



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA DE ESTUDIO DE PSICOLOGÍA**

**BIENESTAR PSICOLÓGICO Y APOYO SOCIAL EN ADULTOS MAYORES DE UN
PROGRAMA, LIMA, 2022**

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

AUTOR

**QUISPE MALLQUI, YESENIA
ORCID: 0000-0002-6507-0267**

ASESOR

**MILLONES ALBA, ERICA LUCY
ORCID:0000-0002-3999-5987**

**CHIMBOTE-PERÚ
2024**



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

PROGRAMA DE ESTUDIO DE PSICOLOGÍA

ACTA N° 0146-121-2024 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **17:20** horas del día **30** de **Junio** del **2024** y estando lo dispuesto en el Reglamento de Investigación (Versión Vigente) ULADECH-CATÓLICA en su Artículo 34º, los miembros del Jurado de Investigación de tesis de la Escuela Profesional de **PSICOLOGÍA**, conformado por:

GARCIA GARCIA TERESA DEL PILAR Presidente
VALLE RIOS SERGIO ENRIQUE Miembro
FERNANDEZ ROJAS SANDRO OMAR Miembro
Dr(a). MILLONES ALBA ERICA LUCY Asesor

Se reunieron para evaluar la sustentación del informe de tesis: **BIENESTAR PSICOLÓGICO Y APOYO SOCIAL EN ADULTOS MAYORES DE UN PROGRAMA, LIMA, 2022**

Presentada Por :
(3123182441) **QUISPE MALLQUI YESENIA**

Luego de la presentación del autor(a) y las deliberaciones, el Jurado de Investigación acordó: **APROBAR** por **UNANIMIDAD**, la tesis, con el calificativo de **13**, quedando expedito/a el/la Bachiller para optar el TITULO PROFESIONAL de **Licenciada en Psicología**.

Los miembros del Jurado de Investigación firman a continuación dando fe de las conclusiones del acta:

GARCIA GARCIA TERESA DEL PILAR
Presidente

VALLE RIOS SERGIO ENRIQUE
Miembro

FERNANDEZ ROJAS SANDRO OMAR
Miembro

Dr(a). MILLONES ALBA ERICA LUCY
Asesor



CONSTANCIA DE EVALUACIÓN DE ORIGINALIDAD

La responsable de la Unidad de Integridad Científica, ha monitorizado la evaluación de la originalidad de la tesis titulada: BIENESTAR PSICOLÓGICO Y APOYO SOCIAL EN ADULTOS MAYORES DE UN PROGRAMA, LIMA, 2022 Del (de la) estudiante QUISPE MALLQUI YESENIA , asesorado por MILLONES ALBA ERICA LUCY se ha revisado y constató que la investigación tiene un índice de similitud de 0% según el reporte de originalidad del programa Turnitin.

Por lo tanto, dichas coincidencias detectadas no constituyen plagio y la tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

Cabe resaltar que el turnitin brinda información referencial sobre el porcentaje de similitud, más no es objeto oficial para determinar copia o plagio, si sucediera toda la responsabilidad recaerá en el estudiante.

Chimbote, 05 de Agosto del 2024



Mgtr. Roxana Torres Guzman
RESPONSABLE DE UNIDAD DE INTEGRIDAD CIENTÍFICA

Dedicatoria

El presente trabajo de investigación lo dedico con mucho cariño a mi madre quien apporto positivamente a lo largo de mi formación académica dándome el apoyo e incentivación que necesitaba para trabajar día a día ya que es testigo del trabajo perseverante. A mi tutor por el tiempo dedicado y los conocimientos brindados. A todas las personas que me apoyaron e hicieron posible que este trabajo se realice con éxito.

Agradecimiento

Al señor rector de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Rvdo. Padre Juan Roger Rodríguez Ruiz, por su desinteresado compromiso con la investigación científica.

Índice General

Dedicatoria.....	IV
Agradecimiento.....	VI
Índice General.....	VII
Lista de tablas.....	IX
Lista de figuras.....	IX
Resumen.....	XI
Abstract.....	XII
I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	1
II. MARCO TEÓRICO.....	4
2.1.- Antecedentes.....	4
2.2. Bases teóricas.....	6
2.2.1. Concepto de bienestar Psicológico.....	6
2.2.2. Componentes del bienestar Psicológico.....	7
2.2.3. Estrategias de afrontamiento.....	7
2.2.4. Dimensión del bienestar psicológico.....	8
2.2.5. Jubilación y bienestar psicológico.....	9
2.2.6. Problemas que afecta al adulto mayor.....	9
2.2.7. La actividad física y el bienestar psicológico.....	9
2.2.8 Teoría de bienestar Ryff.....	10
2.2.9. Apoyo Social.....	11
2.2. 10. Tipos de ayuda social.....	12
2.2.11. Teoría de House (1981).....	12
2.2.12. Enfoque apoyo social.....	13
2.3 Hipótesis.....	14
III. METODOLOGÍA.....	14
3.1. Nivel, Tipo de investigación y Diseño de investigación.....	15
3.2. Población y Muestra.....	15
3.3. Variables. Definición y Operacionalización.....	15

3.4.	Técnicas e instrumentos de recolección de información.....	16
3.4.1.	Técnica.....	17
3.6.2.	Instrumentos.....	17
3.5.	Método de análisis de datos.....	17
3.6.	Aspectos Éticos.....	18
IV.	RESULTADOS.....	19
V.	DISCUSIÓN.....	22
VI.	CONCLUSIONES.....	24
	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	25
	ANEXOS.....	29
	Anexo 01. Matriz de Consistencia.....	29
	Anexo 02. Instrumento de recolección de información.....	32
	Anexo 03. Validez y confiabilidad del instrumento.....	33
	Anexo 04. Formato de Consentimiento Informado.....	37
	Anexo 05. Documento de aprobación de institución información.....	39
	Anexo 06. Evidencias de Ejecución (base de datos, declaración jurada).....	40

Lista de tablas

Tabla 1	16
Tabla 2	34

Lista de figuras

Figura 1	41
-----------------------	----

Resumen

El presente estudio de investigación tuvo como propósito relacionar el bienestar psicológico y apoyo social en adultos mayores de un programa, lima, 2022. El tipo de estudio fue observacional, transversal y prospectivo. El nivel de investigación fue relacional y el diseño de investigación fue epidemiológico. La población fue de 80 adultos mayores de edades entre 50 a 70 años a más. El muestreo fue no probabilístico. Logrando obtener una muestra de $n= 50$. El método para el cálculo de las variables de asociación y supervisión fue la técnica psicométrica, los instrumentos utilizados fueron la escala de bienestar psicológico de Ryff de 35 ítems, que cuenta con una validez de 710 y la confiabilidad de 907. Adaptada por “Madelinne Pérez Basilio” en el año 2017. y el cuestionario Mos de apoyo social. Los resultados que se obtuvieron fue del chi cuadrado del 2948 que se encuentra en el parámetro normal de 07818, 64% tuvieron nivel bajo de bienestar psicológico, 31% tienen el nivel medio de apoyo social. Se obtuvo como efecto que existe relación entre el bienestar psicológico y el apoyo social en adultos mayores.

Palabras claves: bienestar psicológico, bienestar, adultos mayores.

Abstract

The purpose of this research study was to relate psychological well-being and social support in older adults from a program, Lima, 2022. The type of study was observational, cross-sectional and prospective. The research level was relational and the research design was epidemiological. The population was 80 older adults aged 50 to 70 years and over. Sampling was non-probabilistic. Managing to obtain a sample of $n= 50$. The method for calculating the association and supervision variables was the psychometric technique, the instruments used were the Ryff psychological well-being scale of 35 items, which has a validity of 710 and the reliability of 907. Adapted by "Madelinne Pérez Basilio" in 2017. and the Mos social support questionnaire. The results that were obtained were the chi square of 2948 that is in the normal parameter of 07818, 64% had a low level of psychological well-being, 31% have the average level of social support. It was obtained as an effect that there is a relationship between psychological well-being and social support in older adults.

Keywords: psychological well-being, well-being

I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

A través de diferentes investigaciones se puede percibir las distintas definiciones que tiene la tercera edad, por lo tanto, nos da a comprender que es una etapa esencial ya que se observa disminución en cuanto al nivel físico, cambios a nivel psicosocial, se caracteriza al olvido, etc.

(Arriagada, 2009), nos menciona que el bienestar psicológico en el periodo de ancianidad es dificultoso, por estar caracterizado al olvido, tiene que adecuarse al cambio psicosocial. Este suceso puede restringir la vida en “cualitativos” y “cuantitativos”. Pese a ello no es un obstáculo para el adulto mayor a adaptarse a la nueva metamorfosis.

Ryff identifica al bienestar psicológico de distintas maneras, donde el sujeto va moverse de manera positiva logrando la auto aceptación donde tiene que valorar a los demás sujetos, de esta manera va poder vencer cualquier dificultad que se presente en la vida logrando autonomía, juicio. (Muñoz, 2019)

Algunas características como en la infancia, pubertad y sobre todo en la tercera edad, se percibe que en el periodo de la edad adulta declina el modelo de bienestar. La asociación cuando habla de un adulto mayor, lo indica como un individuo sapiencia y concentrado en la vida, por la experiencia vivida durante años, así mismo se siente de caído por haber disminuido en cuanto a su utilidad, en algunas ocasiones son despreciados e inclusive abandonados a su suerte. Se percibe que el adulto mayor que pertenecen a un programa de adultos mayores experimentan, diversas emociones, ya que se encuentran en un lugar nuevo alejados de sus seres queridos, en ocasiones son olvidados por sus familiares. (Ballesteros, 2004)

Por lo tanto, en el Perú según la defensoría del pueblo (2021), menciona que las personas de la tercera edad están compuestas por aquellos que tienen 60 años a más, de acuerdo a la constitución nacional. Se observa situaciones de exposición que complica sus derechos a la salud, vida, integridad, dignidad, equidad y la seguridad social, dentro de ellas se ubica la necesidad, la ofensa, la violencia, la orfandad y la dependencia. Así mismo la exclusión por la edad avanzada produce desigualdad que obstaculiza a que continúen interviniendo activamente en la comunidad. Existe un grupo de adultos mayores que no

son ajenas a la exclusión por la comunidad y la familia ya que se encuentra en una edad avanzada y no les toman en cuenta.

