



Universidad
Norbert Wiener

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE TECNOLOGÍA MÉDICA EN
TERAPIA FÍSICA Y REHABILITACIÓN

Tesis

Somnolencia diurna y desempeño físico en adultos mayores del Centro del
Adulto Mayor Madre del Amor Hermoso del distrito de Pachacamac, 2024

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

Presentado por:

Autora: Huisa Huamaní, Ruth Mercedes

Asesora: Dra. Bejarano Ambrosio, Miriam Juvit

Código ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-4246-970X>

Lima – Perú

2026

 Universidad Norbert Wiener	DECLARACIÓN JURADA DE AUTORIA Y DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN		
	CÓDIGO: UPNW-GRA-FOR-033	VERSIÓN: 01 REVISIÓN: 01	FECHA: 08/11/2022

Yo, Ruth Mercedes Huisa Huamaní egresado de la Facultad de **Ciencias de la Salud** y Escuela Académica Profesional de **Tecnología Médica** de la Universidad privada Norbert Wiener declaro que el trabajo de investigación “Somnolencia Diurna y Desempeño Físico en Adultos Mayores del Centro del Adulto Mayor Madre Del Amor Hermoso del Distrito de Pachacamac, 2024” Asesorado por el docente: **BEJARANO AMBROSIO, MIRIAM JUVIT** DNI 41677988 ORCID **0000-0002-9208-746X** tiene un índice de similitud de 13% con código oid:14912:585635834 verificable en el reporte de originalidad del software Turnitin.

Así mismo:

1. Se ha mencionado todas las fuentes utilizadas, identificando correctamente las citas textuales o paráfrasis provenientes de otras fuentes.
2. No he utilizado ninguna otra fuente distinta de aquella señalada en el trabajo.
3. Se autoriza que el trabajo puede ser revisado en búsqueda de plagios.
4. El porcentaje señalado es el mismo que arrojó al momento de indexar, grabar o hacer el depósito en el turnitin de la universidad y,
5. Asumimos la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión en la información aportada, por lo cual nos sometemos a lo dispuesto en las normas del reglamento vigente de la universidad.



Firma de autor 1
RUTH MERCEDES HUISA HUAMANI
DNI: 74049852



.....
Firma
BEJARANO AMBROSIO, MIRIAM JUVIT
DNI: 41677988

Lima, 04 de mayo de 2026

DEDICATORIA

A Dios por guiar mi camino, a mi familia por apoyarme
siempre en todo y a todas las personas que me motivaron a
seguir adelante incluso en los momentos más difíciles.

AGRADECIMIENTOS

Agradezco a todas las personas que estuvieron apoyándome a lo largo de mi formación académica, a los docentes que me motivaban a ser mejor, a mi asesora por su guía durante el proceso de la tesis y a mis amigas que siempre me motivan a no rendirme y cumplir mis metas.

Indice general

Portada	i
Aprobación de jurado	ii
Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Índice general	v
Índice de tablas	vi
Resumen	1
Abstrac	2
I. INTRODUCCIÓN	3
II. METODOLOGÍA	5
III. RESULTADOS	7
IV. DISCUSIÓN	12
V. CONCLUSIONES	15
VI. REFERENCIAS	16
VII. ANEXOS	20

Índice de tablas

Tabla 1: Distribución de características demográficas de la muestra	7
Tabla 2: Correlación entre somnolencia diurna y desempeño	8
Tabla 3: Correlación entre Somnolencia diurna y la dimensión equilibrio	9
Tabla 4: Correlación entre somnolencia diurna y la dimensión velocidad de marcha.	10
Tabla 5: Correlación entre somnolencia diurna y la dimensión fuerza en miembros inferiores	11

RESUMEN

Objetivo: Determinar la relación entre la somnolencia diurna y el desempeño físico en los adultos mayores del centro de adulto mayor Madre del Amor Hermoso de Pachacamac. **Material y métodos:** fue un estudio aplicado con enfoque cuantitativo y método hipotético-deductivo. **Muestra:** participaron 85 adultos mayores de entre 60 y 90 años. La somnolencia diurna se evaluó utilizando la escala de somnolencia de Epworth y el desempeño físico mediante el Short Physical performance battery (SPPB). **Resultados:** Se analizaron las características sociodemográficas, predominó el sexo femenino (61.2%) y el grupo etario de 66 a 80 años (62.4%), el 62.4% presentó excesiva somnolencia diurna y solo el 14.1% no presentan somnolencia, se identificó que el 38.8% presentó un desempeño físico leve y el 29.4% tienen mínimo desempeño físico al igual que el nivel moderado. Se determinó que existe una relación significativa (sig. $p = ,000 < 0.05$) de la somnolencia diurna y el desempeño físico en la población estudiada del centro Madre del Amor Hermoso. **Conclusiones:** Se concluye que la somnolencia diurna se relaciona significativamente con el desempeño físico y el equilibrio en los adultos mayores del centro de adulto mayor madre del amor hermoso de Pachacamac. Evidenciando que un mayor nivel de somnolencia puede influir negativamente en dichas capacidades funcionales. Sin embargo, no se evidenció relación relevante entre la somnolencia diurna y la velocidad de marcha y la fuerza en miembros inferiores.

Palabras clave: somnolencia diurna, desempeño físico, adultos mayores.

ABSTRAC

Objective: To determine the relationship between daytime sleepiness and physical performance in older adults from the Madre del Amor Hermoso senior center in Pachacámac.

Materials and methods: This was an applied study with a quantitative approach and a hypothetical-deductive method. The sample consisted of 85 older adults aged 60 to 90 years. Daytime sleepiness was assessed using the Epworth Sleepiness Scale, and physical performance was evaluated through the Short Physical Performance Battery (SPPB).

Results: Sociodemographic characteristics were analyzed, showing a predominance of females (61.2%) and individuals aged 66 to 80 years (62.4%). A total of 62.4% presented excessive daytime sleepiness, while only 14.1% reported no sleepiness. Regarding physical performance, 38.8% showed a mild level, while 29.4% had minimal and moderate performance levels. A significant relationship was found between daytime sleepiness and physical performance ($p < 0.05$) in the studied population. **Conclusions:** Daytime sleepiness is significantly associated with physical performance and balance in older adults, indicating that higher levels of sleepiness may negatively affect these functional capacities. However, no significant relationship was found between daytime sleepiness and gait speed or lower limb strength.

Keywords: daytime sleepiness, physical performance, older adults.

I. INTRODUCCION

El sueño cumple una función fisiológica esencial en las personas (1), a medida que envejecemos los trastornos del sueño son más frecuentes (2). La somnolencia diurna considerada como un posible trastorno de sueño, puede definirse como una sensación subjetiva de sueño en una hora o situación inapropiada que ocurre a diario y por más de 3 meses (3).

La prevalencia de los trastornos de sueño, a nivel mundial oscila entre el 35% y 45% de la población mayor de 18 años (4). Respecto a ello, un metaanálisis realizado en el 2024, concluyó que en Latinoamérica existe un 24.7% de trastornos del sueño en la población (5). Mientras que, en el Perú los trastornos de sueño constituyen una amenaza a la salud y calidad de vida del 43% de los adultos mayores de 65 años, siendo el de mayor porcentaje (6).

Al ser una población en crecimiento, es motivo de preocupación, ya que según un informe de la ONU entre 2015 y 2050 el porcentaje de personas mayores de 60 años se duplicará, pasando del 12% al 22% de la población mundial (7). En una conferencia sobre el envejecimiento y derechos de las personas mayores en América Latina y el Caribe, realizada en Chile (2022), se confirmó que el envejecimiento poblacional es uno de los principales fenómenos demográficos de esta región, representando el 13,4% de la población total en el 2022 y se prevé que para el 2030 ascenderá al 16.5% (8). En Perú, según el último informe de INEI (2023), los adultos mayores representan el 13.6 % de la población y el 42.2% de los hogares tiene un adulto mayor de 60 años como miembro en la familia (9).

