



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

Nivel De Felicidad En Adultos Mayores Del Asilo De Las Hermanitas De Los Ancianos
Desamparados – Callao Cercado 2020

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
Licenciada En Enfermería**

AUTORA:

Br. Farroñay Isique, Karen Mellisse (ORCID: 0000-0002-3334-4841)

ASESORA:

Mgtr. Becerra Medina, Lucy Tani (ORCID:0000-000-2400-4423)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Enfermedades no transmisibles

LIMA – PERÚ

2020

DEDICATORIA

- *A Dios y a mi Virgen del Carmen:*
Que guían mis pasos y me dieron salud para lograr mis metas.
- *A mis dos madres Magdalena y Paula:*
Quienes guían mis pasos, están conmigo en todo momento, protegiéndome, cuidándome, apoyándome con todo su amor y cariño e incentivando a ser cada día mejor. Todo lo que he logrado y lo que lograré será por ellas y para ellas.
- *A mi padre Matias:*
Quien desde pequeña me incentivo a dar lo mejor de mí, a luchar por mis sueños y se que desde el cielo me cuida y protege.

AGRADECIMIENTO

- *A Jose Aron Rojas:*

Agradecerte por todo el apoyo que me vienes brindando cada día, motivando a seguir adelante a pesar de las circunstancias, acompañándome en mis amanecidas para poder culminar mi investigación y ser mi primer espectador en mis sustentaciones.

- *A Briseth Vilca:*

Mi mejor amiga y mi segunda asesora, quien estuvo en mis momentos difíciles ayudándome y guiándome en mi investigación, gracias por siempre estar ahí para mí.

- *A mi familia: Yuli, Edilson, Pedro, Mayleth y Madison:*

Gracias por incentivar y motivarme a seguir adelante, a no dejarme derrotar y luchar por lo que quiero.

- *A Fiorella Cuela:*

Por ayudarme con la accesibilidad al lugar de investigación. Brindarme nuevas ideas para mejorar y animarme en todo momento.

- *A mi asesora Mgtr. Lucy Becerra:*

Quien con su vocación y su gran conocimiento me ayudo desde un inicio con mi investigación. Y a mejorar mis habilidades de redacción y búsqueda de investigación.

- *A mis ojichan:*

Quienes fueron mi motivación para realizar la presente investigación, gracias por todo su cariño brindado, tendré recuerdos únicos y hermosos de casa uno de ustedes.

ÍNDICE

DEDICATORIA.....	ii
AGRADECIMIENTO.....	iii
ÍNDICE	iv
RESUMEN.....	v
ABSTRACT	vi
I. INTRODUCCIÓN.....	1
III. METODOLOGÍA.....	25
3.1. TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN.....	25
3.2. VARIABLES.....	25
3.3. POBLACIÓN.....	27
3.4. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS, VALIDEZ Y CONFIABILIDAD.....	27
3.5. PROCEDIMIENTO	29
3.6. MÉTODOS DE ANÁLISIS DE DATOS.....	30
3.7. ASPECTOS ÉTICOS.....	30
IV. RESULTADOS.....	32
V. DISCUSIÓN	38
VI. CONCLUSIONES.....	43
VII. RECOMENDACIONES	45
REFERENCIAS	46
ANEXOS	53

RESUMEN

La felicidad es considerada como un bienestar biopsicosocial, una meta para la vida que busca analizar los objetos anhelados que ayudan a alcanzar la felicidad en cada persona ya sea de manera temporal o permanente. Algo sumamente importante en la etapa adulta, debido a que en esta etapa muchos de ellos suelen pasar por diversos cambios emocionales ya sea por patologías e incluso pérdidas de seres queridos. La causa principal del presente estudio, que tiene como objetivo principal determinar el nivel de felicidad de los adultos mayores del asilo de las Hermanitas de los Ancianos Desamparados – Callao Cercado 2020. Con un enfoque cuantitativo, con un tipo de investigación aplicada, de diseño no experimental, alcance descriptivo y de corte transversal. Con una población de 65 adultos mayores que vivían en el asilo, quienes respondieron una encuesta denominada La Escala de la Felicidad de Lima de manera presencial y virtual a consecuencia del COVID - 19. Los resultados, demostraron que el 76.92% presentan felicidad media y el 23.08% felicidad alta, donde predomina el sexo masculino con 55.40% y el sexo femenino con 44.60%. En conclusión, se evidenció resultados favorables en la mayoría de encuestados al igual que en las cuatro dimensiones, donde uno de los factores podría ser a que se encuentran dentro de una institución donde realizan actividades donde interactúan con otras personas, reciben los cuidados necesarios y el trato que se le brinda hacen que su estadía sea óptima y con ello sus niveles de felicidad aumenten.

Palabras clave: Felicidad, Adulto mayor, asilo.

ABSTRACT

Happiness is considered as a biopsychosocial well-being, a goal for life that seeks to analyze the desired objects that help to achieve happiness in each person, either temporarily or permanently. Something extremely important in the adult stage, because at this stage many of them usually go through various emotional changes either due to pathologies and even loss of loved ones. Being the main cause of this study, whose main objective is to determine the level of happiness of the elderly at the Asylum of the Little Sisters of the Abandoned Elderly - Callao Cercado 2020. With a quantitative approach, with a type of applied research, non-experimental design, descriptive scope and cross-sectional. With a population of 65 older adults who lived in the asylum, who responded to a survey called The Lima Happiness Scale in person and virtually as a result of COVID-19. The results showed that 76.92% present average happiness and the 23.08% high happiness, where males predominate with 55.40% and females with 44.60%. In conclusion, favorable results were evidenced in the majority of respondents as well as in the four dimensions, where one of the factors could be that they are within an institution where they carry out activities where they interact with other people, receive the necessary care and treatment that is offered makes your stay optimal and with it your happiness levels increase.

Keywords: Happiness, Elderly, nursing home.

I. INTRODUCCIÓN

El proceso de envejecimiento es algo inevitable y forma parte de la función biológica que todo ser humano debe pasar; sin embargo, esto no significa que deba ser perjudicial, al contrario; va a depender de cada uno, de qué manera lo toma y sobre todo como lo quiera disfrutar. Datos referidos por la Organización de las Naciones Unidas (ONU), señala que una persona a partir de los 60 años ya se encuentra dentro de la tercera edad, donde presenta infinidad de cambios que van desde lo fisiológico hasta sociocultural y que culmina con la muerte¹.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) relata que, entre el año 2015 al 2050 la población que ascienda a los 60 años pasará de 900 millones a 2000 millones y por consiguiente la tasa ascienda de 12 a un 22%, lo que indica que actualmente el proceso de envejecimiento es más acelerado a comparación de años anteriores, puesto que la esperanza de vida ha ido en auge y la tasa de fecundidad en decrecimiento. El tema de envejecimiento también se encuentra dentro de las políticas de salud pública y desarrollo socioeconómico, convirtiéndose en un gran reto para la comunidad puesto que el individuo necesitará aclimatarse a los cambios propios de este proceso, con la finalidad de mejorar la salud, capacidad funcional, participación social y seguridad².

Las personas adultas maduras han sido y son objeto de muchas investigaciones, los cuales suelen enfocarse en sus trayectorias físicas y cognitivas, pero muy poco en cuanto a aspectos relacionados con su salud mental como la felicidad, concepto que cobra importancia en la vida de las personas, posicionándose por encima del deseo y valor subjetivo. Un estudio internacional en personas de 21 a 100 años en California demostró que, a pesar del deterioro de la salud física, los adultos suelen sentirse más felices a comparación de los menores de edad debido a que *“la percepción que tiene la persona sobre sí mismo es más importante que su salud física”*³, y que la edad no es impedimento para ser feliz al contrario, a más años más felices, muchos prefieren disfrutar al máximo sus días, liberados de los problemas y aunque sus capacidades físicas no sean como la de un joven, pues tratan de adaptarse para

disfrutar el momento convirtiéndose en personas más felices y llenas de vida, siendo una condición positiva para mejorar su estilo y calidad de vida.

Para la psicología positiva, la felicidad conlleva a un bienestar psicosocial que con el pasar del tiempo se logró incorporar en la agenda mundial de la ONU, es así que en Julio del 2011, se implementó un dictamen donde se “*reconoce la búsqueda de la felicidad como un objetivo humano fundamental*”⁴, situación que lastimosamente no se cumple en todos los países, debido a que en la actualidad se puede ver que gran parte de la población presenta diversos problemas tanto físicos como psicológicos, lo cual se debe buscar soluciones con la finalidad mejorar su situación.

Tal como se evidencian en algunos estudios, la vejez se encuentra asociada a infelicidad e incluso ausencia de bienestar, así como la incapacidad de atenderse y asegurar su propio confort, siendo caracterizado por la vulnerabilidad y discriminación ya sea familiar, social, económico y/o participación social⁵. No obstante el estado, no siempre suele preocuparse por abastecer los recursos necesarios y tomar en cuenta las necesidades básicas, habilidades personales, autoeficacia y el ocio activo del adulto mayor. En Argentina, la felicidad es algo vital y que debe ser experimentado por el mismo individuo, con el propósito de mejorar la técnica de afrontamiento ante cualquier suceso crítico; ahora bien, si se encuentra con más de dos sucesos en un periodo de 5 años, pues su felicidad suele decaer de forma significativa e incluso algunos estudios centran la personalidad como un predictor de felicidad; puesto que hallaron una relación negativa entre la felicidad y el neuroticismo⁶. Las diversas respuestas a los requerimientos de los adultos mayores son tomadas como resultados inconclusos en donde demuestra que aún faltan más estudios sobre la importancia de la felicidad sobre todo en las personas longevas.

A nivel nacional, con respecto a la población que pertenece a mayores de 60 años ha ido en auge con un 10.1% durante el año 2017 comparado con años anteriores. Según el INEI, para el año 2019 la población adulta se habrá incrementado en un 12.4%, en la actualidad por cada 100 habitantes solo 25 son niños, a diferencia de años anteriores (década de los años 50) en los que eran

42 niños por cada 100 habitantes, lo que produce una alteración en la pirámide poblacional puesto que existe mayor poblamiento de adultos mayores, que de niños y/o jóvenes. A pesar de los esfuerzos que realiza el estado peruano para ayudar a la población longeva, ya sea con programas como Pensión 65, SIS para todos, atención integral al adulto mayor, Tayta Wassi, entre otros; estos no se han dado abasto debido a las brechas existentes en las zonas rurales, asimismo uno de los tantos problemas que se presentan para ellos es la alfabetización, el 13.3% de esta grupo etario no tuvo acceso a un nivel educativo o en todo caso cuenta solo con nivel inicial, mientras que el 16% no sabe escribir ni leer, algo que influye significativamente en la calidad de vida que han tenido y que tendrán, además de ello aún existe una parte de la población que no cuenta con el DNI por lo que básicamente son invisibles para el estado, por ende no pueden acceder a ningún beneficio o programa, siendo factores que influyen en su estado emocional al tener tantas deficiencias^{7,8}.

Un reporte sobre la felicidad brindado por la Asamblea General de las Naciones Unidas, localizan a Perú en el puesto 65 de 104 países, y en noveno lugar a nivel de Latinoamérica, también señala que los factores externos como los ingresos económicos, el trabajo, los valores, la religión y la satisfacción con la comunidad; en conjunto con los factores personales como la salud física, experiencia familiar, salud mental, educación, sexo y edad son pieza clave para poder determinar la felicidad⁹. Lo que demuestra, que como país aún nos falta trabajar en esos aspectos y sobre todo darle un balance de importancia a los dos factores ya mencionados. Dado que en la etapa adulta reflejan diversos temores o inquietudes a causa del deterioro de sus capacidades tanto físicas como psíquicas, por ello es preciso señalar que el trastorno psiquiátrico más demandante es la depresión, que trae consigo serias consecuencias como una deficiente calidad de vida e incluso crecimiento de la tasa de mortalidad y en el peor de los casos el suicidio¹⁰.

En las últimas estadísticas realizadas en la Provincia Constitucional del Callao, se evidenció que cuenta con 1,010,315 habitantes, donde el 11% es representada por la población adulta mayor con 111,178 habitantes, con mayor porcentaje en la ciudad del Callao (51,114), la cual predomina el sexo femenino

con un 54% a comparación de sexo masculino que cuenta con un 46%¹¹. Aun cuando dicha provincia cuenta con el Centro Integral del Adulto Mayor (CIAM), que ofrece diversos talleres que benefician al adulto mayor tanto física como psicológicamente, lamentablemente no cuenta con muchos participantes, debido a que la mayoría de ellos no tienen conocimiento, otros no tienen con quien ir, los lugares no son accesibles o no les llama la atención. Otro problema resaltante es que algunos de ellos viven solos, son de bajos recursos e incluso suelen trabajar para poder obtener lo necesario para alimentarse, lo que altera su estabilidad emocional, puesto que deben estar pendientes del mañana y que hacer para poder vivir.

En relación con la problemática expuesta, se formula la siguiente pregunta:

¿Cuál es el nivel de felicidad en los adultos mayores del asilo de las Hermanitas de los Ancianos Desamparados – Callao Cercado 2020?

Donde el objetivo general de esta investigación, será Determinar el nivel de felicidad de los adultos mayores del asilo de las Hermanitas de los Ancianos Desamparados – Callao Cercado 2020. De la misma manera también presenta objetivos específicos como:

- Evaluar el nivel de felicidad en los adultos mayores teniendo en cuenta el sentido positivo con la vida.
- Evaluar el nivel de felicidad en los adultos mayores teniendo en cuenta la satisfacción con la vida.
- Evaluar el nivel de felicidad en los adultos mayores teniendo en cuenta la realización personal.
- Evaluar el nivel de felicidad en los adultos mayores teniendo en cuenta la alegría de vivir.

Donde cuya finalidad será evaluar cuán felices son dicha población puesto que, si bien es cierto algunos investigadores analizan al adulto mayor, en su mayoría se enfocan en las enfermedades que se puedan presentar, como rehabilitar o tratamientos y no en su estado emocional o como se sienten en su entorno. Todos estos resultados, no solo beneficiarán al investigador, sino

también a la institución de estudio que en este caso es el asilo, lugar donde habitan un gran grupo de adultos mayores, de tal manera que puedan saber cómo se encuentra su nivel de felicidad y posterior a ello crear estrategias para el beneficio de los mismos.

La presente investigación presenta una conveniencia; en donde se puede ver que existen pocas investigaciones o en todo caso se desconoce el nivel de felicidad que muestran los adultos mayores en nuestro país, por lo que es importante tener en cuenta su estado biopsicosocial de cada uno de ellos y de esa forma asegurar una vida plena y feliz hasta el final de la vida. En cuanto a la trascendencia Social; serán beneficiados los adultos mayores del asilo de las Hermanitas de los Ancianos Desamparados y de esa forma ayudar a tomar conciencia en las enfermeras sobre el estado emocional de los adultos mayores y con ello disminuir algunos trastornos mentales como la depresión, ansiedad, etc. las cuales se pueden adquirir en este grupo etario, por las características propias que se presentan. Mientras que en la implicancia de la Práctica; busca dar a conocer el nivel de felicidad en los adultos mayores, con la finalidad de que el profesional de salud que trabaja día a día en su cuidado pueda crear nuevas estrategias y posterior a ello plantear diversas actividades que sirvan para enriquecer la calidad de cuidado y de esa forma incrementar su nivel de felicidad. Por último, la utilidad Metodológica; aspira llenar los vacíos del conocimiento sobre esta temática, debido a que hoy en día existen insuficientes artículos que hablen o se preocupen por el nivel de felicidad de los adultos mayores y así poder crear nuevos conocimientos que sirvan de base para nuevas investigaciones.

