

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Escuela Académico Profesional de Tecnología Médica
Especialidad en Terapia Física y Rehabilitación

Tesis

**Calidad de vida del adulto mayor en
tiempos del COVID-19, 2021**

Lorena Soto Aymara

Para optar el Título Profesional de
Licenciada en Tecnología Médica con Especialidad
en Terapia Física y Rehabilitación

Huancayo, 2021

Repositorio Institucional Continental
Tesis digital



Esta obra está bajo una Licencia "Creative Commons Atribución 4.0 Internacional" .

AGRADECIMIENTOS

A Dios por guiarme en este camino, a mi asesor, a mis compañeros, docentes de la Universidad y a la familia Perata y participantes de la investigación por su colaboración en la ejecución de la investigación

DEDICATORIA

Se lo dedico a Mi mamá, a mis hermanos por el apoyo que me dieron para lograr esta meta y a mi padre en paz descanse, que siempre soñó verme una profesional

ÍNDICE

DEDICATORIA.....	iii
ÍNDICE TABLAS	v
RESUMEN.....	vi
INTRODUCCIÓN	viii
CAPÍTULO I.....	9
PLANTEAMIENTO DEL ESTUDIO	9
1.1 Planteamiento y formulación del problema	9
1.2 Objetivos.....	12
1.3 Justificación e importancia.....	12
1.4 Hipótesis y descripción de variables.....	13
CAPÍTULO II	15
MARCO TEÓRICO.....	15
2.1 Antecedentes del problema.....	15
2.2 Bases teóricas	18
2.3 Definición de términos básicos	24
CAPÍTULO III	25
METODOLOGÍA.....	25
3.1 Método, y alcance de la investigación.....	25
3.2 Diseño de la investigación.....	25
3.3 Población y muestra.....	25
3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	26
CAPÍTULO IV	27
RESULTADOS Y DISCUSIÓN	27
4.1 Resultados del tratamiento y análisis de la información.....	27
4.2 Prueba de hipótesis.....	32
CONCLUSIONES.....	34
Recomendaciones.....	35
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	36
ANEXOS.....	39

ÍNDICE TABLAS

Tabla 1 Género.....	27
Tabla 2 Nivel de calidad de vida	27
Tabla 3 Dimensión salud física	28
Tabla 4 Dimensión psicológica.....	29
Tabla 5 Dimensión relaciones sociales	29
Tabla 6 Dimensión ambiental.....	30
Tabla 7 Nivel de calidad de vida según género	30
Tabla 8 Nivel de calidad de vida según grado de instrucción	31

RESUMEN

Objetivo Describir la calidad de vida de los adultos mayores en tiempos de covid19-2021, **Método** el presente estudio fue de nivel descriptivo de corte transversal, retrospectiva. La muestra es de tipo censal, conformada por 50 participantes de ambos sexos mayores de 60 años.

Se utilizó el cuestionario WHOQOL- BREF que consta de 26 ítems con tipo de respuesta Likert dividido en 4 dimensiones, salud física, salud psicológica, relaciones sociales y dimensión ambiente **Resultados:** se encontró que 60% adultos mayores son de género femenino 40% de género masculino, 16% de adultos mayores se encuentran enfermos, los resultados demostraron en la dimensión salud física, el 78% de adultos mayores presentan una calidad de vida regular, el 20% tiene una buena calidad de vida y el 2% presenta mala calidad de vida, en la dimensión psicológica presentan una calidad de vida de regular a buena, en la dimensión ambiente en su mayoría presentan una calidad de vida buena y regular y 2% mala calidad de vida mientras que en la dimensión de relaciones sociales el 80% presenta una calidad de vida regular, el 14% una buena calidad de vida y el 6% una mala calidad de vida.

Conclusiones La calidad de vida de los adultos mayores en tiempos de covid19- 2021, el 78% de los adultos mayores presenta una calidad de vida regular, el 20% presentó una buena calidad de vida y el 2% una mala calidad de vida.

PALABRAS CLAVE: Calidad de vida, Adultos mayores

SUMMARY

Objective: To describe the quality of life of older adults in times of covid19 - 2021, **Method:** the present study was of a descriptive, cross-sectional, retrospective level. The sample is of a census type, made up of 50 participants of both sexes over 60 years of age.

The WHOQOL-BREF questionnaire was used, which consists of 26 items with a Likert response type divided into 4 dimensions: physical health, psychological health, social relations and environment. **Results:** it was found that 60% of older adults are female, 40% are male, 16% of older adults are ill. The results showed in the physical health measurement, that 78% of older adults have a regular quality of life, 20% have a good quality of life and 2% have a poor quality of life. In the psychological measurement they present a quality of life from regular to good, in the environmental dimension most of them present a good and regular quality of life and 2% had a poor quality of life, while in the dimension of social relations 80% present a regular quality of life, 14% a good quality of life and 6% a poor quality of life.

Conclusions The **quality** of life of the older adults in times of covid19-2021, 78% of the older adults present a regular quality of life, 20% presented a good quality of life and 2% a poor quality of life.

KEY WORDS: Quality of life, Older adults

INTRODUCCIÓN

El envejecimiento es un proceso natural e inevitable que experimenta un ser humano a lo largo de su vida, en el que está involucrado el medio ambiente, a la vez es influido por el sistema, cultura social y los cambios en el medio ambiente que pueden tener un efecto positivo o negativo en el envejecimiento (1) es por ello que se planteó como problema describir el nivel de la calidad de vida de los adultos mayores en tiempos de covid19, y el impacto de esta pandemia en la calidad de vida de los adultos mayores que por su situación de vulnerabilidad fueron obligados a permanecer aislados de su entorno familiar y social, privados de realizar actividades de recreación, aplazando las consultas médicas que solo empeoraban su situación de salud, es por esta razón que se planteó como objetivo general describir la calidad de vida de los adultos mayores en tiempos de covid19 y como objetivo específico, identificar la calidad de vida según la dimensión física , la dimensión psicológica , la dimensión social y según la dimensión ambiente.

Por otra parte investigación cobra su importancia ya que pretende describir la calidad de vida de los adultos mayores en tiempos de cóvid 19 y de qué manera afecta su calidad de vida.

Por otro lado, la investigación permitirá obtener resultados que serán de gran importancia para el conocimiento de índice de calidad de vida de los adultos mayores en tiempos de pandemia

El registro estadístico será de gran utilidad para otros investigadores y podrán utilizar para hacer una comparación o correlacionar.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL ESTUDIO

1.1 Planteamiento y formulación del problema

El envejecimiento es un proceso natural e inevitable que experimenta un ser humano a lo largo de su vida, en el que está involucrado el medio ambiente, a la vez es influido por el sistema y cultura social, los cambios en el medio ambiente pueden tener un efecto positivo o negativo en el envejecimiento (1)

Por ende, muchos de los problemas y limitaciones que padece al adulto mayor son originados por las diferentes patologías que las afectan, los cambios fisiológicos que se van desarrollando como consecuencia del proceso natural del envejecimiento y salud pública impacta de manera importante en la condición general tanto como física y mental (2)

Según el instituto nacional de estadísticas e informáticas INEI en su informe técnico sobre la “situación del adulto mayor” informo que en el Perú el 35,9% tienen entre sus integrantes del hogar a una persona de tercera edad, solo en Lima el porcentaje de viviendas conformado por algún anciano alcanza en un 41,3% mientras que en la zona rural el 31,4% de hogares tiene 1 miembro de este grupo etario (3).

También se hizo un informe sobre el tipo de seguro de salud, el 37,8% accede al servicio de Essalud y 41,3% pertenece al seguro integral (SIS) a comparación del año pasado el número de asegurados por Essalud tuvo un incremento en 1,9% mientras que el SIS se mantiene en los mismos niveles, en cuanto al seguro de pensiones el 40,0% está afiliada a un sistema de pensiones de los cuales el 21,5% está afiliada a la ONP y el 11,7% pertenece a la AFP y el 4,3% a la célula viva (3).

En la investigación de Párraga (4) llegó a la conclusión de que la condición de vida de adultos mayores usuarios del CIAM es de mala calidad, no perciben la mejora

de cuidados físicos también en la situación económica social y emocional, con respecto a la salud física la mayoría de los participantes se sienten cansados presentan limitaciones para realizar sus actividades y no hay prevención de enfermedades la mayoría de los adultos tiene una mala nutrición, la situación social también se ve afectada porque no perciben un ingreso económico fijo para satisfacer sus necesidades básicas, el lugar donde habitan carece de comodidades, en cuanto a la situación social algunos ancianos cuentan con el acompañamiento de algún familiar y otros que se encuentran en situación de abandono familiar, en cuanto al estado emocional es regular, al asistir CIAM se sientes acompañados y olvidan por un momento su soledad.

En la investigación de Pasache (5) concluye que la mayoría de los adultos mayores de la casa de reposo Madre Josefina Vannini presentan una autopercepción de la calidad de vida media según la dimensión de bienestar emocional, social, bienestar material, desarrollo personal, bienestar físico, inclusión social y derechos.

