



Universidad  
Norbert Wiener

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
PROGRAMA ACADÉMICO DE TECNOLOGÍA MÉDICA EN  
TERAPIA FÍSICA Y REHABILITACIÓN  
SEGUNDA ESPECIALIDAD EN FISIOTERAPIA  
CARDIORRESPIRATORIA**

**Tesis**

Capacidad funcional y calidad de vida del personal administrativo adulto  
mayor del Hospital Carlos Monge Medrano, Juliaca-2026

**Para optar el Título de**  
Especialista en Fisioterapia Cardiorrespiratoria

**Presentado por:**

**Autora:** Cordova Aquino, Donna Hazel

**Código ORCID:** <https://orcid.org/0009-0000-2465-4517>

**Asesora:** Mg. Rosas Sudario, Milagros Nohely

**Código ORCID:** <https://orcid.org/0000-0002-6340-5932>

**Lima – Perú**

**2026**

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

Yo, Donna Hazel Cordova Aquino egresado(a) de la Facultad de Ciencias de la Salud, del Programa Académico de Tecnología Médica en Terapia Física y Rehabilitación, de la **Segunda Especialidad en Fisioterapia Cardiorrespiratoria**, declaro que la Tesis "Calidad funcional y calidad de vida del personal administrativo adulto mayor del Hospital Carlos Monge Medrano, Juliaca-2026" Asesorado por la docente: Mg. Rosas Sudario Milagros Nohely DNI 45898804 ORCID <https://orcid.org/0000-0002-6340-5932> tiene un índice de similitud de 8 (ocho) % con código oid: 14912:590409656 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  
Donna Hazel Cordova Aquino  
DNI: 44532619




---

Firma de asesor  
Milagros Nohely Rosas Sudario  
DNI: 45898804

Lima, 25 de Julio de 2026

### **DEDICATORIA**

A mis padres y familia, por su apoyo incondicional y por ser mi mayor motivación para alcanzar este logro.

### **AGRADECIMIENTO**

A Dios, por darme fortaleza y constancia, y a todas las personas que, de una u otra manera, contribuyeron en la realización de este trabajo.

## ÍNDICE DE TABLAS

|                                                                                                                                        |    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>Tabla 1:</b> Relación entre la capacidad funcional y la calidad de vida del personal administrativo adulto mayor del hospital ..... | 13 |
| <b>Tabla 2:</b> Características sociodemográficas del personal administrativo adulto mayor del .....                                   | 13 |
| <b>Tabla 3:</b> Nivel de la capacidad funcional y calidad de vida del personal administrativo adulto mayor del hospital .....          | 14 |
| <b>Tabla 4:</b> Relación de las dimensiones de la capacidad funcional del personal adulto mayor del hospital .....                     | 14 |

## ÍNDICE

|                                        |    |
|----------------------------------------|----|
| Dedicatoria .....                      | 3  |
| Agradecimientos .....                  | 4  |
| Índice de tablas, figuras u otro ..... | 5  |
| Resumen .....                          | 7  |
| Abstract .....                         | 8  |
| I. INTRODUCCIÓN .....                  | 9  |
| II. METODOLOGÍA .....                  | 10 |
| III. RESULTADOS .....                  | 13 |
| IV. DISCUSIÓN .....                    | 15 |
| V. CONCLUSIONES .....                  | 17 |
| VI. REFERENCIAS .....                  | 18 |
| VII. ANEXOS .....                      | 21 |

**CAPACIDAD FUNCIONAL Y CALIDAD DE VIDA DEL  
PERSONAL ADMINISTRATIVO ADULTO MAYOR  
DEL HOSPITAL CARLOS MONGE MEDRANO,  
JULIACA-2026**

**FUNCTIONAL CAPACITY AND QUALITY OF LIFE  
OF THE ELDERLY ADMINISTRATIVE STAFF OF  
THE CARLOS MONGE MEDRANO HOSPITAL,  
JULIACA-2026**

Cordova Aquino Donna Hazel, Estudiante del Programa Académico de Tecnología Médica en Terapia Física y Rehabilitación de Segunda Especialidad en Fisioterapia Cardiorrespiratoria de la Universidad Privada Norbert Wiener, Lima, Perú

**Resumen:**

**Introducción:** La capacidad funcional es un constructo que refleja el nivel de autonomía de una persona en actividades cotidianas, integrando aspectos físicos, sociales y cognitivos, y permite evaluar su estado de salud y proceso de envejecimiento. Por su parte, la calidad de vida se entiende como el bienestar integral alcanzado, considerando el estado físico, emocional, social y la participación activa del individuo. **Objetivo:** Demostrar la relación entre la capacidad funcional y la calidad de vida del personal administrativo adulto mayor del Hospital. **Métodos:** Se utilizó la prueba STST de 1 minuto para evaluar la capacidad funcional (dimensiones físico-funcional, respiratoria y cardiovascular, considerando repeticiones, fatiga, SpO<sub>2</sub>, disnea y frecuencia cardíaca) y el cuestionario WHOQOL-BREF (26 ítems) para medir la calidad de vida en sus dimensiones física, psicológica, social y ambiental. **Resultados:** Se evidenció que la capacidad funcional presentó un promedio de  $20.90 \pm 5.38$  puntos, predominando niveles muy malo (masculino 18,2% y femenino 32,1%) y malo (masculino 18,2% y femenino 32,1%), mientras que la calidad de vida alcanzó un

promedio de  $75.76 \pm 5.80$  puntos, con predominio de niveles moderados (48%) y altos (52%); asimismo, se encontró una correlación positiva moderada entre ambas variables ( $Rho = 0.519$ ;  $p = 0.000$ ), siendo más fuerte en la dimensión cardiovascular ( $Rho = 0.734$ ), seguida de la respiratoria ( $Rho = 0.572$ ) y la físico-funcional ( $Rho = 0.328$ ), todas con significancia estadística. **Conclusiones:** Los hallazgos obtenidos confirman el rol de la capacidad funcional como un componente clave en la calidad de vida, destacando su relevancia como indicador clínico en la evaluación integral del adulto mayor.

**Palabras clave:** Calidad de vida, capacidad, adulto

#### **Abstract:**

**Introduction:** Functional capacity is a construct that reflects a person's level of autonomy in daily activities, integrating physical, social, and cognitive aspects, and allows for the evaluation of their health status and aging process. Quality of life, on the other hand, is understood as the overall well-being achieved, considering the individual's physical, emotional, and social state, as well as their active participation.

**Objective:** To demonstrate the relationship between functional capacity and quality of life among older adult administrative staff at the Hospital. **Methods:** The 1-minute Sit-to-Stand test was used to assess functional capacity (physical-functional, respiratory, and cardiovascular dimensions, considering repetitions, fatigue, SpO<sub>2</sub>, dyspnea, and heart rate), and the WHOQOL-BREF questionnaire (26 items) was used to measure quality of life in its physical, psychological, social, and environmental dimensions.