II. MARCO TEÓRICO

Algunos antecedentes encontrados a nivel de Perú respecto a la depresión en adultos mayores nos muestran datos relevantes como:

Saavedra J. recientemente en el año 2020, ejecutó en Lima un artículo cuyo objetivo era valorar los elementos sociodemográficos y eventos de vida tempranos vinculados con la felicidad en adultos de Lima Metropolitana. Su tipo de metodología era de estudio transversal analítico, en el cual empleó instrumentos de índice de calidad de vida, la versión breve y modificada del EMBU, un cuestionario de eventos adversos tempranos, un índice de felicidad construido a partir del ítem único sobre felicidad de Andrews y la escala de satisfacción con la vida; además de ello realizó un análisis multivariado ajustado, con una población de 4445 adultos, donde el sexo femenino predominó con un 52,0 % y la edad promedio fue de 42.6 años. Los resultados revelaron que el nivel de felicidad se asoció con el sexo, estado civil, pobreza y nivel de instrucción. Los estilos de crianza que fueron asociados con la disminución de felicidad son: las conductas de rechazo y las actitudes machistas, en cuanto al alto nivel de felicidad se encontró: el calor emocional; sin embargo, no se encontró relación con la crianza de sobreprotección o favoritismo, pero si los eventos adversos tempranos que fueron asociados significativamente con las discusiones dentro de la familia, padre con problemas de alcohol, ausencia paterna, conductas de amenaza o chantaje emocional. En conclusión, los datos mencionados demuestran que tan importante es realizar programas constantes que aporten conocimientos y comportamientos positivos durante en los primeros años de vida, la cual estimulen ambientes y estilos de crianza saludables no solo para la persona, sino también para todo su entorno⁹.

Carcausto M y Osnayo D en el año 2020 realizaron en Arequipa una investigación con la finalidad de valorar la validez de la intervención de Enfermería en el fortalecimiento de la felicidad del adulto mayor, donde se desarrolló un programa de intervención denominado Fortaleciendo la Felicidad. Su metodología fue de tipo pre- experimental con un pre y post test, en donde utilizó un cuestionario llamado la escala de Felicidad de Lima; su población

abarcó a 38 adultos mayores, con un 10.5% de varones y 89.5% de mujeres. En los resultados antes de la intervención de enfermería donde se realizó el pre test se evidenció que el 81.6% de los adultos mayores presentaron un nivel de felicidad medio, el 15.8% con un nivel bajo de felicidad y el 2.6% un nivel alto de felicidad; luego de la intervención obtuvieron como resultado un 81.6% de felicidad medio y el 18.4% presentó un nivel alto de felicidad donde demostró una mejoría después de la intervención. En conclusión, se puede decir que es de suma importancia realizar intervenciones a los adultos mayores donde no solo se enfoque en prevenir enfermedades sino también a mejorar sus estados de ánimos como en este caso es la felicidad, puesto que los ayuda psicológicamente y a prevenir enfermedades¹².

Bocanegra R, en el año 2019 realizó una investigación en Lima, con el objetivo de comprender la correlación entre los estilos de vida saludables y la felicidad en adultos mayores que pertenecen a un programa brindado por un centro asistencial de Lima. Su metodología posee un nivel de investigación básica, no experimental de diseño correlacional, donde dio uso a La Escala de Estilo de Vida de Pender y la Escala de Felicidad de Lima de Alarcón, abarcó una población de 67 adultos mayores donde 44 fueron mujeres y 23 hombres que se encontraban alrededor de los 65 a 89 años. Los resultados dieron que entre la felicidad y el estilo de vida saludable existe una correlación alta de tipo no lineal, además de ello se hallaron correlaciones no lineales entre las dimensiones de estilo de vida saludable como la alimentación, actividad y ejercicios, manejo del estrés, apoyo interpersonal, autorrealización y la responsabilidad en salud con la felicidad la cual obtuvieron correlaciones moderadas y altas. En conclusión, un estilo de vida saludable y un estado favorable de salud en el adulto mayor ayuda a elevar la felicidad, es por ello que se debe fomentar la educación e iniciativa de actividades para mantener a esta población activa, además de ello incentivar a que tengan interés por mejorar su estado de salud¹⁰.

De la Torre C en el año 2019 realizó una pesquisa en Lima, con el objetivo de evaluar el nivel de felicidad en los integrantes del Centro de Adulto Mayor de San Pedro de Mala – Cañete. La metodología fue de tipo descriptivo con enfoque cuantitativo, de diseño de tipo no experimental de corte transversal, conformada

por 33 adultos mayores pertenecientes al CAM, donde se empleó el instrumento de investigación La escala de Felicidad de Lima de Reynaldo. Donde los resultados destacan que a pesar de que el adulto mayor haya tenido pérdidas familiares, de pareja o en todo caso viva lejos de sus hijos demuestran una impresión positiva, siendo el 52% de ellos que poseen un nivel alto de felicidad y se sientan contentos con su vida. La cual se puede concluir, que la mayoría de los adultos mayores consideran tener una vida productiva y con desafíos que aún tienen que cumplir, lo que genera aumento de entusiasmo por la vida muy a pesar de los problemas que se le puedan presentar¹³.

Pareja L, Barbachán E y Sánchez F. en el año 2019 desarrollaron en Perú, una investigación cuya finalidad fue establecer la relación que existe entre la felicidad y el comportamiento prosocial basándose en el género, grupos étnicos y facultades de pertenencia en 427 estudiantes de educación, de una universidad de Lima. Consta de una metodología de tipo descriptivo, correlacional, de diseño no-experimental, de carácter transversal y ex-post-facto; donde aplicaron la Escala de Felicidad de Lima (EFL) de un famoso investigador que es Alarcón y seguido del Cuestionario de Comportamiento Prosocial de Roche. Donde obtuvo como resultado una correlación positiva entre las dos variables estudiadas; además de ello no existen diferencias significativas en función al sexo y la edad tanto en la variable Felicidad como en el Comportamiento Social e incluso la pertenencia a una facultad no genera diferencias significativas en la variable Felicidad, pero si en la variable Comportamiento Prosocial. En conclusión, la Felicidad y el Comportamiento Prosocial demostraron tener relación en vista que los factores como el sexo, la facultad a la que pertenecen y el grupo étnico no influyeron¹⁴.

Zare R, dentro del año 2016 realizó en Trujillo un análisis, cuyo motivo era conocer el vínculo que existe entre la felicidad en el trabajo y el desempeño laboral de los trabajadores que se encuentran en un centro de capacitación industrial de Trujillo. En su metodología utilizó un enfoque cuantitativo, de diseño no experimental, descriptivo- correlacional y transeccional, participaron 21 docentes y 21 administrativos a quienes se les aplicó un cuestionario autoadministrado para calcular la felicidad, pero para evaluar el desempeño

laboral se realizó una gráfica de evaluación del desempeño para el caso de los trabajadores administrativos y un cuestionario de evaluación del desempeño en aula para los trabajadores docentes. Tuvo como resultado una efectiva relación directa entre la felicidad en el trabajo y el desempeño laboral, aunque no se comprobó la hipótesis planteada, a causa de la deficiente relación directa de los docentes y en el caso de los administrativos la relación inversa era insignificante. En conclusión, el vínculo entre el desempeño laboral y la felicidad en el trabajo va estar medida según la función ejerza el trabajador en su ambiente laboral¹⁵.

Por lo que se refiere a los antecedentes internacionales, las cuales abarca a varios países e investigadores comprende a:

Torres W y Flores M en el año 2018 efectuaron en México, una investigación sobre el impacto de las variables de satisfacción con la vida, apoyo social, autopercepción de salud y los estilos de enfrentamiento sobre el bienestar subjetivo. Posee una metodología de estudio descriptivo realizado en un ambiente natural, la cual se utilizó dos muestras independientes que fueron divididas por sexo, donde participaron 122 adultos mayores entre 60 y 93 años, habitantes de la Ciudad de Mérida, Yucatán. Obtuvo como resultado que, para las mujeres los estilos de enfrentamiento son responsables de un bienestar subjetivo ante los efectos dañinos, sin embargo, en los hombres se evidencio que el bienestar subjetivo es dado debido a la satisfacción con la vida y los estilos de enfrentamiento, por ende, se debe tratar de indagar y fomentar las variables psicosociales en los adultos mayores. Se puede concluir que los adultos mayores se encuentran complacidos con la vida que llevan y presentan elevados niveles de bienestar subjetivo⁵.

Cardona D, Segura A, Segura A, Muñoz D y Agudelo M, en el 2018 - Colombia, realizaron un estudio con la finalidad de establecer la capacidad predictiva de la felicidad respecto al funcionamiento familiar en el adulto mayor en tres ciudades de Colombia. La metodología fue de estudio analítico, transversal y de fuente primaria, con una participación de 1514 personas mayores de 60 años que vivían en las ciudades de Medellín, Barranquilla y Pasto donde además se utilizó el APGAR familiar para evaluar la funcionalidad familiar.

Los resultados definieron que las propiedades relacionadas al funcionamiento familiar son el lugar donde habitan, el sexo femenino, contar con pareja sentimental, el nivel educativo elevado, no presentar enfermedades mentales, percepción de la felicidad, bajo riesgo a tener depresión, contar con un apoyo social. Para concluir, se debe fortalecer el bienestar de la persona mayor, con la finalidad de que tenga una vejez con una imagen positiva con optimas relaciones familiares e integración a la sociedad¹⁶.

Auné S, Alba F y Attorresi H, para el 2017 hicieron en Argentina un estudio, con la meta de averiguar si el género y nivel educativo interfieren en la felicidad de los adultos argentinos que tienen aproximadamente 12 años de escolaridad. Su metodología fue de estudio transversal, en campo, mediante una encuesta descriptiva, no experimental de 12 ítems y con 5 opciones de respuesta tipo Likert siendo 1 = totalmente en desacuerdo, 2 = desacuerdo, 3 = ni de acuerdo ni desacuerdo, 4 = acuerdo, 5 = totalmente de acuerdo, con un total de 200 participantes argentinos de igual cantidad entre varones y damas. En los resultados se evidencio que el nivel educativo y la interacción entre genero posee efectos significativos, debido a que la educación incrementa el sentimiento de logro y cumplimiento de metas, pero también se observó que las mujeres son el sexo con menor nivel educativo, convirtiéndolas en vulnerables, con dependencia económica y social a pesar de que los varones tengan el mismo nivel educativo. Para concluir, es muy importante brindar una buena educación de calidad a la población puesto que de eso dependerá su futuro y estabilidad, debido a que antiguamente la educación no era tomado como algo primordial en la vida de una persona, lo que trajo como consecuencia a varias personas analfabetas o con educación incompleta, debido a que muchos de ellos debían trabajar a temprana edad para su familia o en algunos casos eran demasiados hermanos y no alcanzaba para brindar educación a todos, lo que afectó seriamente su estado económico y sobre todo emocional en el adulto⁶.

Puello E, Flores M y Sánchez A. en el año 2017 en Colombia, desempeñaron una investigación con la finalidad de describir el nivel de felicidad de un grupo de adultos mayores pertenecientes al proyecto de extensión solidaria de la Universidad de Córdoba llamada Bailando por mi salud. Su metodología era de

naturaleza cuantitativa, constituida por 36 longevos seleccionados por conveniencia donde las mujeres predominaron con un 91%, con un rango de edad entre 60-90 años, a quienes se les asignó la Escala General de la Felicidad. Los resultados demostraron que luego de un año de pertenecer al proyecto todos sin excepción manifiestan sentirse felices, el sexo femenino presentó altos niveles con un 86% sin embargo al preguntar como poder aumentar su nivel de felicidad contestaron que si tuvieran menos preocupaciones económicas podían elevar su nivel de felicidad. Para concluir, el alto nivel de felicidad evidenciada se puede relacionar con el hecho de que ellos realizan por tiempos prolongados y de forma permanente actividad física la cual es el baile, además que participan en programas de extensión solidaria que contiene variedades de intervenciones educativas, asistenciales y recreativas, de la misma manera recalcar la importancia de ampliar oportunidades de inclusión en programas integrales de salud⁴.

Borges N, Castro M, Cetina C, Cruz B y De los Reyes M. en el 2016 llevaron a cabo en México, un estudio con el propósito de conocer si los adultos mayores, residentes en una ciudad mexicana, se consideran felices. Su metodología era no probabilística hecha en lugares públicos como centros recreativos, comercios, espacios abiertos o puntos de reunión, el cual tuvo una muestra constituida por 121 personas mayores de 60 años que vivieran en la ciudad de México, con el fin de poder localizarlos, tener accesibilidad y sobre todo que estén dispuestos a colaborar con la investigación, la técnica utilizada fue mediante una entrevista semiestructurada basándose en una guía de preguntas definidas donde el entrevistador podría introducir preguntas adicionales para profundizar los conceptos, posterior a ello empleó la Escala de la Felicidad diseñado por Vásquez que consta de 21 reactivos que se respondieron mediante una escala tipo Likert dividiéndose en 5 apartados: sentido positivo de la vida, satisfacción con la vida, realización personal, alegría de vivir y valoración personal. Los resultados fueron que los principales factores a los que los adultos mayores atribuyen su felicidad son la familia, la pareja, su forma de ser, la compañía, las actividades, la naturaleza de la felicidad, Dios y la salud. Conclusión, la mayoría de encuestados no gozan de una felicidad duradera, sino que se construye o se

crea en cada persona y que tiene como fin gozar de una sensación de bienestar a largo plazo¹.

Gonzales L, Aguirre A, Kraunik R, Palacios R, Sepúlveda P y Rapiman M. hicieron en el año 2016 en Chile, un análisis para descubrir aspectos que se deben tener para poder ser un adulto mayor feliz y como ser para la muerte. Su metodología obtuvo una investigación cualitativa, de enfoque fenomenológico, con participación de 7 personas de ambos sexos quienes se consideraban adultos felices las cuales fueron seleccionados entre 15 miembros de un club de adulto mayor de la comuna de San Bernardo, Región Metropolitana, donde se usó la Escala de Felicidad Subjetiva de Lyubomirsky. Como resultado se consiguió determinar cuáles eran las categorías para ser un adulto mayor feliz que son la autonomía, bailar, futuros viajes, leer, tener mascotas y gozar de los bienes obtenidos, en cuanto a que ser para la muerte los entrevistados relataron que deben terminar sus últimos años bien, de la mejor manera. Por consiguiente, para un adulto mayor es importante la recreación, tener planes que puedan disfrutar al máximo sin preocupaciones de por medio¹⁷.

Luego de analizar la información brindada por los diversos autores ya mencionados, es importante saber los niveles de felicidad en los adultos mayores, cuáles son los factores que influyen y sobre todo cuanto afecta en su estabilidad emocional.

