.

VII. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

7.1. Conclusiones

- La mayoría de los vendedores presentan un nivel de conocimiento medio, y prácticas adecuadas de autocuidado frente al COVID 19.
- El nivel de conocimiento sobre fisiopatología, en la mayoría de los vendedores fue de nivel medio, conocían poco que el SARS-COV2 es el agente etiológico del COVID 19, Y que el periodo de incubación es de 1 a 14 días.
- El nivel de conocimiento sobre transmisión, en la mayoría de los vendedores fue de nivel alto, conocían que el virus se transmite por contacto de salida de la persona enferma, y que el virus sobrevive en superficies fe plástico, acero, plata, etc.
- El nivel de conocimiento sobre cuadro clínico, en la mayoría de los vendedores fue de nivel de medio, conocían poco que la fiebre, tos seca, y cansancio son los síntomas más frecuentes del COVID19, y que las personas con comorbilidades tienen, mayor riesgo a complicaciones de salud.
- El nivel de conocimiento sobre medidas de prevención del covid 19, en la mayoría de los vendedores fue de nivel medio, conocían poco del uso correcto de mascarilla, los momentos del lavado de manos, y el consumo de fármacos.
- En relación a las prácticas de autocuidado, la mayoría de los vendedores presentan practicas adecuadas, los puestos de ventas tienen las características adecuadas, y cuentan con marcas de distanciamiento, limpieza y desinfección periódicas; se realizan el tamizaje de descarte; realizan higiene de mano, la mayoría de vendedores cuenta con el equipo y vestimenta de protección; sin embargo existen practicas inadecuadas en una minoría de vendedores, tales como: no contar con tachos de desecho diferenciados, eliminación inadecuada de desechos, uso incorrecto de equipos de protección, e incumplimiento del aislamiento social.

7.2 Recomendaciones

- Realizar investigaciones similares en una población mayor que permita extrapolar los resultados.
- Implementar planes de capacitación a los vendedores sobre medidas preventivas contra el COVID 19, en coordinación con directivos del mercado, y municipalidad de Comas.
- Realizar investigaciones correlacionales relacionados al tema
- Realizar investigaciones similares, pero cuyo grupo de estudio sean los usuarios
- Implementar estrategias que permitan realizar seguimiento y monitores a los vendedores que no cumplen con los protocolos de bioseguridad, en coordinación con directivos del mercado y municipalidad de Comas.

VIII. REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

1. Organización Médica Colegial de España. La OMS difunde nuevas directrices sobre autocuidados como complemento de la atención de salud | Médicos y Pacientes [Internet]. [citado 5 de mayo de 2021]. Disponible en: http://www.medicosypacientes.com/articulo/la-oms-difunde-nuevas-directrices-sobre-autocuidados-como-complemento-de-la-atencion-de

2. Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo. COVID-19: la pandemia | El PNUD en Perú [Internet]. [citado 5 de mayo de 2021]. Disponible en: https://www.pe.undp.org/content/peru/es/home/coronavirus.html

3. Ortega García MV, Ortega García MV. COVID-19: la nueva enfermedad X. Sanid Mil. marzo de 2020;76(1):5-7. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1887-85712020000100001

4. WebMD. ¿Cuánto tiempo sobrevive el coronavirus en superficies? [Internet].. [citado 5 de mayo de 2021]. Disponible en: https://www.webmd.com/lung/coronavirus-espanol/cuanto-tiempo-sobrevive-el-coronavirus-en-superficies

5. Google Notícias. Coronavirus (COVID-19) - [Internet]. Google Noticias. [citado 5 de mayo de 2021]. Disponible en: https://news.google.com/covid19/map?hl=es-419&gl=PE&ceid=PE:es-419

6. Ministerio del Salud del Perú. Covid 19 en el Perú - [Internet]. [citado 10 de noviembre de 2020]. Disponible en: https://covid19.minsa.gob.pe/sala_situacional.asp?fbclid=IwAR27WYmb4rzMbzY5S8xxWrRqakoAiEPUIUUkqD5JwgWK0pIZbNH73WLzs-U

7. Coronavirus Perú: ¿Cuáles son los distritos más afectados de Lima? [Internet]. AS Perú. 2020 [citado 10 de noviembre de 2020]. Disponible en: https://peru.as.com/peru/2020/09/15/actualidad/1600190516_030410.html

