

UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRIÓN
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE FORMACIÓN PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



T E S I S

**Calidad de vida y estrategias de afrontamiento en adultos mayores
atendidos en el Centro de Salud de Acobamba. Tarma – 2023**

**Para optar el título profesional de:
Licenciada en Enfermería**

Autora:

Bach: Deyssy Melina PINTO SEPION

Bach: Denice Milagros QUISPE CAMAYO

Asesor:

Dra. Marlene Daisy GORA ATENCIO

Cerro de Pasco - Perú - 2023

UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRIÓN
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE FORMACIÓN PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



T E S I S

**Calidad de vida y estrategias de afrontamiento en adultos mayores
atendidos en el Centro de Salud de Acobamba. Tarma – 2023**

Sustentada y aprobada ante los miembros del jurado:

Dr. Johnny Walter CARBAJAL JIMENEZ

PRESIDENTE

Mg. Samuel Eusebio ROJAS CHIPANA

MIEMBRO

Dra. Raquel Flor de María TUMIALÁN HILARIO
MIEMBRO



Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión
Facultad de Ciencias de la Salud
Unidad de Investigación

INFORME DE ORIGINALIDAD N° 003-2024

La Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud, de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión ha realizado el análisis con exclusiones en el Software Turnitin Similarity, que a continuación se detalla:

Presentado por:

Denice Milagros QUISPE CAMAYO
Deyssy Melina PINTO SEPION

Escuela de Formación Profesional

Enfermería

Tesis

“CALIDAD DE VIDA Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ADULTOS
MAYORES ATENDIDOS EN EL CENTRO DE SALUD DE ACOBAMBA.
TARMA – 2023”

Asesor:

Dr. Marleni Deysi Gora Atencio

Índice de Similitud: **19%**

Calificativo

APROBADO

Se adjunta al presente el informe y el reporte de evaluación del software similitud.

Cerro de Pasco, 05 de enero del 2024

Dra. Raquel Tumialán Hilario
Directora de la Unidad de Investigación
Facultad de Ciencias de la Salud

DEDICATORIA

A mi padres e hijos por el apoyo incondicional en todo el transcurso de mi formación como profesional.

AGRADECIMIENTO

A Dios por guiarme por la senda del cuidado humano en bien de la persona, familia y comunidad.

A mis padres y familiares, por depositar su confianza en mí y brindarme apoyo incondicional en mi formación profesional.

A mi asesora por su labor en la conducción del trabajo y por su confianza depositada en mí.

A los pacientes del Centro de Salud de Acobamba por permitirme realizar esta investigación.

RESUMEN

La presente investigación trata sobre la relación entre la calidad de vida y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023. El objetivo general que se formuló en la investigación fue determinar la relación entre la calidad de vida y estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023. El tipo de investigación tuvo un enfoque cuantitativo, nivel descriptivo, diseño correlacional y de corte transversal. La muestra estuvo conformada por un total de 60 adultos mayores y la técnica utilizada fue el muestreo no probabilístico por conveniencia y los datos se recolectaron a través de dos instrumentos: el cuestionario de calidad de vida y el de estrategias de afrontamiento. Los resultados evidenciaron que 61,7% de los adultos mayores tienen una calidad de vida regular, seguido de 36,7% de mala y 1,7% buena. Así mismo, el 63,3% de los adultos mayores tienen estrategias de afrontamiento medianamente adecuadas, seguida de 31,7% de inadecuadas y el 5% de adecuadas. Se concluye que existe relación significativa entre la calidad de vida y estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023. (Rho Spearman= 0,767; $p= 0,000$).

Palabras claves. *Calidad de vida, Estrategias de afrontamiento.*

ABSTRACT

The present investigation deals with the relationship between the quality of life and coping strategies in older adults treated at the Acobamba de Tarma Health Center - 2023. The general objective that was formulated in the investigation was to determine the relationship between the quality of life and coping strategies in older adults treated at the Acobamba de Tarma Health Center - 2023. The type of research had a quantitative approach, descriptive level, correlational and cross-sectional design. The sample consisted of a total of 60 older adults and the technique used was non-probability sampling for convenience and the data was collected through two instruments: the quality of life questionnaire and the coping strategies questionnaire. The results showed that 61.7% of older adults have a regular quality of life, followed by 36.7% poor and 1.7% good. Likewise, 63.3% of older adults have moderately adequate coping strategies, followed by 31.7% inadequate and 5% adequate. It is concluded that there is a significant relationship between the quality of life and coping strategies in older adults treated at the Acobamba de Tarma Health Center - 2023. (Rho Spearman= 0.767; p= 0.000).

Keywords. *Quality of life, coping strategies.*

INTRODUCCIÓN

El proceso de envejecimiento en la población puede considerarse un éxito de la salud pública y el desarrollo social y económico de un país; pero constituye un reto para la sociedad, que debe mejorar y mantener la calidad de vida y nivel de salud del adulto mayor; así como su participación social e igualdad. (1)

Según Rubio et. al (2015), la calidad de vida es percibida de manera subjetiva, ya que implica la forma en la que la persona interactúa con su medio y como se siente consigo mismo, su comodidad y bienestar. (2)

En el adulto mayor, se puede ver que este carácter subjetivo guarda relación con la etapa por la que pasa el individuo, la cual supone diversos cambios, tales como el hecho de que este solo o con su pareja, la muerte de familiares o amigos, la pérdida de sus facultades motoras y en algunos casos el deterioro de las áreas cognitivas, el dejar de trabajar, entre otros. (3)

Es necesario identificar las estrategias de afrontamiento, el conjunto de mecanismos con el que se apoya el adulto mayor para enfrentar los problemas; gracias a estas estrategias se puede evitar la aparición de actitudes negativas frente a la enfermedad y otros problemas. El análisis de estos referentes existentes, son las razones fundamentales que motivaron formular la siguiente interrogante de investigación ¿Cuál es la relación entre la calidad de vida y estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023?

La hipótesis que fue contrastada positivamente fue: “Existe relación significativa entre la calidad de vida y estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.”

El presente informe de tesis está organizado en capítulos: Capítulo I: Origen y definición del problema, objetivos, justificación y limitaciones; capítulo II: Revisión de la literatura, marco teórico, definición operacional de términos; capítulo III contiene el método, diseño, población, muestra instrumentos, técnicas de análisis de datos, validez

y confiabilidad y el capítulo IV que comprende, resultados discusión, conclusiones y recomendaciones.

INDICE

DEDICATORIA	
AGRADECIMIENTO	
RESUMEN	
ABSTRACT	
INTRODUCCIÓN	
INDICE	
ÍNDICE DE CUADROS	
ÍNDICE DE TABLAS	
ÍNDICE DE GRÁFICOS	

CAPITULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Identificación y determinación del problema	1
1.2. Delimitación de la investigación	2
1.3. Formulación del problema.....	3
1.3.1. Problema general	3
1.3.2. Problemas específicos.....	3
1.4. Formulación de objetivos	3
1.4.1. Objetivo general.....	3
1.4.2. Objetivos específicos.....	3
1.5. Justificación de la investigación	4
1.6. Limitación de la investigación	5

CAPITULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de estudio.....	6
2.2. Bases teóricas científicas.....	9
2.3. Definición de términos básicos	15
2.4. Formulación de hipótesis	15

2.4.1	Hipótesis general	15
2.4.2	Hipótesis específica	16
2.5.	Identificación de variables.....	16
2.6.	Definición operacional de variables e indicadores.....	17

CAPITULO III

METODOLOGÍA Y TÉCNICAS DE INVESTIGACIÓN

3.1.	Tipo de Investigación	19
3.2.	Nivel de investigación	19
3.3.	Métodos de investigación	19
3.4.	Diseño de investigación	20
3.5.	Población y muestra	20
3.6.	Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	21
3.7.	Selección, validación y confiabilidad del instrumento de investigación.....	22
3.8.	Técnicas de procesamiento y análisis de datos	24
3.9.	Tratamiento estadístico.....	24
3.10.	Orientación ética filosófica y epistémica.....	25

CAPITULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1.	Descripción del trabajo de campo	26
4.2.	Presentación, análisis e interpretación de resultados.....	26
4.3.	Prueba de hipótesis	32
4.4.	Discusión de resultados.....	42

CONCLUSIONES

RECOMENDACIONES

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

ANEXOS

ÍNDICE DE CUADROS

Cuadro 1. Operacionalización de la variable calidad de vida.....	17
Cuadro 2. Operacionalización de la variable estrategias de afrontamiento.....	18

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Frecuencia y porcentaje de la calidad de vida y estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.....	27
Tabla 2. Frecuencia y porcentaje de la salud física y estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.....	28
Tabla 3. Frecuencia y porcentaje de la salud psicológica y estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.....	29
Tabla 4. Frecuencia y porcentaje de las relaciones sociales y estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.....	30
Tabla 5. Frecuencia y porcentaje del medio ambiente y estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.....	31

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico N° 1. Frecuencia y porcentaje de la calidad de vida y estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.....	27
Gráfico N° 2. Frecuencia y porcentaje de la salud física y estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.	28
Gráfico N° 3. Frecuencia y porcentaje de salud psicológica y estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.....	29
Gráfico N° 4. Frecuencia y porcentaje de las relaciones sociales y estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.....	30
Gráfico N° 5. Frecuencia y porcentaje del medio ambiente y estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.....	31

CAPITULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Identificación y determinación del problema

El envejecimiento, es un proceso dinámico, gradual, progresivo e irreversible. Según la teoría de Ericsson (1963), todos los seres humanos en las diversas etapas del ciclo vital atravesamos por una serie de crisis que permiten o no superar los cambios que se presenten en cada una de ellas, pero específicamente en el adulto mayor la crisis se relaciona con la evaluación que hace la persona de su vida. (4)

El adulto mayor puede desarrollar la «Desesperanza» en donde no acepta la realidad inevitable de los cambios y la muerte, siente que el tiempo y las oportunidades en su vida se han agotado, generando sentimientos de amargura y desesperación por el tiempo perdido, lo cual les dificulta sobrepasar los cambios propios de esta etapa de desarrollo. (5)

Según Aguerre, C., & Bouffard, L. (2008) la enfermedad crónica es considerada como un padecimiento cuyo desarrollo se prolonga a través del tiempo, causando un continuo deterioro físico, mental o ambos, en el individuo que la padece, llevándolo incluso a la muerte. Conforme aumenta la edad, aumenta también la proporción de personas enfermas, esto en un 51% entre los 60 y 64 años y casi el 71% de los que tienen 85 años y más. (6)

Estadísticamente se ha encontrado una alta prevalencia en adultos mayores de enfermedades crónicas, entre las cuales destacan la hipertensión, diabetes, cardiopatías, artritis, problemas visuales y auditivos.

Por su parte, Lazarus (2000), menciona que el adulto mayor con alguna enfermedad, especialmente si es crónica, teme a la pérdida de su buen funcionamiento mental y físico, a la presencia de dolores crónicos y penosos, así como a las condiciones progresivas de degeneración. El mismo autor señala que el deterioro mental y físico puede agudizarse a causa de la depresión e impotencia, así como de los temores de la pérdida del control, pérdidas que lo llevan a utilizar diferentes estrategias de afrontamiento para adaptarse a ellas. (7)

En general las preocupaciones del envejecer se relacionan con la adaptación a pérdidas vitales, enfermedad, jubilación, reconciliación con los logros y fracasos, resolución de la aflicción por la muerte de otros y la aproximación de la propia. Es de gran importancia que el individuo establezca estrategias eficaces de afrontamiento para lidiar con los cambios físicos, psicológicos, familiares, sociales y laborales, ya que la forma en que los ancianos afronten la situación dependerá de los recursos de que dispongan. (5).

Por esta razón la investigación está dirigida a demostrar: ¿Cuál es la relación entre la calidad de vida y estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023?

1.2. Delimitación de la investigación

La presente investigación se desarrolló en el Centro de Salud de Acobamba, distrito de Tarma, provincia de Tarma y Departamento de Junín.