Teoristas famosos como Alarcón, uno de los psicólogos peruanos más importantes realizó diversas investigaciones con el fin de brindarle un concepto propio a la felicidad y considerarlo como una meta para la vida; en una parte de su libro alude que la felicidad y el bienestar subjetivo son utilizados como homólogos debido a que facilitan el análisis científico. Considera que es un estado de bienestar personal, dado que investiga los objetos anhelados de cada individuo para poder alcanzar la felicidad, teniendo además como objetivo la satisfacción de las experiencias individuales o las experiencias en la adquisición de un bien deseado que puede ser permanente o breve y de manera especial. Estudio los conceptos dados por Sócrates, Platón, Aristóteles y Epicuro para definir a la felicidad como una satisfacción relativamente duradera, que el ser

humano lo puede experimentar de manera subjetiva al momento de poseer un bien deseado¹⁸, detalló además 4 diversas cualidades a la felicidad, primero que es un sentimiento interno y satisfactorio que pasa la persona de manera individual; segundo, al pertenecer a un estado de la conducta brinda una estabilidad en la felicidad ya sea duradera o temporal y al mismo tiempo perecible; tercero, la felicidad es adquirida al poseer un bien deseado y cuarto, el bien o posiciones que causan la felicidad son de naturaleza variada¹⁹.

Evaluó también la relación que podría haber entre la felicidad y la edad, donde halló que la felicidad no suele disminuir con la edad, sino al contrario suele incrementarse al menos en el rango de 50 y 60 años, debido a que las personas mayores manejan mejor las emociones, aprende a reforzar y aprovechar los aspectos positivos y minimizar los aspectos negativos, las cuales con el tiempo adquiere mayor madurez y aprovecha las oportunidades que se le puedan presentar. Posteriormente, el autor creó y aprobó una escala dedicada a medir la felicidad, establecido por cuatro factores denominados: la alegría de vivir, la satisfacción con la vida, la realización personal y por último el sentido positivo de la vida.

También existen otros aportes teóricos, como el de Segura y Ramos, donde refieren que la felicidad es algo esencial en el ser humano, definiéndolo como una actitud persistente y abstracta, debido a que el bienestar de cada individuo es percibido de manera diferente, que suele darse en diversos periodos por lo que en muchos casos este tipo de bienestar no es considerado como felicidad, debido a su transitoriedad²⁰; por tal razón se le considera como un momento placentero que no necesariamente convierte al individuo en una persona feliz.

Tal Ben Shahar de la Universidad de Harvard aportó una teoría denominada “La Mayor Felicidad”, donde señala que la búsqueda de la perfección puede causar infelicidad en los seres humanos, dado que día a día hacen hasta lo imposible por alcanzarlo, pero no se trata de conformarnos o dejar de lado los retos o sueños; sino que para lograr la felicidad es indispensable disfrutar del éxito, valorar lo que se ha obtenido a lo largo del tiempo, ser agradecidos y sobre

todo aprender a aceptar el mundo como es, de igual forma el logro de la felicidad involucra también aprender a fallar o fallar para poder aprender y usar los errores como lecciones, con el simple hecho de plantearse metas lejanas ya es tomado como un error en los seres humanos para alcanzar la felicidad^{20,21}.

Del mismo modo, otro autor que habla acerca de la felicidad es Seligman quien es denominado padre de la Psicología Positiva, planteó que al evaluar los aspectos positivos de los seres humanos se debe tener en cuenta tres parámetros, el primero es la Vida Placentera, donde se analizan las experiencias y/o emociones positivas, que hace alusión a la vida placentera y se caracteriza en su mayoría por ser de corta duración, sin embargo esta puede maximizarse si el individuo se concentra en los aspectos positivos en referencia a los 3 tiempos que son el pasado, presente y futuro, sin tomar importancia a las emociones negativas que pueda sentir; como segundo parámetro se encuentra La Buena Vida o la Vida Comprometida donde la eudaimonía (felicidad) se basa en la absorción de lo que se hace, estudia las fortalezas personales y pone en práctica las capacidades que tenga el ser humano para poder desarrollar mayores experiencias positivas frente a las situaciones que se le presenten y por último La Vida con Sentido, que dispone de nuestras virtudes para conseguir nuestras metas, este parámetro es considerado la más duradera e incluso forma parte del desarrollo de nuevos objetivos así mismo implica pertenecer a mejores instituciones positivas ya sean a nivel familiar, educativa, trabajo, entre otros, no obstante, señala que estos parámetros no son exclusivos ni absolutos para alcanzar la felicidad²². También conceptualizó 5 Pilares a lo que dio como nombre PERMA gracias a sus siglas en inglés, Positive Emotions que quiere decir Emociones positivas, Engagement que significa Compromiso, Relationships que refiere a las Relaciones positivas, Meaning que indica Significado, y por último Accomplishment que indica Logró; los cuales organizan los principales componentes del Bienestar²³.

Para finalizar el teorista Abraham Maslow, quien con su Teoría Humanista describió al ser humano desde un punto de vista totalmente diferente, como un ser pasivo de conductas determinadas en busca de un aprendizaje. Asimismo, elaboró un libro llamado Una Teoría Sobre la Motivación Humana, cuya finalidad

era jerarquizar las necesidades humanas, inicio por la Fisiología que abarca la respiración, la nutrición, el descanso, homeostasis y sexo; como segundo escalón la Seguridad que engloba la seguridad física, del empleo, moral, familiar, recursos, etc.; en tercer escalón la Afiliación que comprende la amistad, el afecto y la intimidad sexual; seguido del cuarto escalón denominado el Reconocimiento donde está el autorreconocimiento, la confianza, el respeto y el éxito; como quinto escalón la Autorrealización que comprende la moralidad, la creatividad, la espontaneidad, la falta de prejuicios, etc²⁴. las cuales serían pilares importantes para tener una vida feliz.

Con respecto a la historia de la Felicidad, se dio gracias al Reino de Bután, un pequeño país asiático que se encuentra en la Cordillera de Himalaya, quien fue el que incentivo a la ONU en conmemorar a la felicidad, con el objetivo de reconocer la importancia de la misma y el bienestar como aspiraciones universales, pactando con el nombre de Día Internacional de la Felicidad un 20 de marzo del 2012, sin embargo 1 año después ya para el 2013 es que recién se dio inicio a esta celebración siendo denominado World Happiness, donde posteriormente a ello se realizó un ranking para evaluar la felicidad de los países, donde quedó Dinamarca como el país más feliz y República Centrafricana como el más infeliz, cabe destacar que esta evaluación ya lleva siete años consecutivos y de manera anual. En el reciente ranking realizado en el 2019, se evaluó a 156 países latinoamericanos, donde se tomó en cuenta diferentes factores como la educación, expectativa de la vida, apoyo social o corrupción, se obtuvo como resultado a Finlandia como el país más feliz y a Venezuela como el país más infeliz¹². Esta organización planteó además que las diversas enfermedades que se lleguen a manifestar en el transcurso de nuestras vidas, no son lo único que afecta el proceso de salud, sino también el bienestar promoviendo la importancia de la protección y sus causas, de tal manera que se reconoció a la felicidad como un factor importante e indicador de desarrollo para un país.

Para poder entender la palabra Felicidad, primero se definirá su origen etimológico; con respecto a la voz griega que viene a ser Felicitas, significa Fertilidad que en conjunto con la definición de la Real Academia Española nos

da como resultado que la felicidad se obtiene a consecuencia de los logros obtenidos y al momento de dar solución a los retos. Algo totalmente diferente con la definición inglés, dado que Happiness - Felicidad se detalla como un suceso más casual, y no como un resultado programado²⁵. Dichos conceptos detallan una vista diferente con respecto a la felicidad e incluso cada autor da a conocer su definición respecto a esta temática, unos refieren que es una satisfacción, otros que es un estado de ánimo e incluso detallan que significa sentirse contento y complacido, por otro lado si se sigue una metáfora vegetal, se puede definir como el florecimiento de un ser humano²⁶, y es que la felicidad no tiene un concepto definido, sino que va a variar de acuerdo a la perspectiva de la persona, de la importancia que tenga por alcanzarlo, puesto que es algo subjetivo y/o relativo.

La felicidad es un derecho básico del ser humano, que no solo se encuentra en grandes Declaraciones de Derechos, sino además en textos constitucionales, donde refleja a la felicidad como una meta individual y colectiva que será adquirida mediante la protección de los derechos humanos²⁷.

En la actualidad, medir la felicidad es algo muy complejo debido a que no existe una forma objetiva de realizarlo, es por ello que la manera más eficaz de medir la felicidad es mediante la evaluación de las percepciones y lo que surge de ellas, donde importa el estado mental o emocional positivo de disfrute y satisfacción; además es importante reconocer que la felicidad favorece a la salud y el bienestar personal. Desde una posición psicológica, la felicidad está relacionada con el optimismo, la autoconfianza y/o seguridad en uno mismo y las relaciones sólidas con las demás personas de tu entorno; mientras que, desde lo biológico, se relaciona a la felicidad con el ejercicio y en consecuencia con la salud²⁸.

Datos brindados por Davidson y Kabat-Zinn, detallan que la experimentación de la alegría, felicidad y entusiasmo se debe a la activación del lado izquierdo de la región frontal del cerebro, mientras que el pesimismo, depresión y la ansiedad son desarrollados gracias a la activación del lóbulo frontal derecho¹³. Por consiguiente, los individuos que logren presentar elevado nivel de felicidad

muestran una actitud positiva y a la vez se sienten más motivados y con ganas de conquistar nuevas metas; algo que no sucede con las personas que no presentan ninguna señal de felicidad, debido a que manifiestan un enfoque del medio negativo siendo percibido mediante la frustración e incluso echan la culpa a la sociedad con la que conviven.

Dicho sentimiento se encuentra ligado al tiempo, donde es necesario tener una estabilidad de manera continua, el simple hecho de pensar que la felicidad puede en algún momento acabarse o estar con la intranquilidad de que en algún momento concluirá es destruir el momento feliz o esplendoroso que está viviendo; de hecho, no solo se trata de buscar la felicidad o sentirse feliz, sino encontrar el ¿Por qué?, ¿Cómo? Y ¿Cuan felices los hace sentir? Con la finalidad de evaluar que tan bien va el ritmo de vida y lo feliz que pueden ser.

Es considerada también una guía y/o motivación para realizar acciones o tomar decisiones las cuales contribuirán para alcanzar la felicidad, ya sea mediante experiencias sensoriales que son asociadas al placer mediante los sentidos como oler, sentir alguna textura o en forma negativa como por ejemplo el dolor; las experiencias afectivas que corresponde a las emociones como el amor o el odio; las experiencias evaluativas que involucra una evaluación sobre cómo se desenvuelve la vida acorde a los estándares y aspiraciones y por último las experiencias místicas que consta de momentos espirituales para sentirse bien. Sin embargo, existen datos científicos donde se demuestra que pueden existir bajas posibilidades para que las persona modifiquen su nivel de felicidad de manera continua, debido a que cada uno tiene un rango de felicidad determinado. Por ejemplo, las personas tristes no siempre están felices de manera duradera y las personas felices no se sienten tristes de forma duradera, en pocas palabras la felicidad va a depender de cada persona²⁹.

Otro dato importante es que la Psicología Positiva es el tema principal de la felicidad, desde un enfoque psicológico es considerado una pieza clave para vivir al máximo los límites de la felicidad, gracias a que ayuda al manejo y aumento de emociones. Aristóteles menciona que la felicidad se alcanza al momento de adquirir lo que se desea, siendo considerada una felicidad momentánea. El

budismo relata que la felicidad viene del interior del ser humano, siendo algo subjetivo³⁰.

El filósofo Kant también sumó un concepto importante a la felicidad, definiéndose como una condición en donde un ser razonable vive en un mundo libre según su voluntad y lo que desea, señala además que es imposible determinar con certeza que verdaderamente lo hace feliz.³¹ Puesto que, si bien es cierto forma parte de un derecho la cual todo ser humano puede gozar, cada uno decide en qué momento ser feliz, con que acontecimiento u objeto, el nivel de felicidad y cuánto sería la duración debido a que a lo largo de los años esto puede variar con el tiempo.

Aportes de Seligman, Steen y Parks, nos relatan que para encontrar la felicidad existen tres formas, primero por el sentimiento positivo ya sea hacia el pasado, presente o futuro. Segundo, es el seguimiento que se le da a la gratificación donde involucra a la persona plenamente y necesita cualidades como la imaginación, la inteligencia social, el carisma y la perseverancia. Tercero, la utilización de las propias fortalezas del individuo para contribuir en el fortalecimiento de su felicidad mediante el uso del conocimiento, la generosidad, la familia, la comunidad, la justicia o un poder espiritual⁶.

Es ahí donde los aportes de Jean Watson, una teórica importante en la enfermería cobra importancia dado que, dentro de su teoría de cuidado humanizado, relata lo fundamental que es tener una buena relación enfermera – paciente, donde no solo debe enfocarse en la enfermedad sino también en la persona, realizar la escucha activa, ayudar a que poco a poco recupere su independencia y autonomía; actos que con el pasar del tiempo ayudan a mejorar su factor emocional, en especial la felicidad y así mismo conocer al paciente para estar alerta ante alguna complicación³².

Indagaciones dadas por Yamamoto, señalan que la población peruana se diferencia por tratar de salir adelante ante los inconvenientes que se le puedan presentar, aunque lastimosamente en la actualidad los niveles de felicidad están que desciende a causa de la pérdida de valores en las personas¹³, el propone

crear proyectos de mejora que se enfoquen en fomentar la práctica de valores, con el propósito de incrementar la felicidad e incluso la productividad laboral, algo que no solo beneficiará al individuo sino también al país, puesto a que busca poco a poco la superación y sentirse bien consigo mismo.

Existen dos tipos de felicidad; la momentánea en donde Seligman menciona que es aquello que se puede aumentar cómodamente y sin esfuerzo mediante acciones cotidianas, como por ejemplo ingerir algún dulce, mirar películas, comprar algo, realizar algún hobby, etc. Esto quiere decir que este tipo de felicidad se puede adquirir en cualquier momento al satisfacer una necesidad, pero que tiene una corta duración. También existe la felicidad duradera, donde Lyubomirsky, refiere que es la que no se busca o se persigue, sino que se debe de construir o crear por cada persona, cuyo fin es la sensación de bienestar a largo plazo. Relató además que dentro de este tipo de felicidad existen tres componentes claves: primero, donde el 50% de la felicidad va a depender de la genética de la persona como el peso, color de piel u ojos, altura, entre otros; como segunda clave que conforma el 10% de la felicidad son las circunstancias que se dan a lo largo de la vida, establecido por lo económico, la profesión, el matrimonio, la edad, la vida social, etc. y por último la tercera clave que abarca el 40% restante, donde depende del propio comportamiento o acciones de la persona para aumentar o disminuir su nivel de felicidad, según lo que hace y piensa de la propia vida¹.