8. Diario Bocón. [RESUMEN] Conferencia de Martín Vizcarra HOY 08 de mayo: [citado 10 de noviembre de 2020]. Disponible en: https://elbocon.pe/trends/martin-vizcarra-en-vivo-hoy-08-de-mayo-conferencia-de-prensa-en-el-dia-54-de-cuarentena-y-posible-ampliacion-de-cuarentena-coronavirus-peru-covid-19-cuarentena-afp-retiro-del-25-por-ciento-bono-familiar-universal-bono-rural-casos-confirmados-toque-de-queda-noticia/

9. Mercados, los «focos» de contagios de coronavirus en América Latina [Internet]. El Financiero. [citado 10 de noviembre de 2020]. Disponible en: https://elfinanciero.com.mx/mundo/mercados-los-focos-de-contagios-de-coronavirus-en-america-latina

10. PERÚ EP de SESAE. Existen 2,612 mercados de abastos en Perú que generan más de 9,000 empleos [Internet]. [citado 10 de noviembre de 2020]. Disponible en: https://andina.pe/agencia/noticia-existen-2612-mercados-abastos-peru-generan-mas-9000-empleos-670746.aspx

11. Instituto Nacional de Estadísticas e Informática. confetencia_censo_de_mercados_de_abastos.pdf [Internet]. [citado 10 de noviembre de 2020]. Disponible en: https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/confetencia_censo_de_mercados_de_abastos.pdf

12. PERÚ EP de SESAE. Coronavirus: 163 comerciantes del mercado de Caquetá están contagiados [Internet]. [citado 10 de noviembre de 2020]. Disponible en: https://andina.pe/agencia/noticia-coronavirus-163-comerciantes-del-mercado-caqueta-estan-contagiados-795120.aspx

13. Ministerio de Salud del Perú. Diris lima norte realizo toma de pruebas rápidas por covid a comerciantes de populosos mercados de puente piedra y comas [internet]. Diris. [citado 10 de noviembre de 2020]. Disponible en: http://www.dirislimanorte.gob.pe/diris-lima-norte-realizo-toma-de-pruebas-rapidas-por-covid-a-comerciantes-de-populosos-mercados-de-puente-piedra-y-comas/

14. Castañeda Milla. Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería. :53. Disponible en: http://repositorio.uwiener.edu.pe/xmlui/handle/123456789/3831

15. Resúmenes – Congreso Internacional de Enfermeria [Internet]. [citado 18 de marzo de 2021]. Disponible en: https://medicina.unmsm.edu.pe/congresointernacionalenfermeria2019/index.php/resumen/

16. Juan de dios miranda. Trabajo jornada - farmacia -.pdf [internet]. [citado 18 de marzo de 2021]. Disponible en: http://repositorio.uma.edu.pe/bitstream/handle/uma/318/trabajo%20jornada%20uma%20-%20farmacia%20-%20juan%20de%20dios%20miranda%20%281%29.pdf?sequence=1&isallowed=y

17. Martínez MR, Otero JAS, Hernández EAL, sábado RIG, Cárdenas AM. Conocimientos sobre la COVID 19 en pacientes del CMF No. 12 y acciones preventivas del trío de pesquisa. :16. Disponible en: http://www.revmultimed.sld.cu/index.php/mtm/article/view/1986/1989

18. Rios-González CM, Rios-González CM. Disponible en: http://scielo.iics.una.py/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S2307-33492020000200017&lng=es&nrm=iso&tlng=es. Rev Salud Publica Parag. diciembre de 2020;10(2):17-22.

19. Briceño DP, Vera CMG, Morillo ALR, Fajardo CCB. Conocimiento, actitud y práctica sobre CoVID-19 en un barrio al suroeste de Guayaquil, Ecuador. Bol Malariol Salud Ambient. 23 de febrero de 2021;61(0):161.

20. Mario Bunge: cifra mayor del pensamiento científico en América Latina [Internet]. América Latina en movimiento. [citado 18 de marzo de 2021]. Disponible en: https://www.alainet.org/es/articulo/205105

21. Van Der Stuyft N, Soto A, Solari L. Traducción del conocimiento: pautas básicas para los profesionales de la salud pública. Rev Peru Med Exp Salud Publica. julio de 2016;33(3):513-9.

