



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

Tesis

Somnolencia diurna y capacidad física en pacientes del Centro SPA Glael,
Lima - 2026

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

Presentado por:

Autor: Guerra Rodríguez, Henry

Código ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-3897-2125>

Autora: Velarde Sulca, Luz Maribel

Código ORCID: <https://orcid.org/0009-0003-3374-1550>

Asesor: Dr. Chero Pisfil, Santos Lucio

Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8684-6901>

Lima – Perú

2026

	DECLARACIÓN JURADA DE AUTORIA Y DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN		
	CÓDIGO: UPNW-GRA-FOR-033	VERSIÓN: 01 REVISIÓN: 01	FECHA: 22/02/2026

Yo, : Henry Guerra Rodríguez y Luz Maribel Velarde Sulca 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 capacidad física en pacientes del Centro SPA Glael, Lima - 2026" Asesorado por el docente: Dr. Chero Pisfil Santos Lucio DNI 06139258 ORCID [0000-0001-8684-6901](https://orcid.org/0000-0001-8684-6901) tiene un índice de similitud de 13% con código oid: :14912:608270280 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.

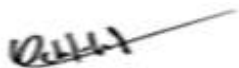


Firma de autor 1
Henry Guerra Rodríguez
DNI: 75800801



Firma de autor 2
Luz Maribel Velarde Sulca

DNI: 74143622



.....
Firma
Chero Pisfil Santos Lucio
DNI: 06139258

Lima, 05 de junio del 2026

Dedicatoria

A Dios, por guiarnos y darnos fortaleza para culminar este proyecto de tesis. A nuestros padres por su apoyo incondicional y a nuestra amada hija Sabina Rafaella por ser el motor y el impulso de ser mejores cada día. Nuestra gratitud hacia ustedes por permitirnos desarrollarnos profesionalmente. Esta tesis es un tributo a su legado y a la eterna admiración que sentimos por ustedes; sus conocimientos, orientaciones, paciencia y motivación han sido fundamentales para nuestra formación.

Agradecimiento

Agradecemos profundamente a Dios por brindarnos sabiduría y fortaleza en cada paso de este largo camino, brindándonos inspiración y serenidad en cada etapa de nuestra investigación. A nuestros padres por confiar en nosotros y siempre apoyarnos.

A nuestro asesor, por guiarnos con paciencia y transmitirnos sus conocimientos para convertirnos en profesionales comprometidos con la salud y el bienestar de los demás.

INDICE

I. INTRODUCCION	9
II. METODOLOGIA.....	10
III. RESULTADOS	12
IV. DISCUSION	14
V. CONCLUSIONES	19
VI. REFERENCIAS	20
VI. ANEXOS	23

Índice de tablas

Tabla 1. Características sociodemográficas	14
Tabla 2. Nivel de somnolencia diurna y capacidad física	14
Tabla 3. Relación entre la somnolencia diurna y capacidad física.....	16
Tabla 4. Relación entre los componentes de somnolencia diurna y capacidad física.....	16

**Somnolencia diurna y capacidad física en pacientes del Centro
SPA Glael, Lima - 2026.**

Daytime Sleepiness and Physical Capacity in Patients at the Glael
SPA Center, Lima – 2026.

Autora y filiación: Bachilleres Henry Guerra Rodríguez y Luz Maribel Velarde Sulca del Programa Académico de Terapia Física y Rehabilitación, Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Privada Norbert Wiener, Lima, Perú.

Resumen

Introducción: Un tercio de los adultos duerme menos de lo recomendado y solo el 30% cumple con las 7-9 horas necesarias, lo que genera somnolencia en el 10-20% de la población, afectando la productividad y la salud. **Objetivo:** Determinar la relación entre Somnolencia diurna y la capacidad física en pacientes que asisten a un Centro de SPA, Lima - 2026. **Materiales y métodos:** La investigación se desarrolló bajo el método hipotético-deductivo, de tipo aplicado, con alcance correlacional y diseño no experimental de corte transversal. La población estuvo integrada por 102 pacientes, de los cuales se seleccionó una muestra de 82 participantes. **Resultados:** Respecto a las características predominó el sexo masculino con el 51,2%. En relación con la somnolencia diurna, el nivel moderado fue el más frecuente, alcanzando el 62,2%. Por otro lado, en la variable capacidad física predominó la mala capacidad física, representando el 67,1%. El análisis mediante la correlación de Spearman evidenció una asociación negativa de magnitud moderada entre las variables ($Rho = -0,571$). Se concluye que existe una correlación negativa entre la somnolencia diurna y la capacidad física en los pacientes evaluados.

Palabras clave: Somnolencia diurna, capacidad física, disnea.

Abstract

Introduction: One-third of adults sleep less than the recommended amount, and only 30% achieve the recommended 7–9 hours of sleep per night. As a result, excessive daytime sleepiness affects approximately 10–20% of the population, negatively impacting productivity and overall health. **Objective:** To determine the relationship between daytime sleepiness and physical capacity among patients attending a SPA Center in Lima, 2026. **Materials and Methods:** This study was conducted using the hypothetical-deductive method, with an applied approach, correlational scope, and a non-experimental cross-sectional design. The population consisted of 102 patients, from which a sample of 82 participants was selected. **Results:** Regarding sociodemographic characteristics, males represented the majority of participants (51.2%). Concerning daytime sleepiness, the moderate level was the most prevalent, accounting for 62.2% of cases. In terms of physical capacity, poor physical capacity predominated, representing 67.1% of participants. Spearman's correlation analysis revealed a moderate negative association between the variables ($Rho = -0.571$). **Conclusion:** There is a negative correlation between daytime sleepiness and physical capacity among the patients evaluated.

Keywords: Excessive daytime sleepiness, physical capacity, dyspnea

I. INTRODUCCIÓN

La Fundación Nacional del Sueño (FNS) señala que aproximadamente un tercio de los adultos duerme menos de lo aconsejado y solo alrededor del 30 % cumple con las recomendaciones establecidas (1). De igual manera, el Instituto Nacional de Enfermedades Neurológicas y Accidentes Cerebrovasculares indica que los adultos de 18 a 64 años deberían dormir entre 7 y 9 horas por noche, aunque estos requerimientos pueden variar según características y condiciones individuales (2).