Carbajal (6) en su investigación concluyó que de las 8 dimensiones aplicadas se obtuvo un puntaje mayor a 60% lo cual demuestra que los adultos mayores del Centro Integral la Molina presenta una buena calidad de vida, siendo las dimensiones de rol físico y dolor con mayor puntaje y las dimensiones de función física y salud general con un puntaje bajo.

Los adultos mayores por su situación de vulnerabilidad fueron los más golpeados por la pandemia ocasionado por el cóvid- 19, antes del inicio de la pandemia este grupo etario tenían una vida más activa, podían salir a dar un paseo por los parques, realizar actividades de ocio, organizar reuniones de fin de semana, pasear por centros comerciales, acudir a las citas médicas mensualmente a realizarse exámenes médicos esporádicamente, acudían a los centros de salud a realizar la terapia física para sus diferentes afecciones, asistían al CAM centro del adulto mayor, donde realizaban numerosas actividades recreativas, como bailes, manualidades,

ejercicios terapéuticos, etc y también había el programa de ESSALUD PADOMI para adultos mayores con limitaciones de la capacidad física y mental, donde el personal de salud realiza visitas domiciliarias para chequear el estado de salud del adulto.

Todo estas actividades pasaron a otro nivel, al iniciar el confinamientos los adultos fueron aislados por temor a que se infecten de la enfermedad, dejaron a un lado los chequeos médicos presenciales, todo es virtual donde no todo los adultos mayores tienen la facilidad a acceder por dificultad de manejo de la tecnología o por las limitaciones físicas que presentan, por otro lado el programa de PADOMI fue suspendida y la consulta médica es vía telefónica, El CAM también fue suspendida el adulto mayor ya no tuvo programas de recreación, fueron obligados a tener una vida más sedentaria pasando muchas horas frente al televisor sin realizar actividad física y de esa manera agravando su salud física, psicológica, social.

Es por esta razón que el presente estudio propone investigar la calidad de vida el adulto mayor en tiempos de covid-19-2021 para contribuir con las futuras investigaciones

Problema general

¿Cuál es el nivel de la calidad de vida de los adultos mayores de la casa de encuentro vecinal de Miraflores en tiempos de covid19- 2021?

Problema específico

1. ¿Cuál es el nivel de la calidad de vida según la dimensión física de los adultos mayores de la casa de encuentro vecinal de Miraflores en tiempos de covid19- 2021?
2. ¿Cuál es el nivel de la calidad de vida según la dimensión psicológica de los adultos mayores de la casa de encuentro vecinal de Miraflores en tiempos de covid19- 2021?

3. ¿Cuál es el nivel de la calidad de vida según la dimensión social de los adultos mayores de la casa de encuentro vecinal de Miraflores en tiempos de covid19-2021?
4. ¿Cuál es el nivel de la calidad de vida según la dimensión ambiente de los adultos mayores de la casa de encuentro vecinal de Miraflores en tiempos de covid19- 2021?

1.2 Objetivos

Objetivo General

Describir la calidad de vida de los adultos mayores de la casa de encuentro vecinal de Miraflores en tiempos de covid19- 2021

Objetivo específico

1. Identificar según la dimensión física el nivel de la calidad de vida de los adultos mayores de la casa de encuentro vecinal de Miraflores en tiempos de covid19-2021
2. Identificar según la dimensión psicológica el nivel de la calidad de vida de los adultos mayores de la casa de encuentro vecinal de Miraflores en tiempos de covid19- 2021
3. Identificar según la dimensión social el nivel de la calidad de vida de los adultos mayores de la casa de encuentro vecinal de Miraflores en tiempos de covid19-2021
4. Identificar según la dimensión ambiente el nivel de la calidad de vida de los adultos mayores de la casa de encuentro vecinal de Miraflores en tiempos de covid19-2021

1.3 Justificación e importancia

La presente investigación de calidad de vida del adulto mayor de la casa de encuentro vecinal- Miraflores es motivada en el contexto del cóvid 19, nace por la

convivencia con los adultos mayores antes y durante la pandemia, y observar de cerca de como una pandemia les cambio la vida en todo aspecto.

Antes del cóvid – 19, ellos realizaban muchas actividades grupales tales como, ejercicios de estiramiento, juegos de mesa, caminatas por el parque, paseos por centros comerciales, reuniones de reencuentro con amigos y familiares, actividades en el CAM, etc. Pero al iniciar la pandemia toda las actividades quedaron suspendidas, haciendo que este grupo de personas se queden encerrados sin realizar ninguna actividad, entrado a una vida más sedentario, es por ello que propongo realizar este estudio para describir de qué manera y en que dimensiones de calidad de vida les afectó la pandemia.

La presente investigación cobra su importancia ya que pretende describir la calidad de vida de los adultos mayores en tiempos de cóvid 19 y que dimensiones de la calidad de vida según el cuestionario whoqol - bref se ve afectada.

Por otro lado, la investigación permitirá obtener resultados que serán de gran importancia para el conocimiento de índice de calidad de vida de los adultos mayores en tiempos de pandemia

El registro estadístico será de gran utilidad para otros investigadores y podrán utilizar para hacer una comparación o hacer un estudio correlacionar.

1.4 Hipótesis y descripción de variables.

No aplica, según Hernández et al. (7) Solo cuando realizamos un pronóstico o consignamos algún dato.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes del problema

Mazacón (8) en su investigación de calidad de vida intervenida con el modelo integral de salud concluye que no es diferente la calidad de vida de los no que no fueron intervenidos con el modelo integral, no se encontró diferencia significativa en las dimensiones de salud física, mientras que en las dimensiones de desempeño físico y salud en general se obtuvo la puntuación más alta y la puntuación más baja se obtuvo en las dimensiones de función física y dolor general mientras que en la dimensión de salud mental se obtuvo una mayor puntuación la dimensión de desempeño emocional y la puntuación más baja en las dimensiones de salud mental, función social y vitalidad.

Bustamante et al. (9) en el informe tecnológico concluyeron que los adultos mayores con menor nivel de educación son más susceptibles a sentir una insatisfacción con su vida mientras que la ocupación incide de manera inversa con la insatisfacción con la calidad de vida, se encontrarían satisfechos si es que estarían activos laboralmente o percibiendo una jubilación, en el área de residencia no hay diferencia significativa para determinar la calidad de vida, pero si se encontró diferencia entre hombre y mujeres con respecto al área de residencia para las mujeres residir en área urbana sería más satisfactorio.

Párraga (4) en la investigación de calidad de vida de los adultos mayores beneficiarios de CIAM (Centro integral del adulto mayor) concluyo que la calidad de vida de los AM (adultos mayores) es mala en las dimensiones socio-económicas, salud mental, salud física, ya que en su mayoría están delicados de salud, solos y solo algunos cuentan con apoyo familiar y el resto vive solo se alimenta en comedores

populares no perciben una pensión de jubilación, en la dimensión social la recreación y la participación social son escasas.

Rubilar et al. (10) en el Artículo calidad de vida y frecuencia de actividad física llegaron a la conclusión de que en un grupo de personas se obtuvo el mayor puntaje en la dimensión de social, mientras que la dimensión salud física y general se ven disminuidas excepto en el grupo de AM que realiza actividad física 3 veces por semana, por otro lado a mayor edad mejor es el puntaje en cuanto a calidad de vida en 4-5 dimensiones, siendo las personas mayores de 80 años y los que no presentan enfermedades crónicas obtuvieron mayores puntaje promedio.

Noceda (11) concluye que los usuarios, mayores de 60 años del centro de salud México presentan una condición de vida moderada en las dimensiones de salud física, salud psicología, relaciones sociales y ambientales y el mayor porcentaje presentan una disfunción familiar.

Bedón (12) concluye que la mayoría de los AM manifiesta una condición de vida mala, y media en las dimensiones de salud física y psicológica mientras que en las dimensiones social y ambiental presentan una calidad de vida baja.

Pasache (5) en su investigación de autopercepción de calidad de vida del adulto mayor de la casa de reposo Madre Josefina Vannini, llegó a la conclusión de que la mayoría de los adultos mayores tienen una percepción media de calidad de vida, en cuanto a las dimensiones bienestar emocional, relaciones interpersonales, bienestar socioeconómico, desarrollo personal, salud física, autodeterminación, inclusión social y derechos

León (13) en su investigación concluyen que los adultos mayores que acuden al centro de salud privado de Rímac presentan un nivel bajo de calidad de vida con mayor incidencia en varones que mujeres en cuanto a la dimensión de vitalidad se obtuvo un puntaje elevado, mientras que en la escala de salud mental se obtuvo un

menor puntaje y en la escala de rol emocional se obtuvo un puntaje igual en los tres niveles.

Sánchez et al (14) en el artículo de investigación sobre polifarmacia en el adulto mayor concluyen que es necesario el mayor control de medicamentos consumidos por los adultos para evitar efectos nocivos y así fomentar una vida saludable.

Carbajal (6) concluye que de las 8 dimensiones evaluadas se obtuvo por encima de 60% lo cual demuestra una buena calidad de vida y las dimensiones de rol físico, rol emocional y dolor corporal se obtuvo un puntaje promedio mientras que las dimensiones de función física y salud general se obtuvo una puntuación más baja.