22. Roldán AÁ. Teoría e historia antropológica: Lévi-Strauss: la estructura como modelo [Internet]. Teoría e historia antropológica. [citado 18 de marzo de 2021]. Disponible en: http://teoriaehistoriaantropologica.blogspot.com/2012/04/levi-strauss-la-estructura-como-modelo.html

23. Conoce qué es el coronavirus COVID-19 [Internet]. [citado 18 de marzo de 2021]. Disponible en: https://www.gob.pe/institucion/minsa/campa%C3%B1as/699-conoce-que-es-el-coronavirus-covid-19

24. Lopez Perez GT, Ramírez Sandoval M de LP, Torres Altamirano MS. Fisiopatología del daño multiorgánico en la infección por SARS-Cov2. Acta Pediátrica México. 29 de junio de 2020;41(4S1):27.

25. Calixto RP, https://www.facebook.com/pahowho. OPS/OMS Perú - OPS/OMS Perú | OPS/OMS [Internet]. Pan American Health Organization / World Health Organization. 2020 [citado 18 de marzo de 2021]. Disponible en: https://www.paho.org/per/index.php?option=com_content&view=article&id=4503:covid-19-lo-que-necesita-saber&Itemid=0

26. Minsa: Virus de la COVID-19 puede permanecer suspendido en el aire en espacios cerrados y sin ventilación [Internet]. [citado 5 de mayo de 2021]. Disponible en: https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/487533-minsa-virus-de-la-covid-19-puede-permanecer-suspendido-en-el-aire-en-espacios-cerrados-y-sin-ventilacion

27. Speth MM, Singer-Cornelius T, Oberle M, Gengler I, Brockmeier SJ, Sedaghat AR. Olfactory Dysfunction and Sinonasal Symptomatology in COVID-19: Prevalence, Severity, Timing, and Associated Characteristics. Otolaryngol Neck Surg. julio de 2020;163(1):114-20.

28. Ministerio de Salud de Perú. RM_270-2020-MINSA.pdf [Internet]. [citado 5 de mayo de 2021]. Disponible en: https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/698197/RM_270-2020-MINSA.PDF

29. Navarro Peña Y, Castro Salas M. Modelo de dorothea orem aplicado a un grupo comunitario a través del proceso de enfermería. Enferm Glob. junio de 2010;(19):0-0.

30. Definición de práctica - Qué es, Significado y Concepto [Internet]. [citado 18 de marzo de 2021]. Disponible en: https://definicion.de/practica/

31. GUIA_MERCADO_DE_ABASTOS_RM_N_295-2020-MINSA.pdf [Internet]. [citado 18 de marzo de 2021]. Disponible en:

https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/716218/GUIA_MERCADO_DE_ABASTOS_RM_N_295-2020-MINSA.pdf

32. La enfermería: el 59% de las profesiones sanitarias en el mundo | La Opinión [Internet]. [citado 18 de marzo de 2021]. Disponible en: https://www.laopinion.com.co/vida-y-salud/la-enfermeria-el-59-de-las-profesiones-sanitarias-en-el-mundo

ANEXOS

A. OPERACIONALIZACIÓN DE LA VARIABLE

B. INSTRUMENTO

C. INFORME DE JUICIO DE EXPERTOS

D. LIBRO DE CÓDIGOS

E. MATRIZ DE DATOS

F. CONSENTIMIENTO INFORMADO

G. TABLAS

H. FÓRMULA DE MÁXIMOS Y MÍNIMOS

ANEXO A

OPERACIONALIZACION DE LA VARIABLE

Conocimientos de autocuidado frente al COVID 19 en vendedores de un mercado.	Conjunto de conceptos sobre el autocuidado, que permitirá aplicar aquellas acciones para evitar el contagio de covid 19, entre ellos tenemos; conocimientos sobre medidas de prevención, síntomas, diagnóstico, tratamiento, entre otros.	Fisiopatología Transmisión Cuadro clínico Medida de prevención	Definición del covid19 Periodo de incubación del virus Mecanismo de contagio Medio en que sobrevive el virus Síntomas Población vulnerable Medidas de prevención Uso adecuado de la mascarilla Lavado de manos Tratamiento contra el covid 19	Alto Medio Bajo	Conjunto de información , que el vendedor ha adquirido para prevenir el covid 19.

