



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POSGRADO

**PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN GESTIÓN
PÚBLICA**

El voluntariado como estrategia para mejorar la calidad de vida del adulto
mayor en una municipalidad distrital de Chiclayo

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:

Maestro en Gestión Pública

AUTOR:

De la Cruz Llatas, Osmar Yoel (ORCID: 0000-0001-7664-9445)

ASESOR:

Dr. Figueroa Coronado, Erick Carlo (ORCID: 0000-0002-2599-2558)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Gestión de Políticas Públicas

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL Y UNIVERSITARIA:

Desarrollo Económico, Empleo y Emprendimiento

CHICLAYO – PERÚ

2022

Dedicatoria

En primer lugar, a Dios, por seguir brindándome la vida, y por qué me ha permitido seguir logrando mis sueños, metas para poder convertirme en un excelente profesional y aprendiendo cada día más.

A mis padres, Félix y Sixtina quienes siempre me dieron palabras de aliento para seguir y poder cumplir este objetivo; gracias por siempre apoyarme en mis metas, sueños y confiar en cada una de mis objetivos que me trazaba en mi vida profesional.

A mi abuela Ricardina que siempre me inculcó poner todo en primer lugar a Dios y encomendar siempre mi vida y mis sueños a él; a mi querido abuelo Gerardo, que siempre me motivaba a luchar por mis sueños y esforzarse por lograrlo, que junto con mi abuela fueron mi apoyo incondicional en lo que va de mi carrera profesional y personal; a mis tíos, tías y hermana que siempre me apoyaron para poder mis objetivos

Yoel de la Cruz

Agradecimiento

Un profundo agradecimiento a la Universidad Cesar Vallejos, a toda la ESCUELA DE POSGRADO, a mis profesores que con sus enseñanzas y sus conocimientos permitieron crecer en cada clase magistral brindada y gracias por el apoyo y dedicación en la enseñanza que nos brindaron y por su paciencia, apoyo incondicional y amistad.

Además, profundo agradecimiento a mis compañeros de la maestría por su constante apoyo y comprensión en las clases de la maestría, gracias al apoyo mutuo se está pudiendo culminar con éxito esta maestría.

También expresar mi gratitud y sincero agradecimiento al Dr. Figueroa Coronado, Erick Carlo, quien con sus enseñanzas y paciencia permite que se pueda desarrollar este trabajo y poder culminar todo este proceso de formación.

EL AUTOR

Índice de contenidos

Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Índice de contenidos	iv
Índice de Tablas	v
Índice de figuras	vi
Resumen	vii
Abstract	viii
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	4
III. METODOLOGÍA	14
3.1. Tipo y diseño de investigación	14
3.2. Variables y operacionalización	15
3.3. Población (criterios de selección), muestra, muestreo, unidad de análisis	16
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	16
3.5. Procedimientos	17
3.6. Métodos de análisis de datos	17
3.7. Aspectos éticos	18
IV. RESULTADOS	19
V. DISCUSIÓN	23
VI. CONCLUSIONES	29
VII. RECOMENDACIONES	30
VIII. PROPUESTA	31
IX. REFERENCIAS	42
ANEXOS	53

Índice de Tablas

Tabla 1	Baremación de datos.....	16
Tabla 2	Nivel del entorno de salud del adulto mayor.....	19
Tabla 3	Nivel del entorno social del adulto mayor	20
Tabla 4	Nivel del entorno psicológico del adulto mayor.....	21
Tabla 5	Nivel de la calidad de vida del adulto mayor.....	22

Índice de figuras

Figura 1 Diseño de la investigación	15
--	----

Resumen

La investigación cuyo objetivo fue promover el voluntariado como estrategia para mejorar la calidad de vida del adulto mayor, teniendo un enfoque cuantitativo, de alcance descriptivo, propositivo y diseño no experimental. Tuvo como población, 350 adultos mayores atendidos por el CIAM PIMENTEL y una muestra de 184 adultos mayores. Usándose la encuesta como técnica de recolección y como instrumento el cuestionario. Teniendo como resultados, que el 85.3% su nivel de calidad de vida es medio, el 14.1% un nivel alto y el 0.5% un nivel bajo, por lo que se puede argumentar que la mayor cantidad de participantes aún les falta desarrollar su entorno de salud, entorno social y entorno psicológico; llegando a la conclusión que se logró identificar que la calidad de vida del adulto mayor tiene un nivel medio (85.3%), asimismo las dimensiones entorno de salud, entorno social y entorno psicológico tuvieron un nivel medio (89.7%, 70.7% y 63.6% respectivamente), permitiendo concluir que los adultos mayores siguen teniendo dificultades para llevar una calidad de vida plena, es decir necesitan una mejor alimentación, más actividades físicas acorde a su edad, un descanso más reparador, mayor tiempo de recreación, manejar mejor los niveles de estrés y mejorar su estado emocional.

Palabras clave: Adulto mayor, voluntariado, altruismo, desarrollo social, comunitarismo

Abstract

The research whose objective was to promote volunteering as a strategy to improve the quality of life of the elderly, having a quantitative approach, with a proactive descriptive scope and a non-experimental design. Its population was 350 older adults attended by CIAM PIMENTEL and a sample of 184 older adults. Using the survey as a collection technique and the questionnaire as an instrument. Having as results, that 85.3% their level of quality of life is medium, 14.1% a high level and 0.5% a low level, so it can be argued that the largest number of participants still need to develop their work environment. health, social environment and psychological environment; reaching the conclusion that it was possible to identify that the quality of life of the elderly has a medium level (85.3%), highlighting the dimensions health environment, social environment and psychological environment had a medium level (89.7%, 70.7% and 63.6% respectively), concluding that older adults continue to have difficulties in leading a full quality of life, that is, they need better nutrition, more physical activities according to their age, a more restful rest, more recreation time, better management of stress levels. and improve your emotional state.

Keywords: Older adults, volunteering, altruism, social development, communitarianism

I. INTRODUCCIÓN

De acuerdo a proyecciones realizadas por la Organización Mundial de la Salud - OMS (2021) y Observatorio demográfico (2019), menciona que entre el 2020 y el 2030 se verá un aumento del 34% en las personas de 60 años a más, mientras que al 2040 superaría a los menores de 15 años y para el 2050 sea superior a los de 15 a 24 años. En este contexto, la OMS busca reducir las desigualdades y lograr mejorar sus condiciones de vida, buscando que las comunidades fomenten las capacidades de este grupo etario, generando así una transformación en su forma de expresar y actuar; hoy los países tienen este gran reto de afrontar el cambio demográfico garantizando que sus sistemas de salud y programas tengan un mejoramiento de calidad en el servicio que brindan.

Un informativo de notas periodísticas de Health News (2019) de Estados Unidos y Serrano (2020) de Colombia informan sobre el impacto y la importancia del voluntariado en el aspecto social como aliados que construyen acciones para mejorar su modo de vida (Wang, 2022), generando así acciones donde la comunidad es un eje importante y sostenible para generar un cambio en la vida de este grupo etario.

En el Perú, para el IV- trimestre del 2021, según el Instituto Nacional de Estadística e Informática INEI (2022) se ha registrado un incremento de 0,3% en la población adulta mayor, siendo para el año 2021 un 13% con respecto al año 2020, que fue 12,7% que representaba a 4 millones 140 mil personas en dicho año. Además, el 38,9% de los hogares tenían un adulto mayor de 60 y más años, mientras que lo rural es un 43,8%, en lima metropolitana es un 39.5% y en lo urbano es un 36,3% de los hogares, tienen a una persona de este grupo etario.

En el Perú existe legislación que vela por el cuidado de este grupo etario como la Ley N.º 30490, el D.S. N.º 007-2018-mimp y también D.S. N.º 006-2021-mimp, dichas normativas contribuyen a generar espacio, acciones y programas que buscan garantizar un buen cuidado al adulto mayor (Rosebush et al., 2021), pero las deficiencias para abarcar el total de esta población se ven limitadas por gestiones poco eficientes y el limitado personal para atender a este grupo etario. Por tal motivo, el voluntariado viene a ser un aliado estratégico y fundamental

para el éxito de las gestiones que se realicen en favor del adulto mayor (Crittenden et al., 2022).

Según la Dirección General de la familia y la comunidad, se ha recabado información de las Naciones Unidas, donde indica que el voluntariado contribuye con más del 1% del PIB del país, es decir, más de US\$1,500 millones. Son los jóvenes de 15 y 29 años quienes realizan esta actividad y representan el 39%, siendo Cusco, Trujillo, Piura, Arequipa y Pucallpa las de más participación. Además, Tacna y Chiclayo tienen un buen porcentaje de voluntarios.

En el Perú existe legislación en materia de voluntariado, como la Ley N.º 28238, que aprueba la Ley General del Voluntariado y además crea la Comisión Nacional de Voluntariado (CONVOL).