**Results:** Functional capacity was found to have an average score of  $20.90 \pm 5.38$  points, with very poor (male 18.2% and female 32.1%) and poor (male 18.2% and female 32.1%) levels predominating, while quality of life reached an average score of  $75.76 \pm 5.80$  points, with moderate (48%) and high (52%) levels predominating; likewise, a moderate positive correlation was found between both variables ( $Rho = 0.519$ ;  $p = 0.000$ ), being stronger in the cardiovascular dimension ( $Rho = 0.734$ ), followed by the respiratory ( $Rho = 0.572$ ) and the physical-functional ( $Rho = 0.328$ ), all with statistical significance. **Conclusions:** The findings confirm the role of functional capacity as a key component of quality of life, highlighting its relevance as a clinical indicator in the comprehensive assessment of older adults.

**Keywords:** Quality of life, ability, adult

## **I. INTRODUCCIÓN**

La capacidad funcional conforma un constructo clave para que se comprenda el grado en el que una persona llega a desenvolverse de forma autónoma dentro de un entorno cotidiano, incorporando aportes sociales, físicas y cognitivos, además su valoración permite la identificación de diferentes niveles de desempeño relacionados con el autocuidado, movilidad, interacción y la toma de decisiones, siendo convertido en un referente indispensable para la descripción de los diferentes estados de salud, procesos de envejecimiento y variaciones compatibles con las condiciones ambientales, clínicas y contextuales <sup>(1)</sup>.

Por otra parte, la calidad de vida queda considerada como aquella condición integral que se ve expresada en base al bienestar alcanzado por una persona en coherencia con la estabilidad emocional, estado físico, vínculos sociales y la posibilidad de participación. Este tipo de constructo incorpora percepciones de orden subjetivo que se encuentran relacionadas con la satisfacción personal, la autonomía, la seguridad y el sentido de utilidad que esta tiene, las cuales se encuentran moduladas por medio del entorno y la etapa del curso vital <sup>(2)</sup>.

A nivel mundial, el envejecimiento poblacional ha sido reconocido por el organismo de salud pública como un proceso asociado al deterioro funcional y al incremento de enfermedades crónicas, situación que se agrava en contextos laborales sedentarios <sup>(3)</sup>. En 2021, más del 86,6% de personas con trabajos sedentarios presentó desempeño funcional reducido y, de este grupo, el 14,11% reportó menor calidad de vida. En Europa, particularmente en España, el personal administrativo mayor enfrenta mayores limitaciones de autonomía vinculadas a jornadas prolongadas en sedestación, asociadas a diabetes tipo 2, afecciones cardiovasculares e hipertensión <sup>(4)</sup>. A nivel respiratorio, la American Thoracic Society advierte que la inactividad prolongada favorece fatiga y disnea, impactando negativamente el bienestar <sup>(5)</sup>.

En América Latina, Paraguay señala que los de 60 años abarcan el 10,4% de la población y podría incrementarse al doble para el año 2050, donde el 35% presenta dependencia moderada, el 25% dependencia grave y solo el 10% mantiene independencia en tareas básicas; además, el 50% evidencia bajo bienestar ambiental <sup>(6)</sup>.

En Colombia, el aumento de adultos mayores laboralmente activos en funciones de baja exigencia física también se asocia a limitaciones funcionales y problemas cardiovasculares y respiratorios <sup>(7)</sup>.

En el Perú, la población adulta mayor representa el 13,6% del total (frente al 12,7% en 2020) y se proyecta que alcance el 16% en 2030; asimismo, el 55% presenta algún grado de dependencia, el 45% califica su bienestar como regular y el 30% como malo. En Lima, la dependencia leve alcanza el 50,9%, con afectación en función física (63,6%) y rol físico (75,5%) <sup>(8)</sup>. En Juliaca, esta problemática se replica, y en la comunidad campesina Rancho, aunque el 80% refiere estilo de vida saludable, el 21,2% presenta delgadez y solo el 78,8% mantiene peso adecuado, evidenciando condiciones que, junto al sedentarismo y la limitada accesibilidad a atención médica amenaza la calidad de vida e independencia de la tercera edad <sup>(9)</sup>. Asimismo, estudios demostraron que adultos mayores residentes a gran altitud establecen valores de referencia del 1min-STST según sexo y edad. El promedio general fue de  $36,7 \pm 5,3$  repeticiones, con niveles de actividad física: 36,8% bajo, 47,8% moderado y 15,6% alto (IPAQ-SF) concluyendo que estos valores sirven como referencia para evaluar la capacidad funcional y apoyar decisiones clínicas en rehabilitación <sup>(10)</sup>.

En definitiva, este estudio con el objetivo demostrar la relación entre la capacidad funcional y la calidad de vida del personal administrativo adulto mayor del Hospital Carlos Monge Medrano, considerando que en base a este estudio se busca visibilizar el problema y promover acciones preventivas en la salubridad.

## **II. METODOLOGÍA**

Estudio con enfoque cuantitativo, puesto que permitió la obtención y el procesamiento de datos numéricos; de tipología básica, dado que pretendió generar conocimiento sobre la relación entre las variables; con diseño no experimental, puesto que las variables se observaron sin intervención del investigador; de nivel correlacional, ya que su objetivo fue determinar la relación entre la capacidad funcional y la calidad de vida en adultos mayores; y de corte transversal, pues la recolección de datos se efectuó en un solo momento.

Conformada por 50 trabajadores adultos mayores del área administrativa con edades de 60 a 75 años que trabajan actualmente en un hospital. Se llevó a cabo un muestreo de tipo censal de la población accesible, simultáneamente se aplicó un muestreo no

probabilístico basado en selección intencional, considerando los criterios de inclusión como trabajadores que desempeñen su jornada laboral de lunes a sábados, trabajadores que laboren 6 horas continuas durante la semana, trabajadores sanos física, mental y socialmente, trabajadores con edades comprendidas entre 60 a 75 años. Por otro lado, criterios de exclusión como trabajadores con enfermedades neuromusculares diagnosticadas, trabajadores con recurrentes descansos médicos, trabajadores con limitaciones derivada de una discapacidad. Y teniendo en cuenta la aceptación vía el consentimiento informado.

El presente estudio abordó las variables capacidad funcional y calidad de vida, considerando además características sociodemográficas de los participantes, como edad, sexo, peso, talla e índice de masa corporal. Por una parte, se aplicó la prueba de Sit-to Stand (STST) de 1 minuto para variable Capacidad Funcional, la cual consta en sentarse y pararse por 1 minuto considerando sus dimensiones físico funcional, respiratoria y cardiovascular, asimismo, el número de repeticiones, fatiga, saturación de oxígeno y disnea, además de la frecuencia cardíaca. De igual modo, el cuestionario WHOQOL-BREF para la variable Calidad de Vida, compuesto por 26 ítems y consta de 4 dimensiones implicadas a la salud física, salud psicológica, relaciones sociales y ambiente <sup>(12)</sup>. Es de suma importancia reconocer que los instrumentos aplicados cuentan con respaldo científico por su uso en diversos estudios nacionales e internacionales. El STST de 1 minuto presentó adecuada validez, con coeficientes entre  $r=0,59$  y  $r=0,66$ , además de alta confiabilidad con valores superiores a 0,90. Por su parte, el WHOQOL-BREF evidenció adecuada validez para evaluar la percepción global de calidad de vida ( $p < 0,05$ ) y buena confiabilidad, con coeficientes alfa de Cronbach cercanos y superiores a 0,80<sup>(11)</sup>.