Adicionalmente existe otra clasificación denominada Hedónica o Hedonismo, que surgió en Grecia durante el siglo IV a.c., es entendido como bienestar subjetivo, debido a que está relacionado con las emociones positivas, que hacen referencia a sentimientos agradables y suelen tener una duración temporal corta; la ausencia del estado de ánimo negativo, el cual se hace presente en la persona cuando se encuentra activo y no deprimido y la satisfacción con la vida, la cual interpreta cómo se siente la persona frente a la calidad de vida que tiene. es muy importante tener en cuenta este componente, debido a que, si la persona tiene una calidad de vida feliz y se encuentra satisfecha con ello, sería un marcador de envejecimiento óptimo³³. Asimismo, cabe mencionar que la felicidad o visión

hedónica, se determina bajo la sensación de placer de la persona, por lo que se centra en los sentimientos y cambios que experimentan a raíz de los diferentes escenarios que se le presentan en su vida cotidiana³⁴. Y por último, La Eudaimónica o Eudaimonismo, donde el bienestar o perspectiva eudaimónica se centra en el potencial de la persona, el grado de coherencia interna y realización personal alcanzados, además tiene un punto de vista psicológico en el cual evalúa seis aspectos, el primero es la autonomía y el poder de decisión de la persona en su vida diaria, seguido por el crecimiento personal o autorrealización, tercero la autoaceptación o aceptación de sí mismo como individuo, cuarto el propósito de vida que tenga, quinto el dominio y sexto la relación positiva con su entorno³³. De igual forma, el modelo de bienestar de Ryff menciona que la perspectiva eudaimónica es consecuente del cumplimiento y realización de la persona como ser humano; no obstante, cabe destacar que la idea principal de este modelo se basa en la búsqueda de la perfección, el cual tendrá como resultado la realización del propio potencial³⁵.

En pocas palabras el bienestar hedonista y eudaimónica están regidos por el ambiente social en el que se encuentre la persona y las experiencias vividas en su vida cotidiana, sin embargo se diferencian debido a que el bienestar hedonista contempla un estilo de vida bajo valores superficiales, avaricia y explotación de otros, es decir la persona se enfoca en vivir bien; mientras que para el bienestar eudaimónica, las personas se centran en sentirse bien viviendo sus experiencias y teniendo metas u objetivos.

Respecto a las dimensiones Reynaldo Alarcón, planteó un instrumento con la finalidad de evaluar la Felicidad, mediante el estudio de 4 dimensiones: primero el Sentido Positivo con la Vida; relacionado a base de los sentimientos, experiencias positivas, ausencia de intranquilidad y pesimismo. Es cuando la persona disfruta ser útil con los demás, pero sin restar importancia sobre sí mismo, el mundo y lo que hace. Refiere que para ser felices es necesario estar alejados de los momentos deprimentes y mantener sentimientos positivos en el transcurso de la vida. Dicha dimensión fue proyectada para el uso clínico y así poder detectar estados maníacos y depresivos de la mente^{19,12}. Segundo la Satisfacción con la Vida; que es el grado de satisfacción que expresa el individuo

con su propia vida y el alcance de metas propuestas, donde experimenta la sensación de estar donde se tiene que estar o en todo caso si se encuentran cerca de alcanzar el ideal de su vida. da a entender que el hombre que se esfuerza por su felicidad debe ser consciente de su ambición y sobre todo crear una acción que los dirija a alcanzar su meta¹⁹. Tercero la Realización Personal; donde detalla a la tranquilidad emocional basada en la orientación de logros que son consideradas importantes para la vida y desencadenar la felicidad plena, que es la vivencia de la felicidad y no la temporalidad de estar alegre o feliz. Dicha dimensión tiene testimonios como: sospecho que no me hace falta nada o si volviera a nacer, no modificaría casi nada de mi vida; del mismo modo manifiestan tener quietud, tranquilidad emocional, placidez que tienen como fin alcanzar un óptimo estado de felicidad¹⁹. Cuarto la Alegría de vivir; que demuestra a la felicidad mediante el optimismo y la alegría, en donde ve de manera positiva el futuro. Se encuentra unido a dos componentes: primero en experiencias positivas de la vida, la cual valora todas las experiencias vividas ya sean pasadas o presentes, segundo en el seguimiento del bienestar, que se encuentra orientado a la satisfacción y percepción de la vida como algo único y maravilloso¹⁹.

Debido al escaso número de instrumentos destinados a medir la felicidad, es que Reynaldo Alarcón decide crear uno a base de sus conocimientos obtenidos a lo largo de su carrera un instrumento denominado la ESCALA DE LA FELICIDAD DE LIMA. Para estructurar y sobre todo validar este instrumento, acudió a la participación de 709 estudiantes donde 333 (46,97%) eran hombres y 376 (53.03%) mujeres¹⁹, que estudiaban en universidades tanto públicas como privadas, pero dentro del área limeña, con una edad promedio de 20 a 35 años. Para dar inicio al proceso, primero empezó con la definición operacional, seguido de los indicadores; para luego elaborar 52 ítems, donde algunos fueron de creación propia y otros fueron gracias a aportes de Diener, Emmons, Larsen & Griffin; Hills & Argyle¹⁹. Termina la elaboración del instrumento, pasó por una estricta evaluación por 5 jueces, donde las diversas opiniones fueron necesarias para eliminar o reformular los ítems, quedó como resultado solo 42 reactivos aprobados, las cuales fueron desarrolladas por 80 universitarios. No obstante, esta prueba piloto siguió en constante evaluación por jueces y tuvo como

consecuencia la eliminación de 12 reactivos más, en donde quedaron 30. Por último, con el objetivo de mejorar la consistencia interna del instrumento, se evaluó la relación entre cada ítem para finalmente eliminar 3 reactivos más, dado que demostraban poca relación entre el grupo de ítems. El producto final fue una encuesta conformada por 27 ítems que estaban distribuidos aleatoriamente, medidas según la escala tipo Likert y compuesta por 5 alternativas de respuesta: Totalmente de acuerdo= 5, Acuerdo= 4, Ni acuerdo ni desacuerdo= 3; Desacuerdo= 2; y Totalmente en desacuerdo= 1¹⁹.

En referencia al adulto mayor, en el Perú se conmemora un 26 de agosto, en consideración a la festividad de Santa Teresa Jornet e Ibras, quien es conocida como la patrona de la ancianidad, asimismo fue fundadora de la Congregación de las Hermanitas de los Ancianos Desamparados, la cual se expande a nivel de Europa, América y África. Falleció en Valencia (España) un 26 de agosto de 1897³⁶.

La OMS considera que las personas a partir de los 60 años pertenecen a la tercera edad, así mismo opta por dividirlo en 3 rangos, las personas que tengan de 60 a 74 años son considerados de edad avanzada, de 75 a 90 años son denominados viejos o ancianas y los que sobrepasan los 90 años son llamados grandes viejos o grandes longevos. Para el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI), representa el 9,6% de la población peruana y a medida que los años avancen para el 2021 aumentará un 1.6% ascendiendo al 11.2%, convirtiéndolo en un grupo etéreo de crecimiento repentino, donde demuestra que el mundo a lo largo del tiempo se está volviendo viejo³⁷.

El envejecimiento también forma parte del adulto mayor, dado que es la disminución progresiva de las capacidades físicas y mentales, lo que produce mayor riesgo de contraer enfermedades y en el peor de los casos llegar a fallecer debido a lo frágiles que pueden ser. Por otra parte, puede pasar por cambios en su vida como por ejemplo la jubilación, cambios en sus hogares, muerte de la pareja o amigos. Es por ello, que no solo basta tener en cuenta los elementos que causan pérdidas o deterioros sino también, los componentes que ayuden a reforzar la recuperación, adaptación y crecimiento psicosocial.

El adulto mayor es la persona que se localiza en la última etapa de vida, momento en el que inicia el proceso de envejecimiento, que trae consigo una limitación del funcionamiento de diversos sistemas del cuerpo o de algunos órganos, además presenta diversos cambios ya sean como físicos que son los más notorios como la postura que opta al caminar, fuerza muscular, flexibilidad, color de cabello, desgaste de la piel, deterioro de la capacidad auditiva y visual, alteración del sueño, problemas para almacenar información a corto, mediano o largo plazo, entre otros³⁸. También presentan cambios fisiológicos la cual causan deterioro de la capacidad funcional, lo que quiere decir una incorrecta homeostasis ya sea por la genética, el metabolismo u hormonal que ocasionan deterioros cardiovasculares, respiratorios, locomotor, funciones neuromusculares, etc³⁹. Por último, los cambios psicológicos como pérdida de autoestima, pérdida de adaptación en el entorno, ausencia de actividad social, cambios en el estado de ánimo, aflicción, insomnio, etc. Los cuales son propios de esta etapa de vida, por lo que la forma en cómo el adulto mayor viva esta fase estará determinada por el estilo de vida y las conductas que adopte durante la fase de la adultez o juventud, es por ello que es importante concientizar a la población desde pequeños en la prevención, promoción y/o detección de las enfermedades, ya que gran parte de los problemas de salud se hacen presente durante la vejez, sin embargo con un diagnóstico temprano de alguna patología se puede obtener resultados favorables y reducir con ello las muertes tempranas de los adultos mayores y complicaciones que se puedan presentar.

Se puede notar también que dicha población enfrenta los problemas mediante soluciones centradas, donde predominan más sus emociones que el problema mismo, claro está que todo este mecanismo de enfrentamiento va a depender del lugar en el que se encuentren ya sea una residencia geriátrica, asilo o su domicilio debido a que estudios manifiestan que las personas que viven en sus hogares suelen adaptarse más fácilmente y con más eficiencia, ya sea para una vida independiente o un hogar propio⁵.

El adulto mayor es una fuente de sabiduría, puesto que posee infinidad de conocimientos y experiencias las cuales ha adquirido a lo largo de sus años

vividos, lo que lo convierte en un ser valioso pero frágil a la vez, que necesita una vida digna, plena, autónoma y saludable donde no lo discriminen por su edad, sino al contrario, que le brinden igualdad de oportunidades y donde pueda participar activamente con la sociedad. A pesar de que muchos de ellos gozan de una excelente salud, existe también un porcentaje que lamentablemente no, muy a pesar de que vivan en un círculo familiar o cuenten con las mismas condiciones, pues cada uno posee características propias ya sean genéticas o a base de actos realizados por ellos mismos donde va a depender el entorno, la sociedad, cultura e incluso de su adaptación frente a los cambios presentados.

III. METODOLOGÍA

3.1. TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

Presenta un enfoque cuantitativo, debido a que tiene como objeto de estudio al adulto mayor que se encontraba dentro del asilo de las Hermanitas de los Ancianos Desamparados, quienes mediante la aplicación de un instrumento han participado de manera activa cuyo fin es conocer cuán felices se encuentran dentro de su entorno, con sus logros obtenidos y/o consigo mismos, posterior a ello los resultados adquiridos fueron analizados en una base de datos para que sean medibles.

Para Roberto Hernández, el enfoque cuantitativo está compuesto por diversos procesos realizados de manera secuencial que deben ser evidenciados mediante la recopilación de datos para comprobar la hipótesis a través de la medición numérica y análisis estadístico, cuya finalidad es implantar pautas de comportamiento y atestiguar teorías⁴⁰.

Atribuye un diseño no experimental y de alcance descriptivo, puesto que buscó detallar las propiedades, características y los perfiles que poseían las personas evaluadas; sin manipular la variable de igual forma evaluar los fenómenos en su ambiente natural⁴⁰. En este aspecto, va orientado a la observación, análisis, descripción y registro de la realidad en la que viven los ancianos que se encuentran dentro del asilo de las Hermanitas de los Ancianos Desamparados, relacionado a su nivel de felicidad. Asimismo, tiene un estudio de corte transversal, puesto que dicho proceso se dio en un periodo determinado.

3.2. VARIABLES

FELICIDAD

Es un estado afectivo de bienestar subjetivo y experiencia óptima, que se va a manifestar mediante una sensación satisfactoria ya sea duradera o momentánea, vivenciada de manera individual; siendo considerado como una

meta para la vida de todo ser humano. Es considerado además un estado de bienestar personal, dado que indaga los objetos anhelados que requiere cada individuo para poder alcanzar la felicidad y tiene como objetivo la satisfacción de experiencias inesperadas o en la adquisición de un bien deseado.

Para realizar el estudio sobre la felicidad en adultos mayores, se hizo uso de un instrumento creado por Reynaldo Alarcón, llamado La Escala de la Felicidad de Lima, donde algunas palabras han sido acomodadas, con la finalidad de facilitar el entendimiento del adulto mayor, pero sin alterar el objetivo de la pregunta. Se encuentra establecido por 4 factores: primero el Sentido positivo de la vida; fue proyectada para uso clínico con el propósito de detectar estados depresivos o maníacos en la mente del ser humano, está basado en los sentimientos y experiencias positivas, disfrutar el ser útil, pero sin descuidarse o dejar de lado sus necesidades, evitar la intranquilidad, depresión y pesimismo. Segundo la satisfacción con la vida; que es grado de satisfacción con la propia vida y el alcance de metas propuestas, esto significa que quienes luchan por su propia felicidad deben ser conscientes de sus ambiciones y, lo más importante, tomar medidas para guiarlos a lograr sus propios objetivos. Tercero la Realización personal; detalla la tranquilidad emocional de acuerdo con la dirección de los logros que se consideran importantes para la vida y pueden desencadenar la felicidad plena, es la vivencia de la felicidad y no la temporalidad de estar alegre. Cuarto la Alegría de vivir; donde demuestra la felicidad a través del optimismo y la alegría, valora de manera positiva al futuro, además que se asocia a dos componentes: la primera en experiencias positivas pasadas o presentes, que evalúa todas las experiencias de vida pasadas o presentes, y la segunda es el seguimiento de bienestar, que tiene como objetivo hacer que la satisfacción y la percepción de la vida de las personas sean únicas y maravillosas. Se encuentra compuesto por 5 ítems contruidos según la escala de tipo Likert: Totalmente de acuerdo; Acuerdo; Ni acuerdo ni desacuerdo (3); Desacuerdo (2) y Totalmente en desacuerdo (1), donde para el extremo positivo se le otorgó 5 puntos y al extremo negativo 1 punto. Con una escala de medición tipo ordinal.

3.3. POBLACIÓN

Respecto al ámbito geográfico de la población de estudio se encontró determinada por 65 adultos mayores, que viven dentro del asilo de las Hermanitas de los Ancianos Desamparados – Callao.

- **Criterios de inclusión:**
 - ✓ Personas de ambos sexos mayores de 60 años.
 - ✓ Adultos mayores que viven en el asilo.
 - ✓ Adultos que se encontraban lucidos.
 - ✓ Adultos sin deterioro de su capacidad mental.

- **Criterios de exclusión:**
 - ✓ Adultos mayores visitantes del asilo.
 - ✓ Personas con demencia senil (avanzado).
 - ✓ Personas agresivas.
 - ✓ Trabajadores del asilo.