En Australia estimó que la somnolencia diurna (SD) genera un impacto económico considerable, con un costo aproximado de 4,5 millones de dólares australianos, equivalente a cerca del 0,8 % del producto interno bruto (3). Asimismo, en Estados Unidos, alrededor del 34 % de la población adulta percibe su calidad de sueño como baja o regular. Se calcula que más de 50 millones de personas presentan trastornos crónicos del sueño, situación que se asocia con somnolencia diurna, menor rendimiento laboral y deterioro de la calidad de vida (4).

Los estudios epidemiológicos indican que la somnolencia diurna afecta aproximadamente entre el 10 % y el 20 % de la población adulta, con mayor frecuencia en individuos expuestos a estrés laboral, sedentarismo y hábitos de sueño inadecuados. En América Latina, diversas investigaciones han reportado prevalencias cercanas al 18 %, las cuales se asocian con fatiga crónica, disminución del rendimiento físico y un mayor riesgo cardiometabólico (5).

SD es una condición que puede indicar trastornos del sueño subyacentes, como la apnea o la narcolepsia, y que repercute directamente en la capacidad de una persona para mantener la atención y la vigilia durante las actividades cotidianas. Su impacto va más allá de la fatiga física, deteriorando funciones cognitivas y generando un círculo vicioso que compromete la salud integral y el equilibrio emocional de quien la padece. (6). Por ende, el sueño Es un proceso fisiológico activo y reversible que desempeña una función esencial en la conservación de la energía (7).

En cuanto a la categorización de la somnolencia diurna (SD), se considera normal cuando la persona no presenta señales de adormecimiento y mantiene un desempeño adecuado en sus actividades diarias. La SD leve suele pasar desapercibida, aunque puede generar disminución del rendimiento físico e intelectual. En la SD moderada se observan manifestaciones más evidentes que afectan el bienestar físico y emocional. Finalmente, la SD severa se caracteriza

por un agotamiento corporal que dificulta mantener la concentración y el estado de alerta durante el día (8).

En relación con la capacidad física, esta se define como el conjunto de atributos funcionales y estructurales que posee el organismo para realizar actividades que requieren movimiento, fuerza y resistencia (9). Asimismo, comprende tres dimensiones: la capacidad aeróbica, entendida como la capacidad máxima del cuerpo para captar y utilizar oxígeno en los músculos (10); la dimensión respiratoria, relacionada con la fatiga de los músculos respiratorios tras esfuerzos físicos prolongados o repetitivos (11); y la dimensión físico-funcional, que corresponde a la habilidad para movilizar el cuerpo y las articulaciones con amplitud, sin dolor ni limitaciones musculares (12).

La investigación reportada por Hurtado y Escalante en el año 2023 mostró que el 50,8 % de los profesionales de enfermería presentó somnolencia durante las horas de trabajo en un nivel intermedio, el 26,5 % en un nivel bajo y el 22,7 % en un nivel excesivo, encontrándose una significancia estadística de $p = 0,000$ (13).

Asimismo, en Ecuador, Morales et al. evidenciaron que el rendimiento en la prueba 1-min Sit-to-Stand Test (1min-STST) presentó una asociación inversa moderada con la edad ($r = -0,555$), indicando que a mayor edad menor número de repeticiones y, por consiguiente, una disminución de la capacidad funcional (14).

En este contexto, resulta fundamental comprender la relación de ambas variables de estudio, debido a que ambos factores influyen significativamente en la funcionalidad, autonomía y calidad de vida. Por ello, el objetivo de la presente investigación fue “determinar la relación entre la somnolencia diurna y la capacidad física en pacientes del Centro SPA Glael, Lima – 2026”.

II. METODOLOGÍA

El estudio se desarrolló bajo lineamientos científicos y empleó el método hipotético-deductivo. Fue de tipo aplicado porque estuvo orientado a resolver un problema práctico (15). El diseño fue no experimental, ya que no se manipularon las variables (16). Su alcance fue correlacional, ya que permitió identificar y analizar la relación. Asimismo, presentó un diseño de corte transversal (17).

La población estuvo conformada por 102 pacientes del Centro SPA GLAEL que reunieron las características requeridas para el estudio. Se incluyeron participantes de ambos sexos, con edades entre 20 y 40 años, que asistían al centro, aceptaron participar voluntariamente y firmaron el consentimiento informado. Fueron excluidos aquellos con deterioro cognitivo moderado o severo, trastornos psiquiátricos y dependencia funcional severa.

La muestra estuvo integrada por 81 participantes que asistieron al Centro SPA GLAEL, ubicado en Pueblo Libre, durante el periodo de febrero a mayo de 2026. Se utilizó un muestreo probabilístico aleatorio simple, debido a que todos los integrantes de la población tuvieron la misma posibilidad de ser seleccionados (18).

Con respecto a las variables, la somnolencia diurna fue evaluada mediante la Escala de Epworth versión peruana, mientras que la capacidad física se midió a través de la prueba Sit to Stand. Para la recolección de datos, primero se solicitó autorización al gerente general del Centro SPA GLAEL. Luego se explicó a los participantes el propósito de la investigación, el tiempo aproximado de evaluación y el carácter voluntario de su participación, obteniendo posteriormente el consentimiento informado. Finalmente, se aplicaron la encuesta y la prueba física para obtener la información necesaria, previa validación de los instrumentos (19).

Los datos obtenidos fueron procesados en dos etapas: Primero, se utilizó el programa Microsoft Excel 2021 para ordenar la información. Luego, fue trasladada al programa SPSS para realizar el análisis estadístico correspondiente. Durante la fase de estadística, se evaluó la distribución mediante la prueba de Kolmogórov-Smirnov para llevar a cabo el análisis de normalidad, en función de los resultados se utilizó la correlación de spearman.

Finalmente, en el ámbito ético, el estudio se desarrolló conforme a los principios de la Declaración de Helsinki y el Reporte Belmont, priorizando el respeto por las personas y la obtención del consentimiento informado. Además, contó con la aprobación del comité de ética

de la universidad y se empleó la herramienta Turnitin como medida de integridad académica, garantizando la seguridad y credibilidad del proceso investigativo.

III. RESULTADOS

Tabla 1. Características sociodemográficas

		Frecuencia	Porcentaje
Sexo	Femenino	40	48,8%
	Masculino	42	51,2%
		Media	DE
Edad	N	32,18	3,237

Fuente: Propia

Interpretación: Se observa predominio de participantes hombres siendo 51,2% seguido del femenino en 48,8%, siendo la edad media de 32,18 con una desviación estándar de 3,237 años.