VARIABLE	DEFINICION CONCEPTUAL	DIMENSION	INDICADOR	VALOR FINAL	DEFINICION OPERACIONAL
Prácticas de autocuidado frente al COVID 19 en vendedores de un mercado.	Acciones para mantener la vida y la salud, previniendo el contagio de covid 19.	Acciones preventivas de infecciones Acciones preventivas específica contra covid 19 Acciones preventivas de los vendedores Manejo de residuos solidos	Características de los puestos de venta Limpieza y desinfección Uso de mascarilla Distanciamiento físico Higiene de manos Vestimenta Higiene de manos Identificación de síntomas Hacer cumplir los protocolos de bioseguridad de los usuarios Contar con un tacho con bolsa de plástico Eliminación de residuos sólidos contaminados	Adecuadas inadecuadas	Conjunto de acciones que el vendedor refiera realizar, y prácticas que el investigador observe para prevenir el covid 19

		De las intervenciones de salud pública en los mercados	Actividades de tamizaje Indicaciones de aislamiento y cuarentena, y seguimiento		

ANEXO B

INSTRUMENTO

I. Presentación:

Buenos días; Mi nombre es Ana Geraldine Rodríguez Linares, interna de Enfermería de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, el motivo del presente es solicitarle autorización para obtener información sobre la investigación titulada, “Conocimientos y prácticas de autocuidado frente al COVID 19 en vendedores de un mercado del distrito de Comas 2020”, dicha información permitirá elaborar estrategias de información, comunicación y educación a la población en general y específicamente para los vendedores, el cual permita contribuir al descenso de los contagios .El presente cuestionario es de carácter anónimo y confidencial.

De antemano se le agradece su participación.

II. Instrucción:

A continuación, se le va realizar algunas preguntas, a lo cual se le pide que responda y/o marque la respuesta con un aspa (x) según corresponda con la mayor sinceridad posible.

III. Datos Generales

Edad: …… Sexo: …….
Grado de Instrucción: …….
Tiempo de trabajo en el rubro de las ventas: …….

IV. Información de conocimientos sobre el covid

A. Fisiopatología
   1. ¿Qué es el covid?
      a) Familia de virus, causante de infecciones respiratorias leves o severas.
      b) Conjunto de bacterias que ataca a los pulmones

c) Enfermedad infecciosa causada por el SARS-CoV-2
d) Enfermedad infecciosa causada por el virus de la influenza

2. ¿Cuál es el periodo de incubación estimado del coronavirus?
   a) entre 15 - 19 días
   b) Entre 1 -14 días
   c) No sé que es periodo de incubación
   d) Mayor a los 30 días

B. Transmisión
   3. ¿El covid se transmite por medio de?
      A) Por contacto con animales
      B) Por mordedura o picadura de insectos
      C) Por el contacto con gotas de saliva de la persona enferma, que tose, estornuda, habla, canta, etc.
      D) Por contacto sexual

   4. ¿En qué superficies puede sobrevivir el coronavirus?
      a) En los estanques de aguas u recipientes de agua almacenada
      b) En las heces de los animales
      c) En las heridas infectas, o sangre
      d) En superficies de plástico, acero, plata, cobre, cartón, etc.

C. Cuadro clínico
   5. ¿Cuáles son los síntomas más frecuentes de la persona infectada por covid?
      a) Dolor de garganta, cabeza, cuerpo
      b) Fiebre, tos seca, cansancio
      c) Perdida de olfato, gusto, y diarreas
      d) Sangrado de nariz, perdida de apetito

   6. ¿En qué grupo de personas, aumenta el riesgo de complicación del covid?

a) En los jóvenes y adultos
b) En personas con comorbilidades; como diabetes, hipertensión, obesidad, etc
c) En personas que se quedan en casa
d) En personas que cumplen con las medidas de bioseguridad

D. Medida de prevención

7. ¿cuáles son las medidas de prevención de covid? (puedes marcar más de una respuesta)
   a) Lavado de mano constante, y uso de protección personal adecuada
   b) Salir de mi casa innecesariamente
   c) Mantenimiento del distanciamiento social
   d) Evitar tocarse ojos, nariz, boca

8. ¿De qué manera debo usar adecuadamente las mascarillas?
   a) Tapando solo boca
   b) Solo usarla cuando estoy con personas alrededor
   c) Tapando boca, y nariz, y usarla en todo momento que este fuera de casa
   d) Llevar la mascarilla suelta por comodidad

9. ¿En qué momento se debe lavar las manos para prevenir el covid?
   a) Solo cuando llego a casa de la calle
   b) En todo momento que toque o este en contacto con personas, u objetos potencialmente contagiado.
   c) No se debe lavar las manos, solo usar alcohol porque es mejor
   d) Solo cuando saludo con la mano a otras personas