Estos datos, sugieren tomar medidas para abordar este trastorno, ya que no es parte normal del proceso de envejecimiento y puede influir desfavorablemente en la funcionalidad y calidad de vida de los adultos mayores. Al respecto, un estudio realizado en México con 1678 adultos mayores, evidenció que el 49.1% presentó una baja calidad de sueño y el 19.2% experimentó somnolencia diurna (10). Así mismo, un estudio realizado en España sobre trastornos del sueño en 639 adultos mayores, mostró que el 52.2% presentaba somnolencia diurna (11).

Por otra parte, también han surgido inquietudes relacionadas a las discapacidades asociadas a la edad, haciendo que la evaluación de la funcionalidad, sea la primera tarea

para establecer tratamientos integrales enfocados en mejorar su calidad de vida y autonomía. Considerando el rendimiento físico como una variable mediadora de la situación funcional de la persona (12). Referente a ello, un estudio realizado en México (2019), sobre el desempeño físico y las condiciones crónicas en adultos mayores, evaluó el desempeño físico con la prueba de SPPB a 124 adultos mayores entre 60 y 90 años, encontrando que entre el 16.1% y el 23.5% tiene un desempeño físico deficiente asociado a condiciones crónicas (13).

En Perú, un estudio realizado en 117 adultos mayores del centro de adulto mayor de Essalud - Chiclayo, mostró que el 43.6% tenían buen rendimiento físico con un grado de limitación mínimo (14). Mientras que, en otro estudio realizado en una comunidad rural altoandina, la media de rendimiento físico fue $9,2 \pm 1,4$ puntos, muy bueno en comparación al reportado por otras comunidades que habitan a nivel del mar, esto influenciado por la diferencia en el estilo de vida de las comunidades urbanas, en las que presentan mayor sedentarismo (15).

Lo mencionado antes, nos obliga a tener en consideración que la somnolencia diurna puede repercutir en el desempeño físico de los adultos mayores, debido a la disminución de actividad física durante el día, generando mayor riesgo para el desarrollo de enfermedades crónicas.

Es por ello, que la presente investigación tiene como objetivo: “Determinar la relación entre la somnolencia diurna y el nivel de desempeño físico en los adultos mayores del centro del adulto mayor Madre del amor hermoso del distrito de Pachacamac, 2024”.

II. METODOLOGIA

La presente investigación fue de tipo aplicada, dado que empleó conocimientos previos para dar respuesta a cuestiones específicas, contribuyendo al conocimiento existente que de paso a la solución de una situación. (16) Se utilizó el método hipotético-deductivo con un enfoque cuantitativo y un diseño no experimental. A su vez, fue de alcance correlacional, ya que se pretendió conocer la relación que hay entre dos variables de una muestra en particular y de corte transversal, se describió y analizó las variables en un momento dado.

La población estuvo conformada por 90 individuos de la tercera edad que acuden regularmente al centro del adulto mayor Madre del Amor Hermoso, Pachacamac, 2024. De ellas se consideró para la muestra a 85 adultos mayores que cumplieron con los criterios de inclusión (edades entre 60 y 90 años, que asistan al centro de adulto mayor y firmen el consentimiento informado) y exclusión (individuos con alguna condición física o cognitiva que impida realizar las pruebas adecuadamente).

La somnolencia diurna se evaluó mediante la Escala de somnolencia de Epworth que cuenta con validación en sus diferentes traducciones, en Perú, fue validada por Rosales Edmundo en el año 2009, quien realizó la modificación de algunos ítems para poder adaptarlo a la población adulta peruana (17). Para evaluar la segunda variable se utilizó la batería corta del desempeño físico (SPPB) que ha demostrado ser una herramienta de evaluación con validez científica para evaluar el rendimiento físico de los adultos mayores y ha sido demostrada en estudios realizados en diferentes países (18). Así mismo, durante el desarrollo del presente trabajo se procedió a validar los instrumentos de evaluación en el contexto en el que se realizó el estudio, la validación fue a través de juicio de expertos en el tema, quienes evaluaron si los instrumentos son pertinentes, coherentes y claros.

La recolección de datos fue con previa autorización de los encargados del centro de adulto mayor “madre del amor hermoso” del distrito de Pachacamac. A los participantes que firmaron el consentimiento informado se le aplicó los instrumentos de manera individual, recibieron una copia impresa del primer instrumento y se

procedió a leerles cada ítem en voz clara y pausada, asegurándose de que el participante comprenda la situación descrita antes de registrar su respuesta. Con el segundo instrumento, se explicó previamente cada prueba de manera sencilla y demostrativa verificando que el adulto mayor entendiera la ejecución antes de realizarla. Posteriormente los participantes ejecutaron las pruebas y se registró los puntajes obtenidos en la ficha correspondiente, lo que permitió estandarizar la evaluación y asegurar la recolección de información confiable.

Los datos fueron registrados en un archivo de Excel para codificarlos y posteriormente fueron ingresados al software SPSS V.27 para la interpretación y análisis estadístico. Primero se hizo una evaluación descriptiva de las variables, utilizando tablas y gráficos de frecuencia con la finalidad de evaluar el comportamiento de estas. Para determinar la estadística inferencial, se llevó a cabo la prueba de normalidad de kolgomorov-Smirnov ya que la muestra cuenta con más de 50 participantes, lo que permitió identificar el estadístico adecuado a utilizar. De esa manera, se determinó si los datos cumplen una distribución normal o anormal.

Para realizar la presente investigación se requirió contar con la autorización emitida por el comité institucional de ética universitario, se respetó los principios establecidos en la declaración de Helsinki (2013) (19) y las consideraciones éticas para investigaciones de salud en Perú, de la resolución N°233-2020-MINSA (20).

III. RESULTADOS

Los resultados se obtuvieron de una muestra de 85 adultos mayores del centro de adultos mayores Madre del Amor Hermoso durante el año 2024. Las variables de estudio fueron: somnolencia diurna y desempeño físico, que fueron evaluadas mediante la escala de somnolencia diurna de Epworth y la batería corta del desempeño físico (SPPB). A su vez se usó un cuestionario para los datos sociodemográficos.

3.1. Análisis Descriptivo de los Resultados

3.1.1. Características Demográficas de la Muestra

Tabla 1. *Distribución de características demográficas de la muestra*

Características demográficas	f	%
Sexos		
Femeninos	52	61.2
Masculinos	33	38.8
Total	85	100
Edad		
60 a 65 años	11	12.9
66 a 80 años	53	62.4
81 a 85 años	17	20.0
86 a 90 años	4	4.7
Total	85	100
Grado de instrucción		
Sin estudios	21	24.7
Primaria	41	48.2
Secundaria	20	23.5
Superior	3	3.5
Total	85	100

Fuente: Encuesta aplicada a los adultos mayores del centro de adulto mayor Madre del Amor Hermoso de Pachacamac.

Interpretación: La tabla 1 presenta las características demográficas de la muestra. Según el sexo el 61.2% son femeninos y el 31.8% masculinos. Respecto a la edad: el 12.9% tienen de 60 a 65 años, el 62.4% tienen de 66 a 80 años, el 20% tienen de 81 a 85 años y el 4.7%

tienen de 86 a 90 años. Respecto al grado de instrucción: el 24.7% no tienen estudios, el 48.2% tienen primaria, el 23.5% cursaron secundaria y el 3.5% estudios superiores.