Tabla 2. Niveles de somnolencia diurna y la capacidad física

Variables		Frecuencia	Porcentaje
Somnolencia diurna	Normal	11	13,4%
	Leve	17	20,7%
	Moderado	51	62,2
	Severo	3	3,7%
Capacidad física	Malo	55	67,1%
	Regular	21	25,6%
	Bueno	6	7,3%

Fuente: Propia

Interpretación: Respecto a la somnolencia diurna destaco un nivel moderado (62,2%), leve (20,7%), normal (13,4%) y solo severo (3,7%). Mientras que la capacidad física sobresalió una mala capacidad física (67,1%), regular (25,6%) y bueno (7,3%).

Tabla 3. Relación entre la somnolencia diurna y la capacidad física

		Somnolencia diurna	Capacidad física
Rho de Spearman	Somnolencia diurna	Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,571**
		N	82
	Capacidad física	Coefficiente de correlación	,571
		Sig. (bilateral)	,000
		N	82

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

Interpretación: La tabla de correlaciones entre la somnolencia diurna y la capacidad física, aplicada mediante el coeficiente de Spearman, muestra una correlación negativa moderada ($Rho = 0,571$) y estadísticamente significativa ($p = 0,000$). Esto sugiere que existe una relación directa entre ambas variables, de modo que un moderado nivel de somnolencia diurna se asocia con una mala capacidad física.

Tabla 4. Relación entre la somnolencia diurna y sus componentes con la capacidad física

		Componente normal	Componente leve	Componente moderado	Componente severo
Capacidad física	Correlación de				
	Rho de Spearman	-,488	-,516	-,649	-,401
	Sig. (bilateral)	,000	,002	,000	,001

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

Interpretación: La tabla muestra una relación negativa y significativa entre la somnolencia diurna y la capacidad física. Se observaron correlaciones moderadas en los niveles normal ($r = -0,488$), leve ($r = -0,516$) y moderado ($r = -0,649$), mientras que el nivel severo presentó una correlación negativa de menor magnitud ($r = -0,401$), siendo todas estadísticamente significativas ($p < 0,05$).

IV. DISCUSIÓN

El objetivo del presente estudio fue Determinar la relación entre Somnolencia diurna y la capacidad física en pacientes del Centro de SPA Glael, Lima - 2026. Los hallazgos demostraron un vínculo estadísticamente significativo entre las dos variables en estudio, la existencia de una relación entre las variables quedó demostrada mediante Spearman ($\rho = -0.571$) y un nivel de probabilidad bilateral ($p < 0.000$), lo que refleja una fuerza de asociación negativa de magnitud moderada. Dicha tendencia guarda consistencia con lo reportado por Jaime (20), cuyo estudio determinó una relación entre la somnolencia diurna y la ansiedad de un centro de salud antiestrés tras alcanzar un valor de Rho de 0.563. En esa misma línea, los datos convergen con las de Ayala y Luciano (21) al evaluar el nexo entre la CS y la somnolencia en una población de Lima Metropolitana. En contraste, el análisis inferencial reveló la ausencia de un lazo significativo con respecto el indicando que no había una asociación al registrarse un valor de $p = 0,079$, superior al nivel de significancia establecido.

En cuanto a las características sociodemográficas, la población estuvo conformada por 82 adultos, con un ligero predominio del sexo masculino (51,2%) frente al femenino (48,8%). La edad promedio fue de $32,18 \pm 3,24$ años. Estos hallazgos difieren de lo reportado por Arellano (22), quien encontró una mayor participación femenina (55,6%). Asimismo, dicho autor evidenció que la somnolencia diurna moderada fue más frecuente en las mujeres (71,2%) que en los hombres.

Al identificar los niveles de somnolencia diurna, predominó el nivel moderado (62,2%), seguido del leve (20,7%), normal (13,4%) y severo (3,7%). Estos resultados difieren de lo reportado por Loli (23), quien encontró que 31 médicos presentaban somnolencia diurna y 98 no la presentaban. Además, la somnolencia fue más frecuente en los varones (74,19%) que en las mujeres (25,81%), evidenciando una distribución distinta a la observada en el presente estudio.

Al evaluar el nivel de la capacidad física de los pacientes, predominó la mala capacidad física (67,1%), seguida de la capacidad regular (25,6%) y buena (7,3%). Estos hallazgos guardan relación con lo reportado por Martin et al. (24), quienes encontraron que, al alta, ninguno de los 48 pacientes alcanzó un valor de STST superior al percentil 50 y que el 77% se ubicaba por debajo de dicho percentil, evidenciando un bajo nivel de capacidad física.

Al analizar la relación entre la dimensión normal de la somnolencia diurna y la capacidad física, se encontró una correlación negativa de magnitud moderada y estadísticamente significativa ($\rho = -0,488$; $p < 0,05$), lo que indica que una mejor condición respecto a la somnolencia diurna se asocia con una mayor capacidad física. Este resultado difiere de lo reportado por Guerra (25), quien no encontró una relación significativa entre la dimensión normal de la somnolencia diurna y la actividad física en personas jóvenes, al obtener un valor de significancia de 0,461, superior al nivel establecido de 0,05.

Respecto a la dimensión leve de la somnolencia diurna, los resultados evidenciaron una relación negativa y estadísticamente significativa con la capacidad física ($r = -0,516$; $p < 0,05$), indicando que el incremento de la SD se asocia con una disminución de la capacidad física. Estos hallazgos son similares con lo reportado López et al (26), donde se observó que los participantes con mayores niveles de somnolencia presentaban con mayor frecuencia un rendimiento académico regular, evidenciando una asociación inversa entre ambas variables. Asimismo, la significancia estadística encontrada ($p = 0,04$) respalda la existencia de una relación entre el aumento de la somnolencia y un menor desempeño en diferentes ámbitos funcionales.

Al analizar la relación entre la dimensión moderada de la somnolencia diurna y la capacidad física, se encontró una correlación negativa de magnitud moderada y estadísticamente significativa ($r = -0,649$; $p < 0,05$). Este hallazgo indica que a medida que aumenta la SD en niveles moderados, la capacidad física tiende a disminuir, evidenciando una asociación importante entre ambas variables. De igual manera, la dimensión severa de la somnolencia diurna mostró una correlación negativa y estadísticamente significativa con la capacidad física ($r = -0,401$; $p = 0,001$). Aunque la magnitud de la asociación fue menor que la observada en el nivel moderado, los resultados sugieren que una mayor severidad de la somnolencia se relaciona con un deterioro de la capacidad física de los pacientes evaluados.