10. ¿Cuál es tratamiento para curar el covid?
    a) Dexametasona y diclofenaco
    b) Ivermectina y metamizol
    c) Solo hay medicamentos para calmar los síntomas

d) Azitromicina y paracetamol

V. Información de prácticas de autocuidado

- ✓ **Para el vendedor**

11. ¿Cada cuánto tiempo realiza usted la limpieza y desinfección de su puesto de venta?
    a. Realizo la limpieza interdiario, y desinfecto el local cada 15 días
    b. Solo realizo limpieza todos los días
    c. Realizo limpieza todos los días, y desinfecto el local una vez por semana
    d. Realizo la limpieza cada semana, y desinfecto el local cada mes.
12. ¿Porta usted la mascarilla en todo momento mientras trabaja?
    a. No, solo la retiro cuando voy a comer o beber
    b. No, la retiro por momentos porque me molesta y no me deja respirar
    c. No, solo la uso para ingresar al mercado, después me la retiro
    d. Si uso siempre la mascarilla, pero cubriendo solo boca
13. ¿Mientras usted trabaja, en que momentos se lava la mano?
    a. Cuando ingreso y salgo del mercado
    b. Solo cuando ingreso al mercado, después uso alcohol
    c. Cuanto ingreso y salgo del mercado, y en cada momento que tengo contacto con el cliente
    d. Cada vez que me acuerdo
14. ¿Cuál hace usted, si los usuarios no cumplen los protocolos de bioseguridad?
    a. Me es indiferente, cada uno debe cuidarse
    b. Les insto a que cumplan con los protocolos de bioseguridad para ser atendidos
    c. No los atiendo y les digo que se retiren
    d. Les atiendo para no perder una venta

15. ¿Cómo descarta usted los desechos contaminados?
    a. Cuando se llena totalmente el tacho, amarro la bolsa y lo llevo al deposito
    b. Lo llevo a mi casa, y lo desecho en el camión de basura que pasa por mi casa
    c. No sé cuáles son los desechos contaminados
    d. Lo coloco en una bolsa de platico bien amarrada, rocío lejía, y lo pongo en una segunda bolsa plástica, posteriormente lo llevo al deposito

16. ¿Se ha realizado usted descarte de covid, en su centro de labores?
    a. Si, nos hacen el descarte de covid a todos los vendedores cada cierto tiempo.
    b. No, nunca nos hicieron descarte de covid ninguna entidad pública
    c. Si, nos hicieron el descarte de covid, solo en una oportunidad
    d. No, porque no alcanzo las pruebas para todos

17. ¿si usted ha tenido covid, respetó el aislamiento domiciliario?
    a. Si, guarde 14 días de aislamiento domiciliario
    b. No, porque ya estaba en la fase de recuperación
    c. Sí, pero solo una semana de aislamiento domiciliario
    d. No, porque tenía necesidad de trabajar

- ✓ **Para el investigador**

PREGUNTA	SI	NO
18. El puesto de venta cuenta con marcas de distanciamientos, según medidas recomendadas		
19. El puesto de venta cuenta con tachos de basura para desechos contaminados, y generales		
20. El puesto de venta cuenta con punto de agua operativo		
21. El vendedor usa ropa y equipo de protección adecuadamente para la atención de los usuarios		
22. El vendedor cuenta con alcohol de desinfección		

ANEXO C

INFORME DE JUICIO DE EXPERTOS

COEFICIENTE DE VALIDEZ DE CONTENIDO (CVC)

(Hernández – Nieto, 2011)

INSTRUMENTO 1

Item	J1	j2	j3	J4	Σ xij	(Mx)	CVCi	Pei	CVCic
1	5	4	4	5	18	4.5000	0.9000	0.0039	0.8961
2	4	4	4	5	17	4.2500	0.8500	0.0039	0.8461
3	5	4	5	5	19	4.7500	0.9500	0.0039	0.9461
4	5	4	4	5	18	4.5000	0.9000	0.0039	0.8961
5	4	5	4	3	16	4.0000	0.8000	0.0039	0.7961
6	5	5	3	4	17	4.2500	0.8500	0.0039	0.8461
7	3	4	5	5	17	4.2500	0.8500	0.0039	0.8461
8	4	3	5	4	16	4.0000	0.8000	0.0039	0.7961
9	4	4	5	4	17	4.2500	0.8500	0.0039	0.8461
10	5	5	4	3	17	4.2500	0.8500	0.0039	0.8461
								Σ	8.5610
						n de ítems	10	CVCt	0.8561
								CVCtc	**0.8522**

Interpretación de la Validez y Concordancia

Valor del CVC: 0.8522 (BUENA)