En el artículo de investigación Salazar et al (15) concluyen que la sobrecarga y funcionalidad familiar tiene relación con la calidad de vida del cuidador por lo que se convierten en un escenario disciplinar que plantea diseñar estrategias de intervención centradas en la sobrecarga y funcionamiento de la familia para mejorar la calidad de vida del adulto mayor.

German et al (16) concluyen que el padecimiento físico del anciano afecta de una manera muy negativa a la calidad de vida a los adultos desencadenando a situaciones perjudiciales.

En su investigación Ramos (17) concluye que los factores de riesgo de calidad de vida a los que están expuesto los AM son: las ancianas de 75-80 años que presentan bajos ingresos económicos, patologías asociadas a la edad y tienen la necesidad de una intervención global y constante, la decadencia de mecanismos de bioseguridad, incapacidad biofísica y las limitaciones para el manejo de la tecnología doméstica, en cuanto a la calidad de vida los adultos mayores que participaron en el estudio presentan un nivel, medio bajo y alto a predominio del nivel medio y los factores relacionados a la calidad de vida son los factores biológicos y los de relación.

Meza et al (18) en su investigación de calidad de vida de los ancianitos de zonas periurbanas de Asunción Paraguay concluyen que en la muestra obtenida

estaba conformada por 4 hogares representada en su mayoría por hombres con nivel de educación analfabetos en cuanto a la calidad de vida los aspectos que se ven involucrados son el factor socioeconómicos y la autodeterminación, el índice de calidad de vida que predominó fue el nivel medio bajo, la menor calidad de vida fue observada en hogares conformada por mujeres con un nivel de educación universitaria, en cuanto a la actividad física la mayoría de los participantes del estudio no realiza actividad física.

Sopla (19) en su investigación de calidad de vida de los adultos mayores en el distrito de Huancas- Chachapoyas concluye que en forma general la mayoría de AM tiene una calidad de vida promedio seguida de baja a una tendencia de alta calidad de vida, en cuanto a las dimensiones de función física, rol físico y dolor corporal presentaron un promedio alto mientras que en las dimensiones de salud mental, vitalidad, función social, rol emocional, salud material y transición en salud la calidad de vida es baja, de acuerdo a los grupos etarios los participantes de 60-69 años presentaron un promedio alto mientras que de 70-79 años es de promedio bajo y los de 80 a más presenta un promedio muy bajo, los AM de sexo masculino presentan un promedio alto con tendencia a la baja mientras que del sexo femenino presentan un promedio bajo.

En sus antecedentes colocar

2.2 Bases teóricas

Teorías del envejecimiento

Según Varela (20) El envejecimiento es un proceso natural e irreversible que se inicia desde el momento en que el organismo llega a su máxima capacidad funcional, cada persona envejece de forma diferente y los organismos también van envejeciendo, para Penny (1) esta etapa también se define como la pérdida de la

capacidad del organismo a adaptarse al medio ambiente lo que requiere especial atención, también comprende a los procesos biológicos, psicológicos y sociales relacionados a la vida después de la edad madura, incluyendo aspectos positivos y negativos y no es ajeno el descenso de las funciones corporales, el funcionamiento y participación social y nos dice que debemos analizar de manera dinámica ya que el envejecimiento inicia desde el nacimiento del individuo y al cumplir las 3 décadas alcanza la máxima plenitud donde se ven los cambios de donde se da más el consumo de energía que el almacenamiento y es cuando se inicia a perder los mecanismos de reserva del organismo por ende hay incremento de vulnerabilidad ante cualquier amenaza y el riesgo de adquirir patologías.

Según la Sociedad Española de Geriatría (2) la célula pasa por todo un cambio fisiológico a través del tiempo, los cambios que se dan en los órganos al deteriorarse causan una pérdida de la capacidad funcional, los órganos que padecen un cambio muy significativo son el sistema cardiopulmonar y los riñones, estas alteraciones no siempre se dan en todo los individuos, puede variar en cada persona y órgano de la misma, también van a estar sujetas a los factores predisponentes que causan una alteración en los órganos y estas situaciones son: fármacos, enfermedades, el estilo de vida del individuo, altas demandas físicas, cambios bruscos de actividad y la latitud.

Entre los cambios físicos y orgánicos más importantes que presenta el adulto mayor y que estos a la vez van a influir en su calidad de vida son:

Cambios en el sistema cardiovascular: la patología cardíaca es una de las enfermedades más comunes que presenta el adulto mayor, entre las más comunes tenemos, soplos diastólicos, engrosamiento y rigidez de la válvula del corazón, mayor incidencia de hipertensión arterial, arritmias, etc. (2).

Cambio en el sistema respiratorio: el cambio más visible se da en la arquitectura torácica, ya que hay un aumento de la cifosis dorsal, también se debilitan los músculos intercostales y el músculo principal de la respiración que es diafragma sumado a esto

los cilios encargados de movilizar las secreciones tienen menos capacidad y por lo tanto hay mayores riesgos de que el adulto contraiga infecciones respiratorias (2).

Cambios en el sistema digestivo: en esta parte se ve disminuido la motilidad intestinal y el retraso en el vaciado del tubo digestivo, alteraciones en la masticación y por ende una reducción de ingesta calórica, desnutrición, estreñimiento (2).

Cambio en el sistema nervioso y en los órganos de los sentidos: en algunos adultos se producen alteraciones en los Neurotransmisores como consecuencia la enfermedad de Alzheimer y Parkinson también se da la disminución de la percepción y la memoria y el pensamiento, alteración de la movilidad y seguridad por disminución o alteración de los reflejos (2)

La vista: también va sufrir un cambio al verse alterado la agudeza visual va ver una disminución del campo y la amplitud visual, en esta etapa también se produce agrandamiento del cristalino con pérdida de acomodación a los enfoques de objetos cercanos.

Mientras que en el oído se da la degeneración del nervio auditivo que va ocasionar una disminución en la audición, también se da el engrosamiento de la membrana timpánica.

Cambios en el sistema musculo esquelético: este sistema sufre un cambio al igual que el resto de los organismos y están determinados por distintos factores entre ellas tenemos, al factor fisiológico, factores patológicos, factores ambientales. En el óseo se produce una disminución en la densidad ósea va estar determinadas por el factor genético, nutricionales, hormonales, farmacológicos, actividad física, hábitos tóxicos y patologías asociadas. En la articulación se observa la disminución de la elasticidad, aumento de fragilidad para desgarros, etc. En el musculo se produce la sarcopenia, la disminución de la fuerza muscular, como efecto de todos estos cambios se va producir disminución de la estatura, osteoporosis, mayor incidencia en la

inflamación de las articulaciones, desplazamientos más lentos, disminución en la fuerza y resistencia (2).

Fragilidad y vulnerabilidad: cada persona es más frágil y vulnerable que otros y todo va estar determinado por los factores genéticos, ambientales y los hábitos tóxicos y estilos de vida que haya tenido cada individuo y de ello dependerá la susceptibilidad y la capacidad de respuesta ante una amenaza (2).

Calidad de Vida

La organización mundial de salud define a la calidad de vida como la apreciación del individuo sobre su condición de la vida dentro de la sociedad bajo el sistema de valores en el que vive, es una definición muy compleja e involucra muchas dimensiones como la salud física, psicológica, su autonomía en la sociedad y en todo lo que cree el individuo, cualquier afección de estas dimensiones alteraría la calidad de vida de una persona (21).

Por otro lado Varela (22) en su artículo menciona que la calidad de vida está sujeta a los factores económicos, sociales, culturales y el medio en el que se desenvuelve el adulto mayor.

En su cita de Salas; Garzón (23) la calidad de vida “refleja la diferencia, el vacío entre las esperanzas y expectativas de una persona y su experiencia actual” y definen la calidad de vida en:

- ✓ Calidad de vida: es la percepción de las personas que logran satisfacer sus necesidades sin impertinencias para alcanzar un estado de bienestar.
- ✓ Bienestar: percepción propia de la salud que tiene relación con sentimientos de autoestima, su desenvolvimiento con la sociedad, la función biológica.
- ✓ Bienestar total: hace referencia a la magnitud de la vida relativa a la conducta y la experiencia.

- ✓ Condiciones de vida: nivel calidad de recursos materiales y de vivienda que rodea al individuo
- ✓ Estado positivo de salud: hace referencia a la calidad de vida y potencial de la condición humana y que incluye la fortaleza para vivir y las metas que alcanza la persona por sí mismo.

Ardila (24) menciona que la calidad de vida es el “de satisfacción general”, que se deriva luego de que el individuo logra concretar sus metas, y que la calidad de vida y la autorrealización guardan una relación inquebrantable:

Para Ardila la calidad de vida incluye aspectos subjetivos como confianza, expresión emocional, la percepción de seguridad, utilidad personal y la percepción de la salud; y en el aspecto objetivo están incluidos como la vivienda, la armonía con el medio ambiente, la relación con la comunidad.