En primera instancia se solicitó la autorización del hospital para la ejecución del estudio, garantizando el cumplimiento de los aspectos administrativos y consideraciones éticas correspondientes. Posteriormente se informó a los participantes sobre los objetivos y procedimientos de este estudio, destacando su participación de manera voluntaria, así como para aquellos que aceptaron, la firma correspondiente del consentimiento informado. La recolección de datos se realizó dentro de las instalaciones del hospital de manera individual con una duración de 10 a 15 minutos por participante, además inicialmente se registraron los datos sociodemográficos, posterior a ello, se

evaluó la capacidad funcional a través de la prueba Sit-to-Stand Test de 1 minuto, que implicó pedirle al participante que se pusiera de pie y se sentara en una silla convencional, sin usar los brazos, tantas veces como pudiera en 60 segundos. Antes de iniciar, se anotaron los valores iniciales de frecuencia cardíaca y saturación de oxígeno, así como a los 5 minutos de terminar la prueba y el grado de disnea y fatiga subjetiva medido con la escala de Borg. En paralelo, la calidad de vida se midió con el cuestionario WHOQOL-BREF, el cual se administró de forma directa asegurando la comprensión de las preguntas.

Los datos obtenidos se registraron en una hoja de Excel creando una base de datos, la cual para su procesamiento y análisis respectivo se efectuó vía el programa SPSS versión 26.0, donde se empleó una estadística descriptiva para caracterizar las variables usando medidas de tendencia central y de dispersión junto con frecuencias absolutas y relativas para las categóricas. Dada la muestra  $n \leq 50$ , la normalidad de las variables cuantitativas se probó mediante Shapiro-Wilk, revelando la distribución no normal en capacidad funcional  $p < 0,05$  y normal en calidad de vida  $p > 0,05$ , y en este caso, se optó por pruebas no paramétricas. La relación se analizó vía el coeficiente de Rho Spearman con un nivel de confianza 95% y significancia  $p < 0,05$ ; y dado a lo anterior, se encontró una correlación positiva moderada entre las variables  $\rho = 0,519$ ;  $< 0,0001$  lo que refiere una relación alta significativa entre ambas. Adicionalmente, la confiabilidad del WHOQOL-BREF presentó excelente consistencia interna con un Alfa de Cronbach del 0,920.

La investigación se encuentra avalada por la junta Ética de la Universidad Privada Norbert Wiener, el cual emitió una resolución 0179-2026 que se encuentra certificado por su autenticidad. También, se respetó los principios éticos establecidos en la declaración de Helsinki<sup>(13)</sup>, y garantizando la confidencialidad de la información de los participantes conforme a la Ley N.º 29733 <sup>(14)</sup>.

| Variable            | Coef. Correlación (Rho Spearman) | p-valor |
|---------------------|----------------------------------|---------|
| Capacidad funcional | 0.519                            | 0.000   |
| Calidad de vida     | 0.519                            | 0.000   |

### III. RESULTADOS

**Tabla 1:** *Relación entre la capacidad funcional y la calidad de vida del personal administrativo adulto mayor del hospital*

Se evidencia en la tabla 1 una relación directa entre la capacidad funcional y la calidad de vida en el personal administrativo adulto mayor, indicando que conforme aumenta el nivel de independencia funcional, también mejora la percepción de calidad de vida.

**Tabla 2:** *Características sociodemográficas del personal administrativo adulto mayor del hospital*

| Característica | Media         |
|----------------|---------------|
| Edad (años)    | 67.20 ± 4.403 |
| Peso (kg)      | 73.29 ± 11.14 |
| Talla (m)      | 1.64 ± 0.06   |
| IMC            | 27.07 ± 3.09  |

Se muestra en la tabla 2 una tendencia hacia sobrepeso según el índice de masa corporal obtenido.

**Tabla 3:** *Capacidad funcional y calidad de vida del personal administrativo adulto mayor del hospital*

| Variable            | Media         |
|---------------------|---------------|
| Capacidad funcional | 20.90 ± 5.384 |
| Calidad de vida     | 75.76 ± 5.801 |

Los hallazgos de la tabla 3 sugieren que la población presenta un estado general favorable en su calidad de vida, pese a la existencia de variaciones en su capacidad funcional.

**Tabla 4:** *Relación de las dimensiones de la capacidad funcional del personal adulto mayor del hospital*

| Dimensión        | Calidad de vida | p-valor |
|------------------|-----------------|---------|
| Físico-funcional | 0.328           | 0.020   |
| Respiratoria     | 0.572           | 0.000   |
| Cardiovascular   | 0.734           | 0.000   |

Se evidencia en la tabla 4 que todas las dimensiones muestran correlación significativa con la calidad de vida, siendo mayor en la dimensión cardiovascular, seguida de la respiratoria y físico-funcional.

#### IV. DISCUSIÓN

En relación con el objetivo principal, se evidenció una correlación positiva moderada y estadísticamente significativa entre la capacidad funcional y la calidad de vida ( $\rho=0,519$ ;  $p<0,001$ ). Este resultado indica que, a mayor desempeño funcional, mayor percepción de calidad de vida en los adultos mayores evaluados. Este hallazgo puede explicarse debido a que una mejor capacidad funcional favorece la independencia en las actividades de la vida diaria, incrementando la autonomía, la participación social y el bienestar psicológico, factores directamente relacionados con la calidad de vida. Dicho resultado es consistente con lo reportado por Kini et al., quienes encontraron correlaciones positivas entre la prueba Sit to Stand y los niveles de actividad física, con coeficientes entre  $r=0,33$  y  $r=0,72$  según el grupo etario <sup>(15)</sup>. Asimismo, Wang et al. evidenciaron correlaciones moderadas entre el test STST y otras medidas funcionales ( $r\approx 0,55$ ;  $p<0,001$ ), lo cual respalda la validez de esta prueba como indicador del estado funcional y su relación con el bienestar <sup>(16)</sup>. La similitud de estos resultados podría atribuirse al uso de pruebas funcionales comparables que evalúan componentes como la fuerza y resistencia muscular, esenciales en el desempeño funcional del adulto mayor. Estos resultados refuerzan que la capacidad funcional es un componente determinante del bienestar en el adulto mayor.