INSTRUMENTO 2

Item	J1	j2	j3	J4	Σ xij	(Mx)	CVCi	Pei	CVCic
11	5	4	4	5	18	4.5000	0.9000	0.0039	0.8961
12	4	3	5	5	17	4.2500	0.8500	0.0039	0.8461
13	4	5	4	4	17	4.2500	0.8500	0.0039	0.8461
14	4	3	5	4	16	4.0000	0.8000	0.0039	0.7961
15	5	3	4	4	16	4.0000	0.8000	0.0039	0.7961
16	4	4	4	5	17	4.2500	0.8500	0.0039	0.8461
17	5	5	3	4	17	4.2500	0.8500	0.0039	0.8461
18	5	4	4	5	18	4.5000	0.9000	0.0039	0.8961
19	5	5	4	3	17	4.2500	0.8500	0.0039	0.8461
20	4	4	4	5	17	4.2500	0.8500	0.0039	0.8461
21	4	5	5	5	19	4.7500	0.9500	0.0039	0.9461
22	4	4	3	5	16	4.0000	0.8000	0.0039	0.7961
								Σ	10.2032
						n de ítems	12	CVCt	0.8503
								CVCtc	**0.8464**

Interpretación de la Validez y Concordancia

Valor del CVC: 0.8464 (BUENA)

ANEXO D

LIBRO DE CODIGOS

Datos Generales

Categoría	Código
sexo	
Masculino	a
Femenino	b
Edad	
Menor de 17 años	a
De 18 a 29 años	b
De 30 a 39 años	c
De 40 a 49 años	d
Mayor de 50 años	e
Grado De instrucción	
Sin estudios	a
Primaria	b
Secundaria	c
E. técnico	d
E. superior	e

Información de conocimientos sobre el covid

1: correcta / 0: incorrecta

N° Ítem	Clave	Puntaje
Fisiopatología		
1	c	1
2	b	1
Transmisión		
3	c	1
4	d	1
Cuadro clinico		
5	b	1
6	b	1
Medidas de prevención		
7	a, c, d	1
8	c	1
9	b	1
10	c	1

Información de prácticas de autocuidado

1: correcta / 0: incorrecta

1: Si / 0: No

N° Ítem	Clave	Puntaje
Del vendedor		
11	c	1
12	a	1
13	c	1
14	b	1
15	d	1
16	a	1
17	a	1
Del investigador		
18	Si	1
19	Si	1
20	Si	1
21	Si	1
22	Si	1

ANEXO E

MATRIZ DE DATOS

SUJ.	DATOS GENERALES			DATOS ESPECÍFICOS																																
				INFORMACION DE CONOCIMIENTO																						INFORMACION DE PRACTICAS												
				FISIOPATOLOGIA		TOTAL	TRANSMISION		TOTAL	CUADRO CLINICO		TOTAL	MEDIDAS DE PREVENCION			TOTAL	TRATAMIENTO		TOTAL		VENDEDOR							INVESTIGADOR							TOTAL
	Sexo	Edad	Grado de Instrucción	1	2		3	4		5	6		7	8	9		10			11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	
1	b	b	c	0	1	1	1	1	2	0	1	1	0	0	1	1	1	1	6	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	11
2	b	e	c	0	1	1	1	1	2	0	1	1	0	1	0	1	1	1	6	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	8
3	b	c	c	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	5	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	7
4	b	c	d	1	1	2	1	0	1	1	1	2	1	1	1	3	1	1	9	0	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	8
5	b	c	c	0	0	0	1	1	2	0	1	1	1	1	1	3	0	0	6	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	8
6	a	b	c	1	1	2	1	1	2	0	1	1	1	0	1	2	1	1	8	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	8
7	a	b	d	1	1	2	1	1	2	0	1	1	1	1	1	3	1	1	9	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	9
8	b	b	d	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	0	2	0	0	8	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	1	1	5
9	a	e	b	0	0	0	1	0	1	1	1	2	1	1	0	2	0	0	5	0	1	1	0	0	1	0	0	0	1	0	1	5
10	b	b	d	0	0	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	3	0	0	5	1	0	1	0	0	0	1	0	1	0	0	1	5
11	b	c	d	0	0	0	1	1	2	1	0	1	0	1	1	2	1	1	6	1	1	1	0	0	1	0	0	0	1	0	1	6
12	b	c	c	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	3	1	1	7	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	1	6
13	a	c	c	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	3	1	1	10	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	9
14	a	d	c	0	1	1	1	0	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	5	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	7
15	b	c	c	1	0	1	1	1	2	1	1	2	0	0	1	1	1	1	7	0	0	1	1	1	0	1	0	0	1	0	1	6
16	b	d	c	1	0	1	1	1	2	0	1	1	1	1	0	2	1	1	7	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	8