En Lima se ubica un programa de adultos mayores, está conformado por 80 adultos mayores entre mujeres y hombres pertenecientes a diferentes religiones, en el cual ellos asisten a este programa tres veces por semana 8am a 2pm, el costo es mínimo ya que este programa recibe ayuda de diferentes OENG, en dicha institución se les brinda educación, comida, taller de manualidades, paseos, actividades según calendario y atención en enfermería y psicología en algunas ocasiones.

El apoyo social es conceptualizado como declinar y el daño del vínculo social por la perseverancia e inevitable cambio progreso, actualización de nuestras comunidades implica dificultad que afectan de manera visible en cuanto a la salud, comodidad y la condición de vida de los individuos. Es examinar las consecuencias en cuanto a la salud y el bienestar de diversos tipos de vínculos psicosociales que se originan a través de los individuos de un entorno determinado, dirigiéndose fundamentalmente en aquellos grupos de riesgo.

Por ende, utiliza un acercamiento a la figura de la ayuda Social desde un punto de vista psicosocial y comunal. La atención fundamental del autor se enfoca en estudiar cómo la ayuda Social interviene en la salud de algunos sujetos. Por tal motivo es fundamental estudiar minuciosamente la planificación dirigida a establecer, activar, fortificar la red. (Barrón, 1996)

En la actualidad los adultos mayores de un programa tienen diferentes características y estilos de vida; algunos son abandonados por sus familias, otros afrontar enfermedades crónicas, no tienen un sustento económico fijo, etc. después de todo lo mencionado anteriormente nos dirige a cuestionarnos sobre el bienestar mental y el apoyo social de aquellas personas adultas pertenecientes a dicho programa, Lima. por lo que nuestra atención se focaliza en contestar a la subsiguiente pregunta:

¿Cuál es la relación entre el bienestar psicológico y apoyo social en adultos mayores de un programa, Lima, 2022? De modo que nos proponemos los siguientes objetivos, de forma general, determinar la relación entre de bienestar psicológico y apoyo social en adultos mayores de un programa, Lima, 2022. y de manera específicas describir el nivel de bienestar psicológico en adultos Mayores de un Programa, Lima, 2022. Describir el nivel de Apoyo social en adultos mayores de un programa, Lima, 2022. Dicotomizar el bienestar psicológico y el apoyo social en adultos mayores de un programa, Lima, 2022.

Según la estructura universal de la salud determina a la “salud”. (OMS, 2020) “conformé al estado completo de bienestar físico y social de una persona”, “y no solo la ausencia de enfermedad”. Propone la “OMS”, que el individuo obtiene la situación íntegro de bienestar a demás: “El goce del grado máximo de salud que se pueda lograr es uno de los derechos fundamentales de todo ser humano sin distinción de raza, religión, ideología política o condición económica o social”.

La investigación justifica a nivel teórico, porque son limitados los estudios sobre la relación entre bienestar psicológico y apoyo social. así mismo es fundamental para el conocimiento psicológico poder establecer por qué un grupo de adultos mayor se enfrenta a la vida con gozo mientras otros grupos no. Por otra parte, es primordial para el bienestar de vida, adaptabilidad a la vejez y el desarrollo de intervenciones efectivas para promover el bienestar en esta etapa de vida. Así mismo algunos adultos mayores están complacidos con la vida mientras otros grupos no, esta situación se involucra a que el bienestar y el apoyo social se incrementa o se conserve a qué manera restablecerá la condición de vida de los adultos mayores. Con la contribución sobre la verdad y el lugar estudiado, buscando la relación entre el bienestar psicológico y el apoyo social en adultos mayores en los programas; existiendo variedad de periodos tanto corporal como psicológico que puede establecer la manera de razonar, ser y proceder en el entorno, De esta manera se podrá distinguir la relación del bienestar psicológico en el adulto (a) mayor así conocer la manera como la sociedad aporta en lo social ya que toda persona adulta requiere ayuda en el trayecto de sus vidas ya sea por distintos problemas.

Con respecto al tipo de estudio de la investigación fue observacional, prospectivo, transversal, porque se realizó una sola medición a la misma población en cuanto al nivel de estudio fue relacional.

Así mismo el trabajo realizado abarcara en la contribución a los recientes conocimientos que vendrán en el futuro y valdrá como apoyo en análisis para que se pueda ampliar y saber más con respecto a la relación que hay entre el bienestar psicológico y apoyo social.

II. MARCO TEÓRICO

2.1.- Antecedentes

En rioja según Donayre (2021), llevo a cabo un análisis cuyo nombre fue: “Ayuda social y bienestar psicológico en pacientes con COVID-19 del hospital II – 1 Rioja, 2021”. Síntesis:

El estudio se dio en pacientes que tenían covid-19 pertenecientes al hospital II cuyo fin es determinar la relación que existe entre ambas variables ya mencionadas anteriormente. Su método fue de manera correlacional de corte transversal, descriptivo, cuantitativo, diseño no empírico. Se trabajó con un total 384 pacientes que tenían Covid – 19 pertenecientes al hospital II. Para el recojo de los datos, el método empleado fue el “cuestionario de MOS de apoyo social percibido y la escala de bienestar psicológico de Ryff” en su versión reducido. Concluimos, entonces, que los pacientes un 42% y el 37% presenta un nivel de ayuda social alto y un 20% el nivel bajo de ayuda social. Con respecto al bienestar psicológico un 35.2 % y el 36.6% se ubican el nivel alto y el 28% se comprende que se encuentra en el nivel bajo. Se finaliza que ambas variables no muestran relación significativa dado que el 0,718 resultado obtenido con el coeficiente de Pearson.

En Ecuador según Guala y Andrade (2024) “Apoyo social y bienestar psicológico en adultos mayores de sectores populares del sur de Quito que reciben apoyo de una organización no gubernamental” (ONG). Síntesis:

El propósito es determinar la relación de ayuda social y bienestar psicológico y el, donde el tipo de investigación fue correlacional, descriptivo y cuantitativo. El universo se basa en adultos mayores con un total de N =158. Los instrumentos para la supervisión de las variables es de Carol Rff que consta de 39 ítems, la escala de bienestar psicológico y la escala de Mos. Se utilizó el paquete estadístico SPSS donde se realiza de ambas variables la confiabilidad y el análisis de manera descriptiva. Resultados: se obtiene un nivel alto en el apoyo social y bienestar psicológico. Los adultos de la tercera edad reciben ayuda familiar y comunitario. Por otro parte, la vejez identifica el interés de que las personas se sostiene en el trayecto en actividad social, cognitiva y física. Estadísticamente se muestra correlación directa de ambas variables ya mencionadas anteriormente. Concluimos, entonces, de que las gubernamentales deben tener en cuenta en realizar más proyectos de

acuerdo a cada necesidad que presenta el adulto de la tercera edad ya que se encuentran en vulnerabilidad.

Machaca y Durand (2021) Estudiaron el “Apoyo social percibido y bienestar psicológico de inmigrantes venezolanos en la ciudad de Arequipa 2019”. Síntesis:

Desarrollo una investigación con finalidad de buscar la relación entre el ayuda “social percibido y bienestar psicológico de inmigrantes venezolanos en la ciudad de Arequipa”. Donde el tipo de investigación fue corte transversal correlacional, descriptivo y el diseño fue no empírico con un enfoque cuantitativo. El universo se basa en emigrantes venezolanos y con un total de N= 132 venezolanos de sexo masculino que representan el 66 y de sexo femenino 66, la muestra fue intencional no probabilístico. Utilizado la escala de bienestar psicológico y escala de ayuda social de Moss. Se utilizó el paquete estadístico SPSS y para el análisis bivariado Spearman. El resultado de la investigación identifica que ambas variables muestran una correlación directa a cerca de las medidas de estudio; la medida de ayuda afectivo tiene relación directamente con las 6 dimensiones del bienestar psicológico: social, ayuda instrumental, material, subjetivo, relación de pareja y laboral.

En Huancavelica según Romero (2003) , llevo a cabo un análisis cuyo nombre fue: “Bienestar psicológico y apoyo social percibido en adultos mayores del hospital II de Huancavelica 2022”.

El estudio se dio en adultos mayores pertenecientes al hospital II cuyo fin es determinar la relación que existe entre ambas variables ya mencionadas. Donde el tipo de investigación fue correlacional, descriptivo y transversal. de enfoque cuantitativo, la técnica empleada fue científica y de diseño no empírico. Los instrumentos para la supervisión de las variables se utilizaron dos; una de ellas de Carol Rff que consta de 39 ítems, la escala de bienestar psicológico y la escala de Zimet, Juárez adapto para el contexto peruano. El universo se basa en adultos mayores de la ciudad de Huancavelica con un total de N= 100. Para la recogida de datos se emplearon las dos herramientas ya antes expuesto. El resultado de la investigación el 42% corresponde a un nivel medio en el bienestar psicológico y el 35% corresponde a un nivel de apoyo social medio; para la verificación de hipótesis se empleó el paquete estadístico SPSS de Spearman donde se obtuvo una cifra de relación $\rho=0,324$ (sig.0.100) admitiendo la hipótesis nula y rechazando la hipótesis alterna; por ende, se finaliza que ambas variables no muestran

relación significativa. Se aconseja ejecutar más búsquedas en función a dichas variables y población.

Vargas y Vargas (2017) Estudiaron el “Apoyo social y bienestar psicológico en adultos mayores que asisten a los CIAM de Lima metropolitana”. Síntesis:

El propósito de su tesis fue describir la relación entre ayuda social y bienestar psicológico en un programa de adultos mayores Lima. Los instrumentos para la supervisión de las variables el cuestionario de Moss y la escala bienestar psicológico de Carol Ryff. El universo se basa en adultos mayores y con un total de N= 209 adultos con un promedio de edades entre 60 a 80 años. Los resultados obtenidos fueron los siguientes de que ambas variables tienen una relación positiva dando mayor énfasis cuando se brinda mayor ayuda social existe mayor bienestar psicológico. Por lo cual el autor llegó a la conclusión que la emociones y afectos aporta en el bienestar del adulto mayor.