Respecto a las características sociodemográficas, la población presentó una edad media de  $67,20\pm 4,40$  años, con predominio del sexo femenino (56%) y un índice de masa corporal promedio de  $27,07\pm 3,09$ . Estos hallazgos son comparables con lo descrito por Iraizoz et al., quienes reportaron una edad promedio de  $73,66\pm 7,38$  años en adultos mayores, evidenciando poblaciones con características etarias similares <sup>(17)</sup>. Esta similitud podría explicarse por la inclusión de muestras de adultos mayores comunitarios con rangos de edad comparables, lo que condiciona perfiles funcionales

semejantes. Asimismo, el sobrepeso observado podría influir en el desempeño funcional, tal como lo señala Balasubramanian et al., quienes encontraron una relación significativa entre el IMC y el rendimiento en la prueba STST ( $p < 0,05$ ) <sup>(18)</sup>. Esto podría deberse a que un mayor IMC incrementa la carga mecánica durante la ejecución de movimientos repetitivos, generando mayor fatiga y menor eficiencia funcional.

En cuanto a la capacidad funcional, se obtuvo un puntaje promedio de  $20,90 \pm 5,38$  repeticiones, valor que se encuentra ligeramente por encima de los reportados por Kini et al. para adultos mayores de 60 a 80 años (mediana de 18 repeticiones/minuto) <sup>(15)</sup>. Esta diferencia podría explicarse por un mejor nivel de actividad física o menor presencia de comorbilidades en la población estudiada, factores que favorecen el rendimiento funcional. No obstante, estos resultados son inferiores a los descritos por Morales et al., quienes reportaron valores promedio de  $36,7 \pm 5,3$  repeticiones en poblaciones generales <sup>(19)</sup>, lo que podría atribuirse a que dicha investigación incluyó individuos con mayor nivel de actividad física o menor edad, mientras que el envejecimiento se asocia con disminución de la fuerza muscular y resistencia. Respecto a la calidad de vida, el puntaje promedio fue de  $75,76 \pm 5,80$ , lo que indica una percepción moderada a alta. Este resultado coincide con lo reportado por Cuello et al., quienes evidenciaron puntuaciones favorables en las dimensiones del WHOQOL-BREF <sup>(20)</sup>. De manera similar, Iraizoz et al. reportaron que el 38,8% de los participantes presentó una calidad de vida aceptable y el 31,6% alta <sup>(17)</sup>, lo que podría explicarse por la presencia de redes de apoyo social, acceso a servicios de salud y condiciones de vida relativamente estables en las poblaciones estudiadas.

Finalmente, los resultados evidencian correlaciones significativas entre las dimensiones de la capacidad funcional, sobresaliendo la dimensión cardiovascular ( $Rho = 0,734$ ;  $p = 0,000$ ), seguida de la respiratoria ( $Rho = 0,572$ ;  $p = 0,000$ ) y la físico-funcional ( $Rho = 0,328$ ;  $p = 0,020$ ). El predominio de la dimensión cardiovascular podría explicarse porque esta está directamente relacionada con la tolerancia al esfuerzo y la resistencia física, componentes fundamentales en pruebas repetitivas como el Sit to Stand. Estos hallazgos coinciden con Kini et al., quienes reportaron correlaciones entre el STST y la actividad física de  $r = 0,33$  a  $0,72$ , mostrando valores elevados en componentes relacionados al rendimiento físico <sup>(15)</sup>. Asimismo, se asemeja a Wang et al., quienes evidenciaron correlaciones moderadas con la capacidad funcional ( $r = 0,55 - 0,57$ ;

$p < 0,001$ ) <sup>(16)</sup>, lo que sugiere que estos componentes fisiológicos mantienen un comportamiento consistente en distintas poblaciones de adultos mayores. Sin embargo, difiere de Morales et al., quienes reportaron valores sin variación significativa según nivel de actividad física <sup>(19)</sup>, lo cual podría explicarse por diferencias metodológicas, características de la muestra o menor sensibilidad de las variables evaluadas en dicho estudio.

## **V. CONCLUSIÓN**

Se concluyó que existe una relación significativa entre la capacidad funcional y la calidad de vida del personal administrativo adulto mayor del hospital. Asimismo, se evidenció relación significativa entre las dimensiones físico-funcional, respiratoria y cardiovascular con la calidad de vida, destacando una mayor asociación en la dimensión cardiovascular.

## VI. REFERENCIAS

1. Wagner N, Gonzalez S, Rubio M, Sánchez S, Palencia L, Blanco M, et al. Quality of life, mental health and social relationships among older adults participating in the Recreovía physical activity community program. *Int J Equity Health* [Internet]. [citado el 12 de diciembre de 2025];24(1):145–74. Disponible en: [10.1186/s12939-025-02476-5](https://doi.org/10.1186/s12939-025-02476-5)
2. Wijesiri H, Wasalathanthri S, Weliange S, Chamila D., Wijeyaratne C. Enhancing quality of life for activity-limited older adults in Sri Lanka: a need-based caregiver education intervention study. *BMC Geriatr* [Internet]. el 28 de julio de 2025 [citado el 12 de diciembre de 2025];25(1):552–68. Disponible en: [10.1186/s12877-025-06215-x](https://doi.org/10.1186/s12877-025-06215-x)
3. OMS. La Organización Mundial de la Salud (OMS): Del envejecimiento saludable a la vejez como enfermedad. Desafíos para la Gerontología [Internet] [Informe técnico]. [España]: Organización Mundial de la Salud; 2023 [citado el 4 de diciembre de 2025]. Disponible en: <https://www.fundacionsidom.org/assets/documentos/investigaciones/0c4ef-graciela-zarebski-oms..pdf>
4. Manrique Y, Pérez J, Sigalat E, Torres C. Apoyo social, capacidad funcional y calidad de vida en adultos mayores de centros de bienestar. *Enfermería Global* [Internet]. 2025 [citado el 12 de diciembre de 2025];24(2):1–12. Disponible en: <https://revistas.um.es/eglobal/article/view/636591>
5. Sosa O, Cáceres V, López M, Rodríguez M. Calidad de vida y capacidad funcional en pacientes con artritis reumatoide de una asociación de Paraguay 2022. *Revista científica ciencias de la salud* [Internet]. 2022 [citado el 12 de diciembre de 2025];4(2):9–18. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=10009832>