3.4. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS, VALIDEZ Y CONFIABILIDAD

La obtención de datos fue gracias a un instrumento creado por Reynaldo Alarcón en el año 2006 que lleva por nombre La Escala de la Felicidad de Lima, quien lo aplicó a 709 estudiantes universitarios limeños de ambos sexos con un rango de edad de 23.10 años, donde obtuvo como resultado del coeficiente de fiabilidad de Alfa de Cronbach un 0.916, de tal manera demostró que posee un alto nivel de confiabilidad y consistencia interna. Cuenta con 4 diferentes dimensiones: Sentido Positivo de la Vida, Satisfacción con la Vida, Realización Personal y Alegría de Vivir, que en conjunto engloban 27 ítems que han sido distribuidos aleatoriamente, las cuales nos han ayudado a valorar los niveles de felicidad en el adulto mayor. Cada uno de estos ítems fueron evaluados mediante la escala tipo Likert, debido a sus opciones de respuesta son Totalmente de acuerdo= 5 pts., Acuerdo= 4 pts., Ni acuerdo ni desacuerdo= 3 pts., Desacuerdo= 2 pts., y Totalmente en desacuerdo= 1 pts. Tiene rangos de:

Rango	Tipo
91 – 135	Felicidad Alta
46 – 90	Felicidad Media
27 – 45	Felicidad Baja

Con respecto a los datos generales que se encuentran dentro del instrumento son: La Edad, Estado Civil, El Sexo y Grado de Instrucción. En relación a los nombres y apellidos han sido descartados, debido a que el instrumento es anónimo y se respeta la privacidad del encuestado.

En la actualidad esta escala viene siendo utilizada por múltiples investigadores, sin embargo, fue necesario realizar una nueva validez y confiabilidad debido a las modificaciones realizadas como: el cambio de palabras, con la finalidad de facilitar el entendimiento y la eliminación de algunos datos sociodemográficos.

Validación del instrumento

Se realizó gracias al apoyo de 5 jueces expertos, quienes evaluaron la relevancia, pertinencia y claridad de un total de 27 ítems además de 6 datos sociodemográficos. Los datos obtenidos fueron trasladados al programa Excel, con el propósito de medir la Concordancia de Jueces. Obteniendo como resultado, la aprobación total de todos los ítems, pero la eliminación de dos datos sociodemográficos que son: Distrito, debido a que ellos viven dentro del asilo y Ocupación, ya que la mayoría son personas jubiladas y/o no se encuentran trabajando. Con un 98% de concordancia entre los jueces.

Confiabilidad del instrumento

En cuanto a la confiabilidad se contó con el apoyo de 15 adultos mayores de ambos sexos que se encontraban dentro de sus hogares, quienes respondieron satisfactoriamente los 27 ítems dados por el instrumento, posteriormente a ello las respuestas fueron trasladadas a una base de datos para medir su confiabilidad mediante el método de Alfa de Cronbach teniendo como resultado

un 86% - 0.9 de fiabilidad, siendo apropiado para aplicarlo en diversas investigaciones debido a que se encontraba dentro del rango permitido (superior a 0.6).

3.5. PROCEDIMIENTO

Para la elaboración de la presente investigación, fue necesario hacer uso de una encuesta que consta de 27 preguntas con 5 alternativas de respuesta. Las encuestas se realizaron de manera presencial, en donde se tomó en cuenta todas las medidas de bioseguridad, previniendo posibles contagios y sobre guardando la salud de los entrevistado, al término de la entrevista se entregó un pequeño presente en agradecimiento por el tiempo y disponibilidad a cada uno de ellos e incluso a los encargados del asilo quienes fueron los que permitieron el acceso a dicha institución. Sin embargo, debido a la coyuntura a causa del COVID-19, es complicado estar en constante contacto y/o comunicación con el adulto mayor, es por ello que además de la investigadora un personal que labora en la institución, apoyó con el llenado de algunas encuestas de manera virtual haciendo uso del Google Drive – Formulario, previo a este procedimiento se explicó y entrenó a la persona a cargo sobre cómo usar la aplicación, como ingresar y como debería llenar del formulario, siendo necesario solventar sus dudas para evitar posibles dificultades durante el proceso. Por último, una vez que se llenaba una encuesta, los datos eran guardados automáticamente en la nube, para posteriormente ser agrupados con todos los datos y ser medidas mediante el uso de gráfico de barras.

Cabe señalar que durante la adquisición de datos hubo ciertos contratiempos, especialmente el tiempo dedicado a cada abuelo, debido a que cada uno tiene una o varias historias en su memoria, las cuales eran recordadas al momento de ciertas preguntas, de las que más destacan son: ¿la vida ha sido injusta conmigo?, ¿Me considero una persona realizada?; haciendo que cada entrevista tenga un mínimo de media hora y un máximo de 45 minutos. Otro obstáculo eran los problemas auditivos y/o visuales, en donde fue necesario el aumento de tono de voz y en algunos casos repetirla varias veces para lograr el entendimiento en cada uno de los participantes. Así mismo, también influyeron los protocolos de

protección para ambas personas (entrevistador y entrevistado) a causa del COVID-19, como son el distanciamiento y el uso de mascarilla, produciendo ciertas interferencias al momento de brindar la pregunta como al recepcionar la respuesta. No obstante, cabe resaltar que cada entrevista fue única y especial, porque cada uno logró contar sus experiencias vividas e incluso varios de ellos formaron parte de la historia peruano – japonesa, logrando poder desahogarse y ayudarlos en aumentar su nivel de confianza y felicidad, convirtiéndola en una experiencia hermosa donde el tiempo invertido realmente valió la pena.

3.6. MÉTODOS DE ANÁLISIS DE DATOS

Los datos adquiridos fueron trasladados a programas de computadora, tanto Excel como SPSS de manera ordenada y sistemática con el propósito de crear una base de datos para cada uno de los ítems gracias a las respuestas de los participantes. Luego de ello los resultados pasaron a ser tabulados y analizados, con la intención de poder interpretarlos y explicarlos uno a uno mediante gráficos estadísticos.

Con respecto al programa Statistical Package for the Social Sciences (SPSS), cabe señalar que es un software informático, una importante herramienta que permite manejar base de datos amplios y a su vez realizar análisis estadísticos complejos sin requerir de otros programas⁴¹.

3.7. ASPECTOS ÉTICOS

Es de suma importancia tomar en cuenta los principios éticos, puesto que ayudan elegir mejores decisiones y optar por acciones correctas, dado que su finalidad es evaluar los valores morales, conseguir una conducta virtuosa y brindar un servicio de calidad que aporte a la sociedad.

Principio de autonomía: la deficiencia de este principio abarca a las personas que no poseen la capacidad de decidir respecto a su vida personal, ya sean personas dependientes e incluso vulnerables⁴².

Principio de beneficencia: es inevitable no tomar en cuenta este principio, puesto que busca en todo momento beneficiar a los entrevistados o en este caso al adulto mayor y procurar hacer el bien, teniendo en cuenta los riesgos que se puedan presentar con la finalidad de minimizarlos⁴².

Principio de la No maleficencia: se encarga de proteger a los entrevistados, evitar que corran algún riesgo o daño ya sea físico, psicológico o social⁴². En estos momentos de pandemia ellos al ser población vulnerable, se debe tomar en cuenta todas las medidas de bioseguridad para evitar posibles contagios.

Principio de justicia: promueve la equidad e igualdad entre todos los participantes, evitando discriminación entre ellos ya sea por la condición física, etnia, estatus socioeconómico, patología, etc⁴².

Cabe destacar, que al momento de poner en marcha la encuesta se explicó al adulto mayor el motivo de la intervención a realizar de manera clara, sencilla y al mismo tiempo solventando las dudas que se le puedan presentar durante la intervención.

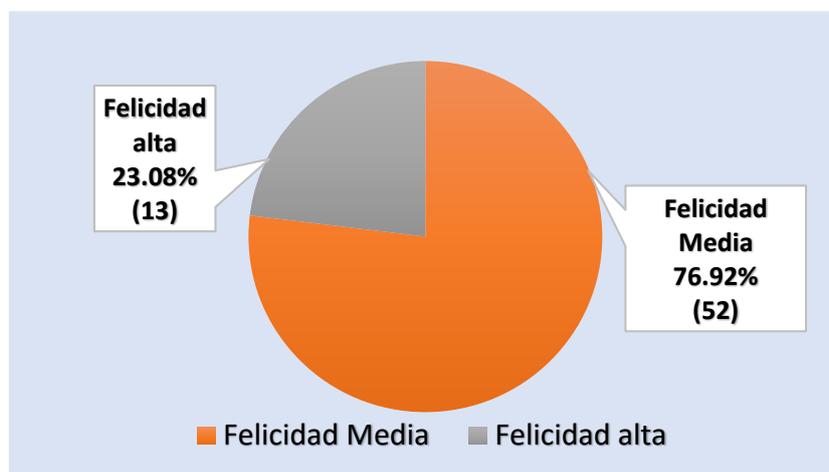
IV. RESULTADOS

Luego de realizar la recaudación de datos, los resultados obtenidos mediante el programa SPSS, se detallarán acorde al objetivo general y los objetivos específicos que presenta la investigación, mediante tablas y gráficos que darán a conocer los niveles y porcentajes de felicidad que manifiesta el adulto mayor.

Tabla 1. Nivel de felicidad de los adultos mayores del asilo de las Hermanitas de los Ancianos Desamparados – Callao Cercado, 2020

Nivel de Felicidad	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Felicidad Media	50	76.92%	76.9 %
Felicidad Alta	15	23.08%	100.0 %
Total	65	100.00%	

Fuente: Los presentes datos fueron adquiridos mediante la aplicación de la Escala de Felicidad de Lima de Reynaldo Alarcón, que fue aplicada en el Asilo De Las Hermanitas de los Ancianos Desamparados, Callao Cercado 2020.



Fuente: elaboración propia.

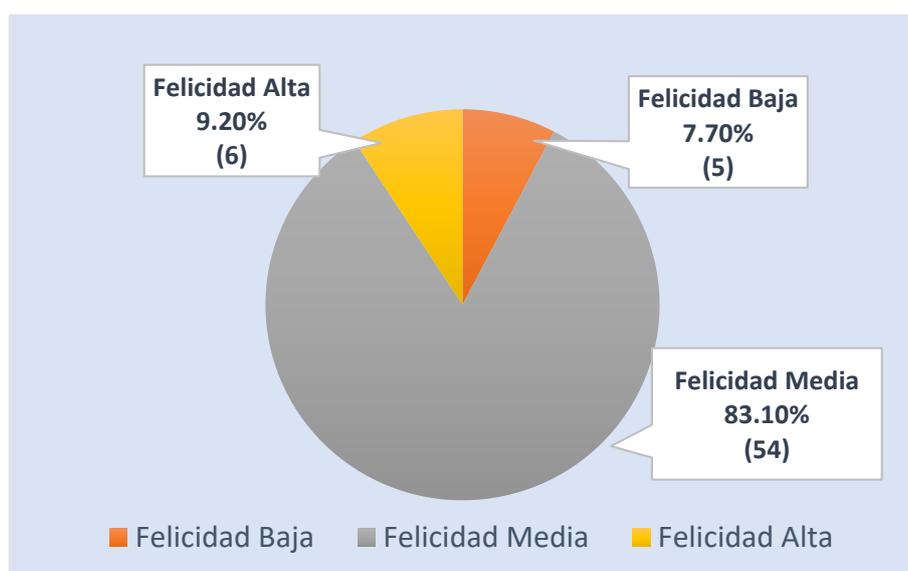
Gráfico 1. Nivel de felicidad de los adultos mayores del asilo de las Hermanitas de los Ancianos Desamparados – Callao Cercado, 2020

En la tabla 1 y el gráfico 1, representan al objetivo principal donde se evidencia que de los 65 adultos mayores encuestados 50 de ellos (76.92%) presentan felicidad media y los 15 restantes (23.08%) felicidad alta.

Tabla 2. Nivel de felicidad en los adultos mayores teniendo en cuenta el sentido positivo con la vida.

Nivel de Felicidad	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Felicidad Baja	5	7.70%	7.7 %
Felicidad Media	54	83.10%	90.8 %
Felicidad Alta	6	9.20%	100.0 %
Total	65	100.00%	

Fuente: Los presentes datos fueron adquiridos mediante la aplicación de la Escala de Felicidad de Lima de Reynaldo Alarcón, que fue aplicada en el Asilo De Las Hermanitas de los Ancianos Desamparados, Callao Cercado 2020.



Fuente: elaboración propia.

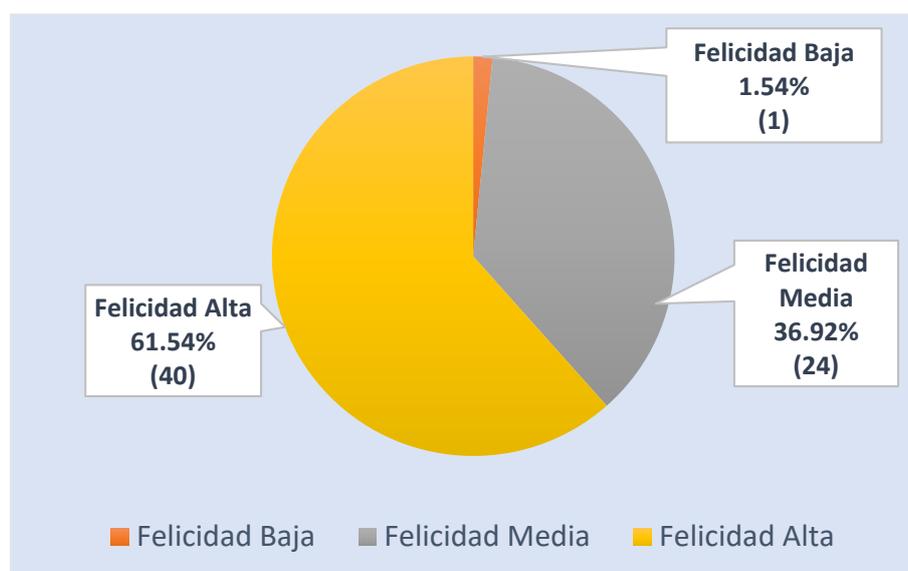
Gráfico 2. Nivel de felicidad en los adultos mayores teniendo en cuenta el sentido positivo con la vida.

En la tabla 2 y gráfico 2, informa sobre el primer objetivo específico relacionado con el sentido positivo con la vida, teniendo mayor frecuencia la felicidad media con 54 participantes (83.10%), seguido de la felicidad alta con 6 participantes (9.20%) y por último la felicidad baja con 5 participantes (7.70%).

Tabla 3. Nivel de felicidad en los adultos mayores teniendo en cuenta la satisfacción con la vida

Nivel de Felicidad	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Felicidad Baja	1	1.54%	1.5 %
Felicidad Media	24	36.92%	38.5 %
Felicidad Alta	40	61.54%	100.0 %
Total	65	100.00%	

Fuente: Los presentes datos fueron adquiridos mediante la aplicación de la Escala de Felicidad de Lima de Reynaldo Alarcón, que fue aplicada en el Asilo De Las Hermanitas de los Ancianos Desamparados, Callao Cercado 2020.



Fuente: elaboración propia.