1.3. Formulación del problema

1.3.1. Problema general

¿Cuál es la relación entre la calidad de vida y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023?

1.3.2. Problemas específicos

- a. ¿Cuál es la relación entre la salud física y estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023?
- b. ¿Cuál es la relación entre la salud psicológica y estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023?
- c. ¿Cuál es la relación entre la relación social y estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023?
- d. ¿Cuál es la relación entre el medio ambiente y estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023?

1.4. Formulación de objetivos

1.4.1. Objetivo general

Determinar la relación entre la calidad de vida y estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.

1.4.2. Objetivos específicos

- a. Determinar la relación entre la salud física y estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.

- b. Determinar la relación entre la salud psicológica y estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.
- c. Determinar la relación entre la relación social y estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.
- d. Determinar la relación entre el medio ambiente y estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.

1.5. Justificación de la investigación

La etapa del adulto mayor se caracteriza porque en ella se presentan un conjunto de crisis; si bien es cierto hay muchos adultos mayores que se mantienen saludables y activos, sin embargo, hay situaciones que desencadenan ansiedad, depresión, miedos, soledad, que son producto del envejecimiento y el padecimiento de enfermedades crónicas.

Justificación teórica: El aporte teórico servirá de base para la implementación de estrategias de afrontamiento asertivas que permitirán al adulto mayor una adaptación satisfactoria de esta etapa; el autocontrol emocional es fundamental y favorecerá una imagen positiva al adquirir competencias para sostener relaciones sociales y prepararse para hacer frente a futuros problemas como la enfermedad y la muerte.

Justificación práctica: La presente investigación se justificó porque es importante abordar esta problemática y ayudar al adulto mayor a asumir el proceso de envejecimiento manteniendo altos estándares de calidad de vida.

Justificación metodológica: La metodología utilizada en la investigación proporcione información válida y confiable, las variables investigadas pueden aplicarse en otros contextos.

1.6. Limitación de la investigación

La presente investigación fue viable y factible. Se conto con la autorización del Centro de salud de Acobamba de la provincia de Tarma.

CAPITULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de estudio

Antecedentes internacionales

Aceiro et al (2020), en Argentina, investigo las estrategias de afrontamiento en adultos mayores. Se planteo como objetivo describir las estrategias de afrontamiento de adultos mayores argentinos en la escala Coping Responses Inventory - Youth (Moos, 1993; Ongarato et al., 2009) en función del sexo, la edad, el nivel educativo y de reserva cognitiva. Metodología: diseño transversal y correlacional. Muestreo no probabilístico, N= 132 adultos con envejecimiento normal entre 60 y 88 años (M=72,80; DE= 7,04), con nivel educativo (M=12,34; DE= 4,75) y 73,50% fueron mujeres. Resultados: Las puntuaciones por cada dimensión fueron: aproximación-cognitiva M= 1,22 (DS= 0,50), aproximación-conductual M= 1,26 (DS= 0,76), evitación-cognitiva M= 0,85 (DS= 0,54) y evitación-conductual M= 1,25 (DS= 0,56). (8).

García LLE, Quevedo NM, La Rosa PY, et al. (2020), en La Habana, investigo la calidad de vida percibida por adultos mayores, se formuló como objetivo evaluar la calidad de vida percibida, así como la contribución de cada dimensión a la medición del concepto en la población geriátrica del Policlínico Docente "Luis Li Trigent", de Güines. Métodos: Se realizó un estudio descriptivo

de corte transversal. El universo estuvo constituido por 1736 adultos mayores del cual se seleccionó una muestra de 521 por muestreo aleatorio simple. A cada adulto mayor se le aplicó los siguientes instrumentos: Examen Mínimo Estado Mental, Escala de calidad de vida en la tercera edad. Resultados: La calidad de vida se percibió como media en ancianos de 60 a 69 años (15.93 %), predominó el sexo masculino (21.94 %), la escolaridad secundaria (22.07 %) y las dimensiones la salud (39.73 %) y la satisfacción por la vida (42.99 %) fueron las que más contribuyeron a esta clasificación. Conclusión: La calidad de vida que con mayor frecuencia perciben los pacientes geriátricos fue la correspondiente a la categoría media y las dimensiones salud y satisfacción por la vida son las que más contribuyen a esta clasificación. (9)

Gonzales et al (2018), en México, investigo con el objetivo de identificar la asociación entre las estrategias de afrontamiento y la resiliencia en un grupo de adultos mayores con enfermedad crónica en los Centros de Salud de Victoria Tamaulipas. Metodología: estudio descriptivo transversal correlacional, con una muestra de 647 adultos mayores con enfermedad crónica. Para la recolección de datos se utilizaron: Escala de Resiliencia de Wagnild y Young y el Cuestionario de Afrontamiento de Font (alpha de Cronbach 0.74 y 0.82). Resultados: La estrategia de afrontamiento que utilizan con mayor frecuencia ante estos problemas fue la orientada al problema o conducta (55%), con una resiliencia moderadamente baja a moderada (Rango 125-145), con una asociación estadísticamente significativa con la estrategia orientada al problema ($p= 0,03$). Conclusiones: los adultos mayores como seres adaptativos evalúan las adversidades en que viven y han desarrollado la estrategia de afrontamiento orientada al problema. (10)

Antecedentes nacionales

Leguía C. (2023), investigo la calidad de vida y estrategias de afrontamiento en adultos mayores de Lima Metropolitana, se formuló con el objetivo de analizar la relación que existe entre los componentes de la calidad de vida y las estrategias de afrontamiento en una muestra de adultos mayores de Lima Metropolitana. Los participantes fueron 150 adultos mayores entre 63 y 93 años. Se utilizó la escala de afrontamiento Brief COPE de Carver (1997) y dos instrumentos de calidad de vida WHOQOL-OLD y WHOQOL-BREFF de la OMS (1999), cuyos análisis de validez (estructura interna) y confiabilidad (consistencia interna) fueron aceptables. Los resultados obtenidos, confirman parcialmente la hipótesis de investigación, puesto que cinco dimensiones de las escalas de calidad de vida correlacionan de manera baja con dos de las tres dimensiones de estrategias de afrontamiento. Finalmente, la estrategia de afrontamiento dirigida a la tarea presentó correlaciones significativas y de magnitud baja con la dimensión de calidad de vida psicológicas y sociales ($r_s = .21$). (11)

Arnao (2018), Arequipa. calidad de vida y conductas de afrontamiento ante la soledad del adulto mayor en un Centro de Salud de Pimentel. La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre la calidad de vida y conductas de afrontamiento ante la soledad del adulto mayor en un Centro de Salud de Pimentel, 2018. La metodología se desarrolló de acuerdo a un estudio de tipo cuantitativo, la muestra fueron 300 adultos mayores de un Centro de Salud de Pimentel, la técnica de recolección de datos fue la encuesta y la observación, el estudio fue de diseño no experimental. Finalmente, a través de los resultados, se determinó la relación entre la calidad de vida y conductas de afrontamiento ante la soledad del adulto mayor en un Centro de Salud de Pimentel, para ello el análisis de correlación realizado, a través del análisis de Pearson, indicó un resultado de relación moderada (0,539); por lo tanto, se

afirma que sí existe relación entre las variables estudiadas, aceptando la hipótesis, la cual indica que sí existe relación entre la calidad de vida y conductas de afrontamiento ante la soledad del adulto mayor en un Centro de Salud de Pimentel, 2018. (12)

Curo y Gaspar (2020), en Huancayo, investigo el afrontamiento y calidad de vida en salud en adultos mayores de un centro de salud de Chilca, con el objetivo de determinar la relación del afrontamiento y calidad de vida en salud en adultos mayores. Se realizó un estudio descriptivo correlacional de corte transversal, en una población de 245 adultos mayores que viven en la jurisdicción del “Centro de Salud de Chilca” en el 2020; se eligió una muestra de 105 adultos mayores a los que se les aplicó el “Cuestionario de afrontamiento de Sandín B y Chorot P” y el “Cuestionario De Salud SF-36”.

Los resultados fundamentales muestran que: el 24.8 % de los adultos mayores refieren tener alto o muy alto nivel de afrontamiento a situaciones agobiantes y el 28.6 % de los adultos mayores afirman tener una alta o muy alta calidad de vida en salud, asimismo existe relación significativa entre el afrontamiento y la calidad de vida en salud; de forma que, cuando se incrementan el afrontamiento, mejora la calidad de vida en salud; quedando así comprobada la hipótesis propuesta (coeficiente de correlación de Pearson moderada positiva; 0,454). (13)

2.2. Bases teóricas científicas

Calidad de vida

La Organización Mundial de la Salud define la calidad de vida como el componente elemental del estado de salud, la búsqueda y valoración de la calidad de vida, las investigaciones y ensayos, es el reconocimiento de la importancia de conocer y trabajar con la calidad de vida. (14)

La definición de la calidad de vida en el transcurso del tiempo ha sufrido grandes avances y que a la fecha se dispone de instrumentos que permitan

evaluar y apoyar un determinado tratamiento. Así mismo, el concepto de calidad de vida permite comprender la enfermedad y el tratamiento, abordando más allá de las respuestas biológicas. (14)

En la actualidad definir la calidad de vida, es un reto difícil, esto debido a la evolución sociocultural del mundo moderno y a las diferencias de las poblaciones. Tal es así que la valoración de la calidad de vida en países pobres comparados con países desarrollados, relacionados a la enfermedad o la enfermedad hipertensiva será diferente esto por las distintas geografías, razas y culturas. (15)

La calidad de vida comprende dimensiones y se incluye aspectos que conforman la estructura de la calidad de vida, considerándose aquí la dimensión física, psicológica, social, actividades, material y estructural.

La estructuración de la calidad de vida en la actualidad es la más completa de las realizadas. Los estudios sobre la calidad de vida agrupan indicadores del estado físico, psicológico, interacciones sociales y actividades de la vida diaria.

En la dimensión laboral se realizaron pocas investigaciones, pero el impacto de la enfermedad es muy importante en el ámbito laboral en donde los enfermos crónicos se ven obligados a abandonar el trabajo. También el tratamiento ocasiona gastos importantes que debilitan la economía del paciente y de toda la familia. (16)

Son diversas las dimensiones o áreas para evaluar la calidad de vida, sin embargo, cada una de ellas se puede interpretar de diferente manera, tal es así que en la dimensión física se considera casos de síntomas de dolor y en otros relacionado a la movilidad. Sin embargo, a pesar de las diferentes interpretaciones, se coincide en relación a que las dimensiones caracterizan de manera compleja el significado conceptual de lo que es calidad de vida para la persona. (17)

El concepto de calidad de vida está vinculado a un enfoque multidimensional, es decir, a la satisfacción de las necesidades básicas vinculadas a las diversas áreas que conforman a la persona. La valoración que la misma hace de su satisfacción, es lo que constituye su calidad de vida. En relación a esto, se expone los ámbitos de interés para las personas, categorizándolos, lo que permite sistematizar y organizar el concepto de calidad de vida (17).

Tal categoría comprende:

- Bienestar general de la persona: Esta categoría está comprendida por el bienestar interno (aspectos espirituales, psicológicos) y externo (trabajo, vivienda) de la persona.
- Bienestar ambiental: En este eje se hace alusión a los aspectos que están vinculados con el medio que rodea a la persona, condiciones del ambiente en donde vive, calidad de la alimentación, agua, etc.
- Bienestar psicosocial: Dentro de este punto se incluyen las relaciones interpersonales de la persona con su familia, amigos, compañeros de trabajo.
- Bienestar sociopolítico: Aspectos relacionados con la participación social, la seguridad personal y jurídica.