Entre las limitaciones del estudio, se identificó que la aplicación de los instrumentos dependió de la finalización de las sesiones de los participantes, situación que prolongó el proceso de recolección de datos y generó retrasos. No obstante, fue posible determinar la relación existente entre la somnolencia diurna y la capacidad física. En futuras investigaciones, se recomienda incluir un mayor número de participantes y emplear diseños longitudinales que permitan ampliar el análisis y fortalecer la evidencia obtenida.

V. CONCLUSIÓN

- Se concluye que existe relación significativa de magnitud moderada entre Somnolencia diurna y la capacidad física en pacientes del Centro de SPA Glael.
- Se concluye que, en cuanto a los aspectos sociodemográficas, predominó el sexo femenino entre los pacientes evaluados.
- Se concluye que el nivel predominante de somnolencia diurna en los pacientes del Centro SPA Glael fue moderado.
- Asimismo, se concluye que el nivel predominante de capacidad física de los pacientes del Centro SPA Glael fue malo.
- Se concluye que existe una relación estadísticamente significativa de magnitud moderada entre el componente de somnolencia diurna normal y la capacidad física.
- Se concluye que existe una relación estadísticamente significativa entre el componente de somnolencia diurna leve y la capacidad física.
- Se concluye que existe una relación estadísticamente significativa entre el componente de somnolencia diurna moderada y la capacidad física.
- Por último, se concluye que existe una relación estadísticamente significativa entre el componente de somnolencia diurna severa y la capacidad física.

VI. Referencias

1. Knutson K, Phelan J, Paskow M, Roach A, Whiton K, Langer G, et al. The National Sleep Foundation's Sleep Health Index. *Sleep Health*. [Internet]. 2017 [citado 2 mar 2026];3(4):234-240. Disponible en: [https://www.sleephealthjournal.org/article/S2352-7218\(17\)30102-X/fulltext](https://www.sleephealthjournal.org/article/S2352-7218(17)30102-X/fulltext)
2. Instituto Nacional de Enfermedades Neurológicas y Accidentes Cerebrovasculares. How much sleep do we need? In *Brain basics: Understanding sleep*. [Internet]. 2024 [citado 2 mar 2026]. Disponible en: <https://espanol.nichd.nih.gov/salud/temas/sleep/informacion/necesito>
3. American Psychiatric Association. ¿Qué son los trastornos del sueño?. Washington (DC): American Psychiatric Association [Internet]. 2021 [citado 2 mar 2026]. Disponible en: <https://www.psychiatry.org/patients-families/la-salud-mental/%C2%BFque-son-los-trastornos-del-sueno/%C2%BFque-son-los-trastornos-del-sueno>
4. Hillman D, Murphy A, Pezzullo L. El coste económico de los trastornos del sueño. *Sleep* [Internet]. 2022 [citado 2 mar 2026];29(3):299–305. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1093/sleep/29.3.299>
5. Etindele F, Torres F, Queiroz R, Carvalho M, Zoukal S, Zarate G. Prevalence of Sleep Disturbances in Latin American Populations and Its Association with Their Socioeconomic Status-A Systematic Review and a Meta-Analysis. *J Clin Med*. [Internet]. 2023 [citado 2 mar 2026];12(24):75-78. Disponible en: <https://doi.org/10.3390/jcm12247508>
6. Peña K, Rey J, Talaverano A. Factores asociados a somnolencia diurna en conductores de transporte público de Lima Metropolitana. *Rev Peru Med Exp Salud Publica* [Internet]. 2019;36(4):29–35. Disponible en: <http://doi.org/10.17843/rpmesp.2019.364.4305>

7. Carrillo P, Ramírez J, Magaña K. Neurobiología del sueño y su importancia: antología para el estudiante universitario. Rev Fac Med Univ Nac Auton Mex [Internet]. 2013 [citado el 8 de abril de 2026];56(4):5–15. Disponible en: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0026-17422013000400002
8. Gonçalves M, Malafaia S, Moutinho J, Roth T, Marques D. Epworth sleepiness scale: A meta-analytic study on the internal consistency. Sleep Med [Internet]. 2023;10(9):261–269. Disponible en: <http://doi.org/10.1016/j.sleep.2023.07.008>
9. Aracely L, Castillo E, Cervantes N, Luján R, Alberto L, Olivares F. Capacidades físicas y su relación con la actividad física y composición corporal en adultos Physical capacities and their relationship with physical activity and body composition in adults [Internet]. Revistaretos.org. [citado el 8 de abril de 2026]. Disponible en: <https://revistaretos.org/index.php/retos/article/download/83067/63942/292444>
10. Chaves M, Sandoval C, Calero P. Asociación entre capacidad aeróbica y calidad de vida en adultos mayores de una ciudad colombiana. Rev Peru Med Exp Salud Publica [Internet]. 2017;34(4):62–69. Disponible en: <http://doi.org/10.17843/rpmesp.2017.344.2522>
11. Vilchez A, Molina J, Erriest J, Arregui V, Castro L, Camilletti J. Entrenamiento de fuerza máxima y su relación con el fitness físico en rehabilitación cardiovascular. Rev Fed Argent Cardiol [Internet]. 2024;53(3):12–49. Disponible en: <http://doi.org/10.63600/7a3a4p89>
12. Taipe C, Sosa G, Guallasamín F. Efectividad de la flexibilidad activa y pasiva en el entrenamiento de gimnasia rítmica. Podium [Internet]. 2021 [citado el 8 de abril de 2026];16(3):71–80. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1996-24522021000300871
13. Hurtado A, Cansinos S. Calidad de sueño y somnolencia diurna excesiva en el personal de Enfermería, Hospital Regional Guillermo Díaz de la Vega Abancay 2022 [tesis de licenciatura en Internet]. Abancay: Universidad Tecnológica de los Andes; 2023 [citado 2026 May 22]. Disponible en: https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UTEA_4a8eb6f2954a68ebfaaa6b73191bed1d