6. Arguello R, Larroza M, Ortiz. O, Alvarez C, Barrios L. Niveles de capacidad funcional y calidad de vida en adultos mayores institucionalizados del hogar kkotongnae – paraguay, 2025. Revista Multidisciplinar Epistemología de las Ciencias [Internet]. el 27 de noviembre de 2025 [citado el 12 de diciembre de 2025];2(4):1395–418. Disponible en: <https://doi.org/10.71112/jac27h15>
7. Betancourt J, Peñaranda E, Carvajal A, Ávila A, Benavides V. Condición clínica, capacidad funcional, ansiedad/depresión y calidad de vida en pacientes con EPOC con diferentes rangos de edad. Revista Cubana de Medicina General Integral. 2022;38(1):12–34.
8. Maldonado A. M Capacidad funcional y calidad de vida del adulto mayor en el distrito de surquillo en el periodo noviembre y diciembre del año 2020, Lima Perú. [Internet]. Universidad Privada Norbert Wiener; 2025. Disponible en: <https://repositorio.uwiener.edu.pe/entities/publication/6b90a640-2ad9-441a-996d-2c838e6136f8>
9. Anahua H, Mamani I. Estilo de vida y estado nutricional de los adultos mayores pertenecientes a la Comunidad Campesina rancho del Distrito de Juliaca, San Román – 2024 [Internet] [Informe de pregrado]. [Juliaca]: Universidad Privada San Carlos; 2025 [citado el 4 de diciembre de 2025]. Disponible en: <https://repositorio.upsc.edu.pe/handle/UPSC/1425>.
10. 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 [Internet]. 2025;56(1):e2006674. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.25100/cm.v56i1.6674>
11. Larrateguy S, Burgos S, Iglesias R, Carrizo M. Valores de referencia de la prueba de sentarse y pararse de 1 minuto para la población adulta argentina. Revista RAMR [Internet]. 2024 [citado el 26 de diciembre de 2025];1(2025):24–35. Disponible en: <https://www.scielo.org.ar/pdf/ramer/v25n1/1852-236X-ramer-25-01-24.pdf>
12. Christoffersen T, Marie A, Dynesen A, Lorenzen J, Andersen A, Aaslyng M, et al. Developing and assessing the effectiveness of a participatory, nutritional, and physical activity intervention on muscle function and quality of life among older adults with overnutrition in nursing homes: The IFEB0 cluster randomized control trial. Nutrition [Internet]. noviembre de 2025 [citado el 12 de diciembre de 2025];139(1):112876–99. Disponible en: 10.1016/j.nut.2025.112876

13. Declaración de Helsinki de la AMM – Principios éticos para las investigaciones médicas con participantes humanos [Internet]. Wma.net. [citado el 21 de abril de 2026]. Disponible en: <https://www.wma.net/es/polices-post/declaracion-de-helsinki-de-la-amm-principios-eticos-para-las-investigaciones-medicas-en-seres-humanos/>
14. Anterior T, Actual T. Ley N° 29733 – Ley de Protección de Datos Personales modificada por la tercera y cuarta disposición complementaria modificatoria del Decreto Legislativo N° 1353 Cuadro comparativo [Internet]. Gob.pe. [citado el 21 de abril de 2026]. Disponible en: [https://doc.contraloria.gob.pe/documentos/Cuadro\\_Ley\\_Proteccion\\_Datos\\_Personales.pdf](https://doc.contraloria.gob.pe/documentos/Cuadro_Ley_Proteccion_Datos_Personales.pdf)
15. Kini R, Panhale V, Prasad U. Reference values for 1-minute sit-to-Stand Test and its correlation with physical activity levels among healthy geriatric population residing in Mumbai and Navi Mumbai - A cross-sectional study. Indian J Community Med [Internet]. 2025;50(6):952–6. Disponible en: [http://dx.doi.org/10.4103/ijcm.ijcm\\_304\\_23](http://dx.doi.org/10.4103/ijcm.ijcm_304_23)
16. Wang Z, Yan J, Meng S, Li J, Yu Y, Zhang T, et al. Reliability and validity of sit-to-stand test protocols in patients with coronary artery disease. Front Cardiovasc Med [Internet]. el 25 de agosto de 2022 [citado el 9 de enero de 2026];9(1):1–12. Disponible en: <https://doi.org/10.3389/fcvm.2022.841453>
17. Iraizoz A, Santos J, García V, Brito G, Jaramillo R, León G, et al. El papel de la familia en la autopercepción de calidad de vida del adulto mayor. Revista Cubana de Medicina General Integral [Internet]. 2022 [citado el 26 de diciembre de 2025];38(3):19–34. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/mgi/v38n3/1561-3038-mgi-38-03-e1934.pdf>
18. Balasubramanian K, Qasheesh M, Sanjeevi R, Saegh S, Mohammed D. Functional Capacity Among Healthy Young Females of Saudi Arabia Using 1 Min Sit-To-Stand Test – A Cross Sectional Study. International Journal of Physiotherapy and Research [Internet]. el 11 de diciembre de 2022 [citado el 9 de enero de 2026];10(6):4424–9. Disponible en: <https://dx.doi.org/10.16965/ijpr.2022.174>
19. 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

[Internet]. 2025;56(1):e2006674. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.25100/cm.v56i1.6674>

20. Cuello M, Aceiro M, Grasso L. Perfil de calidad de vida en Adultos Mayores Argentinos a través del WHOQOL-BREF, y su relación con la depresión geriátrica. Universidad de Buenos Aires Facultad de Psicología [Internet]. 2023 [citado el 18 de diciembre de 2025];1(1):1–12. Disponible en: <https://www.aacademica.org/000-009/671.pdf>