A lo largo del tiempo se han desarrollado varios instrumentos para evaluar la calidad de vida. Existen algunos aplicables para enfermedades y poblaciones específicas, como así también genéricos. Uno de los cuestionarios genéricos para evaluar la calidad de vida en adultos, es la escala de calidad de vida WHOQOL: World Health Organization Quality of Life Questionnaire. El mismo, según WhoQoIGroup está desarrollado de manera transcultural, centrándose en la calidad de vida percibida por la persona. Dentro del mismo

existen dos versiones: Whoqol-100 y Whoqol-Bref, estando ambos validados al español (18)

Estrategias de afrontamiento

Cada ser humano usa diferentes formas de afrontamiento que lo distingue y domina, producto de un proceso de aprendizaje o como respuesta ante una situación de emergencia.

Las diferentes estrategias de afrontamiento para Girdano y Everly (1986) pueden ser adaptativas o inadaptativas. (19)

- Estrategias de afrontamiento inadaptativas: Es el conjunto de estrategias que controlan o reducen situaciones de estrés pero por un corto tiempo y que impactan nocivamente sobre la salud en un periodo largo.
- Estrategias de afrontamiento adaptativas: Son aquellas estrategias que reducen importantemente el estrés y fomentan la salud por un periodo más largo.

Ante todo lo descrito anteriormente, es importante diferenciar los diferentes estilos de afrontamiento de las estrategias de afrontamiento.

Empezamos resaltado que los estilos de afrontamiento se relacionan con las predisposiciones de la persona para enfrentar circunstancias o situaciones problemáticas y, son los responsables de poder elegir en el uso de uno u otro tipo de estrategia de afrontamiento, considerando el aspecto situacional y temporal.

Hablamos de las estrategias de afrontamiento como el conjunto de procesos que se utilizaran en cada circunstancia o situación y que pueden ser modificables de acuerdo a las condiciones desencadenantes. (20)

Los estilos de afrontamiento son los modos usuales, cotidianos y estables que usa el ser humano para controlar y enfrentar el estrés; las estrategias de afrontamiento son variables, dinámicas y será acorde a la circunstancia al que se enfrenta la persona. Las estrategias son flexibles,

modificables y se encuentran influenciadas directamente por los modos de estilos que usa la persona para enfrentar los diversos problemas del día a día.

Se tiene un conjunto de estilos de afrontamiento que han sido estudiados de manera sistemática. (21)

- Estilo de evitación, es el estilo más sustancial en situaciones de peligro a corto plazo. Es inservible para utilizarlo en situaciones vitales complejas.
- Estilos de confrontación, es más eficaz cuando se presente un hecho peligroso que se repite frecuentemente o persiste en el tiempo. Este estilo permite formular planes de acción o respuesta con antelación ante riesgos futuros.

Las estrategias de afrontamiento, se direccionan en dos senderos, uno activo y otro pasivo. Tal es así que el estilo de confrontación se traduce en un afrontamiento activo, mientras que el estilo de evitación a un afrontamiento pasivo: (22)

- Modo pasivo: Se caracteriza porque la persona evita circunstancias complicadas que no se pueda controlar, por tanto no se producen nuevos aprendizajes de confrontación.
- Modo activo. Se caracteriza porque la persona realiza esfuerzos para enfrentar y controlar las circunstancias difíciles, por tanto aprender de ella, abordando el problema de manera positiva y otorgando una connotación diferente al problema como una oportunidad de aprendizaje.

Tipos de estrategias de afrontamiento

Los tipos de estrategias de afrontamiento dependerán de la suma de varios factores como los factores personales (experiencias personales) y también factores externos como el entorno socio- ambiental con sus complejos desafíos y tensiones sociales.

Generalmente se puede mencionar dos formas generales de estrategias de afrontamiento: (23)

- Estrategias de resolución de problemas, son aquellas estrategias orientadas o encaminadas a controlar la situación problemática que está ocasionando el estrés.
- Estrategias de regulación emocional, es el conjunto de procedimientos orientados a ajustar la respuesta emocional de la persona ante la situación problemática.

En la actualidad existen una serie de estrategias de afrontamiento que puede usar la persona. La selección de una u otra estará determinada por la naturaleza de la situación problemática y el contexto donde se produce.

Si se desea clasificar los diferentes tipos de estrategia de afrontamiento Lazarus y Folkman (1986) plantearon ocho estrategias: (23)

- La confrontación, es una estrategia de la persona para enfrentar la situación problemática; sin embargo también representa algún grado de hostilidad y riesgo para el individuo.
- La planificación, procesos y métodos que permite la solución de la situación problemática.
- Asumir la responsabilidad, comprende la aceptación del rol que desempeña la persona en el origen y manejo del problema. La persona debe asumir con entereza el problema.
- Distanciamiento, corresponde al conjunto de acciones que realiza el individuo para distanciarse del problema, evitando así que lo afecte.
- Autocontrol, es el conjunto de intentos que realiza el individuo para ajustar, moderar y controlar sus emociones; las reacciones y las respuestas emocionales frente al problema.

- Reevaluación positiva, es el análisis que se realiza al problema con el objeto de identificar los lados positivos de la situación problemática.
- Evitación, comprende el conjunto de acciones que ejecuta la persona a nivel conductual con el objeto de no asumir el problema; tenemos aquí los hábitos nocivos o conductas dañinas para la salud. También aquí se considera la negación cognitiva en donde se tiene ideas irreales, en conclusión se desconoce los problemas.
- Búsqueda de apoyo social, comprende el conjunto de esfuerzos que realiza el individuo buscando apoyo de otras personas con el objeto de conseguir asesoría, información, entendimiento y sobre todo soporte moral

Finalmente se tiene que las dos primeras estrategias se orientan netamente al problema, ya que intervienen directamente sobre el problema dotando de habilidades al individuo para controlar el estrés. Las siguientes cinco estrategias se relacionan en el aspecto emocional ya que busca que el individuo maneje sus emociones ante situaciones problemáticas y por último la estrategia se centra en ambas áreas. (23)

2.3. Definición de términos básicos

Calidad de vida: Es un sistema multidimensional que toma en cuenta elementos económicos, sociales, psicológicos, de salud, laborales, de desarrollo personal, entre otros.

Estrategias de afrontamiento: Es el conjunto de acciones que implementa el adulto mayor para hacer frente a situaciones adversas.

2.4. Formulación de hipótesis

2.4.1 Hipótesis general

Existe relación entre la calidad de vida y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.

2.4.2 Hipótesis específica

- a. Existe relación entre la salud física y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.
- b. Existe relación entre la salud psicológica y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.
- c. Existe relación entre la relación social y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.
- d. Existe relación entre el medio ambiente y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.

2.5. Identificación de variables

V1: calidad de vida

D1: Salud física

D2: Salud psicológica

D3: Relación social

D4: Medio ambiente

V2: Estrategias de afrontamiento

D1: Resolución de problemas

D2: Autocritica

D3: Expresión emocional

D4: Pensamiento desiderativo

D6: Apoyo social

D7: Reconstrucción cognitiva

D8: Evitación de problemas

2.6. Definición operacional de variables e indicadores

Cuadro 1. Operacionalización de la variable calidad de vida

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición
Calidad de vida	Es un sistema multidimensional que toma en cuenta elementos económicos, sociales, psicológicos, de salud, laborales, de desarrollo personal, entre otros.	Es un sistema multidimensional del adulto mayor que toma en cuenta sus dimensiones de salud física, psicológico, relaciones sociales y ambiente, la cual será medida con el cuestionario WHOQOL-BREF.	Salud física	Dolor Dependencia de medicinas Energía para la vida diaria Movilidad Sueño y descanso Actividades de la vida diaria Capacidad de trabajo	Nominal
			Salud Psicológica	-Sentimientos positivos Espiritualidad, religión Pensamiento, aprendizaje, memoria. Autoestima Sentimientos negativos	
			Relación social	Relaciones personales Actividad sexual Apoyo social	
			Medio ambiente	Seguridad Ambiente físico Entorno económico Oportunidad de información Ocio y descanso Hogar	

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición
				Atención sanitaria/social Trasporte	

Cuadro 2. Operacionalización de la variable estrategias de afrontamiento

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición
Estrategias de afrontamiento	Es el conjunto de acciones dirigidas a un fin determinado y enfrentar un hecho	Es el conjunto de acciones que implementa el adulto mayor para hacer frente a la muerte.	Resolución de problemas	Resolución de problemas	Nominal
			Autocritica	Autocritica	
			Expresión emocional	Expresión emocional	
			Pensamiento desiderativo	Pensamiento desiderativo	
			Apoyo social	Apoyo social	
			Reconstrucción cognitiva	Reconstrucción cognitiva	
			Evitación de problemas	Evitación de problemas	

CAPITULO III

METODOLOGÍA Y TÉCNICAS DE INVESTIGACIÓN

3.1. Tipo de Investigación

La investigación se guio con la corriente filosófica del positivismo que se enfoca en la observación empírica y la experimentación para obtener conocimiento científico, se sustenta en que los fenómenos pueden ser medidos y observados objetivamente (Bernal, 2010). En la misma línea se utilizó la metodología de tipo básico, dado que es un tipo que se enfoca en el conocimiento teórico y científico, este tipo de investigación se realiza para incrementar el conocimiento de una situación o un determinado problema como también desarrollar teorías y principios que puedan ser aplicados. (24)

3.2. Nivel de investigación

La presente investigación tiene nivel descriptivo

3.3. Métodos de investigación

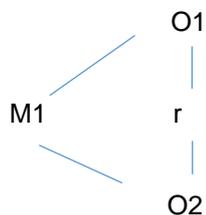
La metodología hipotética- deductiva guio la investigación, partiendo de un problema genérico a uno específico, este método se caracteriza en observaciones de un fenómeno y la enunciación de una proposición que responda al hecho observado, luego, se realizan experimentos para probar la hipótesis y se deducen conclusiones a partir de los resultados hallados, si los

resultados son consistentes con la hipótesis, se acepta como verdadera; de lo contrario se rechazan. (25)

3.4. Diseño de investigación

La investigación utilizó el diseño descriptivo correlacional, no experimental porque el estudio se realiza sin la manipulación deliberada de variables y en los que solo se observa y relaciona la calidad de vida y las estrategias de afrontamiento. (26)

Diseño descriptivo correlacional.



Abreviaturas:

M: Muestra, adultos mayores

OX: Calidad de vida

OY: Estrategias de afrontamiento

r: Relación entre variables.

3.5. Población y muestra

Como expresa Arias, la población se caracteriza por poseer rasgos similares en contextos específicos. En cuanto a la muestra, refiere que ello es como un fragmento importante de la población, por lo que debe cumplir con la regla de los criterios de inclusión, así como los de exclusión elegidas por el investigador. (27) (28)

La población estuvo conformada por los adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba, como técnica de muestreo se utilizó el muestreo no probabilístico intencional, trabajándose con 60 adultos mayores.

Se detallan los criterios que se tuvo en cuenta.

Los criterios de inclusión son:

Adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba que acepten participar en la investigación.

Los criterios de exclusión son:

Adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba que no acepten participar en la investigación.

3.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.

➤ **Escala WHOQOL-BREF para medir la calidad de vida:**

Por ello, el WHOQOL-BREF consta de 26 reactivos, esta se creó como una versión breve del WHOQOL-100, para evaluar la calidad de vida de forma que permita resumir áreas. Dicha prueba será utilizada en casos en los que se requiera contar con una evaluación más rápida y sencilla. La escala cubre cuatro áreas, las cuales son salud física, salud psicológica, relaciones sociales y medio ambiente.

➤ **Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI) (Tobin, Holroyd, Reynolds y Kigal, 1989. Adaptación por Cano, Rodríguez y García, 2006):**

Es un instrumento que nos permitió valorar las estrategias de afrontamiento del adulto mayor

Instrumento adaptado por Cano, Rodríguez y García. Es un instrumento que nos permitirá valorar las estrategias de afrontamiento del adulto mayor. Este instrumento comprende 8 dimensiones y cada una de ellas es una estrategia de afrontamiento.

- Resolución de problemas (REP): Es una estrategia conductual y cognitiva orientada a controlar las situaciones de estrés, cambiando el contexto.
- Autocrítica (AUC): Es una estrategia centrada en la autoinculpación, por no saber enfrentar de manera adecuada el problema.