14. Morales M, Dávila S, Torres R, Hidrovo C, Otto M, Esparza W, et al. One-minute sit-to-stand test reference values in people living at high altitudes. Colomb Med (Cali). [Internet]. 2025 [citado 3 mar 2026];56(1):2006674. Disponible en: <https://doi.org/10.25100/cm.v56i1.6674>
15. Hernández R, Mendoza C (2018). Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta [Internet]. Unam.mx. [citado el 8 de abril de 2026]. Disponible en: <https://virtual.cuautitlan.unam.mx/rudics/?p=2612>
16. Calle S. Diseños de investigación cualitativa y cuantitativa. Ciencia Latina [Internet]. 31 de julio de 2023 [citado 8 de febrero de 2026];7(4):1865-79. Disponible en: <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/7016>
17. Manterola C. et al. Estudios de Corte Transversal. Un Diseño de Investigación a Considerar en Ciencias Morfológicas. Int. J. Morphol. [Internet]. 2023 Feb [citado 2025 Oct 29] ; 41(1): 146-155. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-95022023000100146>
18. Otzen T, Manterola C. Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. Int J Morphol [Internet]. 2017;35(1):27–32. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.4067/s0717-95022017000100037>
19. Romero F. La técnica e instrumento en la investigación científica. SER [Internet]. 2023 [citado el 8 de abril de 2026];3(7):7–17. Disponible en: <https://revista.sciencevolution.com/index.php/sciencevolution/article/view/62>
20. Jaime J. Somnolencia diurna y la ansiedad en pacientes que asisten al centro consultora de salud antiestrés San Borja Lima - 2025. [Internet]. Universidad Privada Norbert Wiener; 2025 [citado 3 mar 2026] Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.13053/14016>
21. Ayala D, Luciano J. Calidad de sueño y somnolencia diurna en voluntarios de Organizaciones No Gubernamentales de Lima Metropolitana [tesis de licenciatura]. Lima: Universidad Privada del Norte [Internet]. 2023 [citado 3 mar 2026]. Disponible en: <https://hdl.handle.net/11537/35154>
22. Arellano G, Bravo A, Rivas O, Velásquez E, Mamani V. Asociación entre la calidad de dieta y el nivel de somnolencia en universitarios peruanos: estudio transversal analítico. Nutr Clín Diet Hosp. [Internet]. 2024 [citado 3 mar 2026];44(4):314 322. Disponible en: <https://doi.org/10.12873/444arellano>

23. Loli A. Calidad de sueño y somnolencia diurna en estudiantes universitarios. *Llalliq*. [Internet]. 2025 [citado 3 mar 2026];5(2):12-86. Disponible en:
<https://doi.org/10.32911/llalliq.2025.v5.n2.1286>
24. Martín I, Fernández R, Ruiz F, García E, López S, et al. Follow up of functional exercise capacity in patients with COVID 19: It is improved by telerehabilitation. *Respir Med*. [Internet]. 2021 [citado 3 mar 2026]; 183:106438. Disponible en:
<https://doi.org/10.1016/j.rmed.2021.106438>
25. Guerra M. Somnolencia diurna y actividad física en personas jóvenes del Asentamiento Humano Jesús de Nazaret, Independencia, Lima, 2024 [tesis de licenciatura en Internet]. Lima: Universidad Privada Norbert Wiener; 2025 [citado 2026 May 31]. Disponible en:
<https://hdl.handle.net/20.500.13053/12827>
26. López D, Rodríguez C, Carreño S, Jiménez L, Martínez M. Asociación de la somnolencia diurna excesiva con el rendimiento académico en universitarios de Tabasco, México. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*. 2025;9(4):11541-11556. doi:10.37811/cl_rcm.v9i4.19784. Disponible en:
https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v9i4.19784

14. Anexos

Anexo 1: Matriz de consistencia

Formulación del Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Diseño Metodológico
Problema General ¿Cuál es la relación entre Somnolencia diurna y la capacidad física en pacientes del Centro de SPA Glael, Lima - 2026? Problemas específicos ¿Cuáles son los aspectos sociodemográficos de los pacientes del Centro de SPA Glael, Lima - 2026? ¿Cuál es el nivel de la somnolencia diurna en pacientes del Centro de SPA Glael, Lima - 2026? ¿Cuál es el nivel de la capacidad física en pacientes del Centro de SPA Glael, Lima - 2026? ¿Cuál es la relación entre la somnolencia diurna en el componente normal y la capacidad física en pacientes del Centro de SPA Glael, Lima - 2026? ¿Cuál es la relación entre la somnolencia diurna en el componente leve y la capacidad física en pacientes del Centro de SPA Glael, Lima - 2026? ¿Cuál es la relación entre la somnolencia diurna en el componente moderado y la capacidad física en pacientes del Centro de SPA Glael, Lima - 2026? ¿Cuál es la relación entre la somnolencia diurna en el componente severo y la capacidad física en pacientes del Centro de SPA Glael, Lima - 2026?	Objetivo general Determinar la relación entre Somnolencia diurna y la capacidad física en pacientes del Centro de SPA Glael, Lima - 2026. Objetivos específicos Identificar son los aspectos sociodemográficos de los pacientes del Centro de SPA Glael, Lima - 2026. Identificar el nivel de la somnolencia diurna en pacientes del Centro de SPA Glael, Lima – 2026. Identificar el nivel de la capacidad física en pacientes del Centro de SPA Glael, Lima - 2026. Identificar la relación entre la somnolencia diurna en el componente normal y la capacidad física en pacientes del Centro de SPA Glael, Lima - 2026. Identificar la relación entre la somnolencia diurna en el componente leve y la capacidad física en pacientes del Centro de SPA Glael, Lima - 2026. Identificar la relación entre la somnolencia diurna en el componente moderado y la capacidad física en pacientes del Centro de SPA Glael, Lima - 2026. Identificar la relación entre la somnolencia diurna en el componente normal severo y la capacidad física en pacientes del Centro de SPA Glael, Lima - 2026.	Hipótesis general Hi: Existe relación entre Somnolencia diurna y la capacidad física en pacientes del Centro de SPA Glael, Lima - 2026. Ho: NO existe relación entre Somnolencia diurna y la capacidad física en pacientes del Centro de SPA Glael, Lima - 2026. Hipótesis específicas Hi1: Existe. relación entre la somnolencia diurna en el componente normal y la capacidad física en pacientes del Centro de SPA Glael, Lima – 2026. Hi2: Existe relación entre la somnolencia diurna en el componente leve y la capacidad física en pacientes del Centro de SPA Glael, Lima - 2026. Hi3: Existe relación entre la somnolencia diurna en el componente moderado y la capacidad física en pacientes del Centro de SPA Glael, Lima - 2026. Hi4: Existe relación entre la somnolencia diurna en el componente severo y la capacidad física en pacientes del Centro de SPA Glael, Lima - 2026.	Somnolencia diurna Normal Leve Moderado Severo Capacidad física Componente respiratorio Componente cardiovascular Componente físico funcional	METODO: Hipotético-deductivo ENFOQUE: Cuantitativo TIPO: aplicada DISEÑO: no experimental CORTE: transversal POBLACIÓN: 102 adultos MUESTRA: 82 adultos

Anexo 2: Instrumentos

FICHA DE RECOLECCIÓN DE DATOS

“SOMNOLENCIA DIURNA Y CAPACIDAD FÍSICA EN PACIENTES DEL CENTRO
SPA GLAEL, LIMA - 2026”

I: Datos Sociodemográficos

Edad: Género.....