## ANEXOS

| Formulación del problema                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Objetivos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Hipótesis                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Variables                                                                | Diseño metodológico                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Problema general</b><br><br>¿Cómo se relaciona la capacidad funcional y la calidad de vida del personal administrativo adulto mayor del Hospital Carlos Monge Medrano, Juliaca- 2026?                                                                                                                                             | <b>Objetivo general</b><br><br>Demostrar la relación entre la capacidad funcional y la calidad de vida del personal administrativo adulto mayor del Hospital Carlos Monge Medrano Juliaca 2026                                                                                                                                    | <b>Hipótesis general</b><br><br>Ha: Existe relación significativa entre la capacidad funcional y la calidad de vida del personal administrativo adulto mayor del Hospital Carlos Monge Medrano, Juliaca – 2026<br>Ho: No existe relación significativa entre la capacidad funcional y la calidad de vida del personal administrativo adulto mayor del Hospital Carlos Monge Medrano, Juliaca - 2026                           | <b>Variable 1</b><br><br>Capacidad funcional                             | <b>Tipo de investigación</b><br>Tipo básico<br><b>Enfoque</b><br>Cuantitativo<br><b>Diseño de la investigación:</b><br>No experimental, transversal y correlacional<br><b>Población y muestra</b><br><b>Población:</b><br>40 adultos<br><b>Muestra:</b><br>40 adultos<br><b>Técnica</b><br>Encuesta / Observación<br><b>Instrumento</b><br>Cuestionario / Guía de observación |
| <b>Problemas específicos</b><br><br>➤ ¿Cuáles son las características sociodemográficas del personal administrativo adulto mayor del Hospital Carlos Monge Medrano, Juliaca - 2026?<br><br>➤ ¿Cuál es el nivel de la capacidad funcional del personal administrativo adulto mayor del Hospital Carlos Monge Medrano, Juliaca - 2026? | <b>Objetivos específicos</b><br><br>➤ Identificar las características sociodemográficas del personal administrativo adulto mayor del Hospital Carlos Monge Medrano, Juliaca - 2026<br><br>➤ Evaluar el nivel de la capacidad funcional del personal administrativo adulto mayor del Hospital Carlos Monge Medrano, Juliaca - 2026 | <b>Hipótesis específicas</b><br><br>➤ Ha1: Existe relación significativa entre la dimensión físico funcional y la calidad de vida del personal administrativo adulto mayor del Hospital Carlos Monge Medrano, Juliaca 2026<br><br>➤ Ho1: No existe relación significativa entre la dimensión físico funcional y la calidad de vida del personal administrativo adulto mayor del Hospital Carlos Monge Medrano, Juliaca - 2026 | <b>Dimensiones</b><br>Físico funcional<br>Respiratoria<br>Cardiovascular |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>Variable 2</b><br><br>Calidad de vida                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>Dimensiones</b><br><br>Salud física                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                             |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|--|
| <p>mayor del Hospital Carlos Monge Medrano, Juliaca - 2026?</p> <p>➤ ¿Cuál es el nivel de la calidad de vida del personal administrativo adulto mayor del Hospital Carlos Monge Medrano, Juliaca - 2026?</p> <p>➤ ¿Cómo se relaciona la dimensión físico funcional y la calidad de vida del personal administrativo adulto mayor del Hospital Carlos Monge Medrano, Juliaca - 2026?</p> <p>➤ ¿Cómo se relaciona la dimensión respiratoria y la calidad de vida del personal administrativo adulto mayor del Hospital Carlos Monge Medrano, Juliaca - 2026?</p> <p>➤ ¿Cómo se relaciona la dimensión cardiovascular y la calidad de vida del personal administrativo adulto mayor del Hospital Carlos Monge Medrano, Juliaca - 2026?</p> | <p>Carlos Monge Medrano, Juliaca - 2026</p> <p>➤ Analizar el nivel de la calidad de vida del personal administrativo adulto mayor del Hospital Carlos Monge Medrano, Juliaca - 2026</p> <p>➤ Establecer la relación entre la dimensión físico funcional y la calidad de vida del personal administrativo adulto mayor del Hospital Carlos Monge Medrano, Juliaca - 2026</p> <p>➤ Determinar la relación entre la dimensión respiratoria y la calidad de vida del personal administrativo adulto mayor del Hospital Carlos Monge Medrano, Juliaca - 2026</p> <p>➤ Plantear la relación entre la dimensión cardiovascular y la calidad de vida del personal administrativo adulto mayor del Hospital Carlos Monge Medrano, Juliaca - 2026</p> | <p>Hospital Carlos Monge Medrano, Juliaca - 2026.</p> <p>➤ Ha2: Existe relación significativa entre la dimensión respiratoria y la calidad de vida del personal administrativo adulto mayor del Hospital Carlos Monge Medrano, Juliaca - 2026</p> <p>➤ Ho2: No existe relación significativa entre la dimensión respiratoria y la calidad de vida del personal administrativo adulto mayor del Hospital Carlos Monge Medrano, Juliaca - 2026</p> <p>➤ Ha3: Existe relación significativa entre la dimensión cardiovascular y la calidad de vida del personal administrativo adulto mayor del Hospital Carlos Monge Medrano, Juliaca - 2026</p> <p>➤ Ho3: No existe relación significativa entre la dimensión cardiovascular y la calidad de vida del personal administrativo adulto mayor del Hospital Carlos Monge Medrano, Juliaca - 2026</p> | <p>Salud psicológica<br/>Relaciones sociales<br/>Relaciones ambientales</p> |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|--|

## Anexo 1: Matriz de consistencia

## Anexo 2: Instrumentos

### STS 1 minuto

#### Datos generales

Fecha: \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / 2026 Hora: \_\_\_\_

Edad: \_\_\_\_ Sexo: \_\_\_\_

Altura (cm): \_\_\_\_ Peso (kg): \_\_\_\_

#### Condiciones del procedimiento (check)

Silla sin apoyabrazos y con respaldo: Sí / No

Altura de silla aproximada 46 cm: Sí / No

Silla apoyada contra pared: Sí / No

Pies apoyados al suelo: Sí / No

Manos en hombros contralaterales: Sí / No

Dimensión 1: Físico funcional (Escala de razón)

Número de repeticiones completas en 1 minuto (rep): \_\_\_\_

Observación técnica: repeticiones válidas registradas solo cuando completó extensión de caderas y rodillas y retorno a sentado: Sí / No

Dimensión 2: Respiratoria (Escala de razón)

SpO2 basal (%): \_\_\_\_

SpO2 post prueba (%): \_\_\_\_

Disnea basal (Borg modificada): \_\_\_\_

Disnea post prueba (Borg modificada): \_\_\_\_

Dimensión 3: Cardiovascular (Escala de razón)

Frecuencia de pulso basal (lpm): \_\_\_\_

Frecuencia de pulso post prueba (lpm): \_\_\_\_

Recuperación (lpm a 1 min post): \_\_\_\_ (si se decide registrar)

Observaciones del evaluador (incidencias durante la prueba)

Interrupción de la prueba: Sí / No

Motivo: \_\_\_\_

Síntomas referidos (mareo, dolor, malestar): \_\_\_\_

Comentario breve: \_\_\_\_

### Cuestionario de calidad de vida de WHOQOL-BREF

| Preguntas                                                                                                     |                                                               |                     |                        | Muy mal /<br>Muy<br>insatisfecho<br>(1) | Poco (2)            | Normal (3)                     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|---------------------|------------------------|-----------------------------------------|---------------------|--------------------------------|
| 1                                                                                                             | ¿Cómo puntuaría su calidad de vida?                           | 1                   | 2                      | 3                                       | 4                   | 5                              |
| 2                                                                                                             | ¿Cuán satisfecho está con su salud?                           | 1                   | 2                      | 3                                       | 4                   | 5                              |
| Las siguientes preguntas hacen referencia a cuánto ha experimentado ciertos hechos en las últimas dos semanas |                                                               |                     |                        |                                         |                     |                                |
|                                                                                                               |                                                               | <b>Nada<br/>(1)</b> | <b>Un poco<br/>(2)</b> | <b>Normal (3)</b>                       | <b>Bastante (4)</b> | <b>Extremadamen<br/>te (5)</b> |
| 3                                                                                                             | ¿Hasta qué punto piensa que el dolor (físico) le impide hacer | 1                   | 2                      | 3                                       | 4                   | 5                              |

|                                                                                                                                               |                                                                                                        |                 |                    |                     |                     |                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|--------------------|---------------------|---------------------|-----------------------|
| 4                                                                                                                                             | lo que necesita?<br>¿Cuánto necesita de cualquier tratamiento médico para funcionar en su vida diaria? | 1               | 2                  | 3                   | 4                   | 5                     |
| 5                                                                                                                                             | ¿Cuánto disfruta de la vida?                                                                           | 1               | 2                  | 3                   | 4                   | 5                     |
| 6                                                                                                                                             | ¿Hasta qué punto siente que su vida tiene sentido?                                                     | 1               | 2                  | 3                   | 4                   | 5                     |
| 7                                                                                                                                             | ¿Cuál es su capacidad de concentración?                                                                | 1               | 2                  | 3                   | 4                   | 5                     |
| 8                                                                                                                                             | ¿Cuánta seguridad siente en su vida diaria?                                                            | 1               | 2                  | 3                   | 4                   | 5                     |
| 9                                                                                                                                             | ¿Cuán saludable es el ambiente físico a su alrededor?                                                  | 1               | 2                  | 3                   | 4                   | 5                     |
| Las siguientes preguntas hacen referencia a “cuan totalmente” usted experimenta o fue capaz de hacer ciertas cosas en las últimas dos semanas |                                                                                                        |                 |                    |                     |                     |                       |
|                                                                                                                                               |                                                                                                        | <b>Nada (1)</b> | <b>Un poco (2)</b> | <b>Moderado (3)</b> | <b>Bastante (4)</b> | <b>Totalmente (5)</b> |
| 10                                                                                                                                            | ¿Tiene energía suficiente para su vida diaria?                                                         | 1               | 2                  | 3                   | 4                   | 5                     |
| 11                                                                                                                                            | ¿Es capaz de aceptar su apariencia física?                                                             | 1               | 2                  | 3                   | 4                   | 5                     |
| 12                                                                                                                                            | ¿Tiene suficiente dinero para cubrir sus necesidades?                                                  | 1               | 2                  | 3                   | 4                   | 5                     |
| 13                                                                                                                                            | ¿Qué disponible tiene la información que necesita en su vida diaria?                                   | 1               | 2                  | 3                   | 4                   | 5                     |