Según Lezama y Moreno (2020) llevaron a cabo un análisis cuyo nombre fue: “Apoyo social y bienestar psicológico en adultos mayores que asisten a un centro integral para el adulto mayor de la ciudad de Cajamarca, 2020” de igual modo propusieron como objetivo: “ Determinar la relación entre apoyo social y bienestar psicológico en adultos mayores de un centro integral para el adulto mayor de la ciudad de Cajamarca, 2020” utilizaron un análisis cuantitativo, descriptivo correlacional, corte transversal, trazo no empírico. Realizaron el análisis con 110 personas de edad avanzada los cuales fueron seleccionados de manera no probabilística, que acudieron a un programa integral que está ubicado en la ciudad de Cajamarca. Aplicando el cuestionario de Moss y la escala de Carol Rff que comprende de 35 ítems cuyo instrumento ayudara en recoger información. Los resultados obtenidos que el 53% corresponde a un nivel alto de ayuda social con respecto al bienestar psicológico el 57 % equivale nivel alto. Comprendemos que dichas variables tienen una correlación directa. Concluyendo, que tanto la ayuda social y el bienestar psicológico se relacionan directamente.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Concepto de bienestar Psicológico

El estado de buena disposición varía y se conecta con muchas especies, forma, proceder, situación de vivir. La idea condición de vida está compuesto a las vivencias de cada sujeto e allí la importancia de mencionar de varios autores característica de vida.

El estado de buena disposición está definido con la cultura conectado en el mundo social, biológico y psicológico. Donde el temperamento regulariza un papel fundamental. (Viniegras, 2005).

La comodidad es un constructo dificultoso que se enlaza con la antigüedad al manejo óptico. Actualmente se basa en 2 estudio:

Hedónico. focalizado en la satisfacción e incrementarse el gozo reduciendo la pena.

Eudaimónico. focalizado autorrealización, su categoría del individuo está resultando plenamente. (Ryan, 2001)

“En la psicología positiva” el análisis de estudio, cuyo fin es la indagación individual. (Seligman, 2000)

2.2.2. Componentes del bienestar Psicológico

Según Marsollier y Aparicio (2011), El estado de buena disposición está vinculado al estudio de 3 componentes:

Situación emocional. interviene con situaciones verdadero o falso.

Elemento cognitivo. proceso de como el sujeto está encaminándose en su vida.

La conexión de ambos componentes ya nombrados.” En este sentido, la literatura sobre el tema permite apreciar al bienestar psicológico como un constructo triárquico.

2.2.3. Estrategias de afrontamiento:

El impedimento que presentamos cada individuo es muy distinto, Según Marsollier y Aparicio (2011), Se refiere al estado de buena disposición se sitúa al manejo de afrontamiento, menciona de la siguiente manera: “Los sujetos se enfrentan diariamente en el mundo del trabajo a diversas situaciones que resultan estresantes y que exigen de ellos pensar y actuar con rapidez para resolverlas. Estos pensamientos y actos concretos que los trabajadores realizan para lograr adaptarse a las situaciones conflictivas son las denominadas estrategias de afrontamiento, las cuales serán generales o específicas, según lo amerite la situación. Si bien existe un estilo de afrontamiento básico, los sujetos construyen mediante el contacto con el mundo que los rodea, estrategias de afrontamiento más complejas””, el manejo de hacer frente cuenta con dos grandiosos equipos: “Las estrategias centradas en la acción que permiten la resolución de los problemas y las estrategias centradas en la emoción, en las que los sujetos además de enfrentarse al problema, deben regular sus emociones y disminuir los efectos angustiantes de la situación”.

2.2.4. Dimensión del bienestar psicológico

Según Muratori y Zubieta (2015) se base en 6 dimensiones fue primordial:

2.2.4.1. Auto aceptación.

“Implica poseer una actitud positiva hacia uno mismo y hacia la propia vida pasada y conocer y aceptar los distintos aspectos de la persona, sean estos buenos o malos”.

2.2.4.2. Relaciones positivas con otros.

“Se refiere a la posibilidad de generar un vínculo confiable, cálido y satisfactorio con otras personas. Implica poder sentir empatía, afecto e intimidad, a fin de identificarse, comprender y mantener relaciones profundas con otro”.

2.2.4.3. Autonomía.

“Tiene que ver con la necesidad de auto-determinación, independencia y autorregulación del comportamiento”. Es la competencia a disponer de un manejo autónomo hacia la firmeza a la tensión colectivo y apreciar de acuerdo con su especiales variables.

2.2.4.4. Dominio de entorno.

Establecer a la destreza de la persona a fin de complacer dicha necesidad y valor de uno mismo. “Permite la sensación de control sobre los acontecimientos y de influencia sobre el contexto”, sobre los movimientos aspectos y psíquico. De esta manera, el sujeto puede utilizar las ocasiones que manifiesta en el ambiente.

2.2.4.5. Propósito de vida.

Se asocia con el individuo que posea objetivo y una dirección de propósito e Intencionalidad, “Que sea capaz de otorgar sentido tanto a sus experiencias presentes como pasadas y comprenda el propósito de su vida”

2.2.4.6. Crecimiento Personal.

“Implica enfrentar nuevos desafíos y tareas características a cada etapa evolutiva. Es ser capaz de conocerse a sí mismo/a y poder observar las mejoras a través del tiempo”

2.2.5. *Jubilación y bienestar psicológico*

Se le denomina jubilación Apartar de los 65 años de edad, es el cese en el ámbito laboral, conforma va pasando los años se va modificando. (Arrazola, 1998).

En la actualidad cuando uno o alguno dialoga de jubilación no se conoce si se menciona al instante del retiro del mercado laboral o si mencionamos de pensionistas, quienes adquieren un sueldo, o de jubilados. “En definitiva, se da una polivalencia semántica que en ocasiones puede confundir”.

En la edad avanza el bienestar psicológico es de suma importancia porque, “fundamentalmente a emociones y sentimientos de más o menos duración que los ancianos experimentan sobre la propia vida, más que a un juicio, una valoración o reflexiones que pueden hacerse sobre la misma”.

2.2.6. *Problemas que afecta al adulto mayor*

Según Sáez & Rico (1995), “En una investigación tras analizar y comparar a 445 ancianos residentes en Nueva York y 396 de Londres, se detectaron cuatro grandes áreas de problemas que afectaban a la tercera edad”:

Psiquiátricos.

“Como deterioro cerebral, depresión o desmoralización cognitiva”.

Físicos.

“Referentes a problemas de tipo somático y a limitaciones en la actividad”.

Problema a servicios que necesitaban.

Socio ambiental.

“Como aislamiento social y la insatisfacción con el retiro”.

2.2.7. *La actividad física y el bienestar psicológico*

La investigación científica de muestra suficientes antecedentes como para confirmar

que el deporte físico es fundamental que determina la calidad de vida generando efectos fructíferos tanto en lo psicológico como físico. Pierce y Pate (1994). Llegaron a

confirmar en las personas de la tercera edad, que forman parte de un programa que realizan actividad física aumentaban la fuerza, reducen la ira, angustia, fatiga y depresión.

Con relación entre ambos el bienestar mental y el deporte. Diferentes autores se han manifestado. En medio de ellos se encuentra el instituto de salud mental de los EE.UU. menciona lo siguiente: (Infante, 2012)

La actividad física se encuentra a favor con la salud mental.

Los problemas depresión y ansiedad va disminuir con la actividad física.

Las actividades físicas durante un tiempo extenso ayudaran a reducir el neuroticismo.

Las personas que están llevando tratamiento con medicamentos pueden comenzar a realizar ejercicios, siempre cuando este supervisada por un médico.

2.2.8 Teoría de bienestar Ryff

Declara que es una dificultad de base en el estudio en cuanto al bienestar psicológico, era limitado la coyuntura que existía en cuanto las cualidades del manejo óptimo del individuo, tal cual la carencia de traducción experimental por ello. La escritora junta las ideas de algunas teorías de otros profesionales de salud mental clínicos, existencialistas y humanitarios para fortalecer en el área de la psicología una base teórica en cuanto al bienestar psicológico. Se presentan de la siguiente forma las teorías: “autorrealización” (Maslow), “el funcionamiento óptimo de la persona” (Rogers), “individualidad” (Jung), “maduración” (Allport), “salud mental” (Jahoda), “crecimiento personal” (Erikson), “aduración” (Allport), “salud mental” (Jahoda), “crecimiento personal” (Erikson), “13 procesos ejecutivos de la personalidad” (Neugarten), “búsqueda de sentido” (Victor Frankl) y “tendencias básicas de la vida” (Bühler). Tomando en cuenta de lo dicho previo, Ryff (1989) determina el bienestar como una secuela de un manejo psicológico perfecto; ubica en juicio los análisis tradicionales en cuanto al bienestar. Además, declara que el bienestar es una estructura más extensa que la simple firmeza de los sentimientos positivos a lo largo del tiempo, afirma, va más allá de la dicha y se evalúa en función al efecto logrado de la manera como la persona ha vivido. (Solórzano, 2019)

Rodríguez et al. (2014) El análisis del bienestar a tomado en cuenta fundamentalmente por **2 corrientes**. El número uno, comodidad subjetiva, se relaciona a la apreciación de la presencia emocional, afectiva y cognitiva, en su momento incorporan la inclinación positiva, negativa y el agrado. Otro punto, se localiza la valoración del manejo óptimo de los individuos por lo cual se le ha distinguido como bienestar mental. se define

Bienestar mental como el crecimiento de las aptitud y en cuanto a lo personal, examinando estos finales como los esenciales indicadores del manejo positivo.