II: Escala de Somnolencia de Epworth (Versión Peruana Modificada)

¿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 habrían afectado. Use la siguiente escala y marque con una X la opción más apropiada para cada situación:

SITUACIÓN	Nunca	Poca	Moderada	Alta
Sentado leyendo				
Viendo televisión				
Sentado (por ejemplo, en el teatro, reunión, cine, 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 lo permiten				
Sentado conversando con alguien				
Sentado luego del almuerzo, sin haber bebido alcohol				

Parado y apoyándose o no en una pared o mueble				
--	--	--	--	--

Rosales, E.2009

PUNTAJE:

.....

III: Sit To Stand Test (STST 1 minuto)

	PRE	POST INMEDIATO	POST 1er Min	NÚMERO DE REPETICIONES
SaO2				
FC				
BORG: DISNEA/ FATIGA MUSCULAR				

Anexo 3: Validez de Instrumentos

CARTA DE PRESENTACIÓN

Mg. Tomas Pizarro Gozar

Presente

Asunto: VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS A TRAVÉS DE JUICIO DE EXPERTO.

Es muy grato comunicarnos con usted para expresarle nuestro saludo y así mismo, hacer de su conocimiento que, siendo Bachilleres en terapia física y rehabilitación, requeriremos validar los instrumentos con los cuales recogeremos la información necesaria para desarrollar nuestra investigación con la cual optaremos el Título Profesional en Terapia Física y Rehabilitación.

El título nombre de nuestro proyecto de investigación es “SOMNOLENCIA DIURNA Y CAPACIDAD FÍSICA EN PACIENTES DEL CENTRO SPA GLAEL, LIMA - 2026”, siendo imprescindible contar con la aprobación de docentes especializados para aplicar los instrumentos en mención, hemos considerado conveniente recurrir a Usted, ante su connotada experiencia como investigador.

El expediente de validación que le hacemos llegar contiene:

- Carta de presentación.
- Definiciones conceptuales de las variables y dimensiones.
- Matriz de operacionalización de las variables
- Certificado de validez de contenido de los instrumentos.

Expresándole los sentimientos de respeto y consideración, nos despedimos de Usted, no sin antes agradecer por la atención que dispense a la presente.

Atentamente

Luz Maribel Velarde Sulca

D. N. I: 74143622

Henry Guerra Rodríguez

D. N. I: 75800801

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DE LOS INSTRUMENTOS
TITULO: SOMNOLENCIA DIURNA Y CAPACIDAD FÍSICA EN PACIENTES DEL
CENTRO SPA GLAEL, LIMA - 2026

N°	Dimensiones	Pertinencia		Relevancia		Claridad		Sugerencia
VARIABLE: SOMNOLENCIA DIURNA								
	DIMENSION 1:	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
	Somnolencia normal	X		X		X		
	DIMENSION 2:	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
	Somnolencia leve	X		X		X		
	DIMENSION 3:	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
	Somnolencia moderado	X		X		X		
	DIMENSION 4:	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
	Somnolencia severo	X		X		X		
VARIABLE: CAPACIDAD FÍSICA								
	DIMENSIÓN 1:	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
	Componente respiratorio	X		X		X		
	DIMENSIÓN 2:	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
	Componente cardiovascular	X		X		X		
	DIMENSIÓN 3:	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
	Componente físico funcional	X		X		X		

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):

20 de abril del 2026

CARTA DE PRESENTACIÓN

Mg. Guevara Astoquilca, Erika Liset

Presente

Asunto: VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS A TRAVÉS DE JUICIO DE EXPERTO.

Es muy grato comunicarnos con usted para expresarle nuestro saludo y así mismo, hacer de su conocimiento que, siendo Bachilleres en terapia física y rehabilitación, requerimos validar los instrumentos con los cuales recogeremos la información necesaria para desarrollar nuestra investigación con la cual optaremos el Título Profesional en Terapia Física y Rehabilitación.

El título nombre de nuestro proyecto de investigación es “SOMNOLENCIA DIURNA Y CAPACIDAD FÍSICA EN PACIENTES DEL CENTRO SPA GLAEL, LIMA - 2026”, siendo imprescindible contar con la aprobación de docentes especializados para aplicar los instrumentos en mención, hemos considerado conveniente recurrir a Usted, ante su connotada experiencia como investigador.

El expediente de validación que le hacemos llegar contiene:

- Carta de presentación.
- Definiciones conceptuales de las variables y dimensiones.
- Matriz de operacionalización de las variables
- Certificado de validez de contenido de los instrumentos.

Expresándole los sentimientos de respeto y consideración, nos despedimos de Usted, no sin antes agradecer por la atención que dispense a la presente.

Atentamente

Luz Maribel Velarde Sulca

D. N. I: 74143622

Henry Guerra Rodríguez

D. N. I: 75800801

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DE LOS INSTRUMENTOS
TITULO: SOMNOLENCIA DIURNA Y CAPACIDAD FÍSICA EN PACIENTES DEL
CENTRO SPA GLAEL, LIMA - 2026

N°	Dimensiones	Pertinencia		Relevancia		Claridad		Sugerencia
VARIABLE: SOMNOLENCIA DIURNA								
	DIMENSION 1:	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
	Somnolencia normal	X		X		X		
	DIMENSION 2:	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
	Somnolencia leve	X		X		X		
	DIMENSION 3:	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
	Somnolencia moderado	X		X		X		
	DIMENSION 4:	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
	Somnolencia severo	X		X		X		
VARIABLE: CAPACIDAD FÍSICA								
	DIMENSIÓN 1:	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
	Componente respiratorio	X		X		X		
	DIMENSIÓN 2:	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
	Componente cardiovascular	X		X		X		
	DIMENSIÓN 3:	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
	Componente físico funcional	X		X		X		

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):

Aplicación solo para este estudio

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable ☒

Aplicable después de corregir ☐

No aplicable ☐

Apellidos y nombres del juez validador: Guevara Astoquilca, Erika Liset

DNI: 45995474

Especialidad del validador: Magister en Docencia Universitaria.