3.2. Análisis Inferencial de la Muestra

3.2.1. Correlación entre las variables Somnolencia diurna y desempeño físico.

Tabla 2: Prueba de correlación de Rho de Spearman en las variables de somnolencia diurna y desempeño físico.

Correlaciones				
			Somnolencia diurna	Desempeño físico
Rho de Spearman	Somnolencia diurna	Coefficiente de correlación	1.000	-,276*
		Sig. (bilateral)		.011
		N	85	85
	Desempeño físico	Coefficiente de correlación	-,276*	1.000
		Sig. (bilateral)	.011	
		N	85	85

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Fuente: Encuesta aplicada a los adultos mayores del centro de adulto mayor Madre del Amor Hermoso de Pachacamac.

Interpretación: En la tabla N°2 se presentan los resultados de la correlación obtenida según Rho de Spearman, la cual fue de -,276 siendo una correlación negativa baja y el valor de significancias resultó menor a 0,05, ($p = ,011 < 0.05$). De este modo, los hallazgos justifican la presencia de una relación significativa entre la somnolencia diurna y el desempeño físico en los adultos mayores del centro de adulto mayor Madre del Amor Hermoso de Pachacamac.

3.2.2. Correlación entre la variable somnolencia diurna y la dimensión equilibrio.

Tabla 3: Prueba de correlación de Rho de Spearman, entre la variable somnolencia diurna y la dimensión equilibrio.

Correlaciones				
Rho de Spearman	Somnolencia diurna	Coeficiente de correlación	Somnolencia diurna	Equilibrio
			1.000	-,378**
		Sig. (bilateral)		.000
		N	85	85
	Equilibrio	Coeficiente de correlación	-,378**	1.000
		Sig. (bilateral)	.000	
		N	85	85

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

Fuente: Encuesta aplicada a los adultos mayores del centro de adulto mayor Madre del Amor Hermoso de Pachacamac.

Interpretación: En la tabla N°3 se muestran los resultados de correlación calculada según Rho de Spearman, obteniéndose un valor de -,378 siendo una correlación negativa baja y el valor de significancia resulto menor a 0,05, ($p = ,000 < 0.05$), evidenciando que hay sustento para aceptar que existe una relación significativa entre la somnolencia diurna y el equilibrio en los adultos mayores del centro de adulto mayor Madre del Amor Hermoso de Pachacamac.

3.2.3. Correlación entre la variable somnolencia diurna y la dimensión velocidad de marcha.

Tabla 4: Prueba de correlación de Rho de Spearman entre la variable somnolencia diurna y la dimensión velocidad de marcha.

Correlaciones				
			Somnolencia diurna	Velocidad de la marcha
Rho de Spearman	Somnolencia diurna	Coefficiente de correlación	1.000	-.143
		Sig. (bilateral)		.191
		N	85	85
	Velocidad de la marcha	Coefficiente de correlación	-.143	1.000
		Sig. (bilateral)	.191	
		N	85	85

Fuente: Encuesta aplicada a los adultos mayores del centro de adulto mayor Madre del Amor Hermoso de Pachacamac.

Interpretación: En la tabla N°4 se presenta los resultados de correlación obtenida según Rho de Spearman, donde fue de -.143 es una correlación negativa baja y el valor de significancia resulto mayor a 0,05, ($p = .191 > 0.05$), lo que proporciona evidencia para confirmar que no existe una relación significativa entre la somnolencia diurna y la velocidad de marcha en los adultos mayores del centro de adulto mayor Madre del Amor Hermoso de Pachacamac.

3.2.4. Correlación entre la variable somnolencia diurna y la dimensión fuerza en miembros inferiores.

Tabla 5: *Prueba de correlación de Rho de Spearman entre la variable somnolencia diurna y la dimensión fuerza en miembros inferiores.*

Correlaciones				
			Somnolencia diurna	Fuerza en miembros inferiores
Rho de Spearman	Somnolencia diurna	Coefficiente de correlación	1.000	-.152
		Sig. (bilateral)		.165
		N	85	85
	Fuerza en miembros inferiores	Coefficiente de correlación	-.152	1.000
		Sig. (bilateral)	.165	
		N	85	85

Fuente: Encuesta aplicada a los adultos mayores del centro de adulto mayor Madre del Amor Hermoso de Pachacamac.

Interpretación: En la tabla N°5 se presenta los resultados de correlación obtenidos según Rho de Spearman, donde fue de -.152 es una correlación negativa muy baja y el valor de significancia resulto mayor a 0,05, ($p = .165 > 0.05$), proporcionando evidencia para confirmar que no existe una relación significativa entre la somnolencia diurna y la fuerza en MMII entre los adultos mayores del centro de adulto mayor Madre del Amor Hermoso de Pachacamac.

IV. DISCUSION

- En este estudio se pretendió examinar la asociación entre dos variables: somnolencia diurna y desempeño físico en los adultos mayores, ya que su relación podría influir en el deterioro de las capacidades físicas fundamentales para mantener la autonomía, por eso es importante abordarlas para promover un envejecimiento activo y saludable.
- Con relación a las características sociodemográficas de la población del centro de adulto mayor Madre del Amor Hermoso de Pachacamac, en el presente estudio se encontró un predominio del sexo femenino (61.2%) frente al masculino (31.8%). Los resultados obtenidos son consistentes con lo reportado por Medina et al. (13), que describieron una mayor proporción de mujeres (71.8%) en su muestra, así como Rodríguez et al. (21), quienes informaron un 82.6% de participantes de sexo femenino. En cuanto a la edad, la mayor parte de los participantes se ubicó en el rango de 66-80 años (62.4%), lo que coincide con lo señalado por Cifuentes (22), quien identificó que el grupo de edad comprendido de 65 a 74 años representó el 62.5% de su muestra. En cuanto a nivel de instrucción se evidencio un nivel de instrucción de primaria completa (48.2%) y un 24.7% sin estudios. Lo que refleja un bajo nivel educativo en esta población.
- Con respecto al análisis de la relación entre somnolencia diurna y el desempeño físico en los adultos mayores del centro de adultos mayor Madre del Amor Hermoso de Pachacamac, los resultados obtenidos que se observan en la tabla N°3, muestran que existe una correlación negativa baja y significativa entre ambas variables. Esto difiere del resultado reportado por Anaya (23), quien evaluó la calidad de sueño y el desempeño físico y no encontró asociación significativa de ambas variables ($r_s = -0.246$, $p = 0.0837$). Sin embargo, se relaciona parcialmente con lo descrito por Pino (24), aunque no se reportó una correlación significativa, se identificó que un 38% no desarrollaban su AVD de forma favorable, mientras que un 50% presentaba somnolencia diurna leve, lo que sugiere una posible influencia de la somnolencia sobre la capacidad funcional cotidiana. A diferencia de ambos, la presente investigación se centró en la somnolencia diurna y su impacto en el

desempeño físico, constituyendo un aporte al evidenciar una asociación entre las variables de estudio.