- Expresión emocional (EEM): Es una estrategia orientada a soltar todas las emociones que rodean el estado de estrés.
- Pensamiento desiderativo (PSD): Estrategia de naturaleza cognitiva en donde hay deseos de que la realidad existente no fuera estresante.
- Apoyo social (APS): Es la estrategia relacionada con la búsqueda de soporte emocional.
- Reestructuración cognitiva (REC): Es la estrategia de naturaleza cognitiva que cambia la percepción de la situación estresante.
- Evitación del problema (EVP): Es la estrategia en donde hay negación y obviar pensamientos ligados a la situación estresante

SUB-ESCALA	DIMENSIÓN	ÍTEMS
Manejo Adecuado	<i>REP</i>	1, 9, 17, 25, 33
	<i>REC</i>	6, 14, 22, 30,38
	<i>APS</i>	5, 13, 21, 29, 37
	<i>EEM</i>	3, 11, 19, 27, 35
Manejo Inadecuado	<i>EVP</i>	7, 15, 23, 31, 39
	<i>PSD</i>	4, 12, 20, 28, 36
	<i>RES</i>	8, 16, 24, 32, 40
	<i>AUC</i>	2, 10, 18, 26, 34

Encuesta: Técnica que ayudó a conocer e interactuar con la muestra sujeta a investigación, se recolectó la información requerida.

3.7. Selección, validación y confiabilidad del instrumento de investigación.

Validez del instrumento

Se realizó la validación del instrumento a través del juicio de expertos haciendo las correcciones previas a la aplicación.

Para la validación del instrumento utilizado en la investigación se utilizó la validez de contenido, para lo cual se usó la técnica de juicio de expertos.

Los instrumentos de calidad de vida y estrategias de afrontamiento fueron validados por:

Experto	Grado académico	Evaluación
Mg. Adelaida Ore Cahuari	Maestra en gerencia en servicios de salud	Aplicable
Mg. Delia Rojas Condor	Maestra en gerencia en servicios de salud	Aplicable
Mg. Jackeline Mayorca Lunasco	Maestra en gerencia en servicios de salud	Aplicable

Confiabilidad del instrumento

Para la confiabilidad del instrumento se utilizó el estadístico Alfa De Cronbach, obtenidos de una prueba piloto de 15 adultos mayores.

Confiabilidad del instrumento calidad de vida

Resumen de procesamiento de datos

		N°	%
Casos	Valido	15	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	15	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,748	15

El Alfa de Cronbach para la variable calidad de vida luego de la aplicación de la prueba piloto de 15 adultos mayores idénticos a la muestra, supera los 0,61 ($,748 > 0,61$), con ello se demuestra la confiabilidad del instrumento.

Confiabilidad del instrumento estrategias de afrontamiento

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Valido	15	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	15	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento

Estadística de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,693	15

El Alfa de Cronbach para la variable estrategias de afrontamiento luego de la aplicación de la prueba piloto de 15 adultos mayores idénticos a la muestra, supera los 0,61 ($,693 > 0,61$), con ello se demuestra la confiabilidad del instrumento.

3.8. Técnicas de procesamiento y análisis de datos

Para el desarrollo del estudio se coordinó con el Centro de Salud de Acobamba, a fin de establecer el cronograma de recolección de datos, previo consentimiento del encuestado.

Toda la información recolectada a través de los instrumentos fue procesada de manera automatizada, se utilizó el paquete estadístico SPSS en su versión última.

3.9. Tratamiento estadístico

Se utilizará la estadística descriptiva, índice de correlación de Rho de Spearman para las variables principales y sus dimensiones y se presentaron en cuadros, tablas y gráficos que fueron analizados.

3.10. Orientación ética filosófica y epistémica

En todas las etapas de la investigación se trabajó teniendo como soporte el código de ética vigente de la Universidad, donde enfatiza que las investigaciones deben estar basadas en principios éticos. Así mismo, se consideró varios principios éticos, como la autonomía de la participación a través del permiso informado, se respetó el anonimato de los encuestados, así mismo el respeto a las políticas anti plagio que rigen en la Universidad, considerando los derechos de autor, la originalidad de los resultados y la referencia de toda la información consultada citándolas correctamente las fuentes de referencias de acuerdo con el formato de las normas internacionales Vancouver durante su redacción.

CAPITULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. Descripción del trabajo de campo

Para ejecutar la presente investigación se realizó una serie de acciones: En primer lugar, se solicitó la autorización para ejecutar la investigación, esto al Centro de Salud de Acobamba.

Se coordinó los horarios disponibles para aplicar los instrumentos de recolección de datos.

Se desarrolló la aplicación de los instrumentos durante los horarios de espera para las atenciones de los adultos mayores en el Centro de Salud de Tarma.

Se contó con el consentimiento informado para la ejecución de la presente investigación.

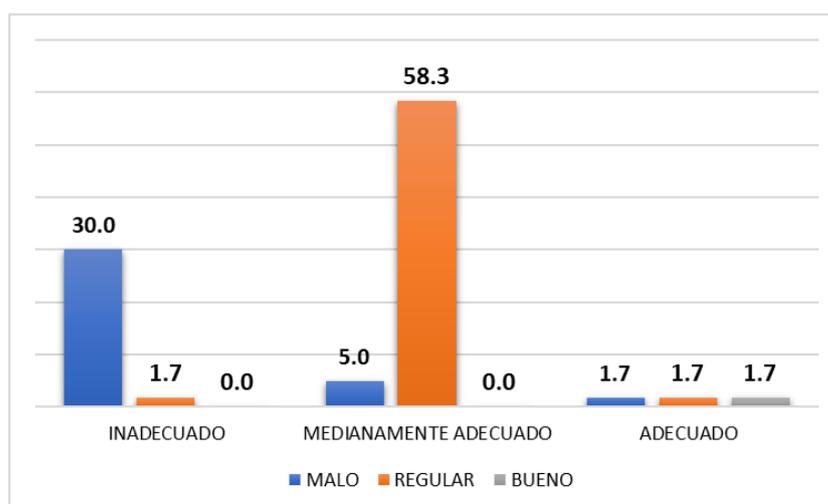
4.2. Presentación, análisis e interpretación de resultados

Tabla 1. Frecuencia y porcentaje de la calidad de vida y estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.

		Estrategias de afrontamiento						Total	
		Inadecuado		Medianamente adecuado		Adecuado			
		Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%
Calidad de vida	Malo	18	30.0	3	5.0	1	1.7	22	36.7
	Regular	1	1.7	35	58.3	1	1.7	37	61.7
	Bueno	0	0.0	0	0.0	1	1.7	1	1.7
Total		19	31.7	38	63.3	3	5.0	60	100.0

Fuente: Cuestionario de calidad de vida y estrategias de afrontamiento.

Gráfico N° 1. Frecuencia y porcentaje de la calidad de vida y estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.



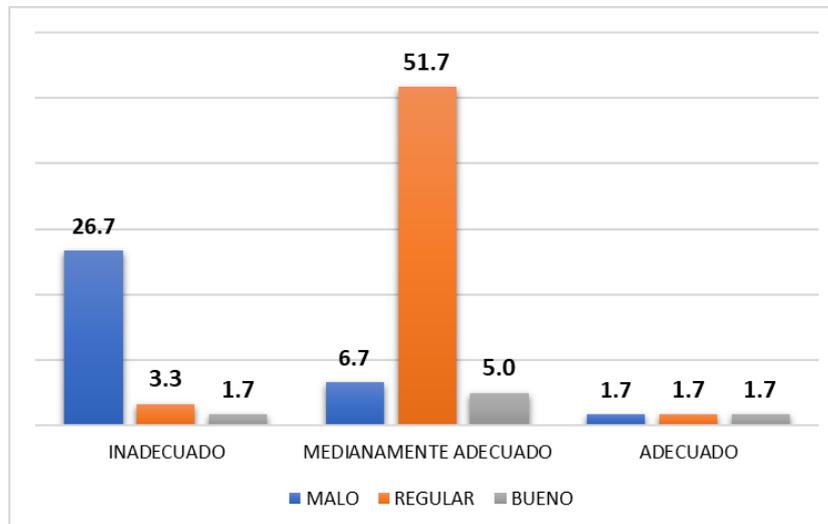
En la tabla N° 01 y gráfico N° 01, se presentan los resultados de las variables principales la calidad de vida y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023, en los datos se pueden observar el 61,7% de los adultos mayores tienen una calidad de vida regular, seguido de 36,7% de mala y 1,7% buena. Así mismo, el 63,3% de los adultos mayores tienen estrategias de afrontamiento

medianamente adecuadas, seguida de 31,7% de inadecuadas y el 5% de adecuadas.

Tabla 2. Frecuencia y porcentaje de la salud física y estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.

		Estrategias de afrontamiento						Total	
		Inadecuado		Medianamente adecuado		Adecuado			
		Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%		
Salud Física	Malo	16	26.7	4	6.7	1	1.7	21	35.0
	Regular	2	3.3	31	51.7	1	1.7	34	56.7
	Bueno	1	1.7	3	5.0	1	1.7	5	8.3
Total		19	31.7	38	63.3	3	5.0	60	100.0

Gráfico N° 2. Frecuencia y porcentaje de la salud física y estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.



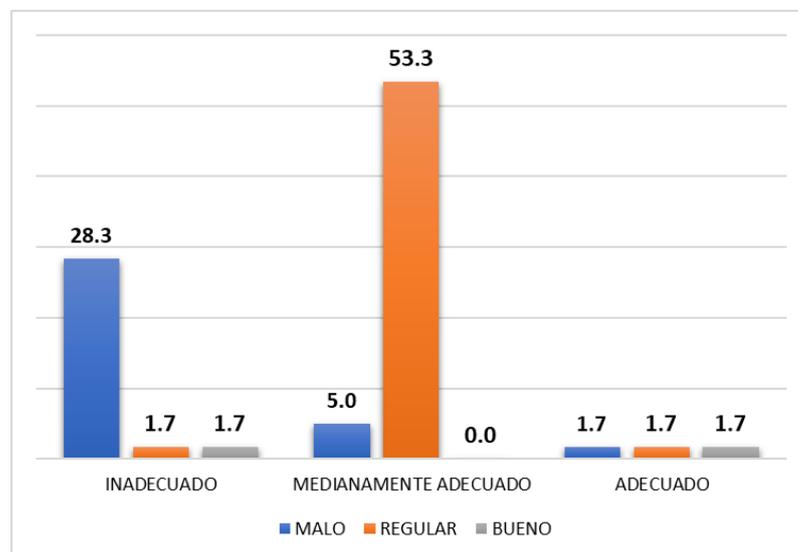
En la tabla N° 02 y gráfico N° 02, se presentan los resultados de las variables salud física y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023, en los datos se pueden observar que el 56,7% de los adultos mayores tienen una salud física

regular y de estos el 51.7% tiene estrategias de afrontamiento medianamente adecuadas.

Tabla 3. Frecuencia y porcentaje de la salud psicológica y estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.

		Estrategias de afrontamiento						Total	
		inadecuado		medianamente adecuado		adecuado			
		Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%		
Salud psicológica	malo	17	28.3	3	5.0	1	1.7	21	35.0
	regular	1	1.7	32	53.3	1	1.7	37	61.7
	bueno	1	1.7	0	0.0	1	1.7	2	3.3
Total		19	31.7	38	63.3	3	5.0	60	100.0

Gráfico N° 3. Frecuencia y porcentaje de salud psicológica y estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.