De estas corrientes, el bienestar mental ha sido en demasía el estudio, en particular desde la incorporación del **tipo multidimensional** de “Ryff” (1989). El modelo plantea 6 medidas tiene secuencia positivo-negativo de la valoración de la apreciación de la persona. La primera medida es la de “auto-aceptación” y se relaciona a la valoración positiva actual y pasada de la persona. La “autonomía”, en la segunda medida, se relaciona con el sentido de autodecisión y la emancipación del individuo. Por otro parte, la tercera medida, el “crecimiento personal”, está coordinado con la significación del crecimiento y progreso como individuo. La cuarta medida del Bienestar mental, el “propósito en la vida”, se vincula con la convicción de que la vida mantiene un significado y finalidad para el individuo. La medida de “relaciones positivas” es la quinta y efectúa la relación de fomentar vínculos de calidad con otros. Finalmente, la medida de “dominio del entorno” se relaciona a la facultad de usar el entorno donde se ubica el individuo y a utilizar en realidad las ocasiones que este le proporciona.

Esta guía ha sido estudiada por diferentes áreas de la psicología y con diversidad de habitantes. En un repaso actual en cuanto al situación del modelo teórico, “Carol Ryff” quien determina 6 áreas fundamentales.

2.2.9. Apoyo Social

El declinar y el daño del vínculo social por la perseverancia e inevitable cambio progreso, actualización de nuestras comunidades implica dificultad que afectan de manera visible en cuanto a la salud, comodidad y la condición de vida de los individuos.

Es examinar las consecuencias en cuanto a la salud y el bienestar de diversos tipos de vínculos psicosociales que se originan a través de los individuos de un entorno determinado, dirigiéndose fundamentalmente en aquellos grupos de riesgo.

Por ende, utiliza un acercamiento a la figura de la ayuda Social desde un punto de vista psicosocial y comunal. La atención fundamental del autor se enfoca en estudiar cómo la ayuda Social interviene en la salud de algunos sujetos. Por tal motivo es fundamental estudiar minuciosamente la planificación dirigida a establecer, activar, fortificar la red. (Barrón, 1996)

Castro et al. (1997) "Ayuda social" ha autorizado realizar completamente un análisis que busca desarrollar cierta desigualdad presentes en la estructura de algunas patologías tanto corporal como psíquico. La idea de ayuda social manifiesta diferentes conflictos que es necesario determinar. Esta investigación analiza ciertos conflictos, y la probabilidad de engrandecer el asunto de un punto de vista sociológica. Se indaga las figuras en que el análisis actual ha tratado de asociar los recursos de ayuda social con la realidad de algunos grados de salud y patología.

2.2.10. Tipos de ayuda social

Pérez y Daza (1995) **Apoyo emocional.** Está relacionado a la compasión, precaución, cariño, la seguridad y es primordial este tipo de ayuda. En conclusión, cuando los individuos encuentran de otro individuo que le brinda ayuda, se comprende a definir ayuda emocional.

Apoyo instrumental. cuando se expresa comportamientos instrumentales que directamente apoyan al que lo requiere; se apoya a otra persona a la faena.

Apoyo informativo. se refiere a la referencia de manifestar a otros individuos afín de que logren utilizar para elaborar casos o circunstancias difíciles.

Apoyo evaluativo. del mismo modo la ayuda informativa, sólo involucra propagación de información, y no al apego que se difunde en el ayuda emocional. A pesar de ello, la indagación que se emite en la ayuda evaluativa. Quiere decir, que otros individuos son habituales de indagación que las personas usan para evaluarse a ellos mismos.

2.2.11. Teoría de House (1981)

Pérez y Daza (1995) Presenta una conexión de 9 fundamentos de ayuda social: conyugue o colegas, amigos, residentes, líder o inspector, vigilante, equipo de autoayuda y profesional en el ámbito de salud o asistentes sociales.

viendo el origen de ayuda que procede del entorno laboral cabe recalcar la ayuda que logra brindar el inspector y de los colegas de trabajo. La ayuda del inspector es fundamental en aquel estado en las que las ocasiones para la interrelación entre colegas son reducidos. Esta postura se elabora en diversas ocupaciones industriales y de agencia o en el que el empleado tiene suficiente movilidad o desempeña con bastante libertad. En estos sucesos, los inspectores de los que fundamentalmente se espera la ayuda. indudablemente,

cuando el inspector se integra en el único principio de ayuda, de tal manera que se consagre los 4 tipos de ayuda. En cuanto a los colegas del trabajo se halla factores, vinculados fundamentalmente con la configuración de la organización.

2.2.12. Enfoque apoyo social

Castro et al. (1997), designado a este ámbito como el resultado del ‘tampón’, en conclusión, es una postulación que modera las respuestas individuales en los efectos opuestos de gran dimensión. Deseando proporcionar una sustentación experimental, para evidenciar que el cuidado entre los seres humanos es el excelente ayuda que toda persona puede sentir y admitir. En consecuencia, la ayuda social evita que los individuos contengan una exhibición a la tensión por medio de una regla estable mediante la propuesta de los medios de dicha dimensión.

He aquí los autores, mencionan en cuanto a una ‘fusión’ de vertientes, a través del enfoque y los puntos de vista oportuno a la medida en que la ayuda social y su red van elaborando una vistazo bueno aun mismo tiempo, no desean que la medida instrumental dentro del concepto la ayuda social este mal descrito por el empleo del recurso material, en tener costumbre a lo largo de nuestra vida y en 40 a donde las otras medidas se observan dañadas por este marco se arriesga al círculo tanto familiar y social.

(Cordova, 2015), nombra que a dentro de este marco, menciona que el ayuda social se diferencia en dos acontecimientos en las perspectivas que se manifiesta como en la función de la cooperación en las etapas de la vida del ser humano. El autor, trata de especificar que la perspectiva en cuanto a la ayuda social, son de aspectos diferentes, se podría decir, que no abarcan principios y valores, ya que en su inicio alcanza a variar, en cuanto a los objetivos ‘convenientes’ que los individuos y/o equipos requieran. Por consiguiente, el autor, da referencia como impresión a las siguientes:

La perspectiva fundamental o Cuantitativa. Se le conoce también como la red social, se relaciona a la cantidad de vínculos sociales o individuos que logren acudir a una persona para poder desempeñar el apoyo que requiera, formulando opciones a sus dificultades. La interrelación, construye que, entre estas redes, logren adquirir particularidades en cuanto a la regularidad que se establecen en porcentaje, vinculo, composición, concentración y resistencia; todo lo mencionado para solucionar una necesidad.

La perspectiva Funcional. lo funcional, tiene una personalidad subjetiva debido a los recursos que tiene el fundamento al que llega a la persona al deducir que es atendido, querido, estimado y valorado; integrando una red de deberes mutuas.

2.3 Hipótesis

H₀: No existe asociación entre la bienestar psicológico y apoyo social en Adultos Mayores de un Programa, Lima, 2022.

H₁: Existe asociación entre la bienestar psicológico y apoyo social en Adultos Mayores de un Programa, Lima, 2022.

III. METODOLOGÍA

3.1. Nivel, Tipo de investigación y Diseño de investigación

El nivel de investigación fue relacional porque se buscó demostrar dependencia probabilística entre el bienestar psicológico y el apoyo social en adultos mayores de un programa. Por lo que la estadística bivariado permitirá hacer asociaciones (Chi cuadrado) y medidas de asociación; o relaciones y medidas de correlación (Correlación de Pearson). (Supo, 2015)

El tipo de estudio fue observacional porque no habrá manipulación de la variable; prospectivo, porque los datos recogidos serán a propósito del estudio (primarios); transversal, porque se realizará una sola medición a la misma población; y relacional, porque el análisis estadístico será bivariado. (Supo, 2015)

El diseño de investigación fue epidemiológico, porque permitió conocer los factores relacionados entre el bienestar psicológico y el apoyo social en adultos mayores de un programa, Lima, 2022. (Supo, 2015)

3.2. Población y Muestra

Población. Adultos Mayores de un Programa, Lima, 2022.

Muestra. será una muestra no probabilística, se extra una muestra del lugar, sin que el lugar tenga posibilidades de las mismas condiciones de ser seleccionados. (Geoli, 2015)

Inclusión

- Adultos Mayores que estén reincorporándose en el año 2022, que quieran pertenecer a un programa de Adultos Mayores.
- Adultos mayores de ambos sexos.
- Adultos mayores que hayan firmado el consentimiento informado.

Exclusión

- Adultos mayores que quieran retirarse en el momento de la aplicación de la prueba.
- Adultos mayores que no hay culminado la prueba.

3.3. Variables. Definición y Operacionalización

Tabla 1 *Operacionalización de variables*

VARIABLE	DEFINICIÓN OPERATIVA	DIMENSIONES / INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN	CATEGORIAS O VALORICACIÓN
Bienestar psicológico	El estado de buena disposición varia y se conecta con muchas especies, forma, proceder, situación de vivir.	Auto aceptación Relaciones Positivas Autonomía Dominio del Entorno Propósito en la vida Crecimiento personal	Categoría nominal, politómica.	Alto Normal alto Normal Normal bajo bajo
Apoyo social	conceptualizado como declinar y el daño del vínculo social por la perseverancia e inevitable cambio progreso.	Índice global de apoyo social Apoyo emocional Ayuda material Relaciones sociales de ocio y distracción Apoyo afectivo	Categoría nominal, politómica.	Alto Medio bajo

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de información

3.4.1. Técnica

Se usó para la evaluación de la variable de estudio la técnica psicométrica, que consiste en lo declarado en la ficha técnica de los instrumentos.

3.6.2. Instrumentos

Para la presente investigación se usó Escala de Bienestar Psicológico Carol Ryff 1995. (Barrios, 2018)

Autenticidad

La autenticidad fue mediante el dictamen de 5 jueces utilizando el método de análisis Validez de Aiken, se estableció que los 35 ítems cumplen con los criterios de contenido, en resumen, que ningún ítem será eliminado.

Para validar el constructo, se planteó la correlación ítem- escala, siendo la mayor correlación de .710, se probó que 4 ítems obtuvieron baja correlaciones, de modo que se recomendó que sean eliminadas. a pesar de ello, se finaliza que los interrogantes son convenientes para la Escala de Ryff.

fiable

La fiabilidad del instrumento se extrajo con el procedimiento “del cálculo del coeficiente de Alpha de Cronbach” por coherencia interna por lo que se logró obtener dicho efecto de los coeficientes .907 mostrando una elevada consistencia.