Según el Instituto Nacional de Estadística e Informática INEI (2017) menciona que los adultos mayores han tenido un aumento poblacional siendo 4,5% en 1993, pasó a 6,6% en el 2007 y a 8,8% en el 2017.

Como problema general se formula lo siguiente: ¿En qué medida el voluntariado como estrategia mejora la calidad de vida del adulto mayor en una Municipalidad distrital de Chiclayo, 2022?; y, como problemas específicos tenemos: ¿En qué medida la dimensión civil como estrategia mejora la calidad de vida del adulto mayor en una Municipalidad distrital de Chiclayo, 2022?, ¿En qué medida la dimensión política como estrategia mejora la calidad de vida del adulto mayor en una Municipalidad distrital de Chiclayo, 2022?, y ¿En qué medida la dimensión social como estrategia mejora la calidad de vida del adulto mayor en una Municipalidad distrital de Chiclayo, 2022?

En los últimos años, la región Lambayeque ha tenido un incremento poblacional de las personas mayores, generando así una preocupación en la gestión pública, debido a las deficiencias en los servicios y programas que están dirigidos hacia ellos. Además, se puede observar que los programas existentes no llegan a cubrir las demandas y muchos menos tienen un alcance total para las personas de este grupo etario. Los resultados de este proyecto contribuirán a demostrar la importancia del voluntariado para mejorar la calidad y la forma de

vida del adulto mayor, además de generar un impacto más eficiente en las gestiones de los programas sociales dirigidos a este grupo etario.

La presente investigación se realizará a través de una encuesta por escala de Likert, que permitirá recolectar información para sustentar la investigación, además la elaboración de la propuesta se realizará durante la fase del proyecto.

Los datos recopilados pueden ser utilizados por las municipalidades a través de la gerencia de programas sociales en las cuales se asume un entorno de bajo riesgo y costos mínimos que permitirán crear y mejorar los programas, políticas o actividades que estén dirigidas a este grupo etario, además el impacto generado permitiría mejorar la gestión de los programas sociales en conjunto.

Se plantea como objetivo general: Proponer el voluntariado como estrategia para mejorar la calidad de vida del adulto mayor en una Municipalidad distrital de Chiclayo, 2022; y, como objetivos específicos se formulan: Identificar el nivel de calidad de vida del adulto mayor en una Municipalidad distrital de Chiclayo, diseñar la propuesta del voluntariado como estrategia mejorará significativamente de vida del Adulto Mayor en una Municipalidad distrital de Chiclayo y validar la propuesta del voluntariado como estrategia mejorará significativamente de vida del Adulto Mayor en una Municipalidad distrital de Chiclayo.

Se plantea como hipótesis general a obtener en el presente trabajo: El voluntariado como estrategia mejorará significativamente la calidad de vida del adulto mayor en una Municipalidad distrital de Chiclayo, 2022.

Como hipótesis específica: El voluntariado como política pública permitirá mejorar la calidad de vida del adulto mayor en una Municipalidad distrital de Chiclayo, 2022, El voluntariado como estrategia comunitaria permitirá mejorar la calidad de vida del adulto mayor en una Municipalidad distrital de Chiclayo, 2022, y El voluntariado como estrategia de desarrollo social permitirá mejorar la calidad de vida en una Municipalidad distrital de Chiclayo, 2022.

II. MARCO TEÓRICO

Dentro del ámbito internacional: López-Ortega & Konigsberg (2020), en su artículo, investiga la calidad de vida y su relación con la salud y los distintos factores. Además, se realizó una muestra más amplia que cuenta con 295 personas utilizándose el método de una encuesta transversal de una muestra aleatoria y se realizó un análisis bi variado. Por lo cual se concluye que factores como el socioeconómico, el apoyo social, comunitario, entre otros, influyen en la calidad de vida de este grupo etario (Zanjari et al., 2021). Asimismo, se contribuiría a establecer y gestionar estratégicas en el aspecto social con el fin de llevar a cabo acciones que mejoren el nivel de vida y envejecimiento de este grupo etario.

Mamani (2019), en su tesis, menciona que el presente estudio tiene como propósito concientizar los valores que imparten los adultos mayores ante sociedad, buscando generar relaciones interpersonales entre este grupo etario y la sociedad. Además, se han generado estrategias y se ha diseñado programas que involucran a los familiares y a la comunidad con este grupo etario. Se hizo una investigación cuantitativa y se utilizó la entrevista estructurada, el cuestionario y la observación como instrumentos de recolección, además se pudo concluir que este grupo etario se encuentra aislado de la población, además se debe buscar un desarrollo integral acorde a sus capacidades, habilidades y necesidades teniendo en cuenta las falencias que tiene este grupo etario y teniendo como finalidad un mejoramiento físico e intelectual, buscando lograr un impacto que permita replicar en otras instituciones.

Sarfson & Albini (2017), en su investigación realizada, tiene como objetivo mejorar la calidad del adulto mayor a través de la actividad musical y acciones voluntarias de los estudiantes de música que tienen como fin generar una mejora social de este grupo etario. Dicha investigación se actuó bajo un enfoque cualitativo en un marco de investigación - acción y, por lo tanto, se ejecutó un programa entre estudiantes y profesores. En lo cual se llegó concluyó que, sí se pudo mejorar su calidad de vida y del impacto generado de este programa que permite ser validado, logrando así generar una reflexión de contribución a la

mejora social de este grupo etario y de vincularse a las necesidades de la comunidad y buscar un mejoramiento de la misma.

Goehner et al. (2019), en su artículo, menciona los grandes cambios y desafíos que se tienen sobre el cambio demográfico y las deficiencias que se tiene en cuanto a la escasez de personal que conlleva a plantear nuevos enfoques que permitan buscar una solución a esta problemática, sin embargo, a pesar de que el voluntariado se está perfilando como un pilar en varios países aún no es suficiente. En el presente estudio realizado, se hizo una búsqueda sistemática de base de datos en línea tomando en cuenta ensayos aleatorios (cuasi- por grupos), ensayos clínicos y diseños previos y posterior de un solo grupo. Lográndose identificar 12 estudios, de los cuales 8 evaluaron el tratamiento posterior a la estancia clínica. Llegando a la conclusión que debido a los pocos estudios donde se haya evaluado el accionar del voluntariado durante el tratamiento, por lo tanto, se necesita más estudios y que estén mejor diseñados. Además, es urgente tener estudios sobre la formación de los voluntarios para tener como antecedentes teóricos adecuados.

Cattagni et al. (2022), en su artículo, menciona que es beneficioso realizar actividades productivas porque permite generar un bienestar al adulto mayor. El método usado es el mixto secuencial explicativo, teniendo como muestra 1976 personas. Se llegó a la conclusión que suspender el voluntariado acarrea una baja calidad de vida y una disminución en su autonomía, autoestima y reconocimiento, por lo contrario, seguir con el voluntariado les genera aprender nuevas habilidades, conocimientos y sentirse útiles ante la sociedad, generando así un gran impacto en la importancia del voluntariado, por lo tanto, se recomienda apoyar constantemente al voluntariado.

Dentro del ámbito nacional: Angulo & Rivera (2021), en su tesis, menciona sobre la importancia e influencia de la calidad de vida y el apoyo social para lograr un impacto positivo en los adultos mayores, teniendo como propósito evaluar la conexión de estas dos variables. En el presente estudio se hizo a 132 personas mayores, en el cual se utilizó la evaluación de los índices de Katz, de Calidad de Vida y el Cuestionario Duke-UNC. Logrando llegar a la conclusión que existe una dependencia entre las variables, lo que significa que si una de

ellas disminuye también lo hará la otra. Además, se pudo verificar que los evaluados gozaban de buena salud y de apoyo social, por lo tanto, se necesita seguir implementando programas, acciones que garanticen ese apoyo social de la comunidad y así se les pueda garantizar una adecuada atención y mejoramiento en su calidad de vida.

Velásquez Butrón (2019), en su tesis, menciona que su estudio tiene como objetivo explorar las experiencias del voluntariado y la identidad en los jóvenes, tomando en cuenta sus percepciones y vivencias. Se realizó una investigación cuantitativa y un diseño fenomenológico, teniendo como muestra 10 jóvenes de 18 a 22 años que realizan actividades de voluntariado de su universidad, utilizando con instrumento de investigación la entrevistas semiestructurada, con lo cual se llegó a la conclusión de que existe una identificación como solidarios, amables, empáticos, proactivos y que esto genera un cambio positivo en su identidad, generando así cambios en su forma de pensar, en las relaciones con los demás y de la realidad social donde viven.

Vargas & Lázaro (2020), en su tesis, menciona que su estudio tiene por objetivo establecer si los adultos mayores tienen una buena calidad de vida en los CIAM. El método usado es cuantitativa-descriptiva de corte transversal, teniendo una población de 78 personas mayores y un muestreo de 30 personas mayores. Se empleó como instrumento de investigación la entrevista y el cuestionario WHOQOL-100. Llegando a la conclusión de la calidad de vida percibida es regular en este grupo etario, ya que les permite generar nuevas habilidades y generar lazos sociales con las demás personas del CIAM, además se establece una percepción regular en sus capacidades intrínsecas y funcionales en las relaciones sociales, en salud física, psicológica y espiritual.