Dimensiones de calidad de vida

A. Dimensión salud física: Para Rojas (25) La salud física es la percepción del estado físico o la salud como ausencia de patologías, sintomatología de alguna enfermedad y efectos secundarios de algún tratamiento farmacológico, el estado físico saludable es indispensable para presentar una buena calidad de vida.

Para la OMS (Escala de Whoqol bref) los indicadores de la salud física son:

- ✓ Actividades de vida diaria
- ✓ La dependencia farmacológica
- ✓ Energía y fatiga
- ✓ Movilidad
- ✓ Dolor y disconformidad
- ✓ Sueño y descanso
- ✓ Capacidad de trabajo

B. Dimensión psicológica: para Rojas (25) es la apreciación del individuo de su estado cognitivo, afectivo como el temor, la incomunicación la pérdida de autoestima, la incertidumbre ante el futuro, también está incluido las creencias religiosas, espirituales, como el significado de la vida y la actitud ante el sufrimiento.

para la OMS (26) la salud mental es no padecer ningún trastorno mental, este concepto incluye al bienestar propio, ser autosuficientes, estar aptos para las actividades de la vida diaria y de realizarse intelectual y emocionalmente también lo define como un estado de bienestar donde las personas son capaces de reconocer sus habilidades y enfrentar los problemas cotidianas de la vida diaria y laborar de manera fructífera, también menciona que no hay ningún ser humano que esté exento a padecerla, pero el riesgo aumenta en aquellas personas en situaciones de abandono, los desempleados, en las personas sin escolaridad, en los inmigrantes, en las personas que sufren violencia.

C. Dimensión social: En esta se evalúa las relaciones personales, el apoyo social que recibe el individuo y la actividad sexual para Rojas (25) es la percepción de la persona con respecto a las relaciones interpersonales y el rol que cumple en la sociedad y como la necesidad de apoyo familiar y social y el desempeño laboral .

D. Dimensión ambiente: el ambiente es un factor determinante de la calidad de vida del individuo, Burgui (27) en su investigación hace referencia a una cita de la comisión Mundial sobre medio ambiente y desarrollo de las naciones unidas (1987), presento el informe en la que se advertía de que la destrucción del medio ambiente constituía una amenaza para la calidad de vida, , también menciona que en la declaración de derechos humanos se proclama el derecho que tiene toda las personas a una vida digna.

2.3 Definición de términos básicos

Adulto mayor: es aquella persona cuya edad supera los 60 años, según Penny el organismo llega a su máxima capacidad a los 30 años y a partir de ese momento va en descenso y es más vulnerable a desarrollar patologías y además presenta cambios físicos, psicológicos.

Calidad de vida: es la percepción del individuo del bienestar físico, psicológico y social y que se va a ver alterado por factores internos y externos.

Calidad: se refiere a la percepción subjetiva que se tiene sobre algo, con respecto a la calidad de vida se refiere al alcanzar un bienestar total en todos los aspectos de la vida.

Actividades de la vida diaria (AVD): hace referencia a la capacidad que tiene el individuo para realizar actividades básicas tales como, vestirse, bañarse, comer solo, hacer compras, etc.

Movilidad: capacidad que tiene el individuo para desplazarse de un lugar a otro

Fatiga: es un estado de cansancio que experimenta el individuo después de realizar alguna actividad física o mental.

Autosuficiente: capacidad de realizar las actividades sin necesidad de ser ayudado por otros

CIAM: centro integral del adulto mayor

AM: adulto mayor

Padomi: programada de atención domiciliaria, este es un programa de Salud que brinda el servicio a los asegurados mayores de 60 años o que padecen de alguna patología crónica.

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

3.1 Método, y alcance de la investigación

Método: Científico (7)

Tipo: Básica. (7)

Nivel: Descriptivo (7)

3.2 Diseño de la investigación

No experimental, transversal, retrospectivo y observacional.

3.3 Población y muestra

✓ Población:

La población para la siguiente investigación fue realizada en la casa de encuentro vecinal de Miraflores, lo cual constituyó a 50 participantes mayores de 60 años

✓ Muestra:

Por las circunstancias que atraviesa el país en esta investigación se tomó la totalidad de la población de la casa de encuentro vecinal de Miraflores, es decir La muestra es de tipo censal (7)

✓ Criterios de inclusión de los participantes:

Personas mayores de 60 años de ambos sexos

Personas que aceptaron participar en la encuesta de manera voluntaria

Adultos mayores

- ✓ Criterios de exclusión de los participantes:

- Personas menores de 60 años

- Personas que no aceptaron participar en la investigación

3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnica de recolección de datos: En el presente estudio se utilizó la técnica de recolección de datos primarios tipo encuesta, escala de Likert con 5 opciones de respuesta, se hizo uso del instrumento WHOQOL- BREF escala que mide la calidad de vida de personas que gozan de buena salud, y de aquellas que cursan con alguna enfermedad o limitación física.

La fiabilidad del instrumento de 26 ítems presentó un $\alpha = 0,900$ mediante Alfa de Cronbach lo que significa una escala confiable.

La validación del instrumento se realizó mediante juicio de expertos mediante juicio de expertos.

Instrumento de recolección de datos: El instrumento WHOQOL BREF fue diseñado por la organización mundial de salud en 1996, consta de 4 dimensiones, salud física, salud psicológica, relaciones sociales y ambientales consta de 26 ítems, de las cuales 2 son preguntas generales de percepción calidad de vida, 7 preguntas de salud física, 6 preguntas de salud psicológica, 3 preguntas de la dimensión relaciones sociales y 8 preguntas de la dimensión ambiente.

Aplicación del instrumento de recolección de datos

La recolección de datos se realizó en el mes de marzo, se tuvo que ir al domicilio de cada participante, la entrega del instrumento se hizo en 3 días y los 2 días posteriores se realizó el recojo de la encuesta ya llenado por los participantes, luego de obtener los datos estos pasaron a un programa estadístico SPSS 23, lo cual se realizan las pruebas estadísticas pertinentes y obtener los resultados hallados.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1 Resultados del tratamiento y análisis de la información

Tabla 1 Género

	Frecuencia	Porcentaje %
Femenino	30	60 %
Masculino	20	40 %
Total	50	100 %

Interpretación de la tabla 1: Según los resultados obtenidos de la investigación se observa que del 100% de los participantes el 60% corresponde al género femenino y el 40% son de género masculino.

Tabla 2 Nivel de calidad de vida

	Frecuencia	Porcentaje %
Regular	39	78 %
Buena	10	20 %
Mala	1	2 %
Total	50	100 %

Interpretación de la tabla 2: De acuerdo a los datos obtenidos de la investigación del 100% de los AM que participaron en el estudio, el 78% presenta una calidad de vida regular y el 20% tiene una buena calidad de vida mientras que el 2% tiene una mala calidad de vida.

Tabla 3 Dimensión salud física

	Frecuencia	Porcentaje
Regular	39	78 %
Buena	10	20 %
Mala	1	2 %
Total	50	100 %

Interpretación de la tabla 3: De los datos obtenidos se observa que en la dimensión de salud física el 78 % de los adultos mayores presenta una calidad de vida regular, el 20% una calidad de vida buena y el 2% una mala calidad de vida.

Tabla 4 Dimensión psicológica

	Frecuencia	Porcentaje
Regular	44	88 %
Buena	6	12 %
Total	50	100 %

Interpretación de la tabla 4: De los resultados obtenidos del estudio se observa que del 100% de los participantes el 88% presenta una calidad de vida regular y el 12% una buena calidad de vida.

Tabla 5 Dimensión relaciones sociales

	Frecuencia	Porcentaje
Regular	40	80 %
buena	7	14 %
Mala	3	6 %
Total	50	100,0

Interpretación de la tabla 5: De los datos obtenidos se observa que en la dimensión de relaciones sociales el 80% de los adultos mayores presenta una calidad de vida regular y el 14% una buena calidad de vida y el 6% una mala calidad de vida.

Tabla 6 Dimensión ambiental

	Frecuencia	Porcentaje
Regular	26	52 %
Buena	23	46 %
Mala	1	2 %
Total	50	100 %

Interpretación de la tabla 6: De acuerdo a los datos obtenidos el 52% de los participantes presenta una calidad de vida regular y el 46% una buena calidad de vida y sólo el 2% presenta una mala calidad de vida

Tabla 7 Nivel de calidad de vida según género

		Mala	Regular	Buena	total
Género	Femenino	0	25	5	30
	Masculino	1	14	5	20
Total		1	39	10	50

Interpretación de la tabla 7:

Según los datos obtenidos del estudio se observa que de las 30 mujeres que participaron en el estudio 25 mujeres tienen una calidad de vida regular y 5 una buena calidad de vida, y de los 20 hombres que participaron en el estudio 14 presentan una calidad de vida regular, 5 una buena calidad de vida y 1 hombre que presenta una mala calidad de vida.