- Con respecto a la relación entre somnolencia diurna y el equilibrio en los adultos mayores del centro de adulto mayor Madre del Amor Hermoso de Pachacamac. Los resultados muestran que la somnolencia diurna guarda relación significativa con el equilibrio en los adultos mayores ($Rho = -0,378$; $p = 0,000$). Este resultado coincide con lo descrito por Rodríguez et al. (21), quienes señalaron que las alteraciones del sueño, como la somnolencia y el insomnio, podrían influir indirectamente en el control del equilibrio. Del mismo modo, tiene coherencia con Medina et al. (13), quienes señalaron que las condiciones crónicas y el envejecimiento progresivamente reducen el desempeño físico en diferentes dimensiones entre ellas el equilibrio.
- Con respecto al análisis de la relación entre somnolencia diurna y velocidad de la marcha en los adultos mayores del centro de adultos mayor Madre del Amor Hermoso de Pachacamac. El estudio no evidenció una asociación significativa ($Rho = -0,143$; $P = 0,191$). Lo cual indica que la somnolencia no ejerce un impacto directo sobre la capacidad de desplazamiento en los adultos mayores de la muestra estudiada. No se han encontrado estudios previos que analicen directamente la asociación entre estas dos variables.
- Con respecto al análisis de la relación entre las variables de somnolencia diurna y fuerza en miembros inferiores entre los adultos mayores del centro de adulto mayor Madre del Amor Hermoso de Pachacamac. Los hallazgos evidenciaron que no existe una asociación significativa entre las dos variables ($Rho = -0,152$; $p = 0,165$). Esto refleja que, en la población estudiada, la somnolencia diurna no influye de manera directa sobre la fuerza muscular de los miembros inferiores.
- El presente estudio presentó algunas limitaciones, como la limitada disponibilidad de antecedentes que analicen conjuntamente la somnolencia y las dimensiones del desempeño físico en adultos mayores, lo que dificultó la comparación directa de los resultados y limitó la profundidad del análisis. Otra limitación fue que la muestra estuvo conformada por

adultos mayores de un solo centro lo que limita la generalización de los hallazgos a otras poblaciones con características diferentes.

- A partir de los hallazgos obtenidos, se sugiere el desarrollo de futuras investigaciones en la relación entre somnolencia diurna y componentes específicos del desempeño físico, especialmente en el equilibrio, donde se evidencio una asociación significativa. Así mismo, se recomienda también incluir un numero mayor de participantes y poblaciones diversas para mejorar la generalización de los resultados. Del mismo modo, futuras investigaciones deberían considerar variables como comorbilidades, consumo de medicamentos y nivel de actividad física, lo que contribuiría a un análisis mas integral de la relación entre las variables estudiadas. Finalmente se propone explorar intervenciones dirigidas a mejorar la calidad de sueño y evaluar su impacto sobre el desempeño físico en adultos mayores.

V. CONCLUSIONES

- En el estudio sobre las características sociodemográficas, predominó el sexo femenino en 61.2%, respecto a la edad el 62.4% corresponden entre 66 a 80 años, seguido del 20% entre 81 a 85 años. Respecto al grado de instrucción el 48.2% estudió solo primaria, seguido del 24.7% que no presentan estudios.
- En el estudio se reveló que existe una relación significativa (sig. $p = ,000 < 0.05$) entre la somnolencia diurna y el equilibrio en los adultos mayores del centro de adultos mayor Madre del Amor Hermoso de Pachacamac.
- En el estudio se concluyó que no existe una relación significativa (sig. $p = ,191 > 0.05$) entre la somnolencia diurna y la velocidad de marcha en los adultos mayores del centro de adultos mayor Madre del Amor Hermoso de Pachacamac.
- En el estudio se concluyó que no existe una relación significativa (sig. $p = ,165 > 0.05$) entre la somnolencia diurna y la fuerza en MMII entre los adultos mayores del centro de adulto mayor Madre del Amor Hermoso de Pachacamac.
- En el estudio se concluyó que existe una relación significativa (sig. $p = ,000 < 0.05$) ente la somnolencia diurna y el desempeño físico en los adultos mayores del centro de adultos mayor Madre del Amor Hermoso de Pachacamac.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Fabres L, Moya P. Sueño: conceptos generales y su relación con la calidad de vida. Rev médica Clín Las Condes [Internet]. 2021;32(5):527–34. [citado el 8 de marzo de 2024]. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1016/j.rmclc.2021.09.001>
2. MedlinePlus en español. Trastornos del sueño en los ancianos [Internet]. Bethesda (MD): Biblioteca nacional de medicina (EE.UU.). Última revisión 15/08/22. [citado el 8 de marzo de 2024]. Disponible en: <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/000064.htm>
3. Erro ME, Zandio B. Las hipersomnias: diagnóstico, clasificación y tratamiento. An Sist Sanit Navar [Internet]. 2007, 23 (1) [citado el 8 de marzo de 2024];30:113–20. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1137-66272007000200010
4. Tlatoa H, Ocaña H, Márquez M, Bermeo J, Gallo A. El género, un factor determinante en el riesgo de somnolencia. Med Investig [Internet]. 2015;3(1):17–21. [citado el 8 de marzo de 2024]. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1016/j.mei.2014.06.003>
5. Silva DMA. Relación entre los trastornos del sueño y el nivel socioeconómico: un análisis en Latinoamérica [Internet]. Medscape. 2024 [citado el 8 de marzo de 2024]. Disponible en: <https://espanol.medscape.com/verarticulo/5911939?form=fpf>
6. Instituto Nacional de Salud Mental Honorio Delgado - Hideyo Noguchi". Los problemas del sueño pueden ser causa de problemas mentales. [Internet]. Oficina de comunicaciones; 16 de marzo del 2017. [citado el 8 de marzo de 2024]. Disponible en: <https://www.insm.gob.pe/oficinas/comunicaciones/notasdeprensa/2018/010.html>
7. Organización mundial de la salud. Envejecimiento y salud. [Internet]. 01 octubre del 2022. [citado el 8 de marzo de 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>
8. Naciones unidas (CEPAL). CEPAL examina el panorama actual del envejecimiento en la región, así como los avances y desafíos para el ejercicio de los derechos y la inclusión de las personas mayores. [Internet]. Cepal.org. 13 de diciembre del 2022. [citado el 8 de marzo de 2024]. Disponible en: <https://www.cepal.org/es/noticias/cepal-examina-panorama-actual-envejecimiento-la-region-asi-como-avances-desafios-ejercicio>

9. Carhuavilca D. et al. Situación de la Población Adulta Mayor..[Archivo en pdf]. Gob.pe. Diciembre 2023. [citado el 8 de marzo de 2024]. Disponible en: https://m.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/boletin_adulto_mayor_2.pdf
10. Centro Médico Nacional Siglo XXI. Trastornos del sueño en personas mayores [Archivo en pdf]. Moreno K, Ramirez E, Sanchez S. 05 de agosto del 2021. [citado el 8 de marzo de 2024]. Disponible en: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2022/02/1357567/4145-28351-1-pb-06-12.pdf>
11. Boix C, Torres J, David Y, Tellez J, Villena A, Párraga I. Trastornos del sueño y condiciones ambientales en mayores de 65 años. Aten Primaria [Internet]. 2009;41(10):564–9. [citado el 08 de marzo de 2024]. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1016/j.aprim.2008.11.015>
12. Tapanes I, Simón M, Fontané D, González A. Rendimiento físico en adultos mayores del Policlínico Héroes del Moncada. Rev médica electrón. [Internet]. 41(5):1100–14 2019. [citado el 8 de marzo de 2024];. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1684-18242019000501100
13. Medina I, Medina J, Cervera M, Gallegos R, Casco K, Carrillo A. Desempeño físico y condiciones crónicas padecidas en adultos mayores, México. [Internet]. Horiz Enferm;30 [citado el 8 de marzo de 2024]. Disponible en: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2021/05/1223557/221-231.pdf>
14. Mundaca I. Valoración del desempeño físico del adulto mayor con el short physical performance battery en el centro del adulto mayor - essalud – 2017. [Tesis para optar por el grado de Medico Cirujano]. Lima: Universidad San Martin De Porres; 2019. Disponible en: https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/4420/mundaca_fig.pdf?sequence=3&isAllowed=y
15. Ayamamani D, Espinoza J, Columbus M, Runzer F. Rendimiento físico en adultos mayores de una comunidad rural altoandina peruana. Rev Peru Med Exp Salud Publica [Internet]. 2014; 30(2):358–60. [citado el 8 de marzo de 2024]. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-46342013000200040
16. Rodríguez D. Investigación aplicada: características, definición, ejemplos. [Internet]. [citado el 15 de marzo de 2024]. Disponible en: <https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fs9329b2fc3e54355a.jimcontent.com%2Fdownload%2Fversion%2F1545253266%2Fmodule%2F9548086869%2Fname%2FInv>