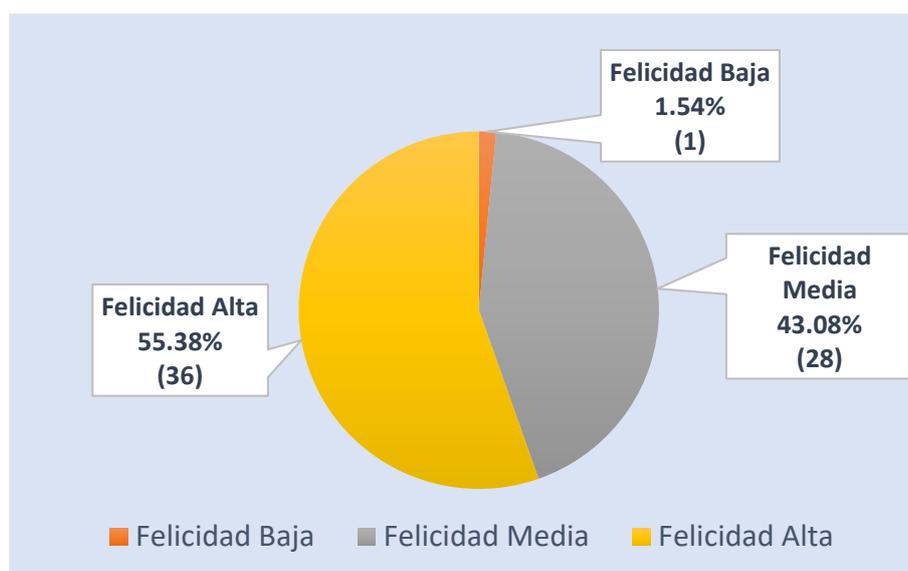
Gráfico 3. Nivel de felicidad en los adultos mayores teniendo en cuenta la satisfacción con la vida

En la tabla 3 y gráfico 3, detalla respecto al segundo objetivo específico que habla sobre la satisfacción con la vida, predominando la felicidad alta con 40 adultos mayores (61.54%), mientras que la felicidad media cuenta con 24 adultos (36.92%) y finalmente la felicidad baja con solo 1 adulto mayor (1.54).

Tabla 4. Nivel de felicidad en los adultos mayores teniendo en cuenta la realización personal

Nivel de Felicidad	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Felicidad Baja	1	1.54%	1.5 %
Felicidad Media	28	43.08%	44.6 %
Felicidad Alta	36	55.38%	100.0 %
Total	65	100.00%	

Fuente: Los presentes datos fueron adquiridos mediante la aplicación de la Escala de Felicidad de Lima de Reynaldo Alarcón, que fue aplicada en el Asilo De Las Hermanitas de los Ancianos Desamparados, Callao Cercado 2020.



Fuente: elaboración propia.

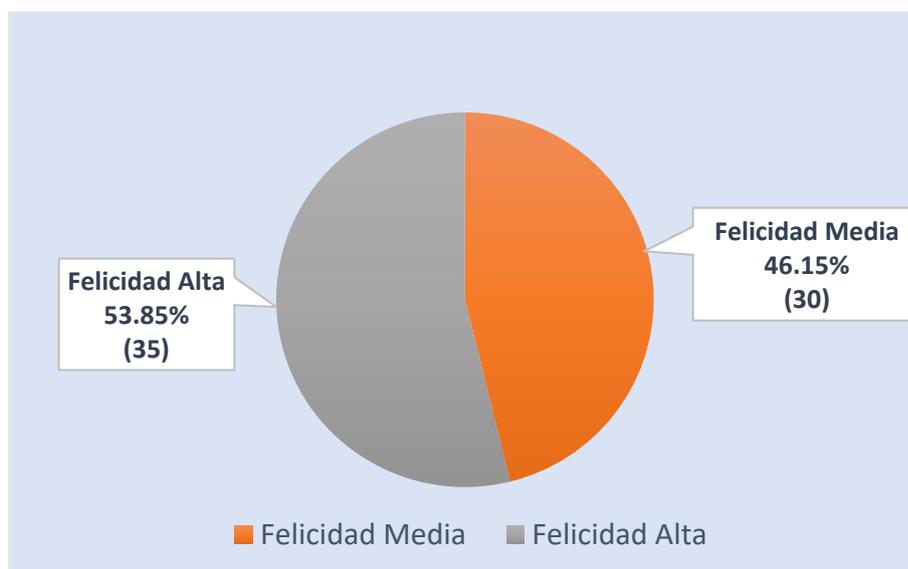
Tabla 4. Nivel de felicidad en los adultos mayores teniendo en cuenta la realización personal

La tabla 4 y gráfico 4, notifica acerca del tercer objetivo específico que es la realización personal, donde la felicidad alta tiene preponderancia con 36 longevos (55.38%), después la felicidad media con 28 longevos (43.08%) y por último la felicidad baja con 1 longevo (1.54%).

Tabla 5. Nivel de felicidad en los adultos mayores teniendo en cuenta la alegría de vivir

Nivel de Felicidad	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Felicidad Media	30	46.15%	46.15 %
Felicidad Alta	35	53.85%	100.0 %
Total	65	100.0	

Fuente: Los presentes datos fueron adquiridos mediante la aplicación de la Escala de Felicidad de Lima de Reynaldo Alarcón, que fue aplicada en el Asilo De Las Hermanitas de los Ancianos Desamparados, Callao Cercado 2020.



Fuente: elaboración propia.

En la tabla 5 y gráfico 5, describe el cuarto objetivo específico denominado la alegría de vivir, donde la felicidad alta posee la mayor frecuencia con 35 longevos (53.85%), posteriormente la felicidad media con 30 longevos (46.15%).

Tabla 6. Datos sociodemográficos en Adultos Mayores del Asilo De Las Hermanitas de los Ancianos Desamparados – Callao Cercado 2020

Género	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
F	29	44.6 %	44.6 %
M	36	55.4 %	100.0 %
Total	65	100.0 %	

Estado Civil	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Soltero	9	13.8 %	13.8 %
Casado	25	38.5 %	52.3 %
Viudo	25	38.5 %	90.8 %
Divorciado	2	3.1 %	93.8 %
Conviviente	4	6.2 %	100.0 %
Total	65	100.0 %	

Grado de Instrucción	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Primaria	18	27.7 %	27.7 %
Secundaria	34	52.3 %	80.0 %
Superior	13	20.0 %	100.0 %
Total	65	100.0 %	

Fuente: elaboración propia.

Tabla 6, analiza los datos sociodemográficos de los 65 adultos mayores, donde predomina el sexo masculino con 36 adultos (55.40%) y de sexo femenino con 29 adultos (44.60%). En relación al estado civil, se evidencia igualdad de frecuencia entre casado y viudo con 25 adultos (38.5%), seguido de soltero con 9 adultos (13.8%), conviviente con 4 adultos (6.2%) y por último divorciado con solo 2 adultos (3.1%). Por otro lado, se encuentra el grado de instrucción donde 34 adultos (52.3%) cuentan con secundaria, 18 adultos (27.7%) solo cuentan con primaria y 13 de ellos (20.0%) llegaron a estudios superiores.

V. DISCUSIÓN

Llegar a ser un adulto mayor trae consigo múltiples cambios tanto en lo personal como en su entorno social, cambios que para algunos suelen ser muy significativos, por lo que traen consigo múltiples repercusiones, como es el caso de su salud mental y dentro de ello su felicidad. Actualmente se pueden ver a longevos presentar signos de depresión, preocupación o decaídos emocionalmente, ya sea a consecuencia de diversas enfermedades, abandono familiar o amical, muerte de seres cercanos, entre otros factores influyentes en su estado emocional, un signo de alerta en donde se debe estar en constante seguimiento con la intención de brindarle el apoyo necesario, respetando en todo momento su ideología, su forma de pensar puesto que cada uno ellos posee diversas cualidades y aunque algunos suelen tener pocas energías aún les queda mucho por disfrutar de la vida; donde el principal propósito sea ayudar a mejorar su calidad de vida y así reducir daños a futuro.

El presente estudio tiene como principal objetivo, determinar el nivel de felicidad en los adultos mayores del asilo de las Hermanitas de los Ancianos Desamparados – Callao Cercado 2020, el cual mediante la aplicación de un cuestionario se dio a conocer que de un total de 65 adultos mayores el 76.9% (52) presentan un nivel de felicidad medio, el 23% (13) un nivel de felicidad alto y ninguno presentó un nivel de felicidad bajo. Este hallazgo se asemeja a datos nacionales encontrados por Carcausto y Osmayo¹²; quienes en su investigación dieron a conocer que el 81.6% de los adultos mayores tienen un nivel de felicidad medio y el 18.4% un nivel de felicidad alto. Esto probablemente se deba a que ambas investigaciones se dieron dentro de un asilo y un club del adulto mayor, lugares donde constantemente hacen actividades físicas como recreativas las cuales ayudan a estimular sus capacidades tanto físicas como motoras y mantenido al adulto mayor activo, con un entorno social donde pueda interactuar con más personas. Asimismo, el trato y la consideración que reciben por parte de las madres y del personal que laboran en dicha institución, van de acuerdo a las necesidades de cada uno de ellos, incentivándolos a poner en práctica la espiritualidad mediante la oración, renovando día a día la fe católica y siendo

agradecidos con los que tienen. Todo ello en conjunto hacen que su estadía sea amena y gocen de esa hermosa etapa.

Es por ello la importancia de evaluar los diversos niveles de felicidad no solo en el adulto mayor sino a la población en general, ya que mucho influyen las vivencias que haya tenido la persona a lo largo de su vida. Así mismo La Asamblea General de las Naciones Unidas mediante constantes evaluaciones anuales a 104 países localizó a Perú en el puesto de 65 y a nivel Latinoamérica en el noveno, en donde señala que los factores externos como la religión, trabajo, el entorno social y los factores personales tales como la salud, edad, sexo son parte fundamental para determinar la felicidad. Ahora si bien es cierto en la etapa adulta se reflejan múltiples temores e inquietudes debido al deterioro de sus capacidades, cabe señalar que uno de los trastornos psiquiátricos que se presentan con más frecuencia es la depresión que trae consigo deficiencias en la calidad de vida y crecimiento de la tasa de mortalidad ^{9,10}.

Respecto al primer objetivo específico basado en determinar la felicidad en función al sentido positivo con la vida en los adultos mayores abarca las experiencias y sentimientos positivos, alejados de la depresión e intranquilidad. El nivel predominante es la felicidad Media con un 83.1% (54), seguido de la felicidad alta que posee un 9.2% (6) y por último la felicidad baja con 7.7% (5); resultados semejantes a los de Chávez²⁴ quien también realizó su investigación en una institución geriátrica, quien obtuvo mayor porcentaje en la categoría medianamente feliz con 66%, después feliz con 20% y ya para finalizar en infeliz con 14%. demostrando que muchos de ellos no se sienten completamente felices, una de las causas puede ser porque se encuentren lejos de sus seres queridos e incluso tengan familiares que han fallecido en especial su pareja, haciendo que en sus momentos libres lleguen a su memoria vivencias o recuerdos de su pasado.

En referencia al objetivo secundario, encargado de evaluar la felicidad según su satisfacción con la vida se encuentra basado en el alcance de metas planteadas o que tan cerca están de ser cumplidas y así mismo tener la convicción de estar en el lugar adecuado. Se puede evidenciar un mayor

porcentaje a favor de la felicidad alta debido a que presenta un 61.54% (40), felicidad media un 36.92% (24) y una depreciación de la felicidad baja con 1.54% (1), datos que guardan cierta relación con De la Torre¹³ quien, a pesar de presentar 4 niveles, tiene predominancia la felicidad alta con 58% y muy alta con 18% ambos niveles siendo favorables en el adulto mayor y por otro lado posee un declive la felicidad baja con solo 6%. Lo que indica que la mayoría de la población estudiada logró cumplir gran parte de sus ideales, metas y propósitos a lo largo de su vida e incluso hasta la actualidad se sienten cómodos en el lugar que se encuentran, haciendo que su etapa de adultez sea placentera al estar satisfechos con lo que han logrado.

De la misma forma en el tercer objetivo denominado la realización personal, en donde se hace un énfasis a las experiencias felices y la tranquilidad emocional y no a la duración de los momentos de felicidad. Se evidenció que la felicidad alta obtuvo un poco más de la mitad del porcentaje total con un 55.38% (36), posteriormente la felicidad media con el 43.08% (28) y para terminar la felicidad baja representada con 1.54% (1) a diferencia de Morales²⁰ donde demuestra que su población estudiada presenta un mayor porcentaje en altamente feliz con 65.71%, seguido de feliz con 31.43%, medianamente feliz con 2.86% y ningún participante en infeliz. A pesar de que la investigación de Morales presentó 4 rangos de medición, en ambas investigaciones predominan los niveles altos de felicidad, donde demuestra resultados favorables para el adulto mayor siendo manifestado por el sosiego emocional puesto que son capaces de conseguir una vida plena.

Ya para finalizar el cuarto objetivo encargado de evaluar la alegría de vivir, en donde se valoran las experiencias pasadas o presentes y se analiza el optimismo del ser humano viendo el futuro de manera positiva, en donde la vida es considerada como algo único y maravilloso. Se evidencia solo dos niveles de felicidad con ligeras diferencias primero la felicidad el alta con 53.85% y por último la felicidad media con 46.15% algo diferente en relación a los datos encontrados por Neyra⁴³, a pesar de presentar 5 niveles de felicidad en dicha dimensión solo obtuvo dos rangos, la felicidad alta con 73% y muy alta con 27%. Aunque la diferencia no es muy significativa entre ambos rangos, es necesario

reforzar con la ayuda tanto de especialistas como del personal de salud, donde se podrá fomentar actitudes positivas en el adulto mayor mediante sesiones educativas, la escucha activa, socialización entre los que habitan en el asilo, con el propósito de mejorar la visión del adulto mayor respecto a la vida, muy a pesar de que el adulto mayor haya tenido experiencias negativas en el pasado debe aprender de ellas porque de eso se trata de la vida, de tener días buenos cómo días malos y es ahí donde la persona decide como tomarlas, qué hacer con ellas, cómo superarlas y como disfrutarlas.

Por otro lado, dentro de los datos sociodemográficos se encontró que de los 65 participantes predomina el sexo masculino con el 55.4% (36) y el sexo femenino con 44.6% (29) con un rango de edad entre 60 – 90 años donde la edad promedio fue 76.42. Se identificó además, que en relación al estado civil hay una equidad entre casado y viudo, lo que demuestra que gran parte de la población tiene un cónyuge con quien vive o ha vivido gran parte de su vida y algunos corren el riesgo de que en algún momento pueda perder su pareja quedándose solo y siendo un factor de depresión, al igual que los de estado civil conviviente 6.2% (4) que a pesar de no tener lazos matrimoniales igual tiene una pareja a lado, luego los de estado civil soltero que posee 13.8% (9) quienes relatan que vivieron la mayor parte de su vida al cuidado de sus padres e incluso de sus hermanos y en último lugar divorciado 3.1% (2). Acerca del grado de instrucción la mayoría solo cuenta con secundaria 52.3% (34) debido a que en tiempos pasados era fundamental conseguir dinero para el hogar o en otros casos no alcanzaba el dinero para brindar estudios superiores, a comparación del 20.0% (13) que mediante esfuerzos de los padres e incluso de ellos mismos al conseguir un trabajo buscaron la forma de solventar sus gastos y así obtener una carrera profesional, lastimosamente no todos tuvieron las mismas oportunidades puesto que el 27.7% (18) solo pudieron estudiar la primaria así mismo los participantes refieren que como eran varios hermanos algunos padres solo priorizan la educación a los hombres ya que según las creencias las mujeres solían quedarse en casa, otros relataron que desde muy pequeños se iban a las cosechas a trabajar en los cultivos familiares con el fin de generar ingresos para el hogar.