Zuñiga (2021), en su tesis, menciona que tiene como objetivo establecer y comprobar que la actividad física si influye en la calidad de vida de los adultos mayores. Además, se realizó una investigación de enfoque cuantitativo no experimental correlacional de corte transversal. Se tuvo como población a 70 adultos mayores y el Instrumento empleado fue la encuesta, en el cual se pudo demostrar que existe conexión entre las variables de la investigación y se pudo verificar que las dimensiones como la psicológica y social si tienen relación, pero

la dimensión física no se pudo verificar. Además, se recomienda integrar programas de terapia física y rehabilitación.

Ccalluco & Meléndez (2021), en sus tesis, menciona que tiene como objetivo comprobar que las personas mayores del asentamiento humano 29 de enero tengan una buena calidad de vida. Se efectuó una investigación cuantitativa, no experimental, descriptiva de corte transversal. Se tuvo una muestra de 150 adultos mayores, empleando como instrumento la encuesta y el WHOQOL-OLD. Teniendo como conclusión que se pudo revisar que las dimensiones de participación social, la sensorial, tienen niveles medios y altos. Además, se comprobó que, de cada 10 personas, 2 presentan un nivel bajo de vida. Mientras que la dimensión de muerte tiene niveles medios en la calidad de vida. Esto permite concluir que la participación social influye directamente en el aspecto psicológico y de salud de los adultos mayores, generando así un nivel medio y alto que permite lograr mejores índices de calidad de vida.

Cardona-Arias & Higueta-Gutiérrez (2014), menciona que el método WHOQOL-BREF es un instrumento elaborado por la OMS cuyo objetivo es medir la calidad de vida. Este instrumento presenta 4 dimensiones que son la relaciones sociales, psicología, salud física y medio ambiente, que está conformado por 26 ítems, cada una con 5 opciones tipo escala de Likert. El WHOQOL BREF permite tener la percepción de la calidad de vida de las personas mayores y así comprobar el nivel de satisfacción de este grupo etario con respecto a los aspectos cotidianos, teniendo una excelente validez y confiabilidad. Además, la OMS (1998) menciona la cantidad de ítems que tiene cada una de las 4 dimensiones como Físico, Psicológico, Social, medio ambiente, teniendo 7, 6, 3 y 8 ítems respectivamente cada una.

según Ham (2003) citado por Morales (2018) menciona en su Teoría del ciclo de vida que la vida tiene divisiones cronológicas que son las edades de la vida humana y que se puede representar a través de una línea que simboliza el flujo uniforme y continuo del tiempo, las cuales permiten ver el tiempo transcurrido desde que nacemos hasta un tiempo determinado o momento determinado

Normales Legales El Peruano (2018) se publicó la Ley N.º 30490 que tiene como objetivo asegurar los derechos de los adultos mayores, buscando generar un mejoramiento en la calidad de vida y su integridad física, social, económica, política y cultural, este marco normativo tiene como rector al Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables que tiene como función normar, dirigir, ejecutar y promover políticas, programas y acciones en beneficio de este grupo etario, además que existe coordinación con los diferentes gobiernos sub nacionales, entidades ya sean públicas o privadas y la sociedad civil organizada. Además, la reglamentación de la Ley N.º 30490 se aprueba a través del Decreto Supremo N.º 007-2018-MIMP.

En el ámbito regional o distrital también existen programas que permiten generar el bienestar del adulto mayor, siendo el Art. 10 de la ley N.º 30490 donde menciona que los centros integrales de atención al adulto mayor (CIAM) son programas que tienen como objetivo promover la integración, la participación social y cultural dentro de su jurisdicción y velan por la protección de sus derechos; además estos espacios son conformados por los diferentes gobiernos locales siendo responsables de la coordinación y articulación con las diferentes instituciones públicas o privadas para gestionar programas, actividades y proyectos para garantizar un servicio de calidad a este grupo etario. Además, en la Ley Orgánica de Municipalidades (2003) en su Art. 84 hace referencia en el numeral 1.2 y 2.4 menciona que se deben establecer canales para administrar, ejecutar y organizar los programas de apoyo y asistencia al adulto mayor con las instituciones que trabajan en defensa de este grupo etario.

Ccalluco & Melendez (2021), precisa que la calidad de vida está asociada con diferentes factores como lo psicológico, salud física, mental que impactan en sus condiciones de vida que pueden influir en la calidad de vida de manera positiva o negativa, tomando en cuenta que la calidad de vida está relacionada con la salud, debido a que es un concepto multidisciplinario y multidimensional.

Para García (2018) define a la calidad de vida, tiene diferentes circunstancias que intervienen en la percepción de los adultos mayores con respecto a la satisfacción como el ambiente social, entorno psicológico y salud.

Abanto & Ortiz (2022), menciona la importancia de la calidad de vida a través de la capacidad de evaluar y conocer los factores que puedan afectar a la salud; por lo tanto, es urgente mejorar su calidad de vida desde el aspecto médico, psicológico y social, teniendo un enfoque multidisciplinario que permita garantizar una mejora en la calidad de vida mediante estrategias de recreación y apoyo para el cuidado del adulto mayor.

La Política Nacional Multisectorial Para Las Personas Adultas Mayores, (2020) tiene como objetivo mejorar la calidad de vida en lo psíquico, físico y social, mejorando la cobertura de los servicios, además se necesita mejorará la participación social y política de este grupo etario buscando que se puedan integrar en el desarrollo comunitario. También se debe mejorar el nivel cultural y educativo para mejorar las experiencias y los valores hacia este grupo etario.

La Ley N.º 28238 tiene por finalidad promover y fomentar las actividades de las personas en servicios voluntarios e indicar las acciones legales en las que se realiza estas actividades, además de reconocer estas acciones sociales que se realizan en la comunidad de forma voluntaria y altruista para generar un impacto en nuestra sociedad.

Las Normas Legales El Peruano (2017) se publicó el DECRETO SUPREMO N.º 004-2017-MIMP, modifica el reglamento Ley N.º 28238, teniendo como objetivo promover y ejecutar acciones que permitan facilitar y reconocer la labor del voluntariado de las personas peruanas y del extranjero, buscando mejorar las condiciones de las actividades que se ejecutan en nuestro país para así lograr un mejoramiento en los procesos de registros de voluntariado.

Menzel (2021) Precisa que el voluntariado es un excelente mecanismo para fortalecer la inclusión social y mejorar el bienestar de los adultos mayores, haciéndolos participar de diferentes actividades, logrando así que tengan una vida social activa, ya que, debido a la pandemia, se ha podido ver el aislamiento en la que viven las personas de este grupo etario.

Soler (2008), define al voluntariado como un conjunto de personas que efectúan acciones solidarias y desinteresadamente con fines altruistas y solidarios, cuya finalidad es crear conciencia social para lograr un mundo más

solidario, justo y pacífico. Teniendo como objetivo lograr una transformación de la realidad social, generando un impacto en la ciudadanía y Zambrano et al. (2019) precisa que el voluntariado tiene como finalidad transformar la sociedad buscando que esta sea inclusiva y solidaria; además, esto permite el desarrollo de las personas y de la sociedad, generando su propia resiliencia, la responsabilidad y el respeto por los demás generando así un compromiso con la sociedad e inspirando a los demás para unirse a diferentes causas.

Yang et al. (2022) menciona que el involucramiento del voluntariado y sus servicios generarían un mejoramiento en las emociones, en la identidad y en el apoyo social que recibe este grupo etario, además, el grado de impacto va a depender del involucramiento del adulto mayor y de los servicios que se brinden.

La alimentación saludable, ha sido considerado como un factor muy importante que garantiza la calidad de vida (Ferreira et al., 2022) y un cuerpo sano, sobre todo en la etapa de la senectud, que se requiere la mayor cantidad de vitaminas, minerales y nutrientes propios para mantener al senil en buen estado de salud física y mental. Con la variedad proporcionada de los alimentos ricos en proteínas, que sirva de barrera o de protección, con las altas defensas, y evitar el contagio y surgimiento de diferentes enfermedades, propias de esta edad, más aún cuando un organismo está bajo de defensas. Pues, es prioritario que el cuerpo humano, no se convierta en un receptor de la hipertensión, obesidad, diabetes y sobrepeso, cuya presencia, alteraría notablemente el funcionamiento normal del cuerpo. De acuerdo a las recomendaciones médicas, la alimentación incluye, la práctica de hábitos de vida saludables, consumo de frutas, grasas no mayores al 30%, azúcar menos del 10%, sal no mayor a 5 gramos; por ello, se debe proporcionar este consumo alimenticio en función de la edad, sexo, situación física y mental (Reyes & Canto, 2020).