Tabla 8 Nivel de calidad de vida según grado de instrucción

	Mala	Regular	Buena	Total
Superior universitario	1	23	6	30
Secundaria	0	9	2	11
Superior técnico	0	5	2	7
Primaria	0	2	0	2
Total	1	39	10	50

Interpretación de la tabla 8: De los datos obtenidos de la investigación se observa que de los 30 participantes con grado de instrucción universitario 23 presenta una calidad de vida regular, 6 presentan una buena calidad de vida y uno presenta una mala calidad de vida; de los 11 participantes con grado de instrucción nivel secundario 9 presentan una calidad de vida regular, 2 presentan una buena calidad de vida; de los 7 participantes con grado de instrucción superior técnico, 5 presentan una calidad de vida regular, 2 una buena calidad de vida y de los 2 participantes con nivel primario 2 presentan una calidad de vida regular.

Tabla 9: Estado de salud

		Si	No	
Género	Femenino	4	26	30
	Masculino	4	16	20
Total		8	42	50

Interpretación de la tabla 9: De los resultados obtenidos el 16% de adultos mayores se encuentran enfermos de los cuales el 8% son de género femenino y 8% de género masculino.

4.2 Prueba de hipótesis

No se presenta hipótesis, porque el trabajo es de nivel descriptivo (7)

4.3 Discusión de resultados

En este estudio no se encontró un hallazgo significativo de la calidad de vida de los adultos mayores pese a la situación de la pandemia, según los resultados obtenidos el 78% de los adultos mayores presenta una calidad de vida regular en la dimensión física, psicología, social y ambiente, este estudio coincide con la investigación de Noceda (11) que obtuvo como resultado una calidad de vida moderada en la dimensión física, psicológica, social y ambiente, por otro lado el estudio de Pasache (5) en su investigación obtuvo como resultado que los adultos mayores de dicho centro presentan calidad de vida moderada en la dimensión de bienestar emocional, relaciones sociales, bienestar socioeconómica, desarrollo personal, salud física, autodeterminación, inclusión social y derechos.

Este estudio también coincide con la investigación Rubilar (10) que obtuvo un puntaje mayor en la dimensión social pero difiere con los resultados de la dimensión de salud física y general que se ve un puntaje disminuido excepto en los que realizan actividad física.

Por otra parte este estudio difiere con la investigación de Mazacon (8) que obtuvo mayor puntaje en las dimensiones de desempeño de salud física y salud general y la puntuación más baja se obtuvo en función física y dolor general, en este estudio en la dimensión de salud física los participantes presentan una calidad de vida moderada.

No obstante este estudio difiere con la investigación de Bustamante (9) donde los adultos mayores con menor nivel de educación son más susceptibles a sentir una insatisfacción mientras que el área de residencia no hay diferencia significativa, en

este estudio los participantes con menor grado de instrucción presentan una calidad de vida regular y un participante con grado de instrucción superior presenta una mala calidad de vida.

Con respecto a la calidad de vida del adulto mayor en este estudio se obtiene un resultado de 78 % de participantes que presentan una calidad de vida regular en las dimensiones de salud física, psicológica, relaciones sociales y ambiente, el 20% presenta una buena calidad de vida y sólo el 2% que posee una baja calidad de vida, este estudio se contradice con la investigación de Bedón (12) que obtuvo un resultado de mala calidad de vida en las dimensiones de social y ambiente pero coincide con los hallazgos en la dimensión física y psicológica que obtiene una calidad de vida moderada también se encuentra diferencia con los hallazgos de la investigación de León (13) que obtuvo como resultado un calidad de vida baja en varones y en este estudio no hay diferencia significativa de calidad de vida en cuanto a la relación del genero ambos presentan una calidad de vida regular .

Por otro lado este estudio tiene relación con la investigación de Ramos (17) que obtuvo como resultado que la calidad de vida de los participantes van de un nivel de calidad medio bajo y alto a predominio de nivel medio en la dimensión de factores biológicos y de relación. Los participantes con factores de riesgo de calidad de vida son los participantes con bajos ingresos económicos, patología asociadas como edad, los mecanismos de bioseguridad y manejo de la tecnología, en este estudio el 96% de los participantes presenta una economía de regular a buena y solo el 4% que presenta bajos ingresos económicos de los cuales solo el 2% presenta baja calidad de vida en la dimensión física.

CONCLUSIONES

- 1) La calidad de vida de los adultos mayores de la casa de encuentro vecinal de Miraflores en tiempos de covid19- 2021, el 78% de los adultos mayores presentó una calidad de vida regular, el 20% presentó una buena calidad de vida y el 2% una mala calidad de vida.
- 2) La calidad de vida según la dimensión física de los adultos mayores de la casa de encuentro vecinal de Miraflores en tiempos de covid19- 2021, el 78% de los adultos mayores presentó una calidad de vida regular, el 20% una buena calidad de vida y 2% presenta una mala calidad de vida.
- 3) La calidad de vida según la dimensión psicológica de los adultos mayores de la casa de encuentro vecinal de Miraflores en tiempos de covid19- 2021, el 88% presenta una calidad de vida regular y el 12 presentó una calidad de vida buena.
- 4) La calidad de vida según la dimensión social de los adultos mayores de la casa de encuentro vecinal de Miraflores en tiempos de covid19- 2021, el 80% de los adultos mayores presentó una calidad de vida regular, el 14% una calidad de vida buena y 6% una mala calidad de vida.
- 5) La calidad de vida según la dimensión ambiente de los adultos mayores de la casa de encuentro vecinal de Miraflores en tiempos de covid19- 2021, el 52% presentó una calidad de vida regular, el 46% una buena calidad de vida y el 2% una mala calidad de vida.

Recomendaciones

De acuerdo a las conclusiones que se originó de la presente investigación se propone las siguientes recomendaciones:

1. Se recomienda elaborar un plan de ejercicios para el adulto mayor con diferentes condiciones físicas y de fácil acceso, ya que en la actualidad se han digitalizado todo y ellos tienen dificultad para utilizar la tecnología.
2. Se recomienda a los profesionales de terapia física y rehabilitación promover la actividad física en los adultos mayores por los medios de comunicación como TV, radios y redes sociales, ya que en contexto de pandemia existen limitaciones realizar de forma presencial.
3. Se recomienda a establecer grupos multidisciplinarios para un abordaje integral y trabajar en beneficio del adulto mayor en tiempos de pandemia y otras situaciones de desastre natural.
4. Se recomienda a los profesionales de distintas áreas de salud, elaborar un plan que beneficie a los adultos mayores en el aspecto social.
5. Se recomienda a la municipalidad de Miraflores a mejorar las veredas y rampas que faciliten el desplazamiento del adulto mayor.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Penny LE, Felipe M. Geriatria y Gerontologia para médico internista. 1st ed. Bolivia: La Hoguera; 2012.
2. Gerontologia SEdG. Tratado de Geriatria para residentes Madrid: International Marketing & communication S.A; 2006.
3. INEI. Situación de la población mayor. Informe técnico. Lima: INEI.4.
4. Párraga YT. Calidad de vida del adulto mayor beneficiarios del centro integral. Tesis. Huancayo: Universidad Nacional del Centro del Perú, Huancayo.
5. Pasache ZY. Autopercepción de la calidad de vida del adulto mayor de la casa de reposo Madre Josefina Vannini. Tesis. Lima: Universidad Ricardo Palma, Escuela de Enfermeria Padre Tereza Tezza.
6. Carbajal D. Calidad de vida del adulto mayor del centro Integral La Molina. Tesis. Lima: Univercidad Nacional Federico Villareal, Lima.
7. Hernández R, Fernández C, Baptista M. Metodologia de la investigación. 6th ed. México: Mc Graw Hill Education; 2014.
8. Mazacón BN. En una comunidad Canton ventanas-los Rios intervenida con el modelo de atención integral de salud. Tesis doctoral. Lima: Universidad mayor de San Marcos, Facultad de Medicina Humana.
9. Bustamante M, Torres JD, Camino SM, Lapo M. Factores socioeconómicos de la calidad de vida de adultos mayores en la provincia de Guayas- Ecuador. Informe tecnológico. Guayaquil: Universidad talca, Universidad Catolica Santiago de Guayaquil, Facultad de Economia y Administrativa, Facultad de Economia y Negocios.ISSN.
10. Rubilar M, Medina AI. Calidad de vida y frecuencia de actividad fisica del adulto mayoren adultos mayores de agrupaciones comunitarias, Comuna Chillan. Revista médica Risaralda. 2020; 02(26): p. 130.
11. Noceda Rojas SM. Calidad de vida y funcionamiento familiar del adulto mayor, Centro de Salud México. Tesis pregrado. Lima: Universidad de César Vallejo, Facultad de ciencias médicas, Facultad de enfermeria.
12. Bedon CR. Calidad de Vida que tiene adulto Mayor que se atiende en consulta externa del hospital San Jose de Callao. Tesis pregrado. Lima: Universidad de Cesar Vallejo, Facultad de ciencias Médicas.