|                                                                                                                                             |                                                                                         |                      |                      |                           |                                     |                                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|----------------------|---------------------------|-------------------------------------|--------------------------------|
| 1<br>4                                                                                                                                      | ¿Hasta qué punto tiene oportunidad para realizar actividades de ocio?                   | 1                    | 2                    | 3                         | 4                                   | 5                              |
| 1<br>5                                                                                                                                      | ¿Es capaz de desplazarse de un lugar a otro?                                            | 1                    | 2                    | 3                         | 4                                   | 5                              |
| Las siguientes preguntas hacen referencia a “cuán satisfecho o bien” se ha sentido en varios aspectos de su vida en las últimas dos semanas |                                                                                         |                      |                      |                           |                                     |                                |
| 1<br>6                                                                                                                                      | ¿Cuán satisfecho está con su sueño?                                                     | <b>Nada (1)</b><br>1 | <b>Poco (2)</b><br>2 | <b>Lo normal (3)</b><br>3 | <b>Bastante satisfecho (4)</b><br>4 | <b>Muy satisfecho (5)</b><br>5 |
| 1<br>7                                                                                                                                      | ¿Cuán satisfecho está con su habilidad para realizar sus actividades de la vida diaria? | 1                    | 2                    | 3                         | 4                                   | 5                              |
| 1<br>8                                                                                                                                      | ¿Cuán satisfecho está con su capacidad de trabajo?                                      | 1                    | 2                    | 3                         | 4                                   | 5                              |
| 1<br>9                                                                                                                                      | ¿Cuán satisfecho está de sí mismo?                                                      | 1                    | 2                    | 3                         | 4                                   | 5                              |
| 2<br>0                                                                                                                                      | ¿Cuán satisfecho está con sus relaciones personales?                                    | 1                    | 2                    | 3                         | 4                                   | 5                              |
| 2<br>1                                                                                                                                      | ¿Cuán satisfecho está con su vida sexual?                                               | 1                    | 2                    | 3                         | 4                                   | 5                              |
| 2<br>2                                                                                                                                      | ¿Cuán satisfecho está con el apoyo que obtiene de sus amigos?                           | 1                    | 2                    | 3                         | 4                                   | 5                              |
| 2<br>3                                                                                                                                      | ¿Cuán satisfecho está de las condiciones del lugar donde vive?                          | 1                    | 2                    | 3                         | 4                                   | 5                              |
| 2<br>4                                                                                                                                      | ¿Cuán satisfecho                                                                        | 1                    | 2                    | 3                         | 4                                   | 5                              |

|                                                                                                                                                |                                                                                                           |                  |                      |                         |                           |                    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|----------------------|-------------------------|---------------------------|--------------------|
|                                                                                                                                                | está con el acceso que tiene a los servicios sanitarios?                                                  |                  |                      |                         |                           |                    |
| 2<br>5                                                                                                                                         | ¿Cuán satisfecho está con su transporte?                                                                  | 1                | 2                    | 3                       | 4                         | 5                  |
| La siguiente pregunta hace referencia a la frecuencia con que Ud. ¿Ha sentido o experimentado ciertos sentimientos en las últimas dos semanas? |                                                                                                           |                  |                      |                         |                           |                    |
|                                                                                                                                                |                                                                                                           | <b>Nunca (1)</b> | <b>Raramente (2)</b> | <b>Medianamente (3)</b> | <b>Frecuentemente (4)</b> | <b>Siempre (5)</b> |
| 2<br>6                                                                                                                                         | ¿Con qué frecuencia tiene sentimientos negativos, tales como tristeza, desesperanza, ansiedad, depresión? | 1                | 2                    | 3                       | 4                         | 5                  |

### Anexo 3: Validación de instrumentos

#### FICHA DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO POR JUEZ EXPERTO STST 1 MIN

Mg.

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 “Capacidad funcional y calidad de vida

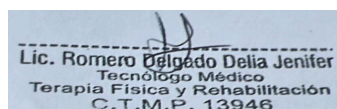
del personal administrativo adulto mayor del Hospital Carlos Monge Medrano, Juliaca-2026". Para optar el título de Especialista en Fisioterapia Cardiorrespiratoria en la Universidad Privada Norbert Wiener. Muchas gracias por su colaboración.

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.

| Ítem | 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  |    |             |

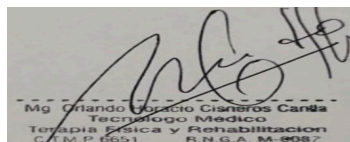
Sugerencias:

Fecha: 05 / 02 / 2026



Lic. Romero Delgado Delia Jenifer  
Tecnólogo Médico  
Terapia Física y Rehabilitación  
C.T.M.P. 13946

Mg. Delia Jenifer Romero Delgado



Mg. Orlando Horacio Cisneros Canlla  
Tecnólogo Médico  
Terapia Física y Rehabilitación  
C.T.M.P. 6551 R.N.G.A. M-8587

Mg. Orlando Horacio Cisneros Canlla



Mg. Carlos E. Terrones Bartolo  
Esp. Fisioterapia Cardio Respiratoria  
CTMP: 7907 RNE: 0023

Mg. Carlos Enrique Terrones Bartolo

Fecha: 05 / 02 / 2026

Fecha: 05 / 02 / 2026

### FICHA DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO POR JUEZ EXPERTO Cuestionario de calidad de vida de WHOQOL-BREF

Mg.

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 "Capacidad funcional y calidad de vida del personal administrativo adulto mayor del Hospital Carlos Monge Medrano, Juliaca-2026". Para

optar el título de Especialista en Fisioterapia Cardiorrespiratoria 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.