Se deben considerar la alimentación de las personas de la tercera edad, ya que, al estar en una etapa muy crítica de su vida, y con el desgaste natural del cuerpo humano, más los cambios de hábitos de vida, como producto del menoscabo natural del cuerpo humano, los adultos mayores, requieren que la ingesta sea la más adecuada para que su organismo responda sin mayores inconvenientes a su salud (Nho & Kim, 2022). Por ello, se debe optar por el

consumo de fruta fresca y suave, por las carnes magras, por su bondad en proteínas y su alto contenido nutricional, por las verduras frescas, los lácteos bajos en grasas, el consumo de agua y cereales frescos. Lo que trae como consecuencia que se debe contar con un presupuesto adecuado para cubrir estos gastos en alimentación, es decir, que los adultos que tienen un nivel socioeconómico mediano para arriba, podrán acceder a un régimen alimenticio de calidad, que le garantizaría tener buena salud (Gustafson et al., 2022).

Por otro lado, un factor importante en la buena salud, es el estado anímico del adulto mayor, pues, es esta etapa muy propicia para la frustración, el descontento y el desánimo, por lo que estar rodeado de un ambiente familiar agradable, contribuiría al buen estado de ánimo y a mantener la salud en condiciones óptimas; debido a que cuando un adulto mayor se encuentra en estado depresivo, el consumo de alimentos saludables, se reduce a la mínima expresión, deteriorando su salud física y mental. Así mismo, una buena práctica de control es llevar un registro del peso, hemoglobina y presión de los adultos mayores para prevenir cualquier contingencia (Troncoso, 2017).

Por otro lado, la actividad física, cobra real importancia en la vida de un adulto mayor, pues, dada la vida sedentaria, propia de esta etapa, los músculos tienden a atrofiarse, y poco a poco a perder elasticidad, con lo cual, aparece la inmovilización del cuerpo (Grace & Naiker, 2022); esto genera frustración y desesperación por la inactividad involuntaria, apareciendo la sensación de inutilidad. Para prevenir la situación descrita anteriormente, la Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda que el adulto mayor debe realizar un promedio de 150 minutos a la semana de actividad física, con intensidad media o regular, lógicamente divididos en los 7 días de la semana, con un día de descanso al inicio, luego todos los días los minutos promedios; o también, 300 minutos con una intensidad leve, en las mismas consideraciones. Estos ejercicios, deben estar orientados a mejorar su capacidad para mantener el equilibrio, la tonicidad muscular y la fortaleza de los miembros inferiores y superiores; con el propósito de otorgarle mejores condiciones para mantener su capacidad de estabilidad al caminar o para responder más eficientemente ante alguna eventual caída o accidente (Chalapud-Narváez & Escobar-Almario, 2017).

Adicionalmente, otro aspecto que interviene en la calidad de vida del adulto mayor, es el descanso físico, dado, que debe descansar las 8 horas mínimas en promedio, y cuando descansa menor cantidad de tiempo, vienen las consecuencias de esta falta de recuperación de energías, como la somnolencia, que se traducen en demostraciones de sueño en pleno día, con cabeceadas cuando está haciendo alguna actividad leve (Xiao et al., 2022). Lo que indudablemente requiere, de una mejora en la calidad del sueño, para ayudar a una mayor concentración, mejorar los reflejos físicos y mentales, favorece el ánimo para un mejor humor, y una predisposición a la vida, relacionándose mejor con los demás. Caso contrario, debemos señalar las consecuencias negativas de la falta de sueño, entre estas, la falta de reflejos, el mal humor, la irritabilidad, la pérdida de la memoria y concentración; así como, la pérdida de apetito, lo que trae como consecuencia un debilitamiento, primero físico, y luego mental. La tendencia de los estudios, demuestran que son los adultos mayores de sexo masculino los que son más propicios a tener dificultades para conciliar el sueño, en cambio las mujeres, están más predispuestas al sueño.

Un elemento de apoyo a la calidad del sueño, que le provee mejor calidad de vida al adulto mayor, es la realización de la siesta, recomendada para recuperar energías, después del mediodía, y para alistarse a el esfuerzo de la jornada pendiente del día (Chen et al., 2022). Pero debe ser por tiempo razonable, entre media hora a máximo una hora, dado que más tiempo y más de noche, produciría el efecto contrario, de no poder dormir en el horario nocturno destinado para ello, con lo que se ocasionará cambios funestos para el descanso habitual y normal (Carmona & Molés, 2018).

El entorno social, influye considerablemente en la calidad de vida del adulto mayor, debido a que se dan factores muy relevantes, como la recreación, el desarrollo personal y la diversión sana (Sacco et al., 2022). En el caso de la recreación, es pertinente que se realicen actividades recreativas que produzca el desestrés propio de la edad senil, y que, además, genere la motivación adecuada para planear actividades de mediano y largo plazo, abriendo la posibilidad de una perspectiva más larga de su horizonte vital; pues, un incremento de las horas de ocio, produce estrés y preocupación por los días que quedan (Leung et al., 2021). Así mismo, en cuanto al desarrollo personal, es muy

importante considerar que, las mismas actividades recreativas, sirven para motivar en los adultos mayores, una visión de aprendizaje de actividades lúdicas o manualidades, que llenen ese vacío existencial, con la generación de una satisfacción de autorrealización personal o de la adquisición de un activo o ingreso monetario (Contreras, 2021).

En el envejecimiento, la actividad física mejora considerablemente la calidad de vida del adulto mayor, pero, se debe cuidar que no sea cualquier tipo de actividad, sino aquella que le brinde relajación, esparcimiento y recreación (Mucha, et al., 2021). Como, por ejemplo, las tertulias con personas de su misma edad, o con jóvenes a quienes instruye con su larga experiencia de vida, y con actividades manuales que lo motiven a crecer y plantearse pequeñas metas de logro cotidiano, y además, que lo hagan sentir útil, dentro del grupo humano en el que se encuentra (DePaul et al., 2022).

La diversión sana, es fundamental en esta etapa de la vida senil, porque lo prepara para continuar una vida saludable y sin desgaste físico y mental (Duan et al., 2021). Sin embargo, la realización de hábitos de diversión sana, favorece el buen estado de su apariencia física, como la totalidad de sus facultades para relacionarse en la familia y en la sociedad. sociales y familiares, lo que ayuda a la integración en los diferentes grupos humanos que interactúa, haciéndolo sentir útil e importante, y con muchas motivaciones para vivir. Considerando que el deterioro humano es natural, pero con la diversión sana se retarda lo suficiente para generar en el adulto mayor, las suficientes ganas para vivir en armonía y con esperanza en una vida mejor (Calero et al., 2016).

El estado emocional, es un mundo de complejidad individual aparte, debido a que, la aparición de sentimientos y emociones de forma repentina es muy natural y normal en esta edad, pues, la cercanía a la extinción de la vida, trae situaciones que alteran la vida normal del adulto mayor, a causa de la aparición de la tristeza, miedo, estrés, frustración, impotencia, angustia, desaliento, desesperanza y pánico a situaciones imaginarias, lo que les produce dolor de vivir, y pueden adoptar una conducta de rechazo a la vida misma y a los demás, con el agregado que les trae mucho desgaste físico y emocional; y como se sabe, el desgaste emocional o mental, afecta directamente el estado físico,

predisponiéndolo a la adquisición de alguna enfermedad, debido a las defensas bajas (Alvarado & Salazar, 2016).

El manejo del estrés, cobra mucha importancia, en la medida que el mundo vive muy agitado por las múltiples ocupaciones y por la rapidez con que al parecer transcurren las horas, y se deben cumplir muchas metas, por ello, para los adultos mayores, juegan un papel muy importante, saber gestionar el estrés de forma independiente es muy saludable, para que el adulto mayor pueda lidiar con los sentimientos y emociones que lo invadirán con frecuencia en esta etapa de su vida; sin embargo, se recomienda recurrir a un especialista para con las terapias pertinentes, logre restablecer el estado anímico a niveles de normalidad. La relación con la familia, las oportunidades de la vida, las relaciones sociales y darle un significado a su vida (Rodríguez & Tejera, 2020).

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño de investigación

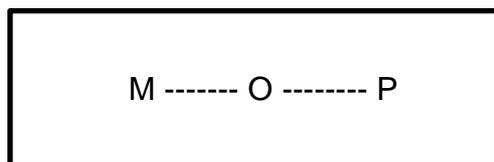
El presente estudio es de enfoque cuantitativo porque nos permite la recolección y el análisis de datos con la finalidad de poder comprobar las hipótesis y poder establecer los comportamientos de la población de estudio (Bernardo et al., 2019).

Hernández-Sampieri & Mendoza (2018) menciona que diseños transversales descriptivos se utilizan para conocer, analizar y estudiar las cualidades, características y rasgos de hechos, fenómenos de una situación en un tiempo determinado.