Lezama y Moreno (2021) También el instrumento de Escala de Medición del Apoyo Social Sherbourne y Steward (1991).

Validez

Los 20 ítems fueron escritos de forma clara y corta. Revilla y Medina en el año 2005 acondicionaron el cuestionario de mos al español sin manipular la escritura de dichos ítems. El cuestionario de mos está conformado por 20 ítems fraccionados en 4 dimensiones como se menciona a continuación: Apoyo afectivo, social, emocional y material.

El cuestionario de ayuda social, no estaba adecuada a la realidad de Cajamarca, por esta razón se elaboró una prueba piloto con las personas de la tercera edad estaba conformado por 47, en la cual ellos pertenecen al centro integral de Cajamarca, estableciéndose de la misma manera una **fiabilidad** con Alfa de Cronbach de 0,825.

3.5. Método de análisis de datos

Teniendo en cuenta que nuestro estudio es de tipo observacional, prospectivo, transversal y descriptivo; el nivel de estudio relacional; variables categóricas, nominales, y aunque son politómicas (por lo que se requiere su dicotomización, para realizar el procedimiento estadístico de asociación); por todo lo antes dicho se usó la prueba estadística Chi Cuadrado de independencia, con un nivel de significancia de realizó a través del software Microsoft Excel 2019 y Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) ver. 22.

3.6. Aspectos Éticos

Según el reglamento de integridad científica de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, el presente estudio estuvo sujeto a los siguientes principios éticos:

Respeto y Protección de los derechos de los intervinientes. Este principio se aplica mediante la confidencialidad de la información recogida por cada uno de los participantes del estudio.

Cuidado del medio ambiente. Esta norma se cumplió respetando ambiente, seguridad de especies y la protección de la naturaleza.

Libre participación por propia voluntad. Estos estatutos se cumplieron cuando antes de participar en el estudio se les explicó a las personas el propósito de la investigación y se les dio a conocer que su participación era voluntaria. Permiso que fue plasmado mediante el consentimiento informado.

Beneficencia y no maleficencia. Esta norma se cumplió a través del cuidado que se tuvo al recoger la información de los participantes del estudio, a fin de maximizar los beneficios y disminuir cualquier tipo de efecto negativo adverso.

Integridad y honestidad. Considera que es un deber y responsabilidad del investigador mantenerse en una postura de integridad y transparencia mediante el desarrollo de todo su trabajo. Evitando de esta manera, que esta pueda causar algún perjuicio en los resultados

Justicia. Se prioriza la justicia y se respeta el bien común. Esto significa que, no se anteponen los intereses personales. Por lo que, la investigación se llevará a cabo siguiendo estrictamente las lineaciones de la universidad para velar por un trabajo honesto y limpio.

RESULTADOS

Tabla 1

Bienestar psicológico en adultos mayores de un programa, Lima, 2022

BIENESTAR PSICOLOGICO	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
ALTO	1	2.0	2.0	2.0
BAJO	32	64.0	64.0	66.0
NORMAL	1	2.0	2.0	68.0
NORMAL ALTO	5	10.0	10.0	78.0
NORMAL BAJO	11	22.0	22.0	100.0
“Total”	“50”	“100.0”	“100.0”	

Nota. “De la población estudiada la mayoría” (64%) presenta bienestar psicológico bajo.

Tabla 2

Apoyo social en adultos mayores de un programa, Lima, 2022

APOYO SOCIAL	Frecuencia	Porcentaje válido	Porcentaje “acumulado”
ALTO	19	38.0	“38.0”
MEDIO	31	62.0	“100.0”
BAJO	-	-	-
“Total”	“50”	“100.0”	

Nota. “De la población estudiada la mayoría” (62%) presenta apoyo social medio.

Tabla 3

Bienestar psicológico y apoyo social en adultos de un programa, Lima, 2022 (valores dicotomizados)

BIENESTAR PSICOLOGICO	APOYO SOCIAL			Margen activo
	ALTO	MEDIO	BAJO	
ALTO	1	0	0	1
NORMAL	3	2	0	5
ALTO				
NORMAL	0	0	0	0
NORMAL	4	8	0	12
BAJO				
BAJO	11	21	0	32
Margen activo	19	31	0	50

Nota. De la población estudiada tanto para los que tienen un apoyo social medio y otros el bienestar psicológico es bajo.

Tabla 4

Asociación entre el bienestar psicológico y apoyo social en adultos de un programa, Lima, 2022

	Valor	df	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	2,948 ^a	3	,400
Razón de verosimilitud	3,216	3	,359
Asociación lineal por lineal	2,108	1	,147
N de casos válidos	50		

a. 5 casillas (62.5%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es .38.

Nota. Se obtiene el valor de un nivel significativo del 5% con grado de libertad de 3, observamos que chi cuadrado mostrado por SPSS es 2,948, por ende, se finaliza que está dentro del parámetro de 0,7,815 en consecuencia, se toma la decisión de rechazar la hipótesis nula, y aceptar la hipótesis alterna. Existe una relación significativa entre bienestar psicológico y apoyo social de un programa adulto mayor Lima.

IV. DISCUSIÓN

El actual trabajo de investigación tiene por objetivo general hallar la relación entre bienestar psicológico y apoyo social en adultos mayores de un programa, Lima, 2022.

De acuerdo a los resultados obtenidos donde se obtiene el valor de un nivel significativo del 5% con grado de libertad de 3 según la tabla de valores de chi cuadrado del 7,815, “según el análisis realizado por nosotros tenemos un valor de chi cuadrado del” 2,948, por ende se finaliza que dentro del parámetro de 0,7,815 en cuanto al efecto que se encontró se halla dentro de los parámetros “el cual se denomina zona de aceptación con un valor de” 2,948, en el cual se puede evidenciar y finalizar “que nuestra hipótesis” es nula (H0). Por ende, si existe una correlación entre las variables luego, podemos finalizar que el bienestar psicológico se relaciona significativamente con al apoyo social en los adultos mayores de un programa, lima, 2022.

Esto manifiesta que, si existe correlación entre ellos: bienestar mental y ayuda social, es decir se demuestra que el apoyo social en el rango medio si infiere también de manera significativa en el bienestar psicológico, esto se debe a diversos factores que se dan dentro del círculo familiar.

En otro sentido por lo que se pude manifestar que la situación de descuido en el adulto mayor es explicada como dejadez, descuido por parte de la familia, el problema que se muestra en el día a día. dentro de las consecuencias que se podría sobrellevar, ya que el adulto mayor cesa su vida laboral y al no aportar en la familia económicamente, se convierte en un estorbo; en cuanto al descuido emocional se podría decir que es una secuela a la falta de afecto por parte de la familia. Este efecto asegura parcialmente su validez interna, por una parte, se tuvo cuidado que la población participante de la investigación fuese elegida según dictamen, tratando en todo instante, evitar cualquier propósito extraño a la investigación. Se emplearon instrumentos que fueron ratificados. En cuanto a la validez externa, por vincularse de un estudio descriptivo la información recolectada no debe haber manipulación.

Teniendo en cuenta la investigación de “Guala” y “Andrade” (2024) realizada en el país de Ecuador, donde relaciona el bienestar mental y el ayuda social en el sector popular conformado por los adultos mayores que pertenecen a la ciudad de Quito, de la población estudiada constituido por 158 adultos de la tercera edad recibían ayuda familiar y comunitario. Por otra parte, la vejez identifica el interés de que las personas se sostiene en el trayecto en actividad social, cognitiva y física. Obtienen un nivel de bienestar

psicológico alto y apoyo social alto. finalizando: “Bienestar psicológico y apoyo social estadísticamente se muestra correlación directa de ambas variables. estos resultados no avalan los resultados de nuestra investigación donde el nivel bajo de bienestar psicológico influye en el apoyo social, estos resultados se deben a que la mayoría de los adultos mayores oscilan entre los 50 a 70 años. Por lo tanto, están más propensos a sufrir el bienestar psicológico presentados niveles medios de apoyo social, esto se debe al año que se tomó la muestra.

Por otro lado, nuestra investigación difiere a la investigación de “Lezama” y “Moreno” (2020) quienes estudiaron el Apoyo social y bienestar psicológico en adultos mayores eeln la localidad de Cajamarca con una muestra de 110 adultos mayores donde se llegó a finalizar que solo el 53% de la población estudiada presentan un nivel alto de apoyo social, así mismo el 57% de la población estudiada presentan un bienestar psicológico alto, en conclusión, se demuestra correlación directa “entre las variables” de “apoyo social y bienestar psicológico” ($Rho = ,854$).

Nuestros resultados permiten restablecer que, existe relación entre las dos variables de nuestra investigación, sosteniendo que los niveles medios del apoyo social si influirán en el bienestar psicológico, repercutiendo en las diversas áreas de la vida.

V. CONCLUSIONES

Si existe relación entre bienestar psicológico y apoyo social en adultos mayores de un programa, Lima, 2022.

El 64% de adultos mayores de un programa de Lima presenta un bienestar psicológico bajo.