13. Leon GL. Calidad de vida del anciano que asiste a un centro de salud privada Rimac. Tesis pregrado. Lima: Universidad Norber Winer, Facultad de ciencias de la Salud facultad de enfermería.
14. Sánchez JR, Escare CA, Castro V, Robles CR, Vergara MI, Jara CT. Polifarmacia en le adulto mayor impacto en su calidad de vida. 2019; 2(21): p. 271.
15. Salazar ME, Garza EG, Garcia SN, Juárez PY, Herrera JL, Duran T. Funcionamiento familiar, sobrecarga y calidad de vida del cuidado del adulto mayor con dependencia funcional. 2019; 16(04): p. 363.
16. German M, Acevedo JC, Gabriel D, Morros E, Alberto C. Dolor en el anciano, calidad de vida funcionalidad y factores asociados, estudio sabe Bogota. Elsevier. 2016; 51(3): p. 140-145.
17. Ramos CM. Factores de riesgo relacionadas a la calidad de vida del adulto mayor del puesto de salud ampliación pampas del Cuzco. Tesis pregrado. Arequipa: Universidad Católica de Santa María, Facultad de Enfermería.
18. Meza JV, Aguilar A, Diaz A. Calidad de vida de ancianitos de zonas periurbanas de Asunción- Paraguay. Sociedad Científica de Paraguay. 2020; 25(1): p. 6 - 19.
19. Soplá L. Calidad de vida de adultos mayores en el distrito de Huancas, Chachapoyas. tesis de grado. Chachapoyas: Universidad Nacional Toribio Rodríguez De Mendoza De Amazonas, Facultad de ciencias de la Salud.
20. Universidad Peruana Cayetano Heredia. Principios de Geriatria y Gerontología. Centro editorial UPCH ed. Varela Lf, editor. Lima; 2003.
21. Beatriz B, Maria O. Calidad de vida relacionada con la salud, en adultos mayores de 60 años; una aproximación teórica. Scielo. 2007; 12: p. 11-24.
22. Varela P LF. Salud y calidad de vida en el adulto mayor. 2016; 33(2): p. 199-201.
23. Sala C, Garzón M. La noción de calidad de vida y su medición. Ces Salud Pública. 2013; 4(1): p. 36-46.
24. Ardila R. Calidad de vida: una definición integradora. Revista latinoamericana de psicología. 2003; 35(2): p. 161 - 164.
25. Rojas B A. Calidad de vida, calidad ambiental y sustentabilidad como conceptos urbanos complementarios. Fermetun. 2011; 21(61): p. 176 - 207.
26. OMS. invertir en salud mental Ginebra; 2004.
27. Burgui M. medio ambiente y calidad de vida. 2008; 19(66): p. 293 - 317.

28. Ordoñez GA. Salud ambiental, conceptos y actividades. Revista panamericana de Salud pública. 2000; 7(3).

ANEXOS

ANEXO 1: MATRIZ DE CONSISTENCIA

Título: Calidad de vida del adulto mayor en tiempos de covid19-2021

Problemas	Objetivos	Hipótesis	Metodología	Metodología
<p>Problema general:</p> <p>¿Cuál es el nivel de la calidad de vida de los adultos mayores en tiempos de covid19- 2021?</p> <p>Problemas específicos:</p> <p>¿Cuál es el nivel de la calidad de vida según la dimensión física de los adultos mayores en tiempos de covid19- 2021?</p> <p>¿Cuál es el nivel de la calidad de vida según la dimensión psicológica de los adultos mayores en tiempos de covid19- 2021?</p> <p>¿Cuál es el nivel de la calidad de vida según la dimensión social de los adultos mayores en tiempos de covid19- 2021?</p> <p>¿Cuál es el nivel de la calidad de vida según la dimensión ambiente</p>	<p>Objetivo General:</p> <p>Describir la calidad de vida de los adultos mayores en tiempos de covid19- 2021</p> <p>Objetivo Específicos:</p> <p>Identificar según la dimensión física el nivel de la calidad de vida de los adultos mayores en tiempos de covid19- 2021</p> <p>Identificar según la dimensión psicológica el nivel de la calidad de vida de los adultos mayores en tiempos de covid19- 2021</p> <p>Identificar según la dimensión social el nivel de la calidad de vida de los adultos mayores en tiempos de covid19- 2021</p> <p>Identificar según la dimensión ambiente el nivel de la calidad de</p>	<p>Hipótesis general:</p> <p>Los estudios descriptivos no presentan hipótesis.</p>	<p>Método general:</p> <p>Científico</p> <p>Tipo de investigación:</p> <p>Básica</p> <p>Nivel:</p> <p>Descriptivo</p> <p>Diseño de Investigación:</p> <p>No experimental</p> <p>Transversal</p>	<p>Estudio científico, básico, descriptivo, no experimental transversal</p> <p>Lugar: Lima</p> <p>Año: 2021</p> <p>Población: 50 tipo censal</p> <p>Muestra: 50</p> <p>Instrumento de recolección de datos:</p> <p>Cuestionario Whoqol-Bref, calidad de vida.</p> <p>Validez y confiabilidad del instrumento:</p> <p>Mediante juicio de expertos.</p>

de los adultos mayores en tiempos de covid19- 2021?	vida de los adultos mayores en tiempos de covid19- 2021			
---	---	--	--	--

ENEXO 2: OPERACIONALIZACION DE VARIABLES

Variable	Tipo de variable según su naturaleza y escala de medición	Dimensiones	Indicadores	Número de ítems	Valor final
Calidad de vida del adulto mayor	Nominal	Salud física	<ol style="list-style-type: none"> 1. Actividades de la vida diaria 2. Dependencia de medicamentos y ayuda medica 3. Energía y fatiga 4. Movilidad 5. Dolor disconformidad 6. Sueño y descanso capacidad de trabajo 	<p>7</p> <p>(3;4;10;15; 16;17;18)</p>	<p>Mala (8-18)</p> <p>Regular (19-29)</p> <p>Buena(30-40)</p>
		Salud psicológica	<ol style="list-style-type: none"> 1. Imagen y apariencia 2. Sentimientos negativos 3. Sentimientos positivos 4. Autoestima 5. Creencias personales, religiosas y espirituales 	<p>6</p> <p>(5;6;7;11;19;26)</p>	<p>Mala (7-16)</p> <p>Regular (17-25)</p> <p>Buena(26-35)</p>

			6. Pensamiento, aprendizaje y memoria		
		Relaciones sociales	<ol style="list-style-type: none"> 1. Relaciones personales 2. Apoyo social 3. Actividad sexual 	<p style="text-align: center;">3</p> <p style="text-align: center;">(20;21;22)</p>	<p style="text-align: center;">Mala (3-7)</p> <p style="text-align: center;">Regular (8-12)</p> <p style="text-align: center;">Buena(13-15)</p>
		Ambiente	<ol style="list-style-type: none"> 1. Recursos económicos 2. Libertad y seguridad física 3. Accesibilidad y calidad de cuidados de salud y sociales 4. Entorno en el hogar 5. Oportunidad de recreación y ocio 6. Entorno físico 7. transporte 	<p style="text-align: center;">8</p> <p style="text-align: center;">(8;9;12;13</p> <p style="text-align: center;">14;23;24;25)</p>	<p style="text-align: center;">Mala (8-18)</p> <p style="text-align: center;">Regular (19-29)</p> <p style="text-align: center;">Buena(30-40)</p>

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPANTES DE INVESTIGACIÓN

El presente estudio es conducido por Lorena Soto Aymara estudiante de la EAP Tecnología médica- especialidad en terapia física y rehabilitación. El objetivo de la investigación es determinar la calidad de vida del adulto mayor en tiempos de cóvid 19 –2021

En función de ello, lo invitamos a participar de este estudio a través de una encuesta, que se estima tendrá una duración máxima de 30 minutos. La encuesta será registrada para su posterior análisis

Su participación es absolutamente voluntaria. Todos sus datos personales se mantendrán en estricta confidencialidad: se codificarán con un número para identificarlos de modo que se mantenga el anonimato. Además, no serán usados para ningún otro propósito que la investigación. Cuando la encuesta se haya registrado, las respuestas serán eliminadas

Todas las consultas o dudas que tenga sobre la investigación pueden ser atendidas en cualquier momento durante su participación. Así mismo, puede retirar su participación en el momento que lo desee sin ningún perjuicio. Si durante la entrevista alguna de las preguntas le resulta incómoda, puede decírselo al encuestador y también puede, si así lo desea, no responderla.

Muchas gracias por su participación.

Acepto participar voluntariamente en esta investigación, conducida por Lorena Soto Aymara. He sido informado(a) de que el objetivo de este estudio es determinar la calidad de vida del adulto mayor en tiempos de cóvid 19 –2021.

Se me ha informado que tendré que responder preguntas en una entrevista, lo cual tomará aproximadamente 30 minutos.

Entiendo que la información que yo provea en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio sin mi consentimiento. He sido informado(a) de que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento y que puedo retirarme del mismo cuando así lo decida, sin que esto acarree perjuicio alguno para mi persona. De tener preguntas sobre mi participación en este estudio, puedo contactar a lorena.soto4@hotmail.com al teléfono 992351851

Estoy al tanto de que una copia de esta ficha de consentimiento me será entregada, y que puedo pedir información sobre los resultados del estudio cuando este haya concluido. Para esto, puedo contactar a lorena.soto4@hotmail.com al teléfono anteriormente mencionado.