La presente investigación tiene un diseño no experimental (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018), ya que los resultados recabados no fueron manipulados ni se suscitaron cambios, además es descriptivo y propositivo porque se realizó una investigación y descripción de la problemática a investigar para posteriormente elaborar una propuesta respecto al voluntariado para mejorar la calidad de vida del adulto mayor. Además, se realizará el siguiente esquema:

Figura 1

Diseño de la investigación



Leyenda:

M: Es la muestra de estudio

O: Es la observación o estudio de las variables

P: Propuesta de solución

3.2. Variables y operacionalización

Espinoza (2019) define a la operacionalización de variable como una secuencia de métodos o indicaciones para generar la medición de la conceptualización de las variables, además está directamente vinculada a la técnica o metodología usadas para la recopilación de los datos, los cuales deben tener afinidad con los objetivos en la investigación y al tipo de investigación.

Variable independiente: el voluntariado

Soler (2008) define al voluntariado como un conjunto de personas que realizan acciones solidarias y desinteresadamente con fines altruistas y solidarios, cuya finalidad es crear conciencia social para lograr un mundo más solidario, justo y pacífico.

Variable dependiente: la calidad de vida

Para Garcia (2018) la calidad de vida tiene diferentes factores que intervienen en la percepción de los adultos mayores con respecto a la satisfacción como el ambiente social, entorno psicológico y salud.

Matriz de Operacionalización de variables (Anexo 1)

3.3. Población (criterios de selección), muestra, muestreo, unidad de análisis

Arias & Covinos (2020) definen a la muestra como una pequeña cantidad que representa a una población de estudio, éstas siendo seleccionadas de forma aleatoria con la finalidad de obtener resultados que permitan validar el universo investigado.

La población estuvo conformada por 350 personas atendidas por el CIAM y la muestra está compuesta por 184 personas (Fuentes-Doria et al., 2020).

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Para la recolección de datos del presente trabajo de investigación se utilizará como técnica la encuesta (Arias & Covinos, 2020), porque esta técnica es la más adecuada para interactuar con los adultos mayores y poder obtener la información pertinente a la calidad de vida.

Además, como instrumento para esta técnica se ha elegido al Cuestionario (Arias & Covinos, 2020), el mismo que será de elaboración propia y validado por juicio de expertos, con la aplicación de la V. Ayken, como coeficiente estadístico que le proporcionará el rigor científico a los criterios de los 3 jueces expertos (Collet et al., 2019). Por esta razón, se diseñará un instrumento denominado cuestionario sobre la calidad de vida del adulto mayor, el mismo que será medido mediante la escala politómica de Likert, con cinco valores: (1) totalmente en desacuerdo, (2) en desacuerdo, (3) indiferente, (4) De acuerdo, y (5) totalmente en desacuerdo.

Para la interpretación de resultados se realizó la baremación de datos con el fin de que la escala de medición sea más fácil de explicar y entender, dicha baremación se clasificó de la siguiente manera:

Tabla 1

Baremación de datos

	Bajo		Medio		Alto		N° ítems
Entorno de salud	12	27	28	43	44	60	12

Entorno social	13	29	30	47	48	65	13
Entorno psicológico	11	25	26	39	40	55	11
Calidad de vida del adulto mayor	36	83	84	131	132	180	36

Nota: La tabla muestra los baremos usados para recodificar las respuestas en una escala de bajo, medio y alto.

La validez estará dada por tres expertos, quienes decidirán la aceptación o no del instrumento, en base a los criterios de: claridad, coherencia y relevancia, en una conjugación entre la variable, dimensiones e indicadores.

La confiabilidad será determinada por la aplicación del coeficiente estadístico del Alfa de Cronbach, mediante la prueba piloto, cuyo resultado debe ser superior a 0.7, para ser aceptado como aceptable.

3.5. Procedimientos

En la realización de la presente investigación, se solicitará el permiso formal al alcalde de la municipalidad, donde se le explicará la finalidad, el objetivo y el impacto que generará la presente investigación en su institución; después de la aprobación se realizará la aplicación de la encuesta a 184 adultos mayores a quienes se les aplicará la encuesta y se les informará de la finalidad del tema. Ya habiéndoseles informado se procederá a aplicar la encuesta, estando atentos a sus consultas y dudas. Para la aplicación de la encuesta se estima un aproximado de 10 min de duración, una vez culminada la aplicación se procederá a procesar la información a través del SOFTWARE informático (Aceituno et al., 2020).

3.6. Métodos de análisis de datos

Para poder gestionar de una mejor manera los resultados se utilizará el software SSPP para el tratamiento de la información recolectada, la cual después se mostrará en tablas dinámicas y gráficos, esto permitirá realizar un análisis a profundidad y lograr analizar e interpretar los resultados para lograr los objetivos plasmados en la presente investigación, además nos permitirá plantear las conclusiones y recomendaciones que generaran un impacto en la población estudiada.

3.7. Aspectos éticos

La presente investigación tiene como aspecto ético, lo social, la autonomía, justicia y confidencialidad ya que permite a las personas o a la sociedad deliberar sobre la forma de ayudar a los demás y de cómo contribuir con las personas adultas mayores, además también está presente la igualdad, puesto que se busca generar mejores condiciones de vida para así garantizarles una buena calidad de vida y por último la justicia por busca generar el impacto de retribución hacia los adultos mayores todo lo aportado a nuestra sociedad en su juventud (UCV, 2020).

IV. RESULTADOS

En el presente capítulo se muestran los resultados encontrados después de haber aplicado el instrumento de recolección de datos para determinar el nivel de calidad de vida del adulto mayor en una Municipalidad distrital de Chiclayo, dichos resultados se detallan a continuación:

Tabla 2

Nivel del entorno de salud del adulto mayor

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	3	1,6
Medio	165	89,7
Alto	16	8,7
Total	184	100,0

Nota: La tabla muestra el nivel de la dimensión entorno de salud del adulto mayor del distrito de Chiclayo.

En la tabla 2 se observa que el 89.7% de los adultos mayores tienen un nivel de desarrollo medio en su entorno de salud, el 8.7% un nivel alto y el 1.6% un nivel bajo, por lo que se puede argumentar que la mayor cantidad de participantes no tiene un nivel de alimentación adecuado, las actividades físicas que realizan no están acorde con su edad y sus horas de descanso tampoco tienen un nivel reparador suficiente en el adulto mayor de una Municipalidad de Chiclayo.

Tabla 3*Nivel del entorno social del adulto mayor*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	8	4,3
Medio	130	70,7
Alto	46	25,0
Total	184	100,0

Nota: La tabla muestra el nivel de la dimensión entorno social del adulto mayor del distrito de Chiclayo.

En la tabla 3 se observa que el 70.7% de los adultos mayores tienen un nivel de desarrollo medio en su entorno social, el 25% un nivel alto y el 4.3% un nivel bajo, por lo que se puede argumentar que la mayor cantidad de participantes realizan una insuficiente cantidad de actividades de recreación, su desarrollo personal no está siendo adecuado y el nivel de diversión que ellos tienen tampoco posee un adecuado nivel de puesta en práctica.

Tabla 4*Nivel del entorno psicológico del adulto mayor*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	4	2,2
Medio	117	63,6
Alto	63	34,2
Total	184	100,0

Nota: La tabla muestra el nivel de la dimensión entorno psicológico del adulto mayor del distrito de Chiclayo.

En la tabla 4 se observa que el 63.6% de los adultos mayores tienen un nivel de desarrollo psicológico medio, el 25% un nivel alto y el 4.3% un nivel bajo, por lo que se puede argumentar que la mayor cantidad de participantes mantienen un entorno emocional y manejo de estrés en un nivel insuficiente, es decir, presentan algunos sentimientos de angustia, tristeza, estrés, irritación y depresión que impactan relativamente en su entorno psicológico de los participantes.

Tabla 5*Nivel de la calidad de vida del adulto mayor*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	1	,5
Medio	157	85,3
Alto	26	14,1
Total	184	100,0

Nota: La tabla muestra el nivel de la variable calidad de vida del adulto mayor del distrito de Chiclayo.

En la tabla 5 se observa que el 85.3% de los adultos mayores tienen un nivel de calidad de vida medio, el 14.1% un nivel alto y el 0.5% un nivel bajo, por lo que se puede argumentar que la mayor cantidad de participantes aún les falta desarrollar su entorno de salud, entorno social y entorno psicológico, es decir la calidad de vida del adulto mayor está en riesgo al encontrarse en un nivel medio, es por ello que teniendo en cuenta la vulnerabilidad de las personas mayores y la importancia del estado saludable en esta población y debido a la falta de estudios sobre la calidad de vida y los factores asociados en las personas mayores que viven en comunidad es necesario realizar una propuesta de voluntariado como estrategia para mejorar la calidad de vida del adulto mayor en una municipalidad distrital de Chiclayo.

V. DISCUSIÓN

El siguiente capítulo de la investigación presenta la discusión, que se realiza tomando en cuenta los resultados donde se comparan los hallazgos de autores y las bases normativas presentados en los antecedentes cuya investigación tiene como finalidad formular una propuesta de voluntariado que permita gestionar actividades y programas con la finalidad de mejorar la calidad de vida del adulto mayor. El análisis que conlleva a la presente investigación se enmarca en el marco teórico que permite conocer, describir y proponer desde un enfoque participativo, social y altruista el enfoque nuestra investigación.