17	b	d	c	1	0	1	1	1	2	0	1	1	1	0	0	1	1	1	6	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	7
18	b	d	d	0	1	1	1	1	2	0	1	1	1	0	2	3	0	0	7	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	9
19	b	d	d	1	1	2	1	1	2	0	1	1	1	1	1	3	0	0	8	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	9
20	b	d	c	1	1	2	1	0	1	0	1	1	0	1	1	2	1	1	7	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	8
21	a	e	a	1	0	1	0	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	5	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	6
22	a	c	c	1	0	1	1	1	2	0	1	1	0	1	1	2	1	1	7	0	0	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	6
23	b	d	c	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	3	1	1	7	0	1	1	0	0	0	1	1	1	0	0	1	6
24	b	d	c	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	2	0	0	5	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	9
25	b	b	c	0	1	1	1	0	1	1	1	2	1	1	0	2	1	1	7	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	10
26	b	c	c	1	1	2	0	0	0	1	1	2	0	1	1	2	1	1	7	0	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	7
27	b	b	c	0	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	0	2	1	1	5	0	0	1	0	1	1	0	0	1	0	0	1	5
28	b	e	b	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	2	1	1	6	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	5
29	b	e	a	0	1	1	1	1	2	0	0	0	1	1	1	3	1	1	7	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	0	1	8
39	b	d	c	1	1	2	1	0	1	1	0	1	1	0	1	2	1	1	7	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	0	1	7
31	b	d	c	0	0	0	1	1	2	0	1	1	1	1	1	3	1	1	7	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	3
32	b	d	c	1	0	1	1	0	1	1	1	2	1	0	1	2	1	1	7	0	1	1	1	1	0	1	0	0	1	0	1	7
33	b	b	c	1	0	1	1	1	2	0	1	1	0	1	1	2	1	1	7	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	8
34	a	b	d	1	0	1	1	0	1	1	1	2	1	1	1	3	1	1	8	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	9
35	a	b	c	1	0	1	1	1	2	1	0	1	0	1	1	2	1	1	7	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	4
36	b	e	a	1	1	2	0	0	0	0	1	1	0	1	1	2	0	0	5	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	9
37	b	e	b	1	0	1	0	1	1	1	1	2	1	0	1	2	0	0	6	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	8
38	a	b	d	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	2	1	1	6	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	9
39	b	b	c	0	0	0	1	1	2	0	1	1	0	0	1	1	1	1	5	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	5
40	b	d	c	1	1	2	1	0	1	0	1	1	1	1	1	3	0	0	7	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	9
41	b	e	b	0	0	0	1	1	2	0	1	1	1	1	1	3	1	1	7	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	10
42	a	d	b	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	3	1	1	7	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	10

43	a	d	b	1	0	1	1	1	2	1	1	2	1	0	0	1	1	1	7	0	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	7
44	a	d	c	1	0	1	1	0	1	1	1	2	0	1	1	2	0	0	6	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	9
45	b	d	c	0	1	1	1	1	2	1	1	2	0	1	1	2	1	1	8	1	1	0	1	1	0	0	0	0	1	0	1	6

ANEXO F

CONSENTIMIENTO INFORMADO

A través del presente documento expreso mi voluntad de participar en la investigación titulada **"CONOCIMIENTOS Y PRÁCTICAS DE AUTOCUIDADO FRENTE AL COVID 19 EN VENDEDORES DE UN MERCADO DEL DISTRITO DE COMAS 2020".**
Habiendo sido informado(a) del propósito de la misma, así como de los objetivos y teniendo la certeza que la información que se vierte en el instrumento será solo y exclusivamente para fines de la investigación en mención, además confío en que la investigación utilizará adecuadamente dicha información asegurándome la máxima confidencialidad.

……

FIRMA

ANEXO G

TABLAS

DATOS GENERALES DE LOS VENDEDORES

CARACTERISTICAS	VENDEDORES	
	N°	%
SEXO		
Masculino	13	28.9%
Femenino	32	71.1%
TOTAL	**45**	**100%**
EDAD		
Menor de 17 años	0	0.0%
De 18 a 29 años	12	26.7%
De 30 a 39 años	9	20.0%
De 40 a 49 años	16	35.6%
Mayor de 50 años	8	17.7%
TOTAL	**45**	**100%**
GRADO DE INSTRUCCION	3	6.7%
Sin estudios	6	13.3%
Primaria	27	60.0%
Secundaria	9	20.0%
E. técnico	0	0.0%
E. superior		
TOTAL	**45**	**100.0%**