[estigaci%25C3%25B3n%2520aplicada.pdf&psig=AOvVaw3XsZuxtLSR0P3GyWo_jsjP&ust=1710549988304000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CAYQn5wMahcKEwio7pGbj_WEAxUAAAAAHQAAAAAQBA](#)

17. Rosales E. Estudio de validez y confiabilidad de la Escala de Somnolencia de Epworth en población peruana y modificación de la escala para población que no conduce vehículos motorizados. [Tesis para optar por el grado de Magister en Medicina]: Perú: Universidad Peruana Cayetano Heredia; 2009. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/235220463_Estudio_de_validez_y_confiabilidad_de_la_Escala_de_Somnolencia_de_Epworth_en_poblacion_peruana_y_modificacion_de_la_escala_para_poblacion_que_no_conduce_vehiculos_motorizados
18. Santamaría M, González J, Da Silva Á, Medina E, Gentil A, Fernández J, et al. Validez y confiabilidad de la herramienta de batería corta de rendimiento físico en adultos mayores españoles institucionalizados. [Internet]. 2023; 13(4):1354–67. [citado el 27 de marzo de 2024]. Disponible en: <https://www.mdpi.com/2039-4403/13/4/114>
19. Departamento de Humanidades Biomédicas. Declaración de Helsinki de la AMM - Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos [Internet]. 2013. Disponible en: <http://www.redsamid.net/archivos/201606/2013-declaracion-helsinki-brasil.pdf?1>
20. Resolución N° 233-2020 MINSA. Expediente N° 19-119160-001. Disponible en: https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/662949/RM_233-2020-MINSA_Y_ANEXOS.PDF
21. Rodríguez E, Pizarro R, Durán S. Relación entre Apoyo Social percibido, Severidad de Insomnio y Somnolencia Diurna en Adultos Mayores. Mem Inst Investig Cienc Salud [Internet]. 2020; 18(3):34–42. [citado el 8 de marzo de 2024]. Disponible en: http://scielo.iics.una.py/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1812-95282020000300034
22. Cifuentes N. Evaluación de la capacidad funcional del adulto mayor del club del centro de salud los Jóvenes del Ayer cantón Cotacachi parroquia García Moreno zona de Intag periodo 2022. [Trabajo de grado previo a la obtención del título de licenciado en terapia física médica]. Ecuador: Universidad Técnica del Norte; 2022. Disponible en: <http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/12170>
23. Anaya A, Francisco J. Asociación entre la mala calidad del sueño y el desempeño físico en los adultos mayores que acuden a la consulta externa del Hospital Central Dr. Ignacio Morones

Prieto. 2024. [Trabajo de investigación para obtener el diploma en la especialidad de geriatría]. México: Universidad Autónoma de Potosí; 2024. Disponible en: <https://repositorioinstitucional.uaslp.mx/xmlui/handle/i/8517>

24. Pino M. Actividades de la vida diaria y somnolencia diurna en los adultos mayores que acuden al centro de salud de Sunampe Chinch Mayo 2018. [Tesis para optar por el título profesional de licenciada en enfermería]. Perú: Universidad Privada San Juan Bautista; 2019. Disponible en: <https://repositorio.upsjb.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14308/2329/T-TPLE-MAYRA%20ELIZABETH%20PINO%20ANCHANTE.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

ANEXOS

Anexo 1. Matriz de consistencia

Formulación de problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Diseño metodológico	Técnica de recolección de datos
Problema general ¿Qué relación existe entre la somnolencia diurna y el desempeño físico en los adultos mayores del centro de adulto mayor Madre del Amor Hermoso de Pachacamac, 2024?	Objetivo general Determinar la relación entre la somnolencia diurna y el desempeño físico en los adultos mayores del centro de adulto mayor Madre del Amor Hermoso de Pachacamac.	Hipótesis general Hi: Existe relación entre la somnolencia diurna y el desempeño físico en los adultos mayores del centro de adulto mayor Madre del Amor Hermoso de Pachacamac. Ho: No existe relación entre la somnolencia diurna y el desempeño físico en los adultos mayores del centro de adulto mayor Madre del Amor Hermoso de Pachacamac.	Variable 1 Somnolencia diurna Dimensiones: No tiene dimensiones	Metodología de la investigación: Hipotético deductivo Enfoque de la investigación: Cuantitativo	Escala de somnolencia de Epworth.

Formulación de problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Diseño metodológico	Técnica de recolección de datos
Problemas específicos ¿Cuáles son las características sociodemográficas y clínicas de los adultos mayores del centro de adulto mayor Madre del Amor Hermoso de Pachacamac, 2024? ¿Cuál es la relación entre somnolencia diurna y el equilibrio en los adultos mayores del centro de adulto mayor Madre del Amor Hermoso de Pachacamac, 2024? ¿Cuál es la relación entre la somnolencia diurna y la velocidad de marcha en los adultos mayores del centro de adulto mayor Madre del Amor	Objetivos específicos Describir las características sociodemográficas y clínicas de los adultos mayores del centro de adulto mayor Madre del Amor Hermoso de Pachacamac. Determinar la relación entre somnolencia diurna y el equilibrio en los adultos mayores del centro de adulto mayor Madre del Amor Hermoso de Pachacamac. Determinar la relación entre la somnolencia diurna y la velocidad de la marcha en los adultos mayores del centro de adulto mayor Madre del	Hipótesis específicas Hi¹: Existe relación entre la somnolencia diurna y el equilibrio en los adultos mayores del centro de adulto mayor Madre del Amor Hermoso de Pachacamac. Ho¹: No existe relación entre la somnolencia diurna y el equilibrio en los adultos mayores del centro de adulto mayor Madre del Amor Hermoso de Pachacamac. Hi²: Existe relación entre la somnolencia diurna y la velocidad de marcha en los adultos mayores del centro de adulto mayor Madre del Amor Hermoso de Pachacamac. Ho²: No existe relación entre la somnolencia diurna y la velocidad de marcha en los adultos mayores	Variable 2 Desempeño físico Dimensiones Equilibrio Velocidad de marcha Fuerza en miembros inferiores	Tipo de investigación: Aplicada Diseño de la investigación: No experimental de alcance correlacional Población: 90 adultos mayores Muestra: 85 adultos mayores	Batería corta de desempeño físico (SPPB)

Hermoso de Pachacamac, 2024? ¿Cuál es la relación entre la somnolencia diurna y la fuerza en MMII entre los adultos mayores del centro de adulto mayor Madre del Amor Hermoso de Pachacamac, 2024?	Amor Hermoso de Pachacamac. Determinar la relación entre la somnolencia diurna y fuerza en miembros inferiores entre los adultos mayores del centro de adulto mayor Madre del Amor Hermoso de Pachacamac.	del centro de adulto mayor Madre del Amor Hermoso de Pachacamac. Hi ³ : Existe relación entre la somnolencia diurna y la fuerza en MMII entre los adultos mayores del centro de adulto mayor Madre del Amor Hermoso de Pachacamac. Ho ³ : No existe relación entre la somnolencia diurna y la fuerza en MMII entre los adultos mayores del centro de adulto mayor Madre del Amor Hermoso de Pachacamac.			
---	--	---	--	--	--

Anexo 2: Prueba de normalidad

Pruebas de normalidad

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Somnolencia diurna	.136	85	.000	.958	85	.008
Desempeño físico	.112	85	.011	.959	85	.008

Corrección de significación de Lilliefors

Luego del análisis de los datos y tomando en cuenta que la muestra supera los 50 participantes, se tendrá en cuenta la prueba de kolmogorov smirnov, los resultados mostraron que las variables no siguen una distribución normal, dado que el p-valor es $< \alpha$ (0,5). Por ello, se optó por emplear la prueba de Rho de Spearman para evaluar la correlación de variables.