De acuerdo a los resultados obtenidos, respecto al primer objetivo específico, tomando en cuenta la hipótesis específica 1, se confirma que el nivel de calidad de vida del adulto mayor puede mejorar significativamente con el voluntariado como política pública generando así un alto impacto en la forma como se gestiona los programas y actividades dirigidas a este grupo etario. Además, precisar que existe una relación con las dimensiones de la calidad de vida del adulto mayor, debido a que es muy necesario contar con un voluntariado que contribuya a dar solución a esta problemática. Según Cattagni et al. (2022), menciona que el voluntariado contribuye a generar nuevas habilidades, conocimientos y a sentirse útiles antes ellos mismos y la sociedad, esto generaría un alto impacto en la forma de cómo gestionar que los programas sean más activos, eficientes y dinámicos; con la finalidad de poder cerrar la brecha que se tiene con este grupo etario y las dificultades para atenderlos.

Analizando los datos recopilados, podemos precisar que las proyecciones realizadas por la OMS (2021) y Observatorio demográfico (2019) generan un preocupación en la gestión pública, debido a que no se cuentan con políticas adecuadas y mucho menos con programas eficientes que permitan garantizar un adecuado cuidado del adulto mayor y poder así brindarles una mejor calidad de vida. Tomando en cuenta los resultados obtenidos, podemos apreciar en la tabla 4, que el 85.3% tienen un nivel de calidad de vida medio, el 14.1% un nivel alto y el 0.5% un nivel bajo; ante lo cual urge canalizar acciones inmediatas para poder mejorar la calidad de vida

del adulto mayor, debiendo responder a las necesidades de este grupo etario, con programas, acciones y estrategias que permitan garantizarles una buena calidad de vida. Cabe precisar que en el Perú la clase socioeconómica predominante en nuestro país es la clase media – baja y en los últimos años las inestabilidades económicas no han permitido generar una estabilidad al adulto mayor con respecto a su alimentación, en lo recreativo y psicológico. La pandemia ha afectado mucho en el aspecto psicológico, según la tabla 4, el 63.6% tienen un nivel psicológico medio y esto está relacionado a las preocupaciones, la pérdida de familiares o la desatención que reciben por partes de sus familiares los adultos mayores.

El entorno social, influye considerablemente en la calidad de vida del adulto mayor, debido a que se dan factores muy relevantes, como la recreación, el desarrollo personal y la diversión sana. (Sacco, et al., 2022)

Tomando en consideración lo mencionado por Sacco et al (2022) podemos determinar que realmente, si influye e impacta en la calidad de vida en este grupo etario, según la tabla 4, el 70.7% tienen un desarrollo medio en el aspecto social, esto se debe a que la gran parte de los adultos mayores son olvidados y pocos tienen la atención de sus familiares, ya son considerados en los eventos familiares y en muchos casos prefieren dejarlos en asilos o casas de cuidado al adulto mayor, es por eso que en nuestro país existe la ley del adulto mayor – LEY N° 30490 que tiene como finalidad garantizar una buena calidad de vida y en su capítulo II, artículo 5, inciso h, menciona que deben tener una Participar activamente en las esferas social, laboral, económica, cultural y política del país. Pero en el Perú esto no está garantizado y mucho menos se tiene instituciones solidarias que puedan garantizar todos los derechos que estipula la ley 30490.

De acuerdo a los resultados obtenidos, respecto al segundo objetivo específico, tomando en cuenta la hipótesis específica 2, se demuestra que, si existe relación entre ambas, y una necesidad de poder cubrir las falencias que tienen actualmente las instituciones y programas que están dirigidas a este grupo etario. Según Sarfson & Albini (2017), en su investigación precisa que las actividades y acciones voluntarias generan un impacto positivo por los

adultos mayores y por lo tanto el impacto que genera permite ser validado por su eficacia y eficiencia en la contribución de una mejora social en favor de este grupo etario. Además, cabe precisar que el voluntariado como una estrategia comunitaria permitiría generar un impacto mucho mayor al momento de crear conciencia de la importancia que se le debe dar al adulto mayor y así generar una sinergia donde todos como comunidad contribuyamos a generar un impacto en la calidad de vida del adulto mayor

En el Perú se intentado lograr dar un paso para garantizar el cuidado y la protección al adulto mayor, pero sin éxito, se crearon los CENTRO INTEGRAL DE ATENCION AL ADULTO MAYOR (CIAM), pero sin éxito alguno, a pesar de que se pretende que el CIAM solucione esta problemática, esto no a sido así debido a que existen factores como la falta de gestión, planificación y la articulación de los funcionarios a cargo. Además, los otros problemas que se tiene para poder brindar un servicio de calidad al adulto mayor son la falta de presupuesto y de personal constante para el monitoreo de este grupo etario; sino apreciemos la tabla 5, donde menciona que el 85.3% tienen una calidad de vida media, en el Perú ya no se considera pobre a las personas que tienen un ingreso mínimo, en el presente estudio no se está evaluando el ingreso económico de estas familias, por lo tanto ahí la posibilidad de que muchas de estas familias sobrevivan diariamente con lo poco que ganan y esto conlleve a que su calidad de vida sea media o hasta baja.

En el envejecimiento, la actividad física mejora considerablemente la calidad de vida del adulto mayor, pero, se debe cuidar que no sea cualquier tipo de actividad, sino aquella que le brinde relajación, esparcimiento y recreación (Mucha, et al., 2021)

De acuerdo a lo mencionado Mucha, et al., (2021), podemos precisar que la actividad física es un factor fundamental para mejorar las condiciones del estado físico del adulto mayor, pero si observamos la tabla 2 y 3, apreciamos que el 89.7% y 70.7% respectivamente tiene un nivel medio con respecto a la salud y a lo social, esto es muy preocupante para la salud de este grupo etario y son propensos a tener enfermedades y esto conllevado a una mala alimentación, por ende a no contar con una buena calidad de vida.

De acuerdo a los resultados obtenidos, respecto al tercer objetivo específico, tomando en cuenta la hipótesis específica 3, podemos concluir que el aplicar y validar la propuesta del voluntariado generaría un alto impacto en el desarrollo social, debido a que las instituciones públicas y programas tendrían un soporte social que les permitiría mejorar las acciones que se realizan en favor de esta población que según estudios nacionales e internacionales en el 2050 los adultos mayores serían más que los jóvenes de 15 a 24 años, si en la actualidad no se promueven programas o acciones que permitan darle una solución a la problemática en la actualidad, posiblemente después ya sea más difícil gestionar acciones que permitan generar una buena calidad de vida al adulto mayor

En cuanto a la investigación López-Ortega & Konigsberg (2020), coincide con la importancia de los factores socioeconómicos, el apoyo social y comunitaria pueden influir directamente e impactar la calidad de vida de las personas adulto mayor, y esto se debe a la falta de información por parte de las instituciones públicas que no articulan entre instituciones y mucho menos con la sociedad civil; y es en este último donde se puede encontrar el recurso humanos para suplir ciertas falencias y así poder contribuir a mejorar la calidad de vida de este grupo etario. La gestión pública en el Perú está más enfocada en la corrupción que en el cuidado de los ciudadanos en especial los adultos mayores, las políticas públicas en nuestro país no se cumplen, las normas no se aplican; por lo tanto, las falencias en la gestión son evidentes y aún más cuando se tratan de programas sociales enfocadas a un sector de la población.

En el IV- trimestre del 2021, según el Instituto Nacional de Estadística e Informática INEI (2022) nos informó de la creciente tasa de adultos mayores en el Perú, teniendo un incremento del 0,3% en el 2021, evidenciándose que es muy importante la calidad de vida en los adultos mayores de acuerdo a la proyecciones realizados no solo por el INEI, sino también por la ONU y el observatorio demográfico, por lo tanto es alarmante tener una calidad de vida media del 85.3%, por lo tanto urge gestionar acciones para contrarrestar esta problemática y evitar en los años venideros este porcentaje en vez de subir a una calidad alta, termine pasando a una baja calidad de vida. Es por eso que se necesita fortalecer los programas y acciones

que nos permitan gestionar de forma eficiente para brindar un servicio de calidad al adulto mayor.

Por otro lado los resultados recabados demuestran y reflejan la similitud de otros estudios aplicados a los adultos mayores y en todos se llega a la conclusión de que el apoyo social, el voluntariado y las acciones altruistas permiten generar un cambio en las acciones que se realizan no solo en el mejoramiento de la calidad de vida del adulto mayor sino en todo tipo de programa de las gerencias de programas sociales, por ende es de suma importancia comenzar a brindar espacio para voluntariado y actividades de proyección social hacia una determinada población objetivo o de la comunidad, con el fin de demostrar que el voluntariado es una herramienta muy útil en la gestión pública y un aliado estratégico para la reducción de brechas; por lo tanto la propuesta presentada generaría un gran impacto no solo en la gestión pública sino también en la población.