El 62% de adultos mayores de un programa de Lima presenta un apoyo social medio.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arce Machaca, R. E. (2021). *Apoyo social percibido y bienestar psicológico de inmigrantes venezolanos en la ciudad de Arequipa 2019*. Universidad Nacional de San Agustín. Obtenido de <http://hdl.handle.net/20.500.12773/12365>
- Arrazola, F. J. (1998). Jubilación y Calidad de Vida. *Revista Española de Geriatria y Gerontología es el Órgano de Expresión de la Sociedad, una de las socieda*. Obtenido de <https://www.elsevier.es/es-revista-revista-espanola-geriatria-gerontologia-124-articulo-jubilacion-calidad-vida-13011661>
- Arriagada, J. B. (2009). Bienestar Psicologico de los adultos mayores, su relación con la autoestima y la autoeficacia: contribución de enfermería. *scielo*, 27. Obtenido de https://www.researchgate.net/publication/251072214_BIENESTAR_PSICOLOGICO_DE_LOS_ADULTOS_MAYORES_SU_RELACION_CON_LA_AUTOESTIMA_Y_LA_AUTOEFICACIA_CONTRIBUCION_DE_ENFERMERIA
- Ballesteros, R. F. (2004). *LA PSICOLOGÍA DE LA VEJEZ*. Universidad Autónoma de Madrid. Obtenido de <http://www.encuentros-multidisciplinares.org/Revistan%C2%BA16/Roc%C3%ADo%20Fernandez%20Ballesteros.pdf>
- Barrios, G. G. (2018). *Bienestar psicológico en trabajadores de una consultora de recursos humanos del distrito de San Isidro*. Universidad inca garcilazo de la vega, Lima. Obtenido de http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/3537/TRAB.SUF.PROF_Guiliana%20Georgina%20Zega35itms%20rra%20Barrios.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- Barrón, A. (1996). *Apoyo social*. S. A. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/727/72709222.pdf>
- Cordova, E. V. (2015). *Apoyo social en los Adultos Mayores de un Centro de salud*. Universidad catolica Santo Toribio de Mogrovejo. Obtenido de https://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/352/1/TL_Villalobos_Cordova_El_da.pdf

- Daza, J. P. (1995). *NTP 439: El apoyo social*. Instituto Nacional de seguridad. Obtenido de https://www.insst.es/documents/94886/326962/ntp_439.pdf/148113c8-bbba-40b3-86c7-81db7869d737
- Donayre Cabezas, M. L. (2021). *Apoyo social y bienestar psicológico en usuarios con COVID-19 del Hospital II-1 Rioja, 2021*. Universidad Cesar Vallejo. Obtenido de <https://hdl.handle.net/20.500.12692/79106>
- Geoli. (2015). <https://www.sdelsol.com/glosario/muestreo-probabilistico-o-no/>. Obtenido de <https://www.sdelsol.com/glosario/muestreo-probabilistico-o-no/>
- Infante, B. G. (2012). *Actividad física y bienestar psicológico*. Univ. del País Vasco. Obtenido de <http://www.euskomedia.org/PDFAnlt/congresos/17/01890205.pdf>
- Lezama Saldaña, F. M. (2020). *Apoyo social y bienestar psicológico en adultos mayores que asisten a un centro integral para el adulto mayor de la ciudad de Cajamarca, 2020*. Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo. Obtenido de <http://repositorio.upagu.edu.pe/handle/UPAGU/1532>
- Lezama Saldaña, F. M. (2021). *Apoyo social*. Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo. doi:<http://repositorio.upagu.edu.pe/bitstream/handle/UPAGU/1532/LEZAMA%2c%20F.%20Y%20V%2c%81SQUEZ%2c%20M.%20%282021%29%20-%20INFORME%20DE%20TESIS%20%281%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Marsollier, R. y. (2011). *El Bienestar Psicológico En El Trabajo y Su Vinculación*. Universidad Nacional de Cuyo, Argentina. Obtenido de <https://scielo.conicyt.cl/pdf/psicop/v10n1/art11.pdf>
- Marsollier, R. y. (2011). *El Bienestar Psicológico En El Trabajo y Su Vinculación*. Universidad Nacional de Cuyo, Argentina. Obtenido de <https://scielo.conicyt.cl/pdf/psicop/v10n1/art11.pdf>
- Muñoz, A. (01 de Noviembre de 2019). <https://www.aboutspanol.com/que-es-el-bienestar-psicologico-el-modelo-de-carol-ryff-2396415>. Obtenido de <https://www.aboutspanol.com/que-es-el-bienestar-psicologico-el-modelo-de-carol-ryff-2396415>

- OMS, O. P. (2020). *La OMS mantiene su firme compromiso con los principios establecidos en el preámbulo de la Constitución*. Obtenido de <https://www.paho.org/es/salud-mental-covid-19>
- pueblo, D. d. (2021). https://www.defensoria.gob.pe/grupos_de_proteccion/adultos-mayores/. Obtenido de https://www.defensoria.gob.pe/grupos_de_proteccion/adultos-mayores/
- PULLAS, N. A. (2024). *XIMENA DEL CONSUELO ANDRADE CACERES*. UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA. Obtenido de <https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/26997/1/TTQ1428.pdf>
- Roberto Castro, L. C. (1997). La investigación sobre apoyo social en salud. *Scielo*. Obtenido de <https://www.scielo.br/j/rsp/a/cczt3tf93gQLMgWr8mYkqnh/?lang=es>
- Roberto Castro, L. C. (1997). La investigación sobre apoyo social en salud: situación actual y nuevos desafíos. *Scielo*. Obtenido de <https://www.scielo.br/j/rsp/a/cczt3tf93gQLMgWr8mYkqnh/?lang=es>
- Romero Taipe, N. (2003). *Bienestar psicológico y apoyo social percibido en adultos mayores del hospital II de Huancavelica 2022*. Universidad Peruana Los Andes. Obtenido de https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UPLA_049840386d4ffb8fad0ba2d462f5bd96
- Rosa Rodríguez Yarimar, Y. M. (2014). *Dimensiones de bienestar psicológico y apoyo social percibido con relación al sexo y nivel de estudio en universitarios*. Universidad del rosario. Obtenido de <https://revistas.urosario.edu.co/xml/799/79933768003/index.html>
- Ryan, R. M. (2001). *On happiness And Human Potentials: A review of research on Hedonic and Eudaimonic well-being*. *Annual Review of Psychology*. Obtenido de <http://dx.doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>
- Sáez Narro, N., & Aleixandre Rico, M. y. (1995). *Los Problemas de la Tercera Edad, según la tercera edad*. Departamento De Psicología Evolutiva y De La Educación. Obtenido de

<https://www.uv.es/melendez/envejecimiento/problemas%20de%20la%20tercera%20edad.pdf>

Seligman, M. E. (2000). *Positive Psychology: An Introduction*. *American Psychologist*.

Obtenido de <http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.5>

Solórzano, N. D. (2019). *Propiedades Psicométricas de la escala de bienestar psicológico*.

Universidad de Lima. Obtenido de

https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/10604/Alvarez_Propiedades_psicom%C3%A9tricas.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Supo. (2015). *La investigación científica*. Obtenido de

<https://repositorio.uide.edu.ec/bitstream/37000/4310/1/LA%20INVESTIGACION%20CIENTIFICA.pdf>

Vargas Saldaña L. M., & V. (2017). *Apoyo social y bienestar psicológico en adultos mayores que asisten a los CIAM de Lima metropolitana*. Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas. Obtenido de <http://hdl.handle.net/10757/622168>

Vasquez., F. M. (2021). *Apoyo Social Y Bienestar Psicológico en que asisten a un centro integral para el adulto mayor*. Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo, Cajamarca. Obtenido de

<http://repositorio.upagu.edu.pe/bitstream/handle/UPAGU/1532/LEZAMA%2c%20F.%20Y%20V%2c%81SQUEZ%2c%20M.%20%282021%29%20-%20INFORME%20DE%20TESIS%20%281%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Viniegras, C. R. (2005). El Bienestar Psicológico Dimension Subjetiva de la Calidad de Vida. *Electronica de Psicología Iztacala*, 1. Obtenido de

<file:///C:/Users/HP/Downloads/19260-30202-1-PB.pdf>

Zubieta, M. M. (2015). *Felicidad y Bienestar Psicológico Estudio Comparativo Entre Argentina y España*. Universidad de Buenos Aires. Obtenido de

<https://scielo.conicyt.cl/pdf/psykhe/v24n2/art03.pdf>

ANEXOS

Anexo 01. Matriz de Consistencia

Figura 1 Matriz de Consistencia

Enunciado	Objetivos	Hipótesis	Variables	Dimensiones/ Indicaciones	Metodología
<p>¿Cuál es la relación entre bienestar psicológico y apoyo social en Adultos Mayores de un Programa, Lima, 2022?</p>	<p>Objetivo general Determinar la relación entre Bienestar Psicológico y apoyo social en Adultos Mayores de un Programa.</p> <p>Objetivos específicos Describir el nivel de Bienestar Psicológico en Adultos Mayores de un Programa.</p> <p>Describir el nivel de Apoyo social en Adultos Mayores de un Programa.</p> <p>Dicotomizar el Bienestar Psicológico y el apoyo social en Adultos Mayores de un Programa.</p>	<p>H₀: No existe asociación entre la bienestar psicológico y apoyo social en Adultos Mayores de un Programa, Lima, 2022.</p> <p>H₁: Existe asociación entre la bienestar psicológico y apoyo social en Adultos Mayores de un Programa, Lima, 2022.</p>	<p>Bienestar Psicológico</p> <p>Apoyo Social</p>	<p>Auto aceptación</p> <p>-Relaciones positivas</p> <p>-Autonomía</p> <p>-Dominio del Entorno</p> <p>-Propósito en la vida</p> <p>-Crecimiento personal</p> <p>-Índice global de apoyo social</p> <p>-Apoyo emocional</p> <p>-Ayuda material</p> <p>-Relaciones sociales de ocio y distracción</p> <p>-Apoyo afectivo</p>	<p>El tipo de estudio fue observacional, prospectivo, transversal y analítico. El nivel de investigación fue relacional. El diseño de investigación fue epidemiológico.</p> <p>El universo son los adultos mayores.</p> <p>Muestreo será no probabilístico, de tipo por conveniencia, pues solo se evalúa a las personas de la tercera edad de un programa y que aceptan participar del estudio.</p>

**Anexo 02. Instrumento de recolección de información
Escala de bienestar psicológico**

ESCALA BP DE BIENESTAR PSICOLÓGICO DE RYFF

EDAD:

SEXO: FEMENINO () MASCULINO ()

A continuación se presenta algunos enunciados sobre el modo como usted se comporta, siente y actúa. No existe respuesta correcta o incorrecta. Responda con sinceridad. Su respuesta puede determinarlo marcando una equis (x).