Anexo 3. Instrumentos**N°XXX****FECHA:****FICHA DE DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS****Estimado(a) participante:**

El presente cuestionario tiene como finalidad recolectar datos sobre la evaluación que recibirá, mediante los instrumentos requeridos para el estudio.

Se le agradecerá su contribución honesta y cooperativa de las respuestas brindadas en el cuestionario.

A continuación, marque con una (x) sus respuestas según corresponda.

Marque el grupo de edad que le corresponda:

- 60-65a ()
- 66-80a ()
- 81-85a ()
- 86-90a ()

Marque según el género que le corresponda:

- Femenino ()
- Masculino ()

Marque según su grado de instrucción:

- Sin estudios ()
- Primaria ()
- Secundaria ()
- Superior ()

ESCALA DE SOMNOLENCIA DE EPWORTH (versión peruana)

¿Qué tan probable es que usted cabecee o se quede dormido en las siguientes situaciones? Considere los últimos meses de sus actividades habituales. No se refiere a sentirse cansado debido a actividad física. Aunque no haya realizado últimamente las situaciones descritas, considere como le habría afectado. Use la siguiente escala y marque con una (x) la opción más apropiada para cada situación:

- Nunca cabecearía
- Poca probabilidad de cabecear
- Moderada probabilidad de cabecear
- Alta probabilidad de cabecear

Situación	Probabilidad de cabecear			
	Nunca	Poca	Moderada	Alta
Sentado leyendo.				
Viendo televisión.				
Sentado (por ejemplo: en el teatro, en una reunión, en una conferencia, escuchando la misa o el culto).				
Como pasajero en un automóvil, ómnibus, micro o combi durante una hora o menos de recorrido.				
Recostado en la tarde si las circunstancias se lo permiten.				
Sentado conversando con alguien.				
Sentado luego del almuerzo y sin haber bebido alcohol.				
Conduciendo un automóvil cuando se detiene algunos minutos por el tráfico.				

Gracias por su cooperación

Batería corta de desempeño físico (SPPB)

1. Prueba de balance		
	A. Pararse con los pies uno al lado del otro ¿Mantuvo la posición al menos por 10 segundos? Si el participante no logró completarlo, finaliza la prueba de balance.	Sí ☐ (1 punto) No ☐ (0 punto) Se rehúsa ☐
	B. Pararse en posición semi-tándem ¿Mantuvo la posición al menos por 10 segundos? Si el participante no logró completarlo, finaliza la prueba de balance.	Sí ☐ (1 punto) No ☐ (0 puntos) Se rehúsa ☐
	C. Pararse en posición tándem ¿Mantuvo la posición al menos por 10 segundos? Tiempo en seg _____ (máx. 15)	Sí ☐ (2 punto) Sí ☐ (1 punto) No ☐ (0 punto) Se rehúsa ☐
☐ 0= <3.0 seg o no lo intenta. ☐ 1= 3.0 a 9.99 seg. ☐ 2= 10 a 15 seg.		
SUBTOTAL		Puntos: /4
2. Velocidad de marcha (recorrido de 4 metros)		
A. Primera medición Tiempo requerido para recorrer la distancia Si el participante no logró completarlo, finaliza la prueba.		Seg: Se rehúsa ☐
B. Segunda medición Tiempo requerido para recorrer la distancia Si el participante no logró completarlo, finaliza la prueba.		Seg: Se rehúsa ☐
Calificación de la medición menor. ☐ 1= >8.70 seg. ☐ 2= 6.21 a 8.70 seg. ☐ 3= 4.82 a 6.20 seg. ☐ 4= <4.82 seg.		
SUBTOTAL		Puntos: /4
3. Prueba de levantarse cinco veces de una silla		
	A. Prueba previa (no se califica, sólo para decidir si pasa a B) ¿El paciente se levanta sin apoyarse en los brazos? Si el participante no logró completarlo, finaliza la prueba.	Sí ☐ No ☐ Se rehúsa ☐
	B. Prueba repetida de levantarse de una silla Tiempo requerido para levantarse cinco veces de una silla	Seg: Se rehúsa ☐
Calificación de la actividad. 0= Incapaz de realizar cinco repeticiones o tarda > 60 seg 1= 16.7 a 60 seg. 2= 13.7 a 16.69 seg. 3= 11.2 a 13.69 seg 4= < o igual 11.19 seg		
SUBTOTAL		Puntos: /4
TOTAL BATERÍA CORTA DE DESEMPEÑO FÍSICO (1+2+3)/12		Puntos: /12

Anexo 4: Formato de consentimiento informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Bachiller: Ruth Mercedes Huisa Huamaní.

Ruthymhh@gmail.com

Objetivo del estudio: Determinar la relación que existe entre la somnolencia diurna y el desempeño físico en los adultos mayores.

Propósito del Estudio:

Lo invitamos a participar del presente estudio, el cual es desarrollado por la bachiller egresada de la Universidad Privada Norbert Wiener. La misma que se desarrollará con la finalidad de identificar la relación que existe entre la somnolencia diurna y el desempeño físico en los adultos mayores y a partir de los resultados, actuar sobre la toma de conciencia y medidas para la prevención de complicaciones relacionadas al deterioro físico.

Procedimientos:

Si usted acepta participar del presente estudio, se procederá la entrega de dos instrumentos de evaluación, una escala de somnolencia diurna, que deberá de llenar con la mayor sinceridad posible y se le aplicará tres pruebas físicas pertenecientes a una batería corta que evaluará su desempeño físico, al final se les brindará información de la observación realizada.

Costos e incentivos:

Por su participación en el estudio, no realizará ningún tipo de pago, al finalizar el estudio se le brindará un pequeño presente como muestra de agradecimiento por su participación.

Confidencialidad:

La investigadora guardara la información con códigos, y no se relacionarán sus opiniones con su persona. Si los resultados de este seguimiento son publicados, se le garantiza que no se mostrará ninguna información que permita identificar a las personas que participen en este estudio. Sus archivos no serán mostrados a ninguna persona ajena al estudio sin su consentimiento.

Derechos del participante:

Si usted decide participar del estudio, debe saber que puede retirarse de éste en cualquier momento, o no participar en una parte del estudio sin prejuicio alguno. Si tiene alguna duda adicional, por favor pregunte al personal del estudio, Ruth mercedes Huisa Huamani o llamar al 991719099.

Acepto voluntariamente participar del presente estudio, comprendo el mismo, así como los beneficios a los que será sometido. También comprendo que puedo decidir no participar y que puedo retirarme del estudio en cualquier momento, si así lo deseo.

He comprendido todo lo anterior perfectamente y por ello doy mi consentimiento para la realización del mismo.

Firma del participante

Nombre del participante

Nombre del investigador

Firma del investigador

Fecha ____ / ____ / ____

Hora: _____

Anexo 5: carta de solicitud a la institución para la recolección y uso de datos

CONSTANCIA DE AUTORIZACIÓN

Lima 07 de enero del 2026

Señorita:

Ruth Mercedes Huisa Huamani

Bachiller de la EAP de Tecnología Médica en Terapia Física y Rehabilitación

De mi especial consideración:

El que suscribe, Rubén Enrique Risco Torres, Párroco de la Parroquia "El Espíritu Santo" de Manchay- Pachacamac, deja constancia que la bachiller Ruth Mercedes Huisa Huamani realizó la recolección de datos en el mes de diciembre del año 2024 en el Centro del Adulto Mayor Madre del Amor Hermoso del distrito de Pachacamac, como parte del desarrollo de su trabajo de tesis titulado: "SOMNOLENCIA DIURNA Y DESEMPEÑO FÍSICO EN ADULTOS MAYORES DEL CENTRO DE ADULTO MAYOR MADRE DEL AMOR HERMOSO DEL DISTRITO DE PACHACAMAC, 2024".