Lic. Guevara Astoquilca Erika Liset
Tecnólogo Médico
Terapia Física y Rehabilitación
C.T.M.P. 22294

Firma

28 de abril del 2026

CARTA DE PRESENTACIÓN

Mg. Cindy Carolina Quispe Jiménez

Presente

Asunto: VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS A TRAVÉS DE JUICIO DE EXPERTO.

Es muy grato comunicarnos con usted para expresarle nuestro saludo y así mismo, hacer de su conocimiento que, siendo Bachilleres en terapia física y rehabilitación, requerimos validar los instrumentos con los cuales recogeremos la información necesaria para desarrollar nuestra investigación con la cual optaremos el Título Profesional en Terapia Física y Rehabilitación.

El título nombre de nuestro proyecto de investigación es “SOMNOLENCIA DIURNA Y CAPACIDAD FÍSICA EN PACIENTES DEL CENTRO SPA GLAEL, LIMA - 2026”, siendo imprescindible contar con la aprobación de docentes especializados para aplicar los instrumentos en mención, hemos considerado conveniente recurrir a Usted, ante su connotada experiencia como investigador.

El expediente de validación que le hago llegar contiene:

- Carta de presentación.
- Definiciones conceptuales de las variables y dimensiones.
- Matriz de operacionalización de las variables
- Certificado de validez de contenido de los instrumentos.

Expresándole los sentimientos de respeto y consideración, nos despedimos de Usted, no sin antes agradecer por la atención que dispense a la presente.

Atentamente



Luz Maribel Velarde Sulca

D. N. I: 74143622



Henry Guerra Rodríguez

D. N. I: 75800801

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DE LOS INSTRUMENTOS
TITULO: SOMNOLENCIA DIURNA Y CAPACIDAD FÍSICA EN PACIENTES DEL
CENTRO SPA GLAEL, LIMA - 2026

N°	Dimensiones	Pertinencia		Relevancia		Claridad		Sugerencia
VARIABLE: SOMNOLENCIA DIURNA								
	DIMENSION 1:	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
	Somnolencia normal	X		X		X		
	DIMENSION 2:	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
	Somnolencia leve	X		X		X		
	DIMENSION 3:	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
	Somnolencia moderado	X		X		X		
	DIMENSION 4:	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
	Somnolencia severo	X		X		X		
VARIABLE: CAPACIDAD FÍSICA								
	DIMENSIÓN 1:	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
	Componente respiratorio	X		X		X		
	DIMENSIÓN 2:	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
	Componente cardiovascular	X		X		X		
	DIMENSIÓN 3:	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
	Componente físico funcional	X		X		X		

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):

Aplicación solo para este estudio

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable ☒ [x]

Aplicable después de corregir ☐ []

No aplicable ☐ []

Apellidos y nombres del juez validador: Cindy Carolina Quispe Jiménez

DNI: 70180065

Especialidad del validador: Maestro de gestión en salud



Firma

05 de abril del 2026

Anexo 4: Solicitud de Permiso



“Año de la Esperanza y el Fortalecimiento de la Democracia”

CONSTANCIA DE EJECUCION DEL PROYECTO

Lima, 07 de mayo del 2026

A la atención de: Henry Guerra Rodriguez y Luz Maribel Velarde Sulca

Investigador Principal – Universidad Privada Norbert Wiener

Asunto: Aceptación y autorización para ejecución de proyecto de investigación.

De mi consideración:

Tengo el agrado de dirigirme a usted en respuesta a su solicitud presentada con fecha 20 de abril del 2026 mediante la cual solicita autorización para realizar la recolección de datos para el proyecto de investigación titulado: "SOMNOLENCIA DIURNA Y CAPACIDAD FÍSICA EN PACIENTES DEL CENTRO SPA GLAEL, LIMA - 2026".

Al respecto, tras haber revisado los objetivos de su estudio y los compromisos éticos declarados, hago de su conocimiento que la Dirección del Centro de SPA GLAEL CON SEDE PUEBLO LIBRE ha decidido APROBAR su solicitud de ejecución.

Le damos la bienvenida a nuestra institución y le deseamos el mayor de los éxitos en el desarrollo de su investigación, la cual estamos seguros será de gran aporte para la salud del adulto mayor.

Atentamente,

Gladis Hurtado Palomino

Gerente general del Centro

SPA GLAEL



Av. Sucre 1160 Pueblo Libre 15084 Oficina 104



912 866 834 / 01 3454500



citas@masajesglael.com

RUC: 10467846651



Anexo 5: Aprobación por el comité de ética



COMITÉ INSTITUCIONAL DE ÉTICA E INTEGRIDAD CIENTÍFICA

CONSTANCIA DE APROBACIÓN DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

Lima, 08 de mayo del 2026

Autor o autores:

LUZ MARIBEL VELARDE SULCA
HENRY GUERRA RODRIGUEZ

Exp. N°: 1174-2026

De mi consideración:

Es grato dirigirme a usted para informarle que el Comité Institucional de Ética e Integridad Científica (CIEIC) de la Universidad Privada Norbert Wiener, luego de la evaluación correspondiente, **APRUEBA** el siguiente proyecto de investigación:

Título del proyecto: **Somnolencia diurna y capacidad física en pacientes del Centro SPA Glael, Lima - 2026**

Versión Nro. 1, aprobada por el asesor en fecha 28/04/2026.

La **APROBACIÓN** otorgada por el CIEIC comprende la verificación del cumplimiento de las buenas prácticas éticas, la adecuada evaluación del balance riesgo/beneficio, la idoneidad del equipo de investigación y la protección de la confidencialidad y manejo de los datos, entre otros aspectos éticos y metodológicos pertinentes.

El autor o autores deberán considerar lo siguiente:

- La aprobación tiene una vigencia de veinticuatro (24) meses contados desde la fecha de emisión de la presente constancia. Esta vigencia es exclusiva para los procedimientos éticos evaluados y no sustituye ni aplica a trámites administrativos ante otras áreas institucionales, como la Jefatura de Grados y Títulos.
- Cualquier modificación al proyecto aprobado deberá ser presentada como enmienda ante el CIEIC y no podrá ejecutarse sin aprobación previa.
- La presente constancia no garantiza la aceptación del estudio por parte de las instituciones donde se proyecte realizar la investigación.
- Antes de iniciar la ejecución del proyecto, el autor o autores deberán contar, de corresponder, con la carta o constancia de autorización institucional del lugar donde se realizará el estudio y con la validación del instrumento, conforme a la naturaleza y características del proyecto.