Ítems	Totalmente desacuerdo	Poco de acuerdo	Moderadamente de acuerdo	Muy de acuerdo	Bastante de acuerdo	Totalmente de acuerdo
1. Cuando repaso la historia de mi vida estoy contento con cómo han resultado las cosas						
2. Siento que mis amistades me aportan muchas cosas						
3. No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente						
4. En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo						
5. Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general						
6. Si me sintiera infeliz con mi situación de vida daría los pasos más eficaces para cambiarla						
7. Reconozco que tengo defectos						
8. Reconozco que tengo virtudes						
9. Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad						
10. Sostengo mis decisiones hasta el final						
11. En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo						
12. Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo						
13. Puedo confiar en mis amigos						
14. Cuando cumpla una meta, me planteo otra						
15. Mis relaciones amicales son duraderas						
16. Si tuviera la oportunidad, hay muchas cosas de mí mismo que cambiaría						
17. Comprendo con facilidad como la gente se siente						

Ítems	Totalmente desacuerdo	Poco de acuerdo	Moderadamente de acuerdo	Muy de acuerdo	Bastante de acuerdo	Totalmente de acuerdo
18. Me adapto con facilidad a circunstancias nuevas o difíciles						
19. Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí						
20. Tengo objetivos planteados a corto y largo plazo.						
21. Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona						
22. En general, me siento orgulloso de quién soy y la vida que llevo						
23. Me juzgo por lo que yo creo que es importante, no por los valores que otros tienen						
24. Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro						
25. Tengo la capacidad de construir mi propio destino						
26. Pienso que es importante tener nuevas experiencias que desafíen lo que uno piensa sobre sí mismo y sobre el mundo						
27. Mis amigos pueden confiar en mí						
28. En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo						
29. Tomo acciones ante las metas que me planteo						
30. Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad						
31. Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida						
32. Soy bastante bueno manejando muchas de mis responsabilidades en la vida diaria						
33. Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento						
34. Es importante tener amigos						
35. He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto						

Escala de apoyo social

CUESTIONARIO MOS DE APOYO SOCIAL:

Las siguientes preguntas se refieren al apoyo o ayuda de que Vd. dispone:

1. Aproximadamente, ¿Cuántos amigos íntimos o familiares cercanos tiene Vd.? (Personas con las que se encuentra a gusto y puede hablar de todo lo que se le ocurre).

Escriba el n° de amigos íntimos y familiares cercanos

La gente busca a otras personas para encontrar compañía, asistencia u otros tipos de ayuda. ¿Con qué frecuencia Ud. dispone de cada uno de los siguientes tipos de apoyo cuando lo necesita? (Marque con un círculo uno de los números de cada fila)

CUESTIONES: ¿Cuenta con ALGUIEN?	Nunca	Pocas Veces	Algunas veces	La mayoría de las veces	Siempre
2. Que le ayude cuando tenga que estar en la cama	1	2	3	4	5
3. Con quien pueda contar cuando necesite hablar	1	2	3	4	5
4. Que le aconseje cuando tenga problemas	1	2	3	4	5
5. Que le lleve al médico cuando lo necesite	1	2	3	4	5
6. Que le muestre amor y afecto	1	2	3	4	5
7. Con quien pasar un buen rato	1	2	3	4	5
8. Que le informe y ayude a entender la situación	1	2	3	4	5
9. En quien confiar o con quien hablar de sí mismo y sus preocupaciones	1	2	3	4	5
10. Que le abraze	1	2	3	4	5
11. Con quien pueda relajarse	1	2	3	4	5
12. Que le prepare la comida si no puede hacerlo	1	2	3	4	5
13. Cuyo consejo realmente desee	1	2	3	4	5
14. Con quien hacer cosas que le sirvan para olvidar sus problemas	1	2	3	4	5
15. Que le ayude en sus tareas domésticas si está enfermo	1	2	3	4	5
16. Alguien con quien compartir sus temores y problemas más íntimos	1	2	3	4	5
17. Que le aconseje cómo resolver sus problemas personales	1	2	3	4	5
18. Con quien divertirse	1	2	3	4	5
19. Que comprenda sus problemas	1	2	3	4	5
20. A quien amar y hacerle sentirse querido	1	2	3	4	5

Anexo 03. Validez y confiabilidad del instrumento Escala de bienestar psicológico

Ficha técnica

El instrumento que se utilizó para la recopilación de información se obtuvo con la ayuda del formulario propuesta por Ryff que determina “el nivel de Bienestar Psicológico” y de esta manera se podrá calcular de manera individual o por agrupación. La duración de completar el cuestionario es de 15 a 20 minutos. La escala de instrumento es de tipo Likert está formada por 35 ítems comprende 6 dimensiones. (Zegarra, 2018)

3.5.1. Técnica Psicométrica

- ❖ **Instrumento:** Escala de Bienestar Psicológico de Ryff
- ❖ **Autor:** Carol Ryff 1995.
- ❖ **Adaptación y validación:** Madelinne Pérez Basilio. (2017)
- ❖ **Origen:** Estados Unidos
- ❖ **Administración:** Individual y colectiva en Adolescentes y Adultos de ambos sexos.
- ❖ **Duración:** 15 a 20 mint. Max.

3.5.2. Explicación de la herramienta

“La Escala de Bienestar Psicológico fue establecida por Carol Ryff en el año 1995”,

“y fue adaptada en el Perú el 2017 por Madelinne Pérez Basilio”. (Zegarra, 2018)

La serie muestra razón de apreciación de un bienestar mental. Dicha escala determina 6 medidas efectivas de bienestar mental, que se llevaron a ser seleccionado con propiedades fundamentales que alcanzan a dialogar con relación de un individuo con un buen estado psicológico y en excelente proceso, por ello, la técnica se puede ejecutarse en varios rubros de la personalidad.

Conformado por 35 ítems, en su momento, comprende 6 medidas y el modelo es según Likert:

- ❖ I: Auto aceptación conformado por 7 ítems.
- ❖ II: Relaciones conformado por 6 ítems.
- ❖ III: Autonomía conformado por 4 ítems.

- ❖ IV: Dominio del Entorno conformado por 6 ítems.
- ❖ V: Propósito en la vida conformado por 8 ítems.
- ❖ VI: Crecimiento personal conformado por 4 ítems.

3.5.3. *Gestión de la herramienta.*

La herramienta se aplicada a nivel individual y grupal. La duración es máxima de 20 minutos. El estudio está dirigido a púber y adultos de ambos sexos.

El participante está atento con las indicaciones fundamentales para que pueda contestar adecuadamente a cada pregunta. Se muestra interrogantes que implica la manera de comportarse, percibir y proceder. No interesa si la respuesta adecuada o no adecuada. El participante tiene para optar 6 opciones de solución por ítem; “Totalmente desacuerdo”, “Poco de acuerdo”, “Moderadamente de acuerdo”, “Muy de acuerdo”, “Bastante de acuerdo” y “Totalmente de acuerdo”.

Lista de niveles

Tabla 2 Lista de niveles

	Total
“Alto”	“205-233”
“Normal alto”	“181-204”
“Normal”	“172-180”
“Normal bajo”	“164-171”
“Bajo”	“0-163”

Cuando el participante culminado el cuestionario, se debe confirmar que todos los interrogantes debieron ser respondidos, a fin de realizar la calificación.

Interpretación

Al alcanzar la puntuación correspondiente de cada dimensión, se coloca con cada uno: según la categoría adecuada a los baremos.

3.5.4. *Adecuación*

Fue adaptada “por Madelinne Pérez Basilio el año 2017”, su primordial “objetivo fue adaptar la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff en trabajadores de empresas” y “el

análisis de validar el constructo, factorial, consistencia interna y poder establecer baremos”. “Se empleó la interpretación que fue adaptada por Díaz et al”, (2006) “ya que los 35 ítems fueron traducidos al español” y “esta versión demuestra apropiadas propiedades psicométricas”.

3.5.5. Autenticidad

La autenticidad fue mediante el dictamen de 5 jueces utilizando el método de análisis Validez de Aiken, se estableció que los 35 ítems cumplen con los criterios de contenido, en resumen, que ningún ítem será eliminado.

Para validar el constructo, se planteó la correlación ítem- escala, siendo la mayor correlación de .710, se probó que 4 ítems obtuvieron baja correlaciones, de modo que se recomendó que sean eliminadas. a pesar de ello, se finaliza que los interrogantes son convenientes para la Escala de Ryff.

3.5.6. fiable

La fiabilidad del instrumento se extrajo con el procedimiento “del cálculo del coeficiente de Alpha de Cronbach” por coherencia interna por lo que se logró obtener dicho efecto de los coeficientes .907 mostrando una elevada consistencia.

3.5.7. Baremos

La herramienta utilizada para la investigación incluye un baremo que se llevó a cabo con una muestra de trabajadores.

Escala de apoyo social

Ficha Técnica

1. Nombre Original	Cuestionario de MOS
2. Procedencia	Estadounidense
3. Autores	Sherbourne y Steward (1991)
4. Adaptación Cajamarca	Lezama y Moreno (2019)
5. Administración	Individual y colectiva. Las edades comprendidas para su aplicación son de 18 para adelante.
6. Duración	15 minutos aproximadamente
7. Puntuación	Escala de Likert del 1 a 5
8. Confiabilidad	Alfa de Cronbach de 0,825
9. Significación	Mide el apoyo social percibido.

	ALTO	MEDIO	BAJO
APOYO SOCIAL	94-58	57-20	0-19
Apoyo Emocional	20-25	9- 24	0-8
Ayuda Material	20-13	5- 12	0-4
Relaciones Sociales	20-13	5- 12	0-4
Apoyo Afectivo	15-10	4-9	0-3

Anexo 04. Formato de Consentimiento Informado



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

Consentimiento informado

La finalidad de este protocolo, es informarle sobre el proyecto de investigación y solicitarle su consentimiento. De aceptar, el investigador y usted se quedarán con una copia.

La presente investigación en Salud se titula:

Bienestar Psicológico y Apoyo Social en adultos mayores de un programa, lima, 2022. y es dirigido por Yesenia Quispe Mallqui, investigador de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

El propósito de la investigación es:

Describir la relación entre Bienestar Psicológico y apoyo social en Adultos Mayores de un Programa, Lima, 2022.

Para ello, se le invita a participar en una encuesta que le tomará 15 a 20 minutos de su tiempo. Su participación en la investigación es completamente voluntaria y anónima. Usted puede decidir interrumpirla en cualquier momento, sin que ello le genere ningún perjuicio. Si tuviera alguna inquietud y/o duda sobre la investigación, puede formularla cuando crea conveniente.