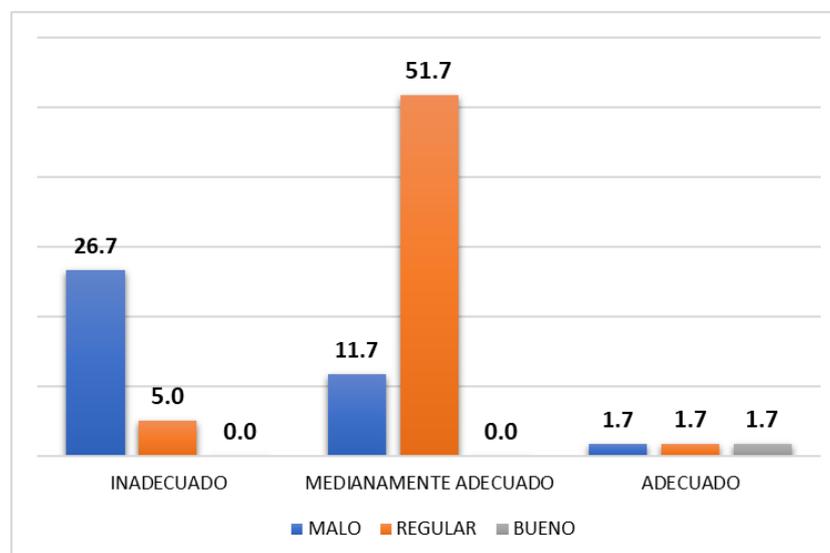
En la tabla N° 03 y gráfico N° 03, se presentan los resultados de las variables salud psicológica y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023, en los datos se pueden observar que el 61.7% de los adultos mayores tienen una

salud psicológica regular y de estos el 53,3% tiene estrategias de afrontamiento medianamente adecuadas.

Tabla 4. Frecuencia y porcentaje de las relaciones sociales y estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.

		Estrategias de afrontamiento						Total	
		Inadecuado		Medianamente adecuado		Adecuado			
		Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%		
Relaciones sociales	Malo	16	26.7	7	11.7	1	1.7	24	40.0
	Regular	3	5.0	31	51.7	1	1.7	35	58.3
	Bueno	0	0.0	0	0.0	1	1.7	1	1.7
Total		19	31.7	38	63.3	3	5.0	60	100.0

Gráfico N° 4. Frecuencia y porcentaje de las relaciones sociales y estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.



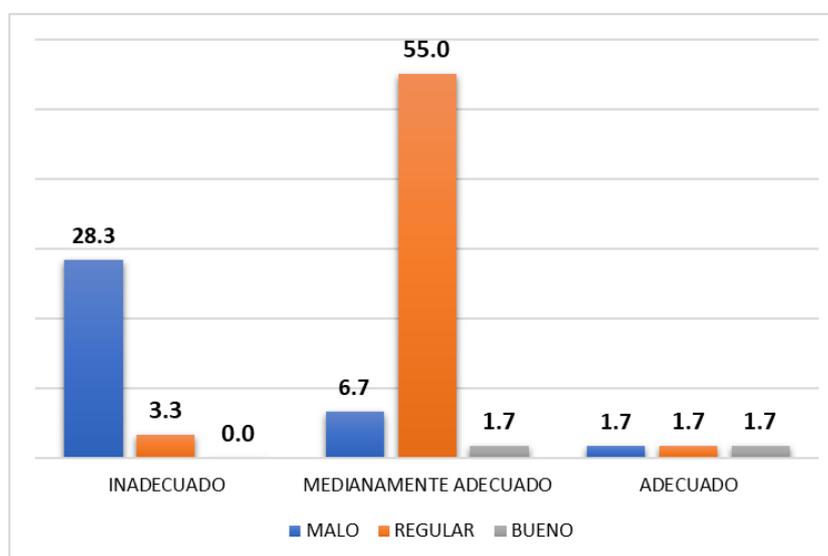
En la tabla N° 04 y gráfico N° 04, se presentan los resultados de las variables relaciones sociales y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023, en los datos se pueden observar que el 58.3% de los adultos mayores tienen un

nivel regular de relaciones sociales y de estos el 51,7% tiene estrategias de afrontamiento medianamente adecuadas.

Tabla 5. Frecuencia y porcentaje del medio ambiente y estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.

		Estrategias de afrontamiento						Total	
		Inadecuado		Medianamente adecuado		Adecuado			
		Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%		
Medio ambiente	Malo	17	28.3	4	6.7	1	1.7	22	36.7
	Regular	2	3.3	33	55.0	1	1.7	36	60.0
	Bueno	0	0.0	1	1.7	1	1.7	2	3.3
Total		19	31.7	38	63.3	3	5.0	60	100.0

Gráfico N° 5. Frecuencia y porcentaje del medio ambiente y estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.



En la tabla N° 05 y gráfico N° 05, se presentan los resultados de las variables relaciones sociales y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023, en los datos se pueden observar que el 60% de los adultos mayores tienen un

medio ambiente regular y de estos el 55% tiene estrategias de afrontamiento medianamente adecuadas.

4.3. Prueba de hipótesis

Contrastación de la hipótesis general

Pruebas de normalidad

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
V1: Calidad de vida	,385	60	,000	,673	60	,000
V2: Estrategias de afrontamiento	,370	60	,000	,715	60	,000

a. Corrección de significación de Lilliefors

Como los valores de probabilidad $P_1 = 0,000$ menor que el nivel de significancia $\alpha = 0,05$ y $P_2 = 0,000$ menor que el nivel de significancia $\alpha = 0,05$ concluimos que la calidad de vida y las estrategias de afrontamiento siguen una distribución no normal, por tanto, se utilizará el Rho de Spearman para realizar la prueba de hipótesis.

Formulación de hipótesis

H₀: No existe relación entre la calidad de vida y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.

H₁: Existe relación entre la calidad de vida y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.

Nivel de significancia

$\alpha = 0,05$

Valor de probabilidad

		Correlaciones	
		V1: Calidad de vida	V2: Estrategias de afrontamiento
Rho de Spearman	V1: Calidad de vida	Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,000
		N	60
Rho de Spearman	V2: Estrategias de afrontamiento -	Coefficiente de correlación	,676**
		Sig. (bilateral)	,000
		N	60

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

Coefficiente de correlación	r = 0,767
Dirección de relación	Positiva

Decisión y conclusión

Los resultados indican que hay una significativa correlación entre las variables calidad de vida y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023. Así mismo, se puede notar que la relación entre variables es positiva, es decir que a mejor calidad de vida le corresponde mejores estrategias de afrontamiento

Como el valor de probabilidad $P = 0,000$ es menor que el nivel de significancia $\alpha = 0,05$; se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación. Esto nos permite concluir para un 95% de confianza que, existe relación entre la calidad de vida y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.

Contrastación de la hipótesis específica 1

Pruebas de normalidad

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
V1: Salud Física	,320	60	,000	,758	60	,000
V2: Estrategias de afrontamiento	,370	60	,000	,715	60	,000

a. Corrección de significación de Lilliefors

Como los valores de probabilidad $P1 = 0,000$ menor que el nivel de significancia $\alpha = 0,05$ y $P2 = 0,000$ menor que el nivel de significancia $\alpha = 0,05$ concluimos que la salud física y las estrategias de afrontamiento siguen una distribución no normal, por tanto, se utilizará el Rho de Spearman para realizar la prueba de hipótesis.

Formulación de hipótesis

H₀: No existe relación entre la salud física y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.

H₁: Existe relación entre la salud física y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.

Nivel de significancia

$\alpha = 0,05$

Valor de probabilidad

Correlaciones			
		V1: Salud física	V2: Estrategias de afrontamiento
Rho de Spearman	V1: Salud física	Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,000
		N	60
Rho de Spearman	V2: Estrategias de afrontamiento -	Coefficiente de correlación	,676**
		Sig. (bilateral)	,000
		N	60

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

Coefficiente de correlación	r = 0,596
Dirección de relación	Positiva

Decisión y conclusión

Los resultados indican que hay una significativa correlación entre las variables salud física y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023. Así mismo, se puede notar que la relación entre variables es positiva, es decir que a mejor salud física le corresponde mejores estrategias de afrontamiento

Como el valor de probabilidad $P = 0,000$ es menor que el nivel de significancia $\alpha = 0,05$; se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación. Esto nos permite concluir para un 95% de confianza que, existe relación entre la salud física y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.

Contrastación de la hipótesis específica 2

	Pruebas de normalidad					
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
V1: Salud psicológica	,372	60	,000	,701	60	,000
V2: Estrategias de afrontamiento	,370	60	,000	,715	60	,000

a. Corrección de significación de Lilliefors

Como los valores de probabilidad $P1 = 0,000$ menor que el nivel de significancia $\alpha = 0,05$ y $P2 = 0,000$ menor que el nivel de significancia $\alpha = 0,05$ concluimos que la salud psicológica y las estrategias de afrontamiento siguen una distribución no normal, por tanto, se utilizará el Rho de Spearman para realizar la prueba de hipótesis.

Formulación de hipótesis

H₀: No existe relación entre la salud psicológica y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.

H₁: Existe relación entre la salud psicológica y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.

Nivel de significancia

$\alpha = 0,05$

Valor de probabilidad

		Correlaciones		
		V1: Salud psicológica	V2: Estrategias de afrontamiento	
Rho de Spearman	V1: Salud psicológica	Coeficiente de correlación	1,000	,676**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	60	60
	V2: Estrategias de afrontamiento -	Coeficiente de correlación	,676**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	60	60

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

Coeficiente de correlación	r = 0,676
Dirección de relación	Positiva

Decisión y conclusión

Los resultados indican que hay una significativa correlación entre las variables salud psicológica y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023. Así mismo, se puede notar que la relación entre variables es positiva, es decir que a mejor salud psicológica le corresponde mejores estrategias de afrontamiento.

Como el valor de probabilidad $P = 0,000$ es menor que el nivel de significancia $\alpha = 0,05$; se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación. Esto nos permite concluir para un 95% de confianza que, existe relación entre la salud psicológica y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.

Contrastación de la hipótesis específica 3

	Pruebas de normalidad					
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
V1: Relaciones sociales	,368	60	,000	,682	60	,000
V2: Estrategias de afrontamiento	,370	60	,000	,715	60	,000

a. Corrección de significación de Lilliefors

Como los valores de probabilidad $P1 = 0,000$ menor que el nivel de significancia $\alpha = 0,05$ y $P2 = 0,000$ menor que el nivel de significancia $\alpha = 0,05$ concluimos que las relaciones sociales y las estrategias de afrontamiento siguen una distribución no normal, por tanto, se utilizará el Rho de Spearman para realizar la prueba de hipótesis.

Formulación de hipótesis

H₀: No existe relación entre las relaciones sociales y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.

H₁: Existe relación entre las relaciones sociales y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.

Nivel de significancia

$\alpha = 0,05$

Valor de probabilidad

		Correlaciones		
		V1: Relaciones sociales -	V2: Estrategias de afrontamiento	
Rho de Spearman	V1: Relaciones sociales	Coeficiente de correlación	1,000	,589**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	60	60
	V2: Estrategias de afrontamiento	Coeficiente de correlación	,589**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	60	60

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

Coeficiente de correlación	r = 0,589
Dirección de relación	Positiva

Decisión y conclusión

Los resultados indican que hay una significativa correlación entre las variables relaciones sociales y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023. Así mismo, se puede notar que la relación entre variables es positiva, es decir que a mejores relaciones sociales le corresponde mejores estrategias de afrontamiento.

Como el valor de probabilidad $P = 0,000$ es menor que el nivel de significancia $\alpha = 0,05$; se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación. Esto nos permite concluir para un 95% de confianza que, existe relación entre las relaciones sociales y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.

Contrastación de la hipótesis específica 4

Pruebas de normalidad

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
V1: Medio ambiente	,364	60	,000	,706	60	,000
V2: Estrategias de afrontamiento	,370	60	,000	,715	60	,000

a. Corrección de significación de Lilliefors

Como los valores de probabilidad $P1 = 0,000$ menor que el nivel de significancia $\alpha = 0,05$ y $P2 = 0,000$ menor que el nivel de significancia $\alpha = 0,05$ concluimos que la variable medio ambiente y las estrategias de afrontamiento siguen una distribución no normal, por tanto, se utilizará el Rho de Spearman para realizar la prueba de hipótesis.

Formulación de hipótesis

H₀: No existe relación entre el medio ambiente y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.

H₁: Existe relación entre el medio ambiente y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.