Nombre del Participante

Firma del Participante

Fecha

¡Buen día!

Este es un cuestionario para determinar de qué manera afectó su calidad de vida el covid19, es una encuesta anónima y confidencial dirigido a personas mayores de 60 años, desde ya agradezco su apoyo.

Antes de empezar con la prueba me gustaría que contestara unas preguntas generales sobre usted: marque la respuesta correcta o conteste en el espacio en blanco.

Género: Hombre () Mujer () edad_____

¿Cuándo nació? Día_____Mes_____Año_____

¿Qué estudios tiene? Ninguno () Primaria () Secundaria () superior técnico () Superior universitario ()

¿Cuál es su estado civil? Soltero/a () Separado/a () Casado/a () divorciado/a () En pareja () viudo/a ()

¿En la actualidad está enfermo/a? Si () No ()

Si tiene algún problema con su salud, ¿Qué piensa que es?
_____ Enfermedad / problema

Instrucciones

Este cuestionario sirve para conocer su opinión acerca de su calidad de vida, su salud y otras áreas de su vida, **por favor conteste toda las preguntas**, si no está seguro de que respuesta dar, elija la que le parezca más apropiada, a veces esta puede ser la primera respuesta que le viene a la cabeza.

Tenga presente su modo de vivir expectativas, placeres y preocupaciones, **le pedimos que piense en su vida en estas últimas dos semanas**, por ejemplo pensando en las dos últimas semanas se puede preguntar

	nada	Un poco	moderado	bastante	totalmente
¿Obtiene de otras personas la ayuda que necesita?	1	2	3	4	5

Rodee con un círculo el número que mejor defina cuánto apoyo recibe de otras personas en las 2 últimas semanas, recuerde, cualquier número es válido.

Ejemplo.

	nada	Un poco	moderado	bastante	totalmente
¿Obtiene de otras personas la ayuda que necesita?	1	2	3	4	5

Por favor, lea la pregunta, valore sus sentimientos y haga un círculo en el número de la escala que represente mejor su opción de respuesta.

		Muy mala	Regular	Normal	Bastante buena	Muy buena
1	¿Cómo calificaría su calidad de vida?	1	2	3	4	5

		Muy insatisfecho/a	Un poco insatisfecho	Lo normal	Bastante satisfecho	Muy satisfecho/a
2	¿Cómo de satisfecho/a ésta con su salud?	1	2	3	4	5

Las siguientes preguntas hacen referencia al grado en que ha experimentado ciertos hechos **en las últimas 2 semanas**.

		nada	Un poco	Lo normal	Bastante	Extremadamente
3	¿Hasta qué punto piensa que el dolor (físico) le impide hacer lo que necesita?	1	2	3	4	5
4	¿ En qué grado necesita de un tratamiento médico para funcionar en su vida diaria	1	2	3	4	5
5	¿Cuánto disfruta de la vida?	1	2	3	4	5
6	¿Hasta qué punto siente que su vida tiene sentido?	1	2	3	4	5
7	¿Cuál es su capacidad de concentración?	1	2	3	4	5
8	¿Cuánta seguridad siente en su vida diaria?	1	2	3	4	5
9	¿Cómo de saludable es el ambiente físico a su alrededor?	1	2	3	4	5

Las siguientes preguntas hacen referencia a si usted experimenta o fue capaz de hacer ciertas cosas **en las últimas 2 semanas** y en qué medida.

		nada	Un poco	Lo normal	bastante	totalmente
10	¿Tiene energía suficiente para la vida diaria?	1	2	3	4	5
11	¿Es capaz de aceptar su apariencia física?	1	2	3	4	5
12	¿Tiene suficiente dinero para cubrir sus necesidades?	1	2	3	4	5
13	¿Dispone de la información necesaria para su vida diaria?	1	2	3	4	5
14	Hasta qué punto tiene oportunidad de realizar actividades de ocio?	1	2	3	4	5
15	¿Es capaz de desplazarse de un lugar a otro?	1	2	3	4	5

Las siguientes preguntas hacen referencia a **si en las dos últimas semanas** se ha sentido satisfecho/a y cuánto, en varios aspectos de su vida

		Muy Insatisfecho	poco	Lo normal	Bastante satisfecho	Muy satisfecho
16	¿Cómo de satisfecho está con su sueño?	1	2	3	4	5
17	¿Cómo de satisfecho está con su habilidad para realizar sus actividades de la vida diaria?	1	2	3	4	5
18	¿Cómo de satisfecho está con su capacidad de trabajo?	1	2	3	4	5
19	¿Cómo de satisfecho está de sí mismo?	1	2	3	4	5
20	¿Cómo de satisfecho está con sus relaciones personales?	1	2	3	4	5
21	¿Cómo de satisfecho está con su vida sexual?	1	2	3	4	5
22	¿Cómo de satisfecho está con el apoyo que obtiene de sus amigos/as?	1	2	3	4	5

23	¿Cómo de satisfecho está de las condiciones del lugar donde vive?	1	2	3	4	5
24	¿Cómo de satisfecho está con los accesos que tiene a los servicios de salud?	1	2	3	4	5
25	¿Cómo de satisfecho está con los servicios de transporte de su zona?	1	2	3	4	5

La siguiente pregunta hace referencia a la frecuencia con que usted ha sentido o experimentado ciertos sentimientos de las dos últimas semanas.

		Nunca	Rara mente	Moderada mente	Frecuente mente	Siempre
26	¿Con que frecuencia tiene sentimientos negativos, tales como tristeza, desesperanza, ansiedad o depresión?	1	2	3	4	5

¿Le ha ayudado alguien a llenar el cuestionario?

¿Cuánto tiempo se ha demorado en contestarlo?

¿Le gustaría hacer algún comentario sobre el cuestionario?

ANEXO 5: JUICIO DE EXPERTOS

ESCALA DE APRECIACIÓN: Calidad de vida del adulto mayor en tiempos de covid19-2021

Sírvese contestar marcando con una X en la casilla que considere conveniente, pudiendo así mismo de considerar necesario incluir alguna sugerencia.


N°	Indicadores de evaluación del instrumento	CRITERIOS Sobre los ítems del instrumento	Si	No	Sugerencia
1	Claridad	Están formulados con lenguaje apropiado que facilita su comprensión. Su sintáctica y semántica son adecuadas.	X		
2	Objetividad	Están expresados en conductas observables y medibles.	X		
3	Consistencia	Están basados en aspectos teóricos y científicos.	X		
4	Coherencia	Existe relación lógica de los ítems con los índices, indicadores y dimensiones.	X		
5	Pertinencia	El instrumento es funcional para el propósito de la investigación.	X		
6	Suficiencia	Son suficientes la cantidad y calidad de ítems para obtener la medición de la variable.	X		
7	Actualidad	Está de acorde al avance de la ciencia y tecnología.	X		
8	Metodología	La estructura sigue un orden lógico.	X		

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Aportes o sugerencias para mejorar el instrumento: El instrumento presenta óptimas

condiciones para ser aplicado en su estudio.

Nombres y Apellidos	LUIS YSMAEL CUYA CHUMPITAZ
Grado (s) Académico (s) - Universidad	DOCTOR- INSTITUTO CIENTIFICO TECNOLOGICO DEL EJERCITO
Profesión	TECNOLOGO MEDICO -TERAPIA FISICA Y REHABILITACION


 Firma - DNI 08843049

ESCALA DE APRECIACIÓN: Calidad de vida del adulto mayor en tiempos de covid19-2021
 Sírvase contestar marcando con una X en la casilla que considere conveniente, pudiendo así mismo de considerar necesario incluir alguna sugerencia.


N°	Indicadores de evaluación del instrumento	CRITERIOS Sobre los ítems del instrumento	Si	No	Sugerencia
			<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
1	Claridad	Están formulados con lenguaje apropiado que facilita su comprensión. Su sintáctica y semántica son adecuadas.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
2	Objetividad	Están expresados en conductas observables y medibles.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
3	Consistencia	Están basados en aspectos teóricos y científicos.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
4	Coherencia	Existe relación lógica de los ítems con los índices, indicadores y dimensiones.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
5	Pertinencia	El instrumento es funcional para el propósito de la investigación.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
6	Suficiencia	Son suficientes la cantidad y calidad de ítems para obtener la medición de la variable.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
7	Actualidad	Está de acorde al avance de la ciencia y tecnología.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
8	Metodología	La estructura sigue un orden lógico.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Aportes o sugerencias para mejorar el instrumento: _____

Nombres y Apellidos	Laura Chocata Palma
Grado (s) Académico (s) -	Magister - Universidad Alas Peruanas

Universidad	
Profesión	Tecnólogo medico en terapia física y rehabilitación



 Firma - DNI 06128939

ESCALA DE APRECIACIÓN: Calidad de vida del adulto mayor en tiempos de covid19-2021

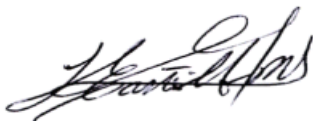
Sírvase contestar marcando con una X en la casilla que considere conveniente, pudiendo así mismo de considerar necesario incluir alguna sugerencia.