Al concluir la investigación, usted será informado de los resultados a través de whatsapp web. Si desea, también podrá escribir al correo yessi_q827@hotmail.com para recibir mayor información. Asimismo, para consultas sobre aspectos éticos, puede

comunicarse con el Comité de Ética de la Investigación de la universidad Católica los
Ángeles de Chimbote.

Si está de acuerdo con los puntos anteriores, complete sus datos a continuación:

Nombre: -----

Fecha: -----

Correo electrónico o número de celular:

Firma del participante: _____

Firma del investigador (o encargado de recoger información):



Yesenia Quispe Mallqui

DNI: 44385228

Anexo 05. Documento de aprobación de institución información

Ayacucho, 20 de agosto de 2022

Coordinador Antonio Palomino Quispe

PEAM los Martincitos

De mi mayor consideración:

Es grato dirigirme a usted para presentarme, soy QUISPE MALLQUI, YESENIA, identificado con DNI N° 44385228, estudiante de la Escuela Académico Profesional de Psicología, de la Facultad de Ciencias de la Salud, de la Universidad Católica Los Ángeles Chimbote, en el marco de mi tesis conducente a la obtención del grado de Licenciado en Psicología, me encuentro desarrollando el trabajo de investigación titulada:

“Bienestar Psicológico y Apoyo social en Adultos Mayores de un Programa, Lima, 2022”

Con fines de investigación académica, solicito a su digna persona otorgarme el permiso, a fin de que pueda obtener información, en la institución que usted representa, me permita desarrollar mi trabajo de investigación. asumiendo el compromiso de alcanzar a su despacho los resultados de este estudio, luego de haber finalizado el mismo con la asesoría de nuestros docentes.

Agradeciendo la gentileza de su atención a la presente, hago propicia la oportunidad para expresarle los sentimientos de mi mayor consideración.

Atentamente,



YESENIA QUISPE MALLQUI

DNI: 44385228



ANTONIO PALOMINO QUISPE
COORDINADOR
PEAM "LOS MARTINCITOS"

Anexo 06. Evidencias de Ejecución (base de datos, declaración jurada)

Declaración jurada

Yo, Yesenia Quispe Mallqui, con DNI. 44385228, natural de la ciudad de Ayacucho, declaro bajo juramento que la presente investigación cuenta con datos reales, recogidos por mi persona para este estudio, sometiéndome a las disposiciones legales vigentes de incurrir en falsedad de datos.

Y para que así conste y surta los efectos oportunos firma la presente declaración en la Ciudad de Ayacucho, el día 05 de junio de 2023.



Yesenia Quispe Mallqui

DNI: 44385228

BIENESTAR PSICOLOGICO Y APOYO SOCIAL - Excel

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z	AA	AB
	Sujeto	Edad	Sexo	Estado Civil	P 1	P 2	P 3	P 4	P 5	P 6	P 7	P 8	P 9	P 10	P 11	P 12	P 13	P 14	P 15	P 16	P 17	P 18	P 19	P 20	P 21	P 22	P 23	P 24
1	Sujeto 1	50 - 70	Masculino	casado	3	3	2	5	1	5	6	6	6	6	2	6	2	6	2	6	5	5	6	5	5	5	5	6
2	Sujeto 2	50 - 70	Masculino	viudo	5	5	3	5	1	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
3	Sujeto 3	50 - 70	Femenino	casada	3	3	5	3	5	3	3	3	3	3	5	3	3	3	2	5	5	5	2	3	3	5	3	
4	Sujeto 4	40 - 50	Masculino	soltero	2	2	3	5	3	3	2	1	2	2	3	2	2	2	2	2	6	2	2	2	5	6	2	
5	Sujeto 5	50 - 70	Femenino	viuda	3	3	5	5	5	6	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
6	Sujeto 6	50 - 70	Masculino	viudo	6	3	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	1	6	2	6	3	6	6	6	6	6	6	
7	Sujeto 7	40 - 50	Femenino	soltera	5	6	6	6	5	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	
8	Sujeto 8	50 - 70	Masculino	casado	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	
9	Sujeto 9	40 - 50	Femenino	casada	5	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	6	2	3	
10	Sujeto 10	50 - 70	Masculino	casado	5	5	3	5	5	3	3	6	5	6	3	5	5	5	5	5	5	3	5	3	5	6	3	
11	Sujeto 11	40 - 50	Masculino	soltero	5	5	3	5	3	5	5	5	6	5	3	3	3	6	5	5	3	5	3	5	5	5	3	
12	Sujeto 12	50 - 70	Femenino	casada	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
13	Sujeto 13	50 - 70	Masculino	viudo	3	6	3	6	3	6	6	6	6	6	6	3	3	6	5	6	6	6	2	6	6	6	6	
14	Sujeto 14	50 - 70	Masculino	casada	2	3	2	4	3	4	5	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
15	Sujeto 15	50 - 70	Masculino	viudo	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
16	Sujeto 16	50 - 70	Femenino	soltera	5	5	5	5	5	6	6	5	5	6	6	3	6	6	2	6	6	6	6	6	6	5	5	
17	Sujeto 17	50 - 70	Femenino	casada	3	5	3	5	3	5	2	5	5	1	3	3	4	3	3	3	2	3	5	3	5	3	3	
18	Sujeto 18	50 - 70	Femenino	soltera	3	2	6	6	3	3	6	6	6	6	6	6	2	6	5	6	5	6	6	6	6	6	6	
19	Sujeto 19	40 - 50	Femenino	casada	3	3	3	5	2	5	5	5	5	5	5	5	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	
20	Sujeto 20	40 - 50	Masculino	soltero	5	6	5	5	5	2	3	6	5	6	6	6	5	5	6	5	6	6	6	6	6	6	3	5
21	Sujeto 21	40 - 50	Masculino	soltero	2	2	3	3	2	2	2	5	2	2	5	3	2	5	3	2	3	3	2	2	2	5	3	3

BIENESTAR PSICOLOGICO Y APOYO SOCIAL - Excel

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z	AA	AB
	Sujeto	Edad	Sexo	Estado Civil	P 1	P 2	P 3	P 4	P 5	P 6	P 7	P 8	P 9	P 10	P 11	P 12	P 13	P 14	P 15	P 16	P 17	P 18	P 19	P 20	P 21	P 22	P 23	P 24
30	Sujeto 29	50 - 70	Masculino	casado	5	1	6	6	5	2	6	6	3	6	6	5	2	5	2	3	2	3	5	5	5	6	3	5
31	Sujeto 30	40 - 50	Femenino	casada	4	2	1	4	5	5	4	6	3	4	3	4	2	3	2	5	6	4	3	5	3	4	5	5
32	Sujeto 31	40 - 50	Femenino	casada	1	2	3	6	6	5	6	5	6	6	5	5	2	3	6	6	5	5	3	3	6	2	5	3
33	Sujeto 32	50 - 70	Masculino	casado	1	6	5	6	6	3	6	5	5	5	6	6	2	5	3	6	6	6	6	6	6	6	5	6
34	Sujeto 33	40 - 50	Femenino	soltero	2	2	2	2	2	2	2	6	5	6	6	6	2	2	3	6	6	6	2	6	6	6	6	6
35	Sujeto 34	40 - 50	Masculino	casado	3	2	6	5	6	5	4	5	3	5	5	3	3	4	2	4	4	4	3	4	4	4	4	3
36	Sujeto 35	50 - 70	Femenino	casada	2	3	5	4	4	4	5	5	5	5	5	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	5
37	Sujeto 36	40 - 50	Femenino	casada	4	3	4	5	2	4	4	5	5	4	5	5	5	4	4	2	2	6	3	2	6	6	5	6
38	Sujeto 37	40 - 50	Masculino	soltero	6	6	6	6	5	2	2	6	2	6	6	6	2	2	1	1	6	6	3	6	6	6	6	1
39	Sujeto 38	40 - 50	Masculino	soltero	3	4	4	4	3	2	5	6	6	6	5	6	3	6	4	4	4	1	5	3	5	5	4	4
40	Sujeto 39	40 - 50	Masculino	soltero	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	6	6	5	4	6	2	5	5	5	5	5	5	2	5
41	Sujeto 40	50 - 70	Femenino	soltera	3	3	2	6	3	3	6	6	5	5	4	3	2	5	3	3	5	3	5	4	4	4	4	4
42	Sujeto 41	70 - años a mas	Femenino	soltera	2	4	4	4	4	2	4	4	5	2	4	2	4	4	2	4	4	4	4	2	4	2	4	1
43	Sujeto 42	70 - años a mas	Femenino	soltera	3	5	4	4	4	4	5	5	5	4	5	5	5	5	5	3	4	3	4	3	5	5	5	4
44	Sujeto 43	50 - 70	Femenino	casada	2	5	6	6	5	5	5	5	5	4	5	5	3	3	5	5	5	5	5	2	5	5	3	5
45	Sujeto 44	70 - años a mas	Femenino	viuda	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	3	4	4	4	4	4	5	4
46	Sujeto 45	70 - años a mas	Femenino	casada	2	4	4	3	4	2	4	4	4	4	2	3	4	3	4	4	3	3	4	3	2	3	2	2
47	Sujeto 46	70 - años a mas	Femenino	casada	5	5	6	5	5	3	5	5	5	5	5	5	3	5	5	3	4	3	5	3	5	6	5	5
48	Sujeto 47	70 - años a mas	Masculino	soltero	3	6	6	6	5	6	6	6	4	6	5	5	5	5	6	6	6	6	5	3	5	6	5	4
49	Sujeto 48	70 - años a mas	Masculino	casada	5	4	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	4	5	4	4
50	Sujeto 49	50 - 70	Femenino	soltera	3	2	1	5	4	6	6	4	6	5	6	4	2	3	2	5	4	4	3	3	4	3	3	3
51	Sujeto 50	50 - 70	Femenino	viuda	1	6	6	4	3	5	4	3	4	3	5	3	2	2	4	2	2	4	3	6	4	4	3	6