Nivel de significancia

$\alpha = 0,05$

Valor de probabilidad

		Correlaciones		
		V1: Medio ambiente	V2: Estrategias de afrontamiento	
Rho de Spearman	V1: Medio ambiente	Coeficiente de correlación	1,000	,694**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	60	60
Rho de Spearman	V2: Estrategias de afrontamiento	Coeficiente de correlación	,634**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	60	60

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

Coeficiente de correlación	r = 0,694
Dirección de relación	Positiva

Decisión y conclusión

Los resultados indican que hay una significativa correlación entre las variables medio ambiente y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023. Así mismo, se puede notar que la relación entre variables es positiva, es decir que un mejor medio ambiente le corresponde mejores estrategias de afrontamiento.

Como el valor de probabilidad $P = 0,000$ es menor que el nivel de significancia $\alpha = 0,05$; se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación. Esto nos permite concluir para un 95% de confianza que, existe relación entre el medio ambiente y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.

4.4. Discusión de resultados

La presente investigación tuvo como objetivo general determinar la relación entre la calidad de vida y estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023., en la tabla 4, se aprecia los resultados de las principales variables, calidad de vida y estrategias de afrontamiento, en la tala N°01 se puede observar que el 61,7% de los adultos mayores tienen una calidad de vida regular, seguido de 36,7% de mala y 1,7% buena. Así mismo, el 63,3% de los adultos mayores tienen estrategias de afrontamiento medianamente adecuadas, seguida de 31,7% de inadecuadas y el 5% de adecuadas. A través de la estadística inferencial se puede apreciar una significativa correlación entre las variables calidad de vida y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023, con un coeficiente de correlación de Rho de Spearman de 0,767. Así mismo, se puede notar que la relación entre variables es positiva, es decir que a mejor calidad de vida le corresponde mejores estrategias de afrontamiento. Similares resultados encontraron García LLE, Quevedo NM, La Rosa PY, et al. (2020), en La Habana, investigaron la calidad de vida percibida por adultos mayores, los resultados evidenciaron que la calidad de vida se percibió como media en ancianos de 60 a 69 años (15.93 %), predominó el sexo masculino (21.94 %), la escolaridad secundaria (22.07 %), concluyo que la calidad de vida que con mayor frecuencia perciben los pacientes geriátricos fue la correspondiente a la categoría media. En relación a las estrategias de afrontamiento Gonzales et al (2018), en México, investigo con el objetivo de identificar la asociación entre las estrategias de afrontamiento y la resiliencia en un grupo de adultos mayores con enfermedad crónica en los Centros de Salud de Victoria Tamaulipa, los resultados evidenciaron que la estrategia de afrontamiento que utilizan los adultos mayores con mayor frecuencia ante estos problemas fue la orientada al problema o conducta (55%),

concluyo que los adultos mayores como seres adaptativos evalúan las adversidades en que viven y han desarrollado la estrategia de afrontamiento orientada al problema.

Referente al objetivo específico 1, determinar la relación entre la salud física y estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023., se evidencio en la tabla N°02 que el 56,7% de los adultos mayores tienen una salud física regular y de estos el 51.7% tiene estrategias de afrontamiento medianamente adecuadas. También se encontró una significativa correlación entre las variables salud física y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023, con un coeficiente de correlación de Rho de Spearman de 0,596. Así mismo, se puede notar que la relación entre variables es positiva, es decir que a mejor salud física le corresponde mejores estrategias de afrontamiento. Se tiene la investigación de García LLE, Quevedo NM, La Rosa PY, et al. (2020), en La Habana, investigaron la calidad de vida percibida por adultos mayores, en donde obtuvo como resultados que la calidad de vida en la dimensión salud fue media con 39.73 %, concluyen que la calidad de vida que con mayor frecuencia perciben los pacientes geriátricos fue la correspondiente a la categoría media en la dimensión salud. También Curo y Gaspar (2020), en Huancayo, investigo el afrontamiento y calidad de vida en salud en adultos mayores de un centro de salud de Chilca, los resultados fundamentales mostraron que el 24.8 % de los adultos mayores refieren tener alto o muy alto nivel de afrontamiento a situaciones agobiantes y el 28.6 % de los adultos mayores afirman tener una alta o muy alta calidad de vida en salud, asimismo existe relación significativa entre el afrontamiento y la calidad de vida en salud (coeficiente de correlación de Pearson moderada positiva; 0,454).

Referente al objetivo específico 2, determinar la relación entre la salud psicológica y estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el

Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023, se evidencio en la tabla N°03 que el 61.7% de los adultos mayores tienen una salud psicológica regular y de estos el 53,3% tiene estrategias de afrontamiento medianamente adecuadas. A través de la estadística inferencial se puede apreciar una significativa correlación entre las variables salud psicológica y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023, con un coeficiente de correlación de Rho de Spearman de 0,676. Así mismo, se puede notar que la relación entre variables es positiva, es decir que a mejor salud psicológica le corresponde mejores estrategias de afrontamiento. Similar resultado encontró García LLE, Quevedo NM, La Rosa PY, et al. (2020), en La Habana, investigaron la calidad de vida percibida por adultos mayores, en donde obtuvo como resultados que la calidad de vida en la dimensión satisfacción por la vida fue media con 42.99 %, concluye que la calidad de vida que con mayor frecuencia perciben los pacientes geriátricos fue la correspondiente a la categoría media en la dimensión satisfacción por la vida.

Referente al objetivo específico 3, determinar la relación entre la relación social y estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023, se evidencio en la tabla N°04 que el 58.3% de los adultos mayores tienen un nivel regular de relaciones sociales y de estos el 51,7% tiene estrategias de afrontamiento medianamente adecuada. A través de la estadística inferencial se puede apreciar una significativa correlación entre las variables relación social y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023, con un coeficiente de correlación de Rho de Spearman de 0,589. Así mismo, se puede notar que la relación entre variables es positiva, es decir que a mejores relaciones sociales le corresponde mejores estrategias de afrontamiento. Tenemos a Leguía C. (2023), investigo la calidad de vida y

estrategias de afrontamiento en adultos mayores de Lima Metropolitana, se formuló con el objetivo de analizar la relación que existe entre los componentes de la calidad de vida y las estrategias de afrontamiento en una muestra de adultos mayores de Lima Metropolitana, en donde concluyo que la estrategia de afrontamiento dirigida a la tarea presentó correlaciones significativas y de magnitud baja con la dimensión de calidad de vida psicológicas y sociales ($r_s = .21$).

Referente al objetivo específico 4, determinar la relación entre el medio ambiente y estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023, se evidencio en la tabla N°04, que el 60% de los adultos mayores tienen un medio ambiente regular y de estos el 55% tiene estrategias de afrontamiento medianamente adecuadas. A través de la estadística inferencial se puede apreciar una significativa correlación entre las variables medio ambiente y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023, con un coeficiente de correlación de Rho de Spearman de 0,694. Así mismo, se puede notar que la relación entre variables es positiva, es decir que a un mejor medio ambiente le corresponde mejores estrategias de afrontamiento. Se tiene investigaciones de Arnao (2018), quien estudio la calidad de vida y conductas de afrontamiento ante la soledad del adulto mayor en un Centro de Salud de Pimentel, indicó un resultado de relación moderada (0,539); por lo tanto, afirmo que sí existe relación entre las variables estudiadas. Finalmente se puede decir que es de gran importancia que el adulto mayor establezca estrategias eficaces de afrontamiento para lidiar con los cambios físicos, psicológicos, familiares, sociales y laborales, ya que la forma en que los ancianos afronten la situación dependerá de los recursos de que dispongan y por tanto su calidad de vida.

CONCLUSIONES

1. Existe correlación significativa entre la calidad de vida y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023. (Rho Spearman= 0,767; p= 0,000).
2. Existe correlación significativa entre la salud física y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023. (Rho Spearman= 0,596; p= 0,000).
3. Existe correlación significativa entre la salud psicológica y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023. (Rho Spearman= 0,676; p= 0,000).
4. Existe correlación significativa entre las relaciones sociales y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023. (Rho Spearman= 0,589; p= 0,000).
5. Existe correlación significativa entre el medio ambiente y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023. (Rho Spearman= 0,694; p= 0,000).

RECOMENDACIONES

- Se recomienda los gestores del Centro de Salud de Acobamba desarrollar programas y estrategias de apoyo a los adultos mayores para mejorar su calidad de vida en sus dimensiones física, psicológica, relaciones sociales y medio ambiente.
- Al Centro de Salud de Acobamba desarrollar campañas de salud integral a nivel interdisciplinario e interinstitucional con el objeto de abordar la problemática de calidad de vida del adulto mayor.
- Implementar programas dirigido a los adultos mayores para el fortalecimiento de habilidades y destrezas en el desarrollo de estrategias de afrontamiento ante situaciones problemáticas propias del adulto mayor.
- A los futuros investigadores del nivel de pre y posgrado a realizar investigaciones orientadas al estudio de otras variables como: percepciones, satisfacción, factores asociados, entre otros; con enfoque mixto.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Alvarado García, A. M.; Salazar Maya, A. M.. Análisis del concepto de envejecimiento. *Revista Gerokomos*. 2014; 25(2): p. 57-62.
2. Rubio, D.; Rivera, L.; Borges, L.; González, F.. *Calidad de vida en el adulto mayor*. 2015; 1.
3. Salud OMdl. *Envejecimiento y salud*. 2021.
4. Dulcey Ruiz E. *Envejecimiento y vejez: Categorías y conceptos*. 2015.
5. De Los Reyes MC. *Familia y Geriátricos*. 2007.
6. Aguerre C, Bouffard. *Envejecimiento exitoso: Teorías, investigaciones y aplicaciones clínicas*. *Revista de la Asociación Colombiana de Gerontología y Geriátrica*. 2008; 22: p. 114-116.
7. Lazarus RS. *Estrés y emoción. Manejo e implicaciones en nuestra salud*. 2000.
8. Aceiro, M. A.; Torrecilla, N. M.; Moreno, C. B.. *Estrategias de afrontamiento en adultos mayores. Memorias Jornadas de Investigación y Encuentro de Investigadores en Psicología del Mercosur*. 2020.
9. García LE, Quevedo NM, La Rosa PY. *Calidad de vida percibida por adultos mayores*. *Revista de Ciencias Médicas de la Habana*. 2020; 27(1): p. 16-25.
10. González, O. L.; González, C. P.; Mata, F. E.; Guzmán, G. M.; Nieto, L.; García, R. E.. *Estilos de afrontamiento y resiliencia en adultos mayores con enfermedad crónica*. 2018.
11. Leguía Cerrón ADP. *Calidad de vida y estrategias de afrontamiento en adultos mayores de Lima Metropolitana*. Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas (UPC). 2023.
12. Arnao Guerrero M. *Calidad de vida y conductas de afrontamiento ante la soledad del adulto mayor en un Centro de Salud de Pimentel, Arequipa*. 2018.