Se expide la presente a solicitud de la interesada, para los fines académicos que estime conveniente.

Atentamente,



P. RUBÉN ENRIQUE RISCO
TORRES

PÁRROCO DE LA PARROQUIA
"EL ESPÍRITU SANTO"

MANCHAY-PACHACAMAC

DNI: 70549603

HNA. ELENA ALARCÓN PORRAS

RESPONSABLE DEL CENTRO
DEL ADULTO MAYOR MADRE
DEL AMOR HERMOSO

MANCHAY-PACHACAMAC

DNI: 07537323

Anexo 6: carta de aprobación del comité de ética



COMITÉ INSTITUCIONAL DE ÉTICA E INTEGRIDAD CIENTÍFICA

CONSTANCIA DE APROBACIÓN

Lima, 28 de octubre de 2024

Investigador(a)
Ruth Mercedes Huisa Huamani
Exp. N°: 0617-2024

De mi consideración:

Es grato expresarle mi cordial saludo y a la vez informarle que el Comité Institucional de Ética e Integridad Científica de la Universidad Privada Norbert Wiener (CIEIC-UPNW) **evaluó y APROBÓ** los siguientes documentos:

- Protocolo titulado: **“Sonnolencia Diurna y Desempeño Físico en Adultos Mayores del Centro del Adulto Mayor Madre Del Amor Hermoso del Distrito de Pachacamac, 2024” Versión 01 con fecha 15/07/2024.**
- Formulario de Consentimiento Informado Versión 01 con fecha 15/07/2024.

El cual tiene como investigador principal al Sr(a) Ruth Mercedes Huisa Huamani.

La APROBACIÓN comprende el cumplimiento de las buenas prácticas éticas, el balance riesgo/beneficio, la calificación del equipo de investigación y la confidencialidad de los datos, entre otros.

El investigador deberá considerar los siguientes puntos detallados a continuación:

1. **La vigencia** de la aprobación es de **dos años** (24 meses) a partir de la emisión de este documento.
2. **Toda enmienda o adenda** se deberá presentar al CIEIC-UPNW y no podrá implementarse sin la debida aprobación.
3. Si aplica, la **Renovación** de aprobación del proyecto de investigación deberá iniciarse treinta (30) días antes de la fecha de vencimiento, con su respectivo informe de avance.

Es cuanto informo a usted para su conocimiento y fines pertinentes.

Atentamente,

Raúl Antonio Rojas Ortega

Presidente

Comité Institucional de Ética e Integridad Científica
 UPNW



Anexo 7: Formato para validar los instrumentos de medición a través de juicio de expertos

Juez 1.

1. Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

2. Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.

3. Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión.

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Ambos instrumentos cumplen con los criterios para ser aplicados en el estudio.

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable [X]

Aplicable después de corregir []

No aplicable []

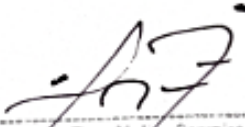
Apellidos y nombres del juez validador.

Mg. Franz Elson Muñico Gonzales

DNI: 42397042

Especialidad del validador:

Fecha: 20 - 05 - 2024


Mg. Franz Elson Muñico Gonzales
Tecnólogo Médico en Terapia
Física y Rehabilitación
C.T.M.P. 11591

Firma del Experto Informante

FICHA DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO POR JUEZ EXPERTO

ESCALA DE SOMNOLENCIA DE EPWORTH (VERSION PERUANA)

Mg. Franz Elson Muñico Gonzales

Por la presente le saludamos y se le solicita tenga a bien dar su opinión respecto al instrumento de recolección de datos del proyecto de investigación titulado “SOMNOLENCIA DIURNA Y DESEMPEÑO FISICO EN ADULTOS MAYORES DEL CENTRO DE ADULTO MAYOR MADRE DEL AMOR HERMOSO, PACHACAMAC, 2024” para optar por el título profesional de Tecnología Médica en Terapia Física y Rehabilitación en la Universidad Privada Norbert Wiener. Muchas gracias por su colaboración.

Tenga en consideración los criterios base que a continuación se presenta y marque con una (x) o un check (✓) en SI o NO, en cada criterio según su opinión.

Item	Criterio	SI	NO	Observación
1	El instrumento recoge información que permita dar respuesta al problema de investigación.	X		
2	El instrumento propuesto responde a los objetivos de estudio.	X		
3	Los ítems del instrumento responden a la operacionalización de la variable.	X		
4	La estructura del instrumento es adecuada.	X		
5	La secuencia presentada facilita el desarrollo del instrumento.	X		
6	Los ítems son claros y entendibles.	X		
7	El número de ítems es adecuado para su aplicación.	X		

Sugerencias:

Fecha: 20 / 05 /2024


 Mg. Franz Elson Muñico Gonzales
 Tecnología Médica en Terapia
 Física y Rehabilitación
 C.T.M.P. 11591

Mg. Franz Elson Muñico Gonzales

Sello y firma Juez experto

CTMP: 11591

FICHA DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO POR JUEZ EXPERTO

BATERIA CORTA DE DESEMPEÑO FISICO (SPPB)

Mg. Franz Elson Muñico Gonzales

Por la presente le saludamos y se le solicita tenga a bien dar su opinión respecto al instrumento de recolección de datos del proyecto de investigación titulado “SOMNOLENCIA DIURNA Y DESEMPEÑO FISICO EN ADULTOS MAYORES DEL CENTRO DE ADULTO MAYOR MADRE DEL AMOR HERMOSO, PACHACAMAC, 2024” para optar por el título profesional de Tecnología Médica en Terapia Física y Rehabilitación en la Universidad Privada Norbert Wiener. Muchas gracias por su colaboración.

Tenga en consideración los criterios base que a continuación se presenta y marque con una (x) o un check (✓) en SI o NO, en cada criterio según su opinión.

Item	Criterio	SI	NO	Observación
1	El instrumento recoge información que permita dar respuesta al problema de investigación.	X		
2	El instrumento propuesto responde a los objetivos de estudio.	X		
3	Los ítems del instrumento responden a la operacionalización de la variable.	X		
4	La estructura del instrumento es adecuada.	X		
5	La secuencia presentada facilita el desarrollo del instrumento.	X		
6	Los ítems son claros y entendibles.	X		
7	El número de ítems es adecuado para su aplicación.	X		

Sugerencias:

Fecha: 20 / 05 /2024


 Lic. Franz Elson Muñico Gonzales
 Tecnología Médica en Terapia
 Física y Rehabilitación
 C.T.M.P. 11591

Mg. Franz Elson Muñico Gonzales

Sello y firma Juez experto

CTMP: 11591

Juez 2.

1. Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

2. Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.

3. Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión.

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Ambos instrumentos cumplen con los criterios para ser aplicados en el estudio.

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable [X]

Aplicable después de corregir []

No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador.