Con respecto a lo planteado en el objetivo general, se puede determinar que si existe relación directa e importante entre el voluntariado como estrategia y el mejoramiento de la calidad de vida del adulto mayor, y tomando como referencia a Ccalluco & Meléndez (2021), que concluye que la participación social influye directamente en el aspecto psicológico y de salud de los adultos mayores, generando así un nivel medio y alto que permite lograr mejores índices de calidad de vida. En el Perú se cuenta con una ley de voluntariado, la ley N° 28238 que tiene como objetivo promover, reconocer y facilitar las labores de voluntariado, además en el Perú se cuenta con la secretaria nacional de juventudes que también promueve la creación de organizaciones juveniles con fines altruistas y solidarias; estas dos instituciones promueven acciones altruistas pero en el Perú no tienen mucha relevancia y su impacto en la población es casi nula, ya es momento de darle prioridad y visibilidad a las acciones altruistas que permitan generar un cambio en nuestra sociedad en la forma en como apreciamos y respetamos a los demás. El cambio en la gestión pública con respeto a programas sociales está en el voluntariado, es este el mejor aliado estratégico que tienen para darle solución a las tantas deficiencias que tienen por resolver como la falta de presupuesto y la falta de personal.

Por lo tanto, se puede concluir que las teorías planteadas y la base normativa utilizada para la presente investigación coinciden con los resultados obtenidos y los objetivos planteados. Por ejemplo, el mejoramiento de la calidad de vida del adulto mayor se puede mejorar con el trabajo voluntario y altruista de personas que participan en voluntariados, ya que las acciones que realizan permiten generar un impacto no solo en la persona que recibe el apoyo sino también en la sociedad, y estos gestos de altruismo pueden dar inicio a una nueva forma de ver y apreciar al voluntariado como una estrategia y aliado para cambiar vidas y mejorar momentos.

Eduardo Galeano:

“Mucha gente pequeña, en lugares pequeños, haciendo cosas pequeñas, puede cambiar el mundo.”

Yoel de la cruz:

“El cambio está en nuestras manos, si decides hacerlo puedes cambiar una vida”.

VI. CONCLUSIONES

1. Se logró identificar que la calidad de vida del adulto mayor en una Municipalidad distrital de Chiclayo tiene un nivel medio (85.3%), asimismo las dimensiones entorno de salud, entorno social y entorno psicológico tuvieron un nivel medio (89.7%, 70.7% y 63.6% respectivamente), lo anterior permite concluir que los adultos mayores siguen teniendo dificultades para llevar una calidad de vida plena en el distrito de Chiclayo, es decir necesitan una mejor alimentación, más actividades físicas acorde a su edad, un descanso más reparador, mayor tiempo de recreación, manejar mejor los niveles de estrés y mejorar su estado emocional.
2. En relación al objetivo específico tres, se logró diseñar la propuesta “Voluntariado como estrategia de mejora para la calidad de vida del adulto mayor” dicha propuesta está basada en los fundamentos del altruismo, liderazgo, responsabilidad y conciencia social.
3. Respecto al tercer objetivo específico, se logró validar la propuesta mediante el uso del método Delphi, donde los validadores atribuyen que la propuesta está acorde con los criterios de objetividad planteados en la presente investigación, es decir permitirá mejorar significativamente la calidad de vida de los adultos mayores del distrito de Chiclayo.
4. Finalmente, respecto al objetivo general se concluye que se logró proponer el voluntariado como estrategia de mejora de vida del Adulto Mayor en una Municipalidad distrital de Chiclayo, dicha propuesta busca a través de la gestión política, comunitaria y el buen desarrollo social, mejorar el entorno de salud, social y psicológico de los adultos mayores del distrito de Chiclayo.

VII. RECOMENDACIONES

1. A las autoridades políticas de una municipalidad distrital de Chiclayo, incentivar estrategias de gestión que incluya la mejora de la calidad de vida del adulto mayor, ello implica también considerar dentro de la gestión de proyectos, diseñar y crear espacios públicos donde los adultos mayores puedan socializar, entablar relaciones, realizar ejercicios y otro tipo de recreación con sus pares.
2. A los jóvenes, brindar un porcentaje de su tiempo libre para velar por los adultos mayores, especialmente a quienes no tienen familiares que los cuiden, dicho voluntariado debe ser también incentivado mediante el boca a boca contando las buenas experiencias que se vive al visitar a los adultos mayores, con ello se puede atraer a más jóvenes que ayuden en la buena causa.
3. A los familiares, velar por los adultos mayores, dedicarles tiempo para conversar con ellos, ayudarles en sus quehaceres, no dejarlos caer en depresión, ya que la buena calidad de vida es especialmente importante para los adultos mayores debido a que algunos están lidiando con condiciones de salud crónicas y cambios importantes en la vida.
4. A las empresas en general, realizar ayuda social en beneficio de los adultos mayores, dedicar al menos un pequeño porcentaje de tiempo para que con sus colaboradores realicen visita a los adultos en condiciones precarias, ya que ello, hace que un adulto mayor no se sienta solo y caiga en depresión.

VIII. PROPUESTA

8.1 Objetivos de la propuesta

La presente propuesta plantea al voluntariado como una estrategia, cuya finalidad y propósito es generar acciones altruistas que permitan el mejoramiento de la calidad de vida del adulto mayor, generando así un impacto positivo en las actividades y acciones que se realizan en la gestión pública de los programas dirigidos a este grupo etario. Además, se presentará la ruta que debe seguir la presente propuesta para poder lograr los objetivos plantado y se puede realizar una gestión exitosa en el mejoramiento de la calidad de vida, donde se podrá evaluar el aspecto metodológico, formativos y aplicativo del programa de voluntariado.

- **Objetivo principal de la propuesta:** Crear un programa de voluntariado que permita gestionar estrategias adecuadas, aplicables y enfocadas al mejoramiento de la calidad de vida del adulto mayor, teniendo como principal elemento el voluntariado y las organizaciones juveniles que permitirán hacer un programa dinámico, de muy bajo costo y eficiente. Los resultados podrán ser evaluados de 6 a 8 meses, que es la culminación de la primera etapa del proyecto piloto (está conformado por semana de inducción, formación de voluntariado y cursos relacionados al cuidado del adulto mayor) y también serán medidos de acuerdo a los objetivos de la entidad. Indicadores que permitirán medir las acciones del voluntariado en la etapa piloto:
 - **Nivel de impacto en las convocatorias:** se evaluará el impacto en las convocatorias que se realice y el reconocimiento e impacto que brinde la población que se presente a la convocatoria
 - **Número de voluntarios:** permitirá medir el compromiso que tendrá con el proyecto y su impacto como voluntarios al culminar el programa.
 - **Impacto económico:** lograr un mayor reconocimiento e impacto en la población permitirá tener un mayor apoyo de los factores externos como empresas, gremios empresariales y también de mayor presupuesto por parte del estado.

Por lo tanto, ya habiendo mencionado los 3 aspectos iniciales de medición podemos precisar en resumen los objetivos específicos de la propuesta:

- Contar con recursos humanos que nos permita realizar un monitoreo constante de nuestros adultos mayores.
- Fortalecer el voluntariado en el distrito de Pimentel
- Fomentar el activismo social a través del voluntariado logrando así formar AGENTES DE CAMBIO

El logro de los objetivos dependerá del compromiso, de la visión y del apoyo que brinde la entidad, así como su pre disponibilidad para seguir la ruta del programa del voluntariado y del desarrollo de las condiciones necesarias para su mejor desarrollo.

8.2 Fundamentos principales

En el punto anterior se precisó el objetivo del voluntariado y la forma de cómo se medirá en una primera etapa, por lo tanto, ahora es preciso definir el desarrollo del voluntariado y determinar el programa que se deberá aplicar para el logro de los objetivos. La finalidad es buscar voluntarios comprometidos con los objetivos y la labor social en favor de mejorar la calidad de vida del adulto mayor. El altruismo de los integrantes permitirá impactar primeramente en la calidad de vida del adulto mayor y posteriormente en la forma de apreciar a las personas de este grupo etario, cuyo impacto en el voluntario se verá reflejado en los cambios de su estilo y forma de vida.