13. Curo Escobar, Alina; Gaspar Cahuana, Judith. Afrontamiento y calidad de vida en salud en adultos mayores de un centro de salud. 2020.
14. Herrera Cela, C. B.; Mora Santacruz, J. H.. Percepción de calidad de vida mediante el cuestionario whoqol- old en adultos mayores que asisten a la consulta externa del hospital de atención integral del adulto mayor de Quito, 2016. 2016.
15. Aponte V. Calidad de vida en la tercera edad. 2015; 13(2): p. 152-182.
16. Burán A. La resiliencia y la relación con la calidad de vida en adultos mayores. Tesis de Licenciatura en Psicología. Universidad Católica Argentina. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. 2017.
17. Hernández-Huayta J, Chávez-Meneses S, Carreazo NY. Salud y calidad de vida en adultos mayores de un área rural y urbana del Perú. Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública. 2016; 33: p. 680-688.
18. Hernández-Navor, J. C.; Guadarrama-Guadarrama, R.; Castillo-Arellano, S. S.; Arzate Hernández, G. A.; Márquez-Mendoza, O.. O. Validación del WHOQOL- 46 OLD en adultos mayores de México. Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica. 2015; 7(3): p. 397-405.
19. Mesa, D.; Valdés, B.; Espinosa, Y.; Verona, A.; García, I.. Estrategia de intervención para mejorar la calidad de vida del adulto mayor. Revista Cubana de Medicina General Integral. 2020; 36(4): p. 1-10.
20. Varela L. Salud y calidad de vida en el Adulto Mayor. Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública. 2016; 32(2): p. 199-201.
21. Casani, M.; Alina, J.; Quilca Huamani, A. S.. Estrategias de afrontamiento en adultos mayores con enfermedades crónicas. Centro de salud Maritza campos Díazcerro colorado y centro de salud buenos aires-Cayma. 2016..
22. Cuadra-Peralta, A.; Cáceres, E. F. M.; Guerrero, k. J. S.. Relación de bienestar psicológico, apoyo social, estado de salud física y mental con calidad de vida en

- adultos mayores de la ciudad de Arica. Revista Interdisciplinaria de Filosofía y Psicología. 2016; 11(35): p. 57-68.
23. Izquierdo M. Estrategias de afrontamiento: Una revisión teórica. Tesis de pregrado, Universidad Señor de Sipan, 2020. 2020.
24. Bernal C. Metodología de la investigación. 2021; 4.
25. Hernández, R.; Fernández, C.; Baptista, P.. Metodología de la Investigación. (6ta ed.). México D.F: McGraw-Hill, 2014. 2014.
26. Hernández-Sampieri R, Fernández-Collado C, Baptista-Lucio P. Análisis de los datos cuantitativos. Metodología de la investigación. 2006;; p. 407-499.
27. Arias Gonzáles JL, Covinos Gallardo M. Diseño y metodología de la investigación. Enfoques Consulting EIRL 2021. 2021.
28. Córdova I. Estadística aplicada a la investigación. 2009; 1.

ANEXOS

Anexo 01: Cuestionario de calidad de vida
“UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRIÓN”
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE FORMACIÓN PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

CUESTIONARIO WHOQOL-BREF

OBJETIVO:

Determinar la calidad de vida del adulto mayor.

INSTRUCCIONES:

Lea correctamente las preguntas y responda según sea conveniente. No utilice demasiado tiempo pensando en su respuesta. Se trata de expresar la primera impresión de cómo piensa ahora mismo. Marque el número que mejor represente su sentimiento siendo, 1 nunca, 2 a veces, 3 siempre

N	PREMISA	1	2	3
	Calidad Física			
1	Estoy satisfecho con mi estado de salud			
2	Me movilizo sin dificultad			
3	Realizo mis actividades aun con dolor			
4	El tratamiento médico me permite funcionar en mi vida diaria			
5	Tengo energía suficiente para mi vida diaria			
6	Soy capaz de desplazarse de un lugar a otro			
7	Estoy satisfecho con mis horas de sueño			
	Calidad psicológica			
8	Disfruto de la vida			
9	Mi vida tiene sentido			
10	Mantengo mi capacidad de concentración			

N	PREMISA	1	2	3
11	Siento seguridad en mi vida diaria			
12	Soy capaz de aceptar mi apariencia física			
13	No tengo sentimientos negativos, tales como tristeza, desesperanza, ansiedad, depresión			
	Calidad de relaciones sociales			
14	Tengo suficiente dinero para cubrir mis necesidades			
15	Estoy satisfecho con mis habilidades para realizar mis actividades de la vida diaria			
16	Estoy satisfecho con mi capacidad de trabajo			
17	Estoy satisfecho conmigo mismo			
18	Estoy satisfecho con mis relaciones personales			
19	Estoy satisfecho con mi vida sexual			
20	Estoy satisfecho con el apoyo de mis amigos			
	Calidad del medio ambiente			
21	Estoy satisfecho con las condiciones del lugar donde vivo			
22	Es saludable es el ambiente físico a mi alrededor			
23	Estoy satisfecho con el acceso que tengo a los servicios sanitarios			
24	Estoy satisfecho con el transporte			
25	Tengo la oportunidad de realizar actividades de ocio			
26	Tengo acceso a la información que necesito en mi vida diaria			

Anexo 02: Cuestionario de estrategias de afrontamiento

“UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRIÓN”

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA DE FORMACIÓN PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

INVENTARIO DE ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO (CSI)

OBJETIVO:

Determinar la capacidad funcional a través de las actividades diarias instrumentales del adulto mayor.

INSTRUCCIONES:

Lea correctamente las preguntas y responda según sea conveniente. Lea cada frase y determine el grado en que usted hizo lo que cada frase indica en la situación que antes eligió marcando el número que corresponda: 1 = En absoluto; 2 = Un poco; 3 = Bastante; 4 = Mucho; 5 = Totalmente.

N	PREMISA	1	2	3	4	5
1	Luché para resolver el problema.					
2	Me culpé a mí mismo.					
3	Dejé salir mis sentimientos para reducir el estrés.					
4	Deseé que la situación nunca hubiera empezado.					
5	Encontré a alguien que escuchó mi problema.					
6	Repasé el problema una y otra vez en mi mente.					
7	No dejé que me afectara; evité pensar en ello demasiado.					
8	Pasé algún tiempo sólo.					
9	Me esforcé para resolver los problemas de la situación.					
10	Me di cuenta de que era responsable y me lo reproché.					
11	Expresé mis emociones, lo que sentía.					

N	PREMISA	1	2	3	4	5
12	Deseé que la situación no existiera o que terminase.					
13	Hablé con una persona de confianza.					
14	Cambié de forma de ver la situación para que no pareciese tan mal					
15	Traté de olvidar por completo el asunto. 1					
16	Evité estar con gente.					
17	Hice frente al problema.					
18	Me critiqué por lo ocurrido.					
19	Analicé mis sentimientos y simplemente los dejé salir.					
20	Deseé no encontrarme nunca más en esa situación.					
21	Dejé que mis amigos me echaran una mano.					
22	Me convencí de que las cosas no eran tan malas.					
23	Quitó importancia a la situación y no quise preocuparme más.					
24	Oculté lo que pensaba y sentía.					
25	Supe lo que había que hacer para que las cosas funcionaran.					
26	Me recriminé por permitir que esto ocurriera.					
27	Dejé desahogar mis emociones.					
28	Deseé poder cambiar lo que había sucedido.					
29	Pasé algún tiempo con mis amigos.					
30	Me pregunté qué era lo importante y vi que no estaba mal.					
31	Me comporté como si nada hubiera pasado.					
32	No dejé que nadie supiera cómo me sentía.					
33	Mantuve mi postura y luché por lo que quería.					

N	PREMISA	1	2	3	4	5
34	Fue un error mío, tenía que sufrir las consecuencias.					
35	Mis sentimientos eran abrumadores y estallaron.					
36	Me imaginé que las cosas podrían ser diferentes.					
37	Pedí consejo a un amigo o familiar que respeto.					
38	Me fijé en el lado bueno de las cosas.					
39	Evité pensar o hacer nada.					
40	Traté de ocultar mis sentimientos.					
41	Me consideré capaz de afrontar la situación.					
42	Luché para resolver el problema.					

Anexo 03: Matriz de consistencia

CALIDAD DE VIDA Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ADULTOS MAYORES ATENDIDOS EN EL CENTRO DE SALUD DE ACOBAMBA. TARMA – 2023

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGÍA
<p>Problema general</p> <p>¿Cuál es la relación entre la calidad de vida y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023?</p> <p>Problemas específicos</p> <p>¿Cuál es la relación entre la salud física y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023?</p>	<p>Objetivo general</p> <p>Determinar la relación entre la calidad de vida y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.</p> <p>Objetivos específicos</p> <p>Determinar la relación entre la salud física y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.</p> <p>Determinar la relación entre la salud psicológica y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos</p>	<p>Hipótesis general</p> <p>Existe relación entre la calidad de vida y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.</p> <p>Hipótesis específica</p> <p>Existe relación entre la salud física y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.</p>	<p>VI: Calidad de vida</p> <p>V2: Estrategias de afrontamiento</p>	<p>Método</p> <p>Descriptivo, correlacional prospectivo, transversal</p> <p>Esquema:</p> <pre> graph TD O1 --- M1 M1 --- O2 O1 --- O2 </pre> <p>Donde:</p> <ul style="list-style-type: none"> • M1: Adultos mayores • O1: Calidad de vida • O2: Estrategias de afrontamiento • r: Relación <p>Población y muestra</p>

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGÍA
<p>¿Cuál es la relación entre la salud psicológica y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023?</p>	<p>en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.</p> <p>Determinar la relación entre la relación social y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.</p>	<p>Existe relación entre la salud psicológica y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.</p>		<p>La técnica de muestreo no probabilístico intencional por conveniencia</p> <p>Instrumentos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Escala de calidad de vida • Índice de estrategias de afrontamiento.
<p>¿Cuál es la relación entre la relación social y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023?</p>	<p>Determinar la relación entre el medio ambiente y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.</p>	<p>Existe relación entre la relación social y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023.</p>		<p>TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN DE DATOS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Encuesta
<p>¿Cuál es la relación entre medio ambiente y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de Acobamba de Tarma – 2023?</p>		<p>Existe relación entre el medio ambiente y las estrategias de afrontamiento en adultos mayores atendidos en el Centro de Salud de</p>		

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGÍA
		Acobamba de Tarma – 2023.		

Anexo 04: Base de datos para la variable calidad de vida

Ítems	CF_01	CF_02	CF_03	CF_04	CF_05	CF_06	CF_07	CP_08	CP_09	CP_10	CP_11	CP_12	CP_13	CRS_14	CRS_15	CRS_16	CRS_17	CRS_18	CRS_19	CRS_20	CMA_21	CMA_22	CMA_23	CMA_24	CMA_25	CMA_26
1	2	1	3	3	1	2	2	2	1	2	2	3	1	3	3	3	2	2	3	1	3	3	2	1	3	1
2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	3	1	1	1	1	3	1	3	2	1	1	3	1	1	2
3	1	3	1	1	1	1	2	1	3	1	2	3	1	3	1	3	1	2	3	3	1	2	2	2	3	2
4	1	1	1	3	1	1	2	1	3	1	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	3	1	1
5	1	2	3	2	1	2	3	1	2	3	2	1	3	1	1	2	2	1	2	2	3	3	1	3	2	1
6	1	3	1	3	1	3	2	2	1	2	3	3	2	3	1	2	3	3	2	1	2	2	1	2	2	2
7	1	1	1	2	1	2	1	2	1	1	1	3	1	3	1	3	1	1	1	3	1	3	1	1	1	1
8	1	1	3	1	1	1	3	1	3	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1
9	1	2	3	1	3	3	2	2	3	2	1	1	1	2	2	1	1	2	3	2	3	2	2	1	3	1
10	3	1	2	3	1	3	1	3	1	2	3	1	1	3	2	3	1	3	1	2	3	1	2	2	3	1
11	1	1	3	1	2	1	3	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	3	1	1	1	2	1	1	1
12	2	3	3	3	2	1	2	3	2	2	1	2	2	3	1	2	2	3	1	2	3	1	2	1	2	3
13	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	2	1
14	3	1	3	1	3	2	2	3	2	1	3	1	3	2	3	3	2	1	3	3	2	2	2	2	3	2
15	2	2	2	1	3	1	3	3	2	1	1	2	3	2	1	3	2	2	3	2	1	3	1	3	2	1
16	2	1	2	2	3	3	1	2	2	1	1	2	1	2	3	1	2	3	1	3	1	1	1	2	1	1
17	1	1	1	1	1	1	1	3	1	2	1	2	1	3	1	3	3	1	1	1	2	1	1	1	1	2
18	3	1	2	3	2	3	1	1	1	1	1	1	3	3	1	1	2	3	1	3	1	1	2	3	2	3
19	1	1	2	1	2	1	1	2	1	1	3	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1
20	2	2	1	2	1	3	1	2	2	2	3	1	2	2	3	2	3	3	2	3	2	1	2	3	2	3
21	1	3	1	2	1	2	3	3	2	2	1	2	1	3	1	2	1	3	1	1	2	2	1	2	1	2
22	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	3	1	1	2	1	1