Por otra parte, se evaluó los niveles de felicidad según el género de la población de los 36 hombres, 30 presentaron felicidad media y 6 felicidad alta; de las 29 mujeres, 20 obtuvieron felicidad media y 9 felicidad alta (Anexo 6). En relación al estado civil 25 son casados, en donde 17 tienen felicidad media y 8 felicidad alta; igualmente 25 eran viudos, pero 20 presentaron felicidad media y 5 felicidad alta; 9 eran de estado soltero, 7 con felicidad media y 2 con felicidad alta; 4 de ellos eran convivientes y presentaron felicidad media; al igual que los 2 divorciados que presentaron felicidad media (Anexo 7).

Y en lo que respecta al grado de instrucción 34 tuvieron estudios secundarios, 29 con felicidad media y 5 con felicidad alta; 18 solo lograron estudios primarios, 12 de ellos obtuvo felicidad media y 6 felicidad alta; por último 13 adultos mayores llegaron a estudios superiores, 9 con felicidad media y 4 con felicidad alta (Anexo 8). Lo que demuestra, que el nivel educativo no influye en los niveles de felicidad del adulto mayor, puesto que los obtuvieron estudios superiores solo llegaron a un nivel medio de felicidad, algo totalmente contradictorio a lo que relata Auné S y sus colaboradores en su investigación, ellos mencionan que la educación incrementa los niveles de felicidad debido a que presentan un sentimiento de logro y suelen cumplir sus metas a comparación de las personas con bajo nivel educativo que suelen sentirse vulnerables y a depender económicamente de la pareja ⁶.

VI. CONCLUSIONES

Primera:

La población adulta mayor que vive dentro del asilo De Las Hermanitas de los Ancianos Desamparados del Callao, está representada en su mayoría por el sexo masculino, teniendo un rango de edad de 76 años. Presenta altos niveles de felicidad, siendo el entorno, la realización de actividades tanto físicas como motoras, el trato o la consideración que reciben por parte de las madres en conjunto con el personal que laboran y sobre todo la práctica de la espiritualidad, hacen que su estadía sea cómoda y amena, a fin de que sus niveles de felicidad vayan en auge.

Segunda:

En cuanto al factor sentido positivo con la vida, se encontró que la mayoría presenta felicidad media esto puede ser a causa del COVID-19, la cual ha traído consigo múltiples pérdidas humanas y ellos no son la excepción ya que también han perdido familiares, pero a comparación de nosotros ellos no pueden salir del asilo ni mucho menos recibir visitas debido a los protocolos de seguridad que tiene la institución, razón por la cual ellos no pueden estar cerca de la familia ni recibir el apoyo necesario ante esa pérdida.

Tercera:

Respecto al factor satisfacción con la vida, presenta favorables resultados puesto que más de la mitad de participantes presentó felicidad alta, la cual nos demuestra que a lo largo de sus años han logrado adquirir sus ideales y cumplir sus metas trazadas, sintiéndose satisfechos con lo obtenido.

Cuarta:

En relación al factor realización personal, se reveló que los adultos mayores encuestados presentan elevados niveles de felicidad, que tiene como predominio la felicidad alta, lo que demuestra que dentro de su vida han experimentado múltiples experiencias positivas las cuales harán que tengan agradables recuerdos en el presente y en algunos casos gozar de una tranquilidad

emocional. Demostrado cuán importante son las experiencias adquiridas que los momentos de felicidad en la vida del ser humano.

Quinta:

En referencia a la dimensión alegría de vivir, se halló cierta equidad entre la felicidad alta y media, siendo algo beneficioso para el adulto mayor porque, demuestran la visión positiva que tiene el longevo en esta etapa de su vida. Sin embargo, hay que fomentar actitudes positivas, ayudarlos a valorar las experiencias, vivencias puesto que forman parte ellos con la finalidad de aumentar los niveles de felicidad.

VII. RECOMENDACIONES

1. Enseñar a las autoridades estrategias de comunicación, aprender a reconocer los estados emocionales, para que puedan estar alerta ante algún problema emocional y saber cómo actuar ante ello.

2. La pandemia a causa del Covid-19 ha traído consigo varios cambios entre ellos el distanciamiento social y restricciones de visitas, siendo necesario fortalecer los lazos emocionales con los familiares y amigos con el fin de no perder comunicación entre ellos, ya sea mediante uso de llamadas, aplicativos como zoom o Google Meet e incluso actividades donde el familiar pueda participar con ellos.

3. Como bien se sabe, los acontecimientos vividos en las primeras etapas de vida repercuten mucho en la adultez, es por ello que se debe estimular en el niño y adolescente su autoestima, confianza, conocerse a sí mismo y aprovechar al máximo sus experiencias con la finalidad de generar mejores experiencias y recuerdos.

4. Motivar a los colegios a realizar visitas dentro del asilo, para que puedan interactuar, intercambiar ideas, escuchar anécdotas e incluso realizar actividades, con el objetivo de que el estudiante valore al adulto mayor y sobre todo aprendan de ellos.

REFERENCIAS

1. Borges N, Castro M, Cetina C, Cruz B, de los Reyes S, Novelo J. El concepto de felicidad en personas de la tercera edad de la ciudad de Mérida, Yucatán. Enseñanza e Investigación en Psicología [Internet]. 2016 [Fecha de acceso: 8 marzo 2020]; 21(3) Disponible en: <http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/histologia/normas-vancouver-buma-2013-guia-breve.pdf>
2. Organización Mundial de la Salud. [Internet]. Envejecimiento y salud; 2018 febrero 5 [Fecha de acceso: 8 febrero 2020]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/envejecimiento-y-salud>
3. Thomas M, Kaufmann C, Palmer B, Depp C, Glorioso K, Thompson W. Tendencia paradójica para mejorar la salud mental con el envejecimiento: un estudio basado en la comunidad de 1,546 adultos de 21 a 100 años de edad. El diario de psiquiatría clínica [Internet]. 2016 [Fecha de acceso: 10 marzo 2020]; 77(8). Disponible en: <https://www.psychiatrist.com/jcp/article/Pages/2016/v77n08/v77n0813.aspx>
4. Puello E, Sánchez Á, Flórez M. Nivel de felicidad en un grupo de adultos mayores de montería, pertenecientes a un programa de danza. Revista Avances en Salud [Internet]. 2017 [Fecha de acceso: 15 febrero 2020]; 1(1):29-6. Disponible en: <https://revistas.unicordoba.edu.co/index.php/avancesalud/article/view/1189>
5. Torres W, Flores M. Factores predictores del bienestar subjetivo en adultos mayores. Revista de Psicología [Internet]. 2018 [Fecha de acceso: 15 de febrero 2020]; 36(1). Disponible en: <http://www.scielo.org.pe/pdf/psico/v36n1/a01v36n1.pdf>
6. Aune S, Facundo A, Attorresi H. Efectos del género y la educación en la felicidad en adultos argentinos. Liberabit [Internet]. 2017 [Fecha de acceso: 12 febrero 2020]; 23(2). Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1729-48272017000200002&script=sci_arttext&tlng=pt
7. García J. Bienestar Psicológico y Felicidad en adultos mayores víctimas de violencia albergados en Instituciones de Lima Norte, 2017 [Tesis para obtener el Título Profesional de Licenciado en Enfermería]. Lima: Universidad César

Vallejo; 2017. Disponible en:
<http://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/3259>

8. Instituto Nacional de Estadística e Informática [Internet]. Situación de la Población Adulta Mayor; octubre, noviembre, diciembre 2019 [Fecha de acceso: 8 febrero 2020]. Disponible en:
https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/boletin_adulto_mayor_oct_nov_dic2019.pdf

9. Saavedra J. Factores sociodemográficos y eventos de vida tempranos asociados con la felicidad en adultos de Lima metropolitanos y eventos de la vida temprana asociados con la felicidad en adultos de Lima metropolitana. Revista peruana de medicina experimental y salud pública [Internet]. 2020 [Fecha de acceso: 25 marzo 2020];37(1):42–50. Disponible en:
https://www.researchgate.net/publication/340461220_Factores_sociodemograficos_y_eventos_de_vida_tempranos_asociados_con_la_felicidad_en_adultos_de_Lima_Metropolitana_Socio-demographic_Factors_and_Early_Life_Events_Associated_with_Happiness_in_Adults_o

10. Bocanegra R. Correlación entre estilo de vida saludable con la felicidad en adultos mayores que asisten a un programa brindado por un centro asistencial de Lima. [Tesis para optar el título de licenciado en psicología]. Lima: Universidad Peruana Cayetano Heredia; 2019. Disponible en:
http://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/upch/7732/Correlacion_BocanegraRamirez_Reina.pdf?sequence=1&isAllowed=y

11. Ministerio de la Mujeres y Poblaciones Vulnerables [Internet]. Estadísticas de PAM, 2015; 2015 [Fecha de acceso: 20 febrero 2020]. Disponible en:
<https://www.mimp.gob.pe/adultomayor/regiones/Callao2.html>

12. Carcausto C, Osnayo D. Efectividad de la intervención de enfermería en el fortalecimiento de la felicidad. Club del Adulto Mayor Alma de la Experiencia. Arequipa – 2019 [pregrado]. Arequipa: Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa;2020. Citado en <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/10445>

13. Hernández R. Metodología de la Investigación. 6a ed. México D.F.: Mc Graw Hill Education; 2014 .[Libro virtual] [Fecha de acceso 4 de marzo del 2020].Disponible en:

https://periodicooficial.jalisco.gob.mx/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/metodologia_de_la_investigacion_-_roberto_hernandez_sampieri.pdf

14. Pareja L. Barbachán E. Sánchez F. Felicidad y comportamiento prosocial en estudiantes de educación de una universidad pública. Revista Conrado. 2019; 15(70): 183 - 192. [Revista virtual]. [Fecha de acceso: 4 de marzo del 2020] Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442019000500183

15. Zare L. Felicidad en el trabajo y desempeño laboral en un Centro de capacitación industrial de la ciudad de Trujillo (Perú). Revista Ex Cathedra en negocios. 2016; 1(2). [Revista virtual]. [Fecha de acceso 18 de marzo del 2020] Disponible en: <http://revistas.ucv.edu.pe/index.php/EXCATHEDRAENNEGOCIOS/article/view/1155/931>

16. Cardona D. Segura Á. Segura A. Muñoz DE. Agudelo M. La felicidad como predictor de funcionalidad familiar del adulto mayor en tres ciudades de Colombia. Hacia promoc. salud. 2018; 24 (1): 97 - 111. [Revista virtual]. [Fecha de acceso: 13 de marzo del 2020] Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/hpsal/v24n1/0121-7577-hpsal-24-01-00097.pdf>

17. González L. Aguirre A. Kraunik R. Palacios R. Sepúlveda P. Rapiman E. El adulto mayor feliz, como ser - para - la - muerte: estudio fenomenológico. Medwave. 2016; 16(9): 6574. [Revista virtual]. [Fecha de acceso: 18 de marzo del 2020] Disponible en: https://www.medwave.cl/link.cgi/Medwave/Estudios/EstCualit/6574.act?ver=sin_diseño

18. Alarcón R. Psicología de la felicidad. Introducción a la psicología positiva. Revista de Psicología. 2010; 28(2): 411 - 414. [Revista virtual]. [Fecha de acceso: 22 de marzo del 2020] Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/3378/337829515008.pdf>

19. Alarcón R. Desarrollo de una escala factorial para medir la felicidad. Revista Interamericana de Psicología. 2006; 40(1): 99 - 106. [Revista virtual]. [Fecha de acceso: 22 de marzo del 2020] Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/284/28440110.pdf>

20. Morales R. Felicidad en pacientes militares geriátricos de un centro hospitalario del Ejército peruano del distrito de Chorrillos. [Tesis para optar el

título de licenciada en psicología]. Lima: Universidad Inca Garcilaso de la Vega; 2019. Disponible en: <http://repositorio.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/4092>

21. Domínguez R. Ibarra E. La psicología positiva: Un nuevo enfoque para el estudio de la felicidad. Razón y Palabra. 2017; 21(96): 660 - 679. [Revista virtual]. [Fecha de acceso: 28 de marzo del 2020] Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/1995/199551160035.pdf>

22. Strusberg G. La experiencia de la felicidad en jóvenes peruanos en el trabajo remunerado y el trabajo voluntario. [Tesis para optar el título profesional de licenciado en psicología]. Lima: Serie de tesis de la secretaría nacional de la juventud; 2017. Disponible en: <https://juventud.gob.pe/wp-content/uploads/2018/02/04-La-experiencia-de-la-felicidad-en-j%C3%B3venes-peruanos-en-el-trabajo-remunerado-y-el-trabajo-voluntario.pdf>

23. Concepción L. Dextre C. Landauro E. Vásquez A. Medición de la felicidad en profesores de dos centros educativos de Lima. [Tesis para obtener el grado de magíster en administración estratégica de empresas]. Surco: Pontificia Universidad Católica del Perú; 2018. Disponible en: http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/13187/CONCEPCION_DEXTRE_FELICIDAD_EDUCATIVOS.pdf?sequence=1&isAllowed=y

24. Chávez J. Nivel de felicidad en adultos mayores pertenecientes al taller de habilidades sociales de una Institución Pública Geriátrica del distrito de San Miguel [Tesis para optar el título profesional de licenciada en psicología]. Lima: Universidad Inca Garcilaso de la Vega; 2019. Disponible en: http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/4025/008594_Trab._Suf._Prtof._Chavez%20Matallana%20Jessica%20Maricela.pdf?sequence=2&isAllowed=y

25. De la Fuente L. Pantigoso P. Torres L. La felicidad de los peruanos Kusikuy. Perú: Building a better working world; 2019. [Libro virtual]. [Fecha de acceso: 4 de abril del 2020] Disponible en: <https://asep.pe/wp-content/uploads/2019/04/Kusikuy-la-felicidad-de-los-peruanos-SECURED.pdf>

26. Tomás J. ¿Derecho a la felicidad? Dikaion. 2016; 25(2): 243 - 265. [Revista virtual]. [Fecha de acceso 8 de abril del 2020] Disponible en: <https://dikaion.unisabana.edu.co/index.php/dikaion/article/view/6540/4460>

27. Lorca M. Sobre la felicidad. Estudio filosófico - jurídico y de derecho comparado. LEX - Revista de la facultad de derecho y ciencias políticas. 2017;15 (20) :113. [Revista virtual]. [Fecha de acceso 8 de abril del 2020] Disponible en: <http://revistas.uap.edu.pe/ojs/index.php/LEX/article/view/1437/1428#>