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

Atentamente,



Mg. Angélica Karina Minaya Galarreta
Presidente
Comité Institucional de Ética e Integridad Científica
Universidad Privada Norbert Wiener

Anexo 6: Formato de consentimiento informado (FCI)



CONSENTIMIENTO INFORMADO EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN

Institución : Universidad Privada Norbert Wiener (UPNW)
Investigador : Henry Guerra Rodríguez
Luz Maribel Velarde Sulca
Título : SOMNOLENCIA DIURNA Y CAPACIDAD FÍSICA EN
PACIENTES DEL CENTRO SPA GLAEL, LIMA - 2026

I. INVITACIÓN

Estamos invitando a usted a participar en un estudio denominado: “SOMNOLENCIA DIURNA Y CAPACIDAD FÍSICA EN PACIENTES DEL CENTRO SPA GLAEL, LIMA - 2026”, desarrollado por investigadores de la Universidad Privada Norbert Wiener S.A. (UPNW). A continuación, le proporcionamos información detallada sobre el estudio y su participación.

II. INFORMACIÓN

2.1 Propósito del estudio

Este es un estudio desarrollado por el bachiller investigador de la Universidad Privada Norbert Wiener, El propósito de este estudio es: Determinar la relación entre Somnolencia diurna y capacidad física en pacientes del Centro Spa Glael, lima - 2026, para lo cual su ejecución ayudará a mejorar la intervención fisioterapéutica de los pacientes, así como obtener nuevos conocimientos científicos.

2.2 Duración del estudio: El estudio se realizará en un periodo de 4 meses.

2.3 Numero esperado de participantes: El estudio considerará una muestra de 82 participantes.

2.4 Criterios de Inclusión y exclusión:

Criterios de inclusión

- Pacientes que asistan al Centro SPA “GLAEL”
- Pacientes con edades comprendidas entre los 20 a 40 años.
- Pacientes de estudio de ambos sexos.
- Pacientes de estudio que deseen participar en el estudio y firmen el documento de consentimiento informado.

Criterios de exclusión

- Pacientes con problemas cognitivos moderado o severo
- Personas con trastornos psiquiátricos
- Pacientes con trastornos respiratorios
- Pacientes con dependencia funcional severa

2.5 Procedimientos del estudio

Si Usted decide participar en este estudio se le realizará los siguientes cuestionarios:

- Se utilizará la Escala de Somnolencia de Epworth.
- test Sit to Stand de 1 minuto (1-min STST).

La encuesta y el test puede demorar unos 15 minutos y es completamente voluntaria y confidencial. Los resultados de las encuestas se le entregaran a Usted en forma individual o almacenaran respetando la confidencialidad y el anonimato.

2.6 Riesgos:

Su participación en el estudio no presentará ningún inconveniente ni riesgo, ya que solo dependerá del llenado de la encuesta y el test, se realizará bajo medidas de protección, se tomarán medidas necesarias para el estudio, se contará con los permisos previos, donde no será afectada la integridad ni la seguridad de cada personal a evaluar. Sí, no se siente cómodo o vulnerado será suspendida la prueba.

2.7 Beneficios:

Tendrá la posibilidad de conocer la información sobre los resultados obtenidos en el estudio a través de la encuesta que se realizara, estos resultados se le podrán brindar un mes después de ser ejecutados.

2.8 Costos e incentivos:

Usted no pagará ningún costo monetario por su participación en la presente investigación. Así mismo, no recibirá ningún incentivo económico ni medicamentos a cambio de su participación.

2.9 Confidencialidad:

Nosotros guardaremos la información con códigos y no con nombres. Si los resultados de este estudio son publicados, no se mostrará ninguna información que permita la identificación de Usted. Sus archivos no serán mostrados a ninguna persona ajena al estudio.

2.10 Derechos del paciente:

Si usted se siente incómodo durante la prueba, podrá retirarse de éste en cualquier momento, o no participar en una parte del estudio sin perjuicio alguno. Si tiene alguna inquietud y/o molestia, no dude en preguntar al personal del estudio.

2.11 Preguntas/Contacto

Si tiene preguntas o inquietudes puede comunicarse con los investigadores Luz Maribel Velarde Sulca al 90270520 y Henry Guerra Rodríguez. Así mismo puede comunicarse con el Comité de Ética que validó el presente estudio, Contacto del Comité de Ética: Mg. Angelica Karina Minaya Galarreta, presidente del Comité Institucional de Ética e Integridad Científica de la Universidad Privada Norbert Wiener, email: comite.etica@uwiener.edu.pe

2.12 Ocurriencia/reclamo

En caso de existir alguna ocurriencia o reclamo, puede contactar al Comité de Ética que valido este estudio a través de la Mg. Angelica Karina Minaya Galarreta, Presidente del Comité Institucional de Ética e Integridad Científica de la UPNW, al correo comité.etica@uwiener.edu.pe

III. DECLARACIÓN DE CONSENTIMIENTO

Acepto voluntariamente participar en este estudio, comprendo que cosas pueden pasar si participo en el proyecto, también entiendo que puedo decidir no participar, aunque yo haya

aceptado y que puedo retirarme del estudio en cualquier momento. Recibiré una copia firmada de este consentimiento.

Participante

Nombres:

DNI:

Investigador

Nombres: Henry Guerra Rodríguez

Luz Maribel Velarde Sulca

Anexo 7: Reporte de turnitin



Página 2 de 12 - Descripción general de integridad

Identificador de la entrega trn:oid::14912:608270280

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

- 9%  Fuentes de Internet
- 1%  Publicaciones
- 7%  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.

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

- 9%  Fuentes de Internet
- 1%  Publicaciones
- 7%  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

- 9% Fuentes de Internet
- 1% Publicaciones
- 7% 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.uwiener.edu.pe	3%
2	Trabajos entregados	Universidad Wiener on 2026-06-22	3%
3	Trabajos entregados	Universidad Privada San Juan Bautista on 2026-07-08	1%
4	Trabajos entregados	Blackboard on 2026-06-04	<1%
5	Internet	repositorio.uap.edu.pe	<1%
6	Internet	repositorio.unsaac.edu.pe	<1%
7	Internet	g-se.com	<1%
8	Trabajos entregados	Consortio CIXUG on 2019-03-15	<1%
9	Internet	alicia.concytec.gob.pe	<1%
10	Internet	actacolombianapsicologia.ucatolica.edu.co	<1%
11	Internet	catalogo.uru.edu	<1%