Ítems	CF_01	CF_02	CF_03	CF_04	CF_05	CF_06	CF_07	CP_08	CP_09	CP_10	CP_11	CP_12	CP_13	CRS_14	CRS_15	CRS_16	CRS_17	CRS_18	CRS_19	CRS_20	CMA_21	CMA_22	CMA_23	CMA_24	CMA_25	CMA_26
23	2	1	3	2	1	3	3	1	2	1	3	2	3	2	1	2	3	3	3	3	2	1	2	2	3	2
24	2	3	2	2	3	2	2	1	1	2	1	1	1	2	2	2	1	3	2	3	2	2	3	2	2	2
25	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	2	1
26	2	1	3	2	1	2	2	2	3	2	1	2	3	2	3	1	3	2	1	2	2	3	1	3	2	2
27	1	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1	1	3	1	1	1	2	1	1	2
28	1	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	3	3	1	1	2	3	1	1	2	1	1	1	3
29	3	1	2	3	3	3	3	1	2	2	2	3	3	3	1	1	1	1	3	1	2	3	1	1	2	3
30	3	2	3	2	1	2	1	1	2	1	3	3	1	2	3	2	1	3	3	3	3	1	2	2	2	1
31	1	1	1	3	1	3	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2	1	3	1	3	1	1	1	3	1	1
32	1	1	2	2	3	3	3	2	2	2	2	1	1	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	1	1	2
33	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	3	1	1	1	2	1	1	1	2
34	1	2	1	1	3	1	1	1	1	1	1	3	2	1	3	2	1	1	1	1	1	2	1	3	1	2
35	2	3	3	3	1	3	3	3	3	3	2	1	2	3	1	3	2	1	3	2	3	3	2	1	1	2
36	1	2	1	2	1	1	1	1	2	2	2	3	1	1	1	1	1	2	1	2	3	1	1	2	1	2
37	3	3	2	2	2	2	1	2	1	2	3	2	2	1	2	2	2	2	3	3	3	1	3	2	1	2
38	2	2	3	2	3	3	1	1	1	2	3	1	2	2	3	2	2	2	3	2	1	3	1	2	3	2
39	1	1	1	1	2	1	1	1	3	1	1	1	1	1	3	1	3	1	1	1	1	1	1	1	2	1
40	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	3	2	1	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	1
41	1	3	2	3	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1
42	3	1	2	2	3	2	1	1	2	3	1	2	3	1	2	3	2	3	1	2	1	2	1	3	2	3
43	3	3	2	1	2	2	1	1	2	3	2	1	2	1	2	3	2	2	3	2	3	2	2	1	3	1
44	2	3	2	2	1	3	2	3	2	1	1	3	3	3	1	2	2	3	1	3	2	3	1	2	2	3
45	1	1	3	1	3	1	1	1	2	1	1	1	1	1	3	1	2	1	1	1	1	1	1	1	3	1
46	2	2	2	2	3	2	2	1	2	3	2	1	3	3	1	2	2	1	3	2	2	2	1	2	3	3
47	3	1	2	3	1	3	2	2	3	2	2	3	1	3	3	3	3	1	2	2	3	1	3	1	1	1

Ítems	CF_01	CF_02	CF_03	CF_04	CF_05	CF_06	CF_07	CP_08	CP_09	CP_10	CP_11	CP_12	CP_13	CRS_14	CRS_15	CRS_16	CRS_17	CRS_18	CRS_19	CRS_20	CMA_21	CMA_22	CMA_23	CMA_24	CMA_25	CMA_26
48	3	2	3	2	3	3	3	1	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	1	1	3	2	2	3	2
49	1	2	1	2	1	3	1	2	1	1	1	3	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1
50	3	2	3	1	1	2	1	1	3	2	3	1	2	1	1	3	2	3	3	2	1	3	2	3	1	3
51	1	2	3	1	1	1	2	2	2	2	3	2	1	2	3	2	3	2	2	1	1	2	2	3	1	1
52	1	2	1	3	3	3	2	2	2	2	3	3	1	1	1	3	1	3	3	2	3	1	2	1	2	2
53	1	1	2	1	1	1	2	2	2	1	2	3	1	1	1	1	2	1	3	2	1	2	1	1	3	1
54	3	2	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2
55	3	3	3	1	3	1	1	3	1	2	1	3	3	2	2	1	3	3	2	2	1	2	2	2	1	1
56	1	3	3	2	1	1	2	3	2	2	1	2	2	1	3	3	1	3	1	3	3	2	3	3	2	2
57	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	1	2	1	1	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	1	3
58	1	3	2	1	3	2	3	1	3	3	1	3	2	3	1	2	3	1	2	2	1	3	1	3	1	2
59	2	3	3	1	1	3	3	3	2	2	1	3	1	3	3	2	3	2	2	1	2	1	1	2	2	1
60	3	3	2	1	2	1	3	1	1	3	2	1	3	3	1	3	2	2	3	3	2	1	1	2	2	2

Anexo 05: Base de datos para la variable estrategias de afrontamiento

Ítems	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50
1	2	1	2	2	5	2	3	5	4	4	5	2	3	1	5	5	5	1	1	4	5	4	4	2	4	5	3	3	1	5	5	2	3	4	1	2	5	5	3	1	5	2								
2	1	5	3	3	3	1	2	2	1	1	3	1	4	3	1	1	3	2	1	1	3	5	3	1	4	3	1	3	2	1	1	3	2	2	1	2	2	3	2	1	4	3								
3	2	3	4	5	2	4	4	4	4	1	3	2	5	4	2	2	4	2	3	3	3	5	3	3	2	5	2	2	3	4	4	1	4	3	4	1	1	2	1	5	5	2								
4	1	3	1	1	2	2	1	2	2	3	1	5	3	2	4	2	3	1	1	2	3	5	2	3	2	3	1	1	3	3	4	2	1	1	2	2	1	2	2	1	1	2								
5	1	1	3	4	3	4	1	4	3	2	1	4	2	3	4	2	5	5	2	3	4	5	2	3	5	4	4	5	4	1	4	2	2	3	3	3	4	1	2	3	3	4								
6	5	2	2	3	2	1	1	3	5	1	4	3	1	2	3	2	2	1	3	5	2	3	2	1	5	3	4	4	3	5	4	3	4	5	1	1	4	4	4	3	2	3								
7	1	1	3	2	2	1	2	1	3	1	5	1	1	1	5	1	4	2	1	1	3	1	4	1	1	3	1	1	3	2	1	2	5	1	1	1	1	1	4	1	5	2								
8	5	3	3	1	1	5	4	1	3	2	1	4	2	1	2	4	1	4	2	1	2	2	2	1	2	4	2	1	3	2	2	1	2	1	1	4	2	1	2	1	1	3								
9	2	1	2	5	5	4	3	1	4	5	2	5	5	2	4	2	4	2	1	1	2	4	4	2	3	4	4	5	5	3	4	2	3	3	3	5	5	2	1	4	1	5								
10	1	2	2	2	2	2	5	1	4	2	4	5	1	3	2	2	5	1	1	5	5	2	1	3	5	1	3	5	4	5	4	5	1	4	3	5	3	1	5	2	3	5								
11	5	3	5	4	3	1	3	5	4	2	1	2	1	1	3	3	4	1	1	1	1	2	2	2	3	4	3	4	3	4	2	4	3	3	4	4	4	2	4	3	1	3								
12	3	1	2	2	2	2	2	4	2	4	4	3	2	4	5	3	3	5	1	4	3	5	4	3	2	4	1	1	1	1	5	5	1	5	1	2	4	1	1	3	3	5								
13	4	5	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	1	2	5	1	2	1	2	2	1	3	2	1	4	2	5	4	2	5	1	2	3	1	2	1	1	2	1	4								
14	2	5	1	1	5	3	2	3	4	5	3	2	4	5	1	5	2	1	2	5	5	2	2	3	4	2	1	5	4	3	5	2	1	2	5	5	2	2	2	4	5	1								
15	3	5	4	4	5	2	2	4	1	2	1	4	5	2	4	2	4	1	2	4	5	3	3	5	2	3	1	2	3	5	4	5	2	1	5	1	2	1	2	1	4	5								
16	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	1	5	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1	3	1	5	4	1	5	1	2	2	1	2	2	4	1	5	1	1	1	1	2								
17	5	4	1	5	1	4	2	5	1	5	1	2	2	4	5	4	5	4	1	4	3	4	1	4	4	1	1	3	5	3	3	2	4	2	2	2	1	1	3	1	5	1								
18	5	5	4	2	5	4	5	2	4	2	3	3	3	1	1	5	5	2	1	1	4	5	4	4	1	1	2	4	3	4	2	5	4	1	1	3	1	5	4	5	1	1								
19	5	2	3	1	2	1	2	2	1	2	1	2	1	2	2	1	4	2	1	2	2	1	3	2	1	2	2	1	5	2	1	2	1	1	3	2	1	2	2	2	1	2								
20	4	5	3	2	2	5	2	3	3	1	5	4	3	1	5	3	4	3	2	3	5	3	2	3	5	3	5	5	3	5	1	3	2	4	3	5	4	3	2	4	3	5								
21	5	1	4	5	5	5	5	1	4	3	3	3	5	1	5	4	3	1	5	3	4	2	2	4	1	4	2	4	1	5	5	2	2	4	3	1	5	2	1	5										
22	2	1	2	4	3	1	3	2	2	4	2	2	1	2	1	3	3	1	3	2	1	2	2	1	2	1	1	5	2	3	4	2	1	1	2	2	2	1	1	1	2	1								
23	3	4	2	4	3	1	1	1	3	2	1	5	3	3	5	3	5	2	1	2	4	1	1	1	3	5	2	5	3	4	2	2	4	1	3	1	4	1	4	1	4	3								
24	2	5	3	1	5	4	1	1	1	4	5	5	4	3	4	2	4	5	3	5	4	3	3	2	3	5	5	5	4	4	2	3	3	4	1	5	3	3	4	3	2	1								

Ítem s	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	
52	5	4	4	3	1	1	2	5	1	2	5	2	3	5	4	3	3	4	5	1	2	5	4	5	3	2	1	1	1	4	3	3	5	1	4	4	2	2	2	3	5	1	
53	2	5	4	1	2	1	2	1	2	4	2	1	2	1	2	1	4	2	1	5	2	1	2	1	2	5	1	1	2	3	1	1	2	1	5	1	3	1	2	1	1	1	1
54	4	4	4	4	4	4	3	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	2	4	4	4	5	3	5	5	2	3	5	4	5	5	4	4	2	2	3	4	5	4	4	5	
55	1	2	3	3	4	1	1	2	5	2	1	5	5	1	3	2	3	2	5	5	4	4	3	3	1	3	3	2	4	2	2	5	2	2	4	4	5	3	5	5	5	5	
56	2	4	1	1	2	3	2	4	2	5	2	3	2	4	4	1	4	4	3	1	5	2	3	1	4	5	1	2	4	1	1	4	3	2	5	4	5	3	1	4	1	2	
57	2	2	2	1	1	4	2	3	5	5	5	4	3	3	5	4	3	4	1	3	1	3	1	5	3	3	3	3	3	3	5	3	5	1	1	2	4	1	1	5	3	3	
58	5	4	3	5	3	2	2	2	4	3	2	5	3	2	4	3	2	3	3	2	4	3	2	5	3	2	3	4	2	2	3	3	2	3	3	5	2	3	3	4	2	5	
59	3	1	5	5	1	3	3	2	5	3	3	5	2	4	4	2	5	2	4	1	2	2	1	4	5	2	1	1	4	4	3	3	1	3	3	3	2	1	1	5	1	5	
60	2	3	4	2	5	3	1	4	5	3	2	1	4	2	5	2	5	4	1	4	5	5	3	1	2	2	4	2	5	4	1	4	1	2	1	4	5	4	2	4	5	4	