Respecto a los datos generales obtenidos, se observa en la tabla que el 71.1% son de sexo femenino, el 35.6% se encuentran en un rango de edad de 40-49 años, así como el 60.0% tienen grado de instrucción secundaria

Tabla 1. Conocimientos de autocuidado frente al COVID 19 en vendedores de un mercado. Lima – Perú 2020

Nivel de conocimiento	vendedores	
	N°	%
Alto	8	17.8%
Medio	37	82.2%
Bajo	0	0.0%
Total	**45**	**100.0%**

En la tabla 1. Respecto al conocimiento de los vendedores, se observa que el 82.2% (37) de los vendedores encuestados, presentan un nivel de conocimientos medio.

Tabla 2. Prácticas de autocuidado frente al COVID 19 en vendedores de un mercado. Lima – Perú 2020

Prácticas de autocuidados	Vendedores	
	N°	%
Adecuadas	30	66.7%
Inadecuadas	15	33.3%
Total	**45**	**100.0%**

En la tabla 2. Respecto a las prácticas de los vendedores, se observa que el 66.7% (30) presentan practicas adecuadas**.**

Tabla 3. Nivel de Conocimiento sobre fisiopatología del covid 19 de los vendedores de un mercado. Lima – Perú 2020

Nivel de conocimiento sobre fisiopatología	vendedores	
	N°	%
Alto	11	24.4%
Medio	27	60.0%
Bajo	7	15.6%

Total	**45**	**100.0%**

En la tabla 3. Respecto al conocimiento sobre fisiopatología del covid 19, el 60.0%(27) de los vendedores encuestados, presentan un nivel de conocimiento medio.

Tabla 4. Nivel de Conocimiento sobre transmisión del covid 19 de los vendedores de un mercado. Lima – Perú 2020

Nivel de conocimiento sobre transmisión	vendedores	
	N°	**%**
Alto	22	48.9%
Medio	20	44.4%
Bajo	3	6.7%
Total	**45**	**100.0%**

En la tabla 4. Respecto al conocimiento sobre transmisión del covid 19, el 48.9% (22) presentan un nivel de conocimiento alto, asimismo el 44.4%(20) de los vendedores encuestados, presentan un nivel de conocimiento medio.

Tabla 5. Nivel de Conocimiento sobre cuadro clínico del covid 19 de los vendedores de un mercado. Lima – Perú 2020

Nivel de conocimiento sobre síntomas	vendedores	
	N°	**%**
Alto	13	28.9%
Medio	31	68.9%
Bajo	1	2.2.%
Total	**45**	**100.0%**

En la tabla 5. Respecto al conocimiento sobre síntomas del covid 19, el 68.9% (31) de los vendedores encuestados, presentan un nivel de conocimiento medio, asimismo el 28.9%(23) presentan un nivel de conocimiento alto.

Tabla 6. Nivel de Conocimiento sobre medidas de prevención frente al covid 19 de los vendedores de un mercado. Lima – Perú 2020

Nivel de conocimiento sobre medidas de prevención	vendedores	
	N°	%
Alto	15	33.3%
Medio	21	46.7%
Bajo	9	20.0%
Total	**45**	**100.0%**

En la tabla 6. Respecto al conocimiento sobre medidas de prevención del covid 19, el 46.7% (21) de los vendedores encuestados, presentan un nivel de conocimiento medio, asimismo el 33.3% (15) presentan un nivel de conocimiento alto.

Tabla 7. Nivel de Conocimiento sobre tratamiento del covid 19 de los vendedores de un mercado. Lima – Perú 2020

Nivel de conocimiento sobre tratamiento	vendedores	
	N°	%
Alto	34	75.6%
Medio	0	0.0%
Bajo	11	24.4%
Total	**45**	**100.0%**

En la tabla 7. Respecto al conocimiento sobre tratamiento del covid 19, el 75.6% (34) de los vendedores encuestados, presentan un nivel de conocimiento alto.

Anexo H

FÓRMULA DE MÁXIMOS Y MÍNIMOS

Conocimientos
(Vmáx – Vmin) / 3 = K (10 - 0) / 3 = 3.33 = K

0 - 3	Nivel bajo
4 - 7	Nivel medio
8 - 10	Nivel alto

Practicas
(Vmáx – Vmin) / 2 = K (12 - 0) / 2 = 6 = K

0 - 6	Inadecuadas
7-12	Adecuadas