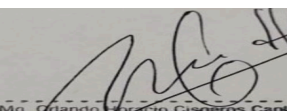
| Ítem | Criterio                                                                                  | SI | NO | Observación |
|------|-------------------------------------------------------------------------------------------|----|----|-------------|
| 1    | El instrumento recoge información que permita 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: 05 / 02 / 2026

  
Lic. Romero Delgado Delia Jenifer  
Tecnólogo Médico  
Terapia Física y Rehabilitación  
C.T.M.P. 13946

Mg. Delia Jenifer Romero Delgado

  
Mg. Orlando Horacio Cisneros Canlla  
Tecnólogo Médico  
Terapia Física y Rehabilitación  
C.T.M.P. 6551 R.N.G.A. M-9557

Mg. Orlando Horacio Cisneros Canlla

Fecha: 05 / 02 / 2026

  
Mg. Carlos E. Terrones Bartolo  
Esp. Fisioterapia Cardio Respiratoria  
CTMP: 7907 RNE: 0023

Mg. Carlos Enrique Terrones Bartolo

Fecha: 05 / 02 / 2026

#### Anexo 4: Consentimiento informado

##### CONSENTIMIENTO INFORMADO EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN DEL CIE-VRI

Instituciones : Universidad Privada Norbert Wiener  
Investigador : Cordova Aquino Donna Hazel

Título : Capacidad funcional y calidad de vida del personal administrativo adulto mayor del hospital Carlos Monge Medrano, Juliaca-2026

---

## I. INVITACIÓN

Estamos invitando a usted a participar en un estudio denominado: Capacidad funcional y calidad de vida del personal administrativo adulto mayor del hospital Carlos Monge Medrano, Juliaca-2026

### INFORMACIÓN

#### 2.1 Propósito del estudio

Demostrar la relación entre la capacidad funcional y la calidad de vida del personal administrativo adulto mayor del hospital Carlos Monge Medrano

**2.2 Duración del estudio:** El estudio se realizará en un periodo de cuatro meses, que corresponde entre enero a mayo del 2026.

**2.3 Número esperado de participantes:** La cantidad de personas como muestra serán 50 trabajadores administrativos adultos mayores del hospital Carlos Monge Medrano

#### 2.4 Criterios de inclusión y exclusión:

##### Criterios De Inclusión

- Trabajadores que desempeñen su jornada laboral de lunes a sábado
- Trabajadores que gocen de un buen estado de salud físico y mental
- Trabajadores que mantengan un contrato de un rol administrativo específico
- Trabajadores con edades comprendidas entre 60 a 75

##### Criterios De Exclusión

- Trabajadores con enfermedades neuromusculares diagnosticadas
- Trabajadores con limitaciones derivadas de una discapacidad
- Trabajadores que consuman recurrentemente tabaco y/o bebidas alcohólicas

#### 2.5 Procedimientos del estudio

Si Usted decide participar en este estudio se le realizará lo siguiente:

Uso de la prueba de sentarse y pararse en un minuto (STS 1MIN) evalúa la capacidad funcional

Uso de cuestionario WHOQOL-BREF se utiliza para conocer la percepción que tiene cada uno sobre su calidad de vida

La prueba puede demorar unos 8 minutos, los resultados se le entregaran a Usted en forma individual y almacenaran respetando la confidencialidad y el anonimato.

#### 2.6 Riesgos:

Su participación en el estudio no presenta ningún riesgo, tanto para su salud física, emocional e integral

#### 2.7 Beneficios:

Los participantes podrían beneficiarse con mayor concientización sobre sus prácticas de autocuidado, así como con la posibilidad de recibir orientación mas personalizada y adaptada por parte del equipo de salud. Además, el estudio

podría contribuir al diseño de programas preventivos y estrategias de intervención en el adulto mayor

## **2.8 Costos e incentivos**

Usted no deberá pagar nada por la participación. Igualmente, 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 el investigador **Donna Hazel Cordova Aquino al 986742344** También, puede contactar al Comité de Ética que valida este estudio a través del Mg. Angelica Karina Minaya Galarreta presidente del Comité Institucional de Ética e Integridad Científica de la UPNW, al correo [etica@uwiener.edu.pe](mailto:etica@uwiener.edu.pe).

## **2.12 Ocurrencia/reclamo**

En caso de existir alguna ocurrencia o reclamo, puede contactar al Comité de Ética que valida este estudio a través del Mg. Angelica Karina Minaya Galarreta Presidente del Comité Institucional de Ética e Integridad Científica de la UPNW, al correo [comité.etica@uwiener.edu.pe](mailto:comité.etica@uwiener.edu.pe)

# **II. 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: DNI:**

## **Anexo 5: Carta de autorización**

“AÑO DE LA RECUPERACION Y COSOLIDACION DE LA ECONOMIA PERUANA”

Yo MIRELY SARY PEREZ PINEDA con DNI: 70364143 siendo la representante del área de capacitación del Hospital Carlos Monge Medrano, de la provincia San Román distrito de Juliaca. Concedo permiso a la Srta. Donna Hazel Cordova Aquino; para que pueda realizar su trabajo de Investigación sobre *“Capacidad funcional y Calidad de vida del personal administrativo Adulto Mayor del Hospital Carlos Monge Medrano, Juliaca-2026”*, dentro del hospital, pudiendo encuestar y trabajar con el personal administrativo de dicho hospital.

Atentamente,



DIRECCIÓN REGIONAL DE SALUD PUNO  
HOSPITAL CARLOS MONGE MEDRANO  
*Mirely S. Pérez Pineda*  
EFE UADI - CAPACITACIÓN  
CIRUJANO DENTISTA  
COP. 44748

REPRESENTANTE DEL ÁREA DE CAPACITACIÓN

Anexo 6: Aprobación del comité de ética



COMITÉ INSTITUCIONAL DE ÉTICA E INTEGRIDAD CIENTÍFICA

**CONSTANCIA DE APROBACIÓN  
DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN**

32

Autor Responsable:  
DONNA HAZEL CORDOVA AQUINO

Lima, 04 de febrero del 2026.

Exp. N°: 0179-2026



## 8% 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

- 7%  Fuentes de Internet
- 2%  Publicaciones
- 4%  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.

# 8% 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

- 7%  Fuentes de Internet
- 2%  Publicaciones
- 4%  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

- 7% Fuentes de Internet
- 2% Publicaciones
- 4% 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  | Trabajos entregados | Universidad Privada San Juan Bautista on 2026-04-23                                | 2%  |
| 2  | Internet            | alicia.concytec.gob.pe                                                             | 2%  |
| 3  | Internet            | es.scribd.com                                                                      | <1% |
| 4  | Internet            | www.researchgate.net                                                               | <1% |
| 5  | Publicación         | César Augusto Restrepo Valencia, José Vicente Aguirre Arango, Daniela Cáceres E... | <1% |
| 6  | Trabajos entregados | UNIBA on 2025-07-07                                                                | <1% |
| 7  | Internet            | cidelatam.org                                                                      | <1% |
| 8  | Internet            | produccioncientifica.uhu.es                                                        | <1% |
| 9  | Internet            | www.upo.es                                                                         | <1% |
| 10 | Publicación         | Jharumi Briggeth Bacilio-Melgarejo, Stefania Cinthya Velaochaga-Fonseca, Marjor... | <1% |
| 11 | Internet            | www.nutricionhospitalaria.org                                                      | <1% |