28. González J. Restrepo G. Pinzón J. Mejía M. Ayala C. Percepción de la felicidad relacionada con la familia a lo largo de la vida en Bogotá, Colombia. Revista de salud pública. 2019; 21(2):138 - 145. [Revista virtual]. [Fecha de acceso: 12 de abril del 2020] Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-00642019000200138&lng=en&nrm=iso#B12

29. Seligman M. La auténtica felicidad. España: Penguin Random House Grupo Editorial España; 2017. [Libro virtual]. [Fecha de acceso: 18 de abril del 2020] Disponible en: <https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=wA4JDgAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT4&dq=info:l8-ZhmEBfVcJ:scholar.google.com/&ots=xYOZRmggYW&sig=9CsRBLIZ2auKS7j16ti8p6W6Fow#v=onepage&q&f=false>

30. Calderón V. Propiedades psicométricas de la escala de felicidad de Lima en estudiantes de secundaria. Revista UCV. 2015; 5(1). [Revista virtual]. [Fecha de acceso: 25 de abril del 2020] Disponible en: <http://revistas.ucv.edu.pe/index.php/JANG/article/view/880/687>

31. Fidalgo C. Felicidade. Revista Estudios Kantianos 2020; 7(2): 91- 98. [Revista virtual]. [Fecha de acceso: 15 de noviembre del 2020]. Disponible en https://www.researchgate.net/publication/341338441_Felicidade

32. Andamayo M. Orosco M. Torres Y. Cuidado humanizado de la enfermera según la teoría de Watson, en pacientes del servicio de emergencia del hospital arzobispo Loayza 2017 [Trabajo académico para optar el título de especialista en enfermería en emergencias y desastres]. Lima: Universidad Peruana Cayetano Heredia; 2017. Disponible en: http://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/upch/3532/Cuidado_AndamayoQuito_Maria.pdf?sequence=1&isAllowed=y

33. Araujo L. Ribeiro O. Constanca P. Hedonic and eudaimonic well-being in old age through positive psychology studies: a scoping review. Anal. Psicol. 2017;

33(3): 568 - 577. [Revista virtual]. [Fecha de acceso: 28 de abril del 2020]
Disponibile en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-97282017000300014&lng=es&nrm=iso&tlng=en

34. Ramirez C. García J. Junco J. La felicidad en el trabajo: Validación de una escala de medida. Revista de Administracao de Empresas. 2019; 59(5): 327 - 340. [Revista virtual]. [Fecha de acceso: 28 de abril del 2020] Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/336991160_La_felicidad_en_el_trabajo_Validation_de_una_escala_de_medida

35. Tomás J. Galiana L. Gutiérrez M. Sancho P. Oliver A. Predicción del bienestar hedónico y eudaimónico en envejecimiento con éxito. European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education. 2016; 6(3): 167 - 176. [Revista virtual]. [Fecha de acceso: 30 de abril del 2020] Disponible en: <https://formacionasunivep.com/ejihpe/index.php/journal/article/view/177/138>

36. Dirección Regional de Educación Amazonas. 26 de agosto: Día Nacional del Adulto mayor. 2019. Disponible en: <http://www.drea.gob.pe/index.php/actualidad/26-de-agosto-dia-nacional-del-adulto-mayor>

37. Ser abuelo es la compensación de Dios por envejecer. [Internet] [Fecha de acceso: 3 de mayo del 2020] Disponible en: http://catarina.udlap.mx/u_dl_a/tales/documentos/lar/dionne_e_mf/capitulo1.pdf

38. Esmeraldas E. Falcones M. Vásquez M. Solórzano J. El envejecimiento del adulto mayor y sus principales características. Revista Científica Mundo de la Investigación y el Conocimiento. 2019; 3(1): 58 - 74. [Revista virtual]. [Fecha de acceso: 3 de mayo del 2020] Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6788154>

39. Sarmiento R. Envejecimiento y actividad físico-deportiva (AFD). Revista INFAD de Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology. 2016; 1(2): 135 - 142. [Revista virtual]. [Fecha de acceso 5 de mayo] Disponible en: <http://www.infad.eu/RevistaINFAD/OJS/index.php/IJODAEP/article/view/579/48>

6

40. Hernández R. Metodología de la Investigación. 6a ed. Mc Graw Hill Education. 2014. [Revista virtual]. [Fecha de acceso: 14 de mayo del 2020] Disponible en:

https://periodicooficial.jalisco.gob.mx/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/metodologia_de_la_investigacion_-_roberto_hernandez_sampieri.pdf

41. Castañeda M. Cabrera A. Navarro Y. Vries W. Procesamiento de datos y análisis estadísticos utilizando SPSS. Un libro práctico para investigadores y administradores educativos. Brasil: EDIPUCRS - Editora Universitaria de PUCRS; 2010. [Libro virtual]. [Fecha de acceso: 8 de junio del 2020] Disponible en: <http://www.pucrs.br/edipucrs/spss.pdf>

42. Morales J. Nava G. Esquivel J. Díaz L. Principios de ética, bioética y conocimiento del hombre. México: Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo; 2011. [Libro virtual]. [Fecha de acceso: 16 de junio del 2020] Disponible en: https://www.uaeh.edu.mx/investigacion/productos/4821/libro_principios_de_etica.pdf

43. Neyra M. La felicidad en pacientes policiales geriátricos del centro hospitalario San José PNP del distrito de San Miguel, periodo 2019 [Tesis para optar título profesional de licenciada en psicología]. Lima: universidad Inca Garcilaso de la Vega; 2019. Disponible en: <http://repositorio.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/5008>

ANEXOS

MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIÓN	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
<p>Felicidad en Adultos Mayores</p>	<p>Alarcón define la felicidad como un estado afectivo de bienestar subjetivo y experiencia optima, una sensación satisfactoria que puede relativamente duradera, la cual será vivenciada de manera individual. Refiere, además, que la felicidad no suele disminuir con la edad, sino al contrario se incrementa al menos</p>	<p>Se empleará un instrumento creado por Alarcón, llamado La Escala de la Felicidad de Lima, cabe recalcar que algunas palabras han sido modificadas, con la finalidad de facilitar el entendimiento del adulto mayor, pero sin alterar el objetivo de la pregunta, además que se retiraron 2 datos sociodemográficos (Ocupación - Distrito), debido a que la población de estudio vive dentro de un asilo y la mayoría son jubilados. Establece 4 factores:</p>	<p>Sentido positivo de la vida</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Fracaso. • Intranquilidad. • Pesimismo. <ul style="list-style-type: none"> • Vacío existencial • Sentimiento positivo 	<p>Ordinal</p>
			<p>Satisfacción con la vida</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Las condiciones de vida son excelentes. • Satisfecho con lo que soy. • La vida ha sido buena conmigo. 	
				<ul style="list-style-type: none"> • Autosuficiencia. 	

	<p>entre los 50-60 años, ya que ellos suelen tener mayor dominio de emociones, donde maximizan los aspectos positivos y minimizar los aspectos negativos.</p>	<p>Sentido positivo de la vida, Satisfacción con la vida, Realización personal y Alegría de vivir, la cual se encuentra compuesta por 5 ítems contruidos según la escala de tipo Likert: Totalmente de acuerdo (5); Acuerdo (4); Ni acuerdo ni desacuerdo (3); Desacuerdo (2) y Totalmente en desacuerdo (1), donde para el extremo positivo se le otorgó 5 puntos y al extremo negativo 1 punto.</p>	<p>Realización personal</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Tranquilidad emocional. • Placidez. 	
<p>Alegría de vivir</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Vida maravillosa. • Experiencias positivas. • Sentirse generalmente bien. 				

Anexo 2:
CUESTIONARIO DE LA ESCALA DE FELICIDAD

DATOS PERSONALES:

Edad:

Sexo:

Estado civil:

Grado de instrucción:

INSTRUCCIONES: Más abajo encontrara una serie de afirmaciones, lea detenidamente cada afirmación y luego utiliza la escala para indicar su grado de aceptación o rechazo, marque su respuesta con una X. No hay respuestas buenas ni malas.

ESCALA:

Totalmente de Acuerdo (TA)

Acuerdo (A)

Ni acuerdo ni desacuerdo (¿)

Desacuerdo (D)

Totalmente en Desacuerdo (T)

N	Preguntas	Totalmente de Acuerdo	Acuerdo	Ni acuerdo ni desacuerdo	Desacuerdo	Totalmente en Desacuerdo
1	La mayor parte de mi vida, ha sido perfecta					
2	Siento que mi vida está vacía					
3	Las condiciones de mi vida son excelentes					
4	Estoy satisfecho con mi vida					
5	La vida ha sido buena conmigo					
6	Me siento satisfecho con lo que soy					
7	Pienso que nunca seré feliz					
8	Hasta ahora, he conseguido las cosas que para mí son importantes					
9	Si volviera a nacer, no cambiaría casi nada de mi vida					
10	Me siento contento, en el momento de mi vida en el que estoy					
11	La mayoría del tiempo me siento feliz					
12	Es maravilloso vivir					

N	Preguntas	Totalmente de Acuerdo	Acuerdo	Ni acuerdo ni desacuerdo	Desacuerdo	Totalmente en Desacuerdo
13	Por lo general me siento alegre					
14	Me siento inútil					
15	Soy una persona optimista					
16	He experimentado la alegría de vivir					
17	La vida ha sido injusta conmigo					
18	Tengo problemas tan grandes que me impiden estar tranquilo(a)					
19	Me siento un fracasado					
20	La felicidad es para algunos, no para mi					
21	Estoy satisfecho con lo que hasta ahora he logrado					
22	Me siento triste por lo que soy					
23	Para mí, la vida es una cadena de sufrimientos					
24	Me considero una persona realizada					
25	Mi vida avanza tranquilamente					
26	Todavía no he encontrado el rumbo de mi existencia					
27	Creo que no me falta nada					

Anexo 3:

VALIDES DEL INSTRUMENTO

ITEMS	JUEZ 1			JUEZ 2			JUEZ 3			JUEZ 4			JUEZ 5		
	RELEVANCIA	PERTINENCIA	CLARIDAD												
	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1
	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
6	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
7	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
8	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
11	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
13	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
14	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
15	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
16	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
17	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
18	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
19	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
20	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
21	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
22	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
23	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
24	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
25	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
26	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
27	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1

N° de preguntas	33
N° de jueces	5

Total, de respuestas: 33*3*5 = 495
Total, de positivas = 483
Total, de negativas= 12

$483/495 * 100 = 0.97 = 98$

Anexo 4:

CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO

BASE DE DATOS

n°	EDAD	IT1	IT2	IT3	IT4	IT5	IT6	IT7	IT8	IT9	IT10	IT11	IT12	IT13	IT14	IT15	IT16	IT17	IT18	IT19	IT20	IT21	IT22	IT23	IT24	IT25	IT26	IT27	Total
1	62	5	3	4	5	5	4	4	3	5	5	4	5	5	2	4	4	3	3	3	1	5	2	3	4	4	1	5	101
2	74	3	2	4	3	4	3	1	3	2	5	3	4	4	2	5	3	1	3	2	2	4	1	2	3	4	2	3	78
3	69	5	2	4	4	4	5	2	4	4	5	3	4	3	1	4	4	2	1	2	1	3	1	3	4	3	1	4	83
4	65	4	3	5	3	3	3	1	3	5	5	3	4	4	2	4	5	1	3	2	1	4	1	2	3	4	1	3	82
5	64	4	2	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	1	4	4	2	2	1	1	3	2	3	4	4	1	3	83
6	84	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	2	3	3	1	3	2	1	4	1	3	3	4	2	4	79
7	71	5	2	4	5	4	5	2	4	5	3	3	5	5	3	5	4	2	2	3	2	5	1	3	4	3	2	3	94
8	80	3	2	2	4	4	3	1	3	4	3	4	4	4	2	4	3	1	3	2	1	3	2	2	3	3	2	4	76
9	66	5	2	4	4	4	4	3	4	4	4	5	5	4	2	5	4	2	4	2	1	4	3	3	4	4	2	4	96
10	68	4	2	4	5	5	5	3	5	5	4	5	5	4	2	3	4	3	4	3	2	4	3	4	5	4	3	4	104
VARIANZA	0.8	0.2	0.6	0.7	0.4	0.7	1.1	0.5	1.0	0.8	0.7	0.3	0.3	0.3	0.5	0.4	0.6	0.8	0.4	0.2	0.5	0.7	0.4	0.5	0.2	0.5	0.5		

$$a = \frac{k}{k-1} \left[1 - \frac{\sum Vi}{Vt} \right] \quad a = \frac{27}{27-1} \left[1 - \frac{15}{103.82} \right] = 0.893$$

K	27
Vi	15
Vt	103.8

seccion 1	1.04
seccion 2	0.86
total	0.89

Anexo 5. Niveles de felicidad según el género en los adultos mayores del asilo de Las Hermanitas de los Ancianos Desamparados – Callao Cercado 2020.

Nivel	Genero	Recuento
Felicidad Media	F	20
	M	30
Felicidad alta	F	9
	M	6

Fuente: Los presentes datos fueron adquiridos mediante la aplicación de la Escala de Felicidad de Lima de Reynaldo Alarcón.

En la presente tabla se evidencia los niveles de felicidad según el género, en donde la felicidad media presenta un total de 50 participantes, 30 en el sexo masculino y 20 del sexo femenino. Por otro lado 15 en la felicidad alta, 9 adultos mayores del sexo femenino y 6 del sexo masculino.

Anexo 6. Niveles de felicidad según el estado civil en los adultos mayores del asilo de Las Hermanitas de los Ancianos Desamparados – Callao Cercado 2020.

Nivel	Estado Civil	Recuento
Felicidad Media	Soltero	7
Felicidad alta		2
Felicidad Media	Casado	17
Felicidad alta		8
Felicidad Media	Viudo	20
Felicidad alta		5
Felicidad Media	Divorciado	2
Felicidad Media	Conviviente	4

Fuente: Los presentes datos fueron adquiridos mediante la aplicación de la Escala de Felicidad de Lima de Reynaldo Alarcón.

En la siguiente tabla se divido los niveles de felicidad según el estado civil. De estado soltero de evidencia 7 adultos con felicidad media y 2 con felicidad alta. Casado se encontró 17 con felicidad media y 8 con felicidad alta. Viudo presentó 20 adultos con felicidad media y 5 con felicidad alta. Divorciado solo 2 en felicidad media. Por último, conviviente 4 con felicidad media.

Anexo 7. Niveles de felicidad según el grado de instrucción en los adultos mayores del asilo de Las Hermanitas de los Ancianos Desamparados – Callao Cercado 2020.

Nivel	Grado de Instrucción	Recuento
Felicidad Media Felicidad alta	Primaria	12 6
Felicidad Media Felicidad alta	Secundaria	29 5
Felicidad Media Felicidad alta	Superior	9 4

Fuente: Los presentes datos fueron adquiridos mediante la aplicación de la Escala de Felicidad de Lima de Reynaldo Alarcón.

A continuación, se dividió los niveles de felicidad según el grado de instrucción donde se obtuvo en nivel primaria a 12 adultos mayores con felicidad media y 6 con felicidad alta. Los de nivel secundaria a 29 con felicidad media y 5 con felicidad alta. Y estudios superiores a 9 con felicidad media y 4 felicidad alta.