Mg. Aimee Yajaira Diaz Mau

DNI: 40604280

Especialidad del validador: Magister en Docencia universitaria

Fecha: 25/05/2024



Aimee Yajaira Diaz Mau
CTMP 9991 RAE 0677
Gerente General Responsable

Firma del Experto Informante

FICHA DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO POR JUEZ EXPERTO

ESCALA DE SOMNOLENCIA DE EPWORTH (VERSION PERUANA)

Mg. Aimee Yajaira Diaz Mau

Por la presente le saludamos y se le solicita tenga a bien dar su opinión respecto al instrumento de recolección de datos del proyecto de investigación titulado “SOMNOLENCIA DIURNA Y DESEMPEÑO FISICO EN ADULTOS MAYORES DEL CENTRO DE ADULTO MAYOR MADRE DEL AMOR HERMOSO, PACHACAMAC, 2024” para optar por el título profesional de Tecnología Médica en Terapia Física y Rehabilitación en la Universidad Privada Norbert Wiener. Muchas gracias por su colaboración.

Tenga en consideración los criterios base que a continuación se presenta y marque con una (x) o un check (✓) en SI o NO, en cada criterio según su opinión.

Item	Criterio	SI	NO	Observación
1	El instrumento recoge información que permita dar respuesta al problema de investigación.	X		
2	El instrumento propuesto responde a los objetivos de estudio.	X		
3	Los ítems del instrumento responden a la operacionalización de la variable.	X		
4	La estructura del instrumento es adecuada.	X		
5	La secuencia presentada facilita el desarrollo del instrumento.	X		
6	Los ítems son claros y entendibles.	X		
7	El número de ítems es adecuado para su aplicación.	X		

Sugerencias:

Fecha: 25 /05 /2024


 Aimee Yajaira Diaz Mau
 CTMP 9981 RNE 0077
 Gerente General Responsable

Mg. Aimee Yajaira Diaz Mau

Sello y firma Juez experto

CTMP: 9981/ RNE 0077

FICHA DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO POR JUEZ EXPERTO

BATERIA CORTA DE DESEMPEÑO FISICO (SPPB)

Mg. Aimee Yajaira Diaz Mau

Por la presente le saludamos y se le solicita tenga a bien dar su opinión respecto al instrumento de recolección de datos del proyecto de investigación titulado “SOMNOLENCIA DIURNA Y DESEMPEÑO FISICO EN ADULTOS MAYORES DEL CENTRO DE ADULTO MAYOR MADRE DEL AMOR HERMOSO, PACHACAMAC, 2024” para optar por el título profesional de Tecnología Médica en Terapia Física y Rehabilitación en la Universidad Privada Norbert Wiener. Muchas gracias por su colaboración.

Tenga en consideración los criterios base que a continuación se presenta y marque con una (x) o un check (✓) en SI o NO, en cada criterio según su opinión.

Item	Criterio	SI	NO	Observación
1	El instrumento recoge información que permita dar respuesta al problema de investigación.	X		
2	El instrumento propuesto responde a los objetivos de estudio.	X		
3	Los ítems del instrumento responden a la operacionalización de la variable.	X		
4	La estructura del instrumento es adecuada.	X		
5	La secuencia presentada facilita el desarrollo del instrumento.	X		
6	Los ítems son claros y entendibles.	X		
7	El número de ítems es adecuado para su aplicación.	x		

Sugerencias:

Fecha: 25 /05 /2024


 Aimee Yajaira Diaz Mau
 CTMP:9981 RNE: 0077
 Gerente General Responsabil

Mg. Aimee Yajaira Diaz Mau

Sello y firma Juez experto

CTMP:9981/ RNE 0077

Juez 3.

1. Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

2. Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.

3. Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión.

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Ambos instrumentos cumplen con los criterios para ser aplicados en el estudio.

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable [X]

Aplicable después de corregir []

No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador.

Mg. Pierre Alberto Huamani Escudero

DNI: 47167011

Especialidad del validador: Especialidad en Terapia Cardiorrespiratoria

Fecha: 26/05/2024


Firma del Experto Informante

FICHA DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO POR JUEZ EXPERTO

ESCALA DE SOMNOLENCIA DE EPWORTH (VERSION PERUANA)

Mg. Pierre Alberto Huamani Escudero

Por la presente le saludamos y se le solicita tenga a bien dar su opinión respecto al instrumento de recolección de datos del proyecto de investigación titulado “SOMNOLENCIA DIURNA Y DESEMPEÑO FISICO EN ADULTOS MAYORES DEL CENTRO DE ADULTO MAYOR MADRE DEL AMOR HERMOSO, PACHACAMAC, 2024” para optar por el título profesional de Tecnología Médica en Terapia Física y Rehabilitación en la Universidad Privada Norbert Wiener. Muchas gracias por su colaboración.

Tenga en consideración los criterios base que a continuación se presenta y marque con una (x) o un check (✓) en SI o NO, en cada criterio según su opinión.

Item	Criterio	SI	NO	Observación
1	El instrumento recoge información que permita dar respuesta al problema de investigación.	X		
2	El instrumento propuesto responde a los objetivos de estudio.	X		
3	Los ítems del instrumento responden a la operacionalización de la variable.	X		
4	La estructura del instrumento es adecuada.	X		
5	La secuencia presentada facilita el desarrollo del instrumento.	X		
6	Los ítems son claros y entendibles.	X		
7	El número de ítems es adecuado para su aplicación.	X		

Sugerencias:

Fecha: 26 / 05 /2024


 Mg. Pierre Alberto Huamani Escudero
 C.T.M.P. 14179

FICHA DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO POR JUEZ EXPERTO

BATERIA CORTA DE DESEMPEÑO FISICO (SPPB)

Mg. Pierre Alberto Huamani Escudero

Por la presente le saludamos y se le solicita tenga a bien dar su opinión respecto al instrumento de recolección de datos del proyecto de investigación titulado “SOMNOLENCIA DIURNA Y DESEMPEÑO FISICO EN ADULTOS MAYORES DEL CENTRO DE ADULTO MAYOR MADRE DEL AMOR HERMOSO, PACHACAMAC, 2024” para optar por el título profesional de Tecnología Médica en Terapia Física y Rehabilitación en la Universidad Privada Norbert Wiener. Muchas gracias por su colaboración.

Tenga en consideración los criterios base que a continuación se presenta y marque con una (x) o un check (✓) en SI o NO, en cada criterio según su opinión.

Item	Criterio	SI	NO	Observación
1	El instrumento recoge información que permita dar respuesta al problema de investigación.	X		
2	El instrumento propuesto responde a los objetivos de estudio.	X		
3	Los ítems del instrumento responden a la operacionalización de la variable.	X		
4	La estructura del instrumento es adecuada.	X		
5	La secuencia presentada facilita el desarrollo del instrumento.	X		
6	Los ítems son claros y entendibles.	X		
7	El número de ítems es adecuado para su aplicación.	X		

Sugerencias:

Fecha: 26 /05 /2024


 Mg. Pierre Alberto Huamani Escudero
 C.T.M.P. 14179

13% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Texto citado
- Texto mencionado
- Coincidencias menores (menos de 10 palabras)

Fuentes principales

- 12%  Fuentes de Internet
- 2%  Publicaciones
- 6%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

Fuentes principales

- 12% Fuentes de Internet
- 2% Publicaciones
- 6% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Fuentes principales

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	Internet	repositorio.ucv.edu.pe	3%
2	Internet	hdl.handle.net	1%
3	Internet	repositorio.uwiener.edu.pe	<1%
4	Internet	psiquiatria.com	<1%
5	Trabajos entregados	Universidad Cesar Vallejo on 2017-11-30	<1%
6	Internet	basadoenhechosreales.com.ar	<1%
7	Publicación	Diana Lucia Sinza Leyton, Sergio Alejandro Quijano Duarte, Sonia Carolina Mantill...	<1%
8	Trabajos entregados	Universidad Cesar Vallejo on 2022-06-28	<1%
9	Internet	www.researchgate.net	<1%
10	Trabajos entregados	Kastamonu University on 2025-10-08	<1%
11	Trabajos entregados	Universidad Cesar Vallejo on 2017-05-28	<1%