N°	Indicadores de evaluación del instrumento	CRITERIOS Sobre los ítems del instrumento	Si	No	Sugerencia
1	Claridad	Están formulados con lenguaje apropiado que facilita su comprensión. Su sintáctica y semántica son adecuadas.	X		
2	Objetividad	Están expresados en conductas observables y medibles.	X		
3	Consistencia	Están basados en aspectos teóricos y científicos.	X		
4	Coherencia	Existe relación lógica de los ítems con los índices, indicadores y dimensiones.	X		
5	Pertinencia	El instrumento es funcional para el propósito de la investigación.	X		
6	Suficiencia	Son suficientes la cantidad y calidad de ítems para obtener la medición de la variable.	X		
7	Actualidad	Está de acorde al avance de la ciencia y tecnología.	X		
8	Metodología	La estructura sigue un orden lógico.	X		

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Aportes o sugerencias para mejorar el instrumento: Ninguno -----

Nombres y Apellidos	Guillermo Castillo Mallqui
Grado (s) Académico (s) - Universidad	Magister- Universidad Alas Peruanas
Profesión	TECNÓLOGO MÉDICO EN TERAPIA FISICA Y REHABILITACION



DNI 08667893

ESCALA DE APRECIACIÓN: Calidad de vida del adulto mayor en tiempos de covid19-2021

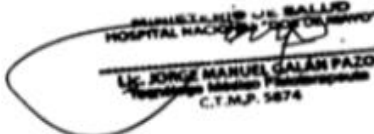
Sírvase contestar marcando con una X en la casilla que considere conveniente, pudiendo así mismo de considerar necesario incluir alguna sugerencia.

Nº	Indicadores de evaluación del instrumento	CRITERIOS Sobre los ítems del instrumento	Si	No	Sugerencia
1	Claridad	Están formulados con lenguaje apropiado que facilita su comprensión. Su sintáctica y semántica son adecuadas.	X		
2	Objetividad	Están expresados en conductas observables y medibles.	X		
3	Consistencia	Están basados en aspectos teóricos y científicos.	X		
4	Coherencia	Existe relación lógica de los ítems con los índices, indicadores y dimensiones.	X		
5	Pertinencia	El instrumento es funcional para el propósito de la investigación.	X		
6	Suficiencia	Son suficientes la cantidad y calidad de ítems para obtener la medición de la variable.	X		
7	Actualidad	Está de acorde al avance de la ciencia y tecnología.	X		
8	Metodología	La estructura sigue un orden lógico.	X		

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Aportes o sugerencias para mejorar el instrumento: _____

Nombres y Apellidos	Jorge Galán Pazo
Grado (s) Académico (s) - Universidad	Licenciado- Universidad Cayetano Heredia
Profesión	Tecnólogo Médico- Terapia física y rehabilitación


LIC. JORGE MANUEL GALÁN PAZO
 Tecnólogo Médico / Fisioterapeuta
 C.T.M.P. 5874

ANEXO 6: EVIDENCIA DE LA INVESTIGACION

¡Buen día!

Este es un cuestionario para determinar de qué manera afectó su calidad de vida el covid19, es una encuesta anónima y confidencial dirigido a personas mayores de 60 años, desde ya agradezco su apoyo.

Antes de empezar con la prueba me gustaría que contestara unas preguntas generales sobre usted: marque la respuesta correcta o conteste en el espacio en blanco.

Sexo: Hombre Mujer edad 85

¿Cuándo nació? Día 20 Mes 09 Año 1936

¿Qué estudios tiene? Ninguno Primaria Secundaria superior técnico Superior universitario

¿Cuál es su estado civil? Soltero/a Separado/a Casado/a divorciado/a En pareja viudo/a

¿En la actualidad está enfermo/a? Si No

Si tiene algún problema con su salud, ¿Qué piensa que es? Cardiaca y presión alta Enfermedad / problema

Instrucciones

Este cuestionario sirve para conocer su opinión acerca de su calidad de vida, su salud y otras áreas de su vida, **por favor conteste toda las preguntas**, si no está seguro de que respuesta dar, elija la que le parezca más apropiada, a veces esta puede ser la primera respuesta que le viene a la cabeza.

Tenga presente su modo de vivir expectativas, placeres y preocupaciones, **le pedimos que piense en su vida en estas últimas dos semanas**, por ejemplo pensando en las dos últimas semanas se puede preguntar

	nada	Un poco	moderado	bastante	totalmente
¿Obtiene de otras personas la ayuda que necesita?	1	<u>2</u>	3	4	5

Rodee con un círculo el número que mejor defina cuánto apoyo recibe de otras personas en las 2 últimas semanas, recuerde, cualquier número es válido.

Ejemplo.

	nada	Un poco	moderado	bastante	totalmente
¿Obtiene de otras personas la ayuda que necesita?	1	2	3	<u>4</u>	5

Imagen1

Encuesta llenado por un participante de 85 años

¡Buen día!

Este es un cuestionario para determinar de qué manera afectó su calidad de vida el covid19, es una encuesta anónima y confidencial dirigido a personas mayores de 60 años, desde ya agradezco su apoyo.

Antes de empezar con la prueba me gustaría que contestara unas preguntas generales sobre usted: marque la respuesta correcta o conteste en el espacio en blanco.

Sexo: Hombre Mujer edad 94 años

¿Cuándo nació? Día 24 Mes OCTUBRE Año 1926

¿Qué estudios tiene? Ninguno Primaria Secundaria superior técnico Superior universitario

¿Cuál es su estado civil? Soltero/a Separado/a Casado/a divorciado/a En pareja viudo/a

¿En la actualidad está enfermo/a? Si No

Si tiene algún problema con su salud, ¿Qué piensa que es? ENFERMEDAD Enfermedad / problema

Instrucciones

Este cuestionario sirve para conocer su opinión acerca de su calidad de vida, su salud y otras áreas de su vida, **por favor conteste toda las preguntas**, si no está seguro de que respuesta dar, elija la que le parezca más apropiada, a veces esta puede ser la primera respuesta que le viene a la cabeza.

Tenga presente su modo de vivir expectativas, placeres y preocupaciones, **le pedimos que piense en su vida en estas últimas dos semanas**, por ejemplo pensando en las dos últimas semanas se puede preguntar

	nada	Un poco	moderado	bastante	totalmente
¿Obtiene de otras personas la ayuda que necesita?	1	2	3	4	<u>5</u>

Rodee con un círculo el número que mejor defina cuánto apoyo recibe de otras personas en las 2 últimas semanas, recuerde, cualquier número es válido.

Ejemplo.

	nada	Un poco	moderado	bastante	totalmente
¿Obtiene de otras personas la ayuda que necesita?	1	2	3	<u>4</u>	5

Imagen 2

Encuesta llenado por un participante de 94 años

¡Buen día!

Este es un cuestionario para determinar de qué manera afectó su calidad de vida el covid19, es una encuesta anónima y confidencial dirigido a personas mayores de 60 años, desde ya agradezco su apoyo.

Antes de empezar con la prueba me gustaría que contestara unas preguntas generales sobre usted: marque la respuesta correcta o conteste en el espacio en blanco.

Sexo: Hombre Mujer edad 73

¿Cuándo nació? Día 11 Mes NOVIEMBRE Año 1948

¿Qué estudios tiene? Ninguno Primaria Secundaria superior técnico Superior universitario

¿Cuál es su estado civil? Soltero/a Separado/a Casado/a divorciado/a En pareja viudo/a

¿En la actualidad está enfermo/a? Si No

Si tiene algún problema con su salud, ¿Qué piensa que es? SEVEROS PROBLEMAS Enfermedad / problema

Instrucciones

Este cuestionario sirve para conocer su opinión acerca de su calidad de vida, su salud y otras áreas de su vida, por favor conteste todas las preguntas, si no está seguro de que respuesta dar, elija la que le parezca más apropiada, a veces esta puede ser la primera respuesta que le viene a la cabeza.

Tenga presente su modo de vivir, expectativas, placeres y preocupaciones. Le pedimos que piense en su vida en estas últimas dos semanas, por ejemplo pensando en las dos últimas semanas se puede preguntar

	nada	Un poco	moderado	bastante	totalmente
¿Obtiene de otras personas la ayuda que necesita?	1	2	3	4	5

Rodee con un círculo el número que mejor defina cuánto apoyo recibe de otras personas en las 2 últimas semanas, recuerde, cualquier número es válido.

Ejemplo.

	nada	Un poco	moderado	bastante	totalmente
¿Obtiene de otras personas la ayuda que necesita?	1	2	3	4	5

Imagen 3

Encuesta llenado por un participante de 73 años



Imagen4

Adultos mayores que participaron en la encuesta, junto a algunos familiares celebran el cumpleaños de Nelly “la que está en silla de ruedas”



Imagen 5

En el contexto de pandemia se comunican a través de video llamada, siempre a las 12 de lunes a domingo.



Imagen 6

En esta otra foto están en cumpleaños de un familiar