Otro de los fundamentos que prevalecerán en los voluntarios es la formación de su liderazgo y la responsabilidad social, cuyos pilares permitirán crear ciudadanos con conciencia social y altruismo; generando así AGENTES DE CAMBIO en nuestra sociedad. Dentro de este programa se deben considerar elementos claves que permitirán el mejoramiento de la propuesta:

- Una buena cultura organizacional
- Gestión de marketing institucional
- Capacitaciones y seminarios
- La motivación intrínseca y extrínseca

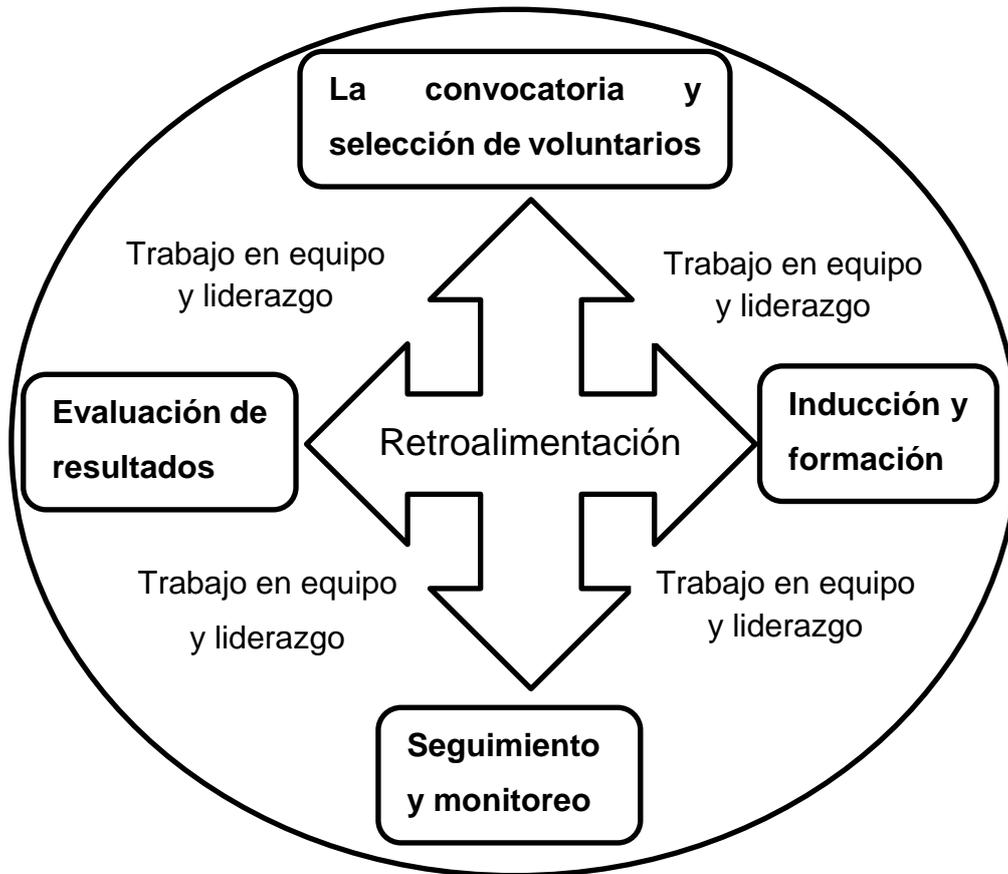
- Monitoreo y control de las actividades a realizar
- Una comunicación efectiva
- El respeto mutuo y el compromiso

8.3 Proceso del voluntariado

Este será el proceso que se tendrá que seguir para poder lograr una buena gestión en el voluntariado, este proceso está conformado por 4 fases primordiales que son:

- **La convocatoria y selección de voluntarios:** En esta etapa la institución saca una convocatoria para voluntarios donde especifican el tiempo del voluntariado, el perfil, los beneficios de voluntariado.
- **Inducción y formación:** Una vez seleccionados a los voluntarios, se procede a capacitarlos a través de la inducción en formación de voluntariado y en las actividades a realizar; buscando lograr que los voluntarios comprendan de forma eficiente las acciones que van a realizar y aporte que brindaran para mejorar constantemente el programa.
- **Seguimiento y monitoreo:** En esta parte los encargados de dirigir el voluntariado deberán realizar constantemente monitoreos a las actividades del voluntariado con la finalidad de poder identificar si existen falencias en el programa y poder gestionar mejoras con la finalidad de poder lograr un rendimiento óptimo para alcanzar los objetivos planteados. Además; cabe precisar que el monitoreo y seguimiento permitirá identificar oportunidad para implementar el programa buscando una mayor eficiencia.
- **Evaluación de resultados:** al culminar el programa se tendrá que evaluar los resultados obtenidos para poder comprobar si se logro los objetivos planteados, de lo contrario se tendría que realizar una retroalimentación para identificar en que puntos se obtuvieron falencias que no permitieron un desarrollo eficiente del programa. Cabe precisar, que al realizar un correcto monitoreo y seguimiento se pudo haber corregido las falencias detectadas en la evaluación de resultados.

GRAFICO: PROCESO DEL VOLUNTARIADO



FUENTE: elaboración propia

8.4 APLICACION DEL PROCESO DEL VOLUNTARIADO:

8.4.1 *La convocatoria y selección de voluntarios:*

Todo proceso de convocatoria debe contener información precisa y atrayente para los futuros postulantes, además del perfil del voluntariado que se desea seleccionar. Esto nos permitirá contar con los postulantes que se necesitan, para el logro de los objetivos y para el buen desarrollo del voluntariado. El perfil del voluntario que se debe buscar debe contar con las siguientes características:

TABLA: PERFIL DEL VOLUNTARIO

CUALIDADES	HABILIDADES Y CAPACIDADES	INTERESES	DISPONIBILIDAD
<ul style="list-style-type: none"> •Dinámico •Proactivo •Comprensivo •Reflexivo •Respetuoso •Puntual •Empático •Adaptabilidad 	<ul style="list-style-type: none"> • Trabajo en equipo • Liderazgo • Creativo • Buena comunicación • Organización • Planificación • Capacidad de aprendizaje 	<ul style="list-style-type: none"> • Cuidado del adulto mayor • Voluntariado • Formación en liderazgo • Desarrollo personal • Agente de cambio 	<ul style="list-style-type: none"> •Mínimo 8 horas semanales •disponibilidad para hacer monitoreo telefónico •disponibilidad para las capacitaciones online como voluntario.
CARRERAS	Enfermería, Marketing, Administración, Trabajo social, derecho		

FUENTE: Elaboración propia

El perfil planteado busca conseguir a las personas idóneas para ser parte del voluntariado, pero no es excluyente y puede ser adecuado a diferentes criterios que se puedan adoptar al momento de sacar una convocatoria.

Otro de los aspectos importantes al momento de sacar una convocatoria, son los canales de comunican y el mensaje que se utilizan para hacer la publicidad del voluntariado; cabe recalcar que una buena difusión por los canales y medios correctos puede permitir atraer a los mejores postulantes que necesita el voluntariado, los siguientes canales de difusión pueden generar ese impacto:

- ✓ **Facebook:** No solamente se debe publicar en el Facebook de la entidad, sino que también se pueden solicitar apoyo a través de alianzas estratégicas con otras instituciones, empresas, Facebook de medios de comunicación o Facebook se la secretaria de juventudes de Lambayeque (esta activa actualmente).
- ✓ **Medios de comunicación radial o televisiva local:** Este medio de difusión nos permitirá tener un mayor alcance con la población

ya que estos tipos de medios son mas escuchados y visto; por lo tanto, nos permitiría tener un mayor rango de difusión.

- ✓ **Convenios con universidades:** Este medio de difusión podría ser un poco más eficiente ya que la convocatoria estaría llegando hacia nuestro público objetivo y a través de acuerdos o alianzas institucionales se podría contar con apoyo de los futuros profesiones que están en formación donde ellos tendrían un gran beneficio; siendo que desarrollarían sus conocimientos y capacidades profesionales.
- ✓ **Banner, folletos o ferias de voluntariado:** Este medio es el más usado al momento de hacer publicidad ya que es una publicidad de contacto con las personas, este tipo de difusión si genera un gasto para la entidad y no siempre puede ser el más efectivo por que la publicidad no siempre llega al público objetivo.
- ✓ **El boca a boca:** Este tipo de difusión es totalmente gratuita pero su eficacia depende del impacto que el voluntariado genere, para que las demás personas tengan conocimiento y puedan comentarles a otras personas sobre el voluntariado.

La mayor parte de las personas que se suman a los voluntariados, es porque tienes ese espíritu de ayudar a los demás, de ser altruistas y por qué buscan ser AGENTES DE CAMBIO. Por lo tanto, la convocatoria debe estar direccionada a esos aspectos, donde el voluntario sienta que la labor que hace o realiza está generando un cambio o ayudando a cambiar la vida de una persona.

8.4.2 Inducción y formación:

Una vez culminada la etapa de convocatoria y selección de voluntarios, se procede a la siguiente etapa que es la inducción y formación; esta etapa es muy necesaria e importante porque va a permitir que nuestros voluntarios aprendan y se relacionen con las actividades que van a realizar. En esta etapa se tiene que hacer sentir al voluntario que lo va a realizar tiene un propósito, un objetivo, una visión y una misión por la cual el le va a dedicar parte de su tiempo para poder lograr los objetivos y que como voluntario es parte fundamental para el logro de estos.

Además, la formación no solo se debería enfocar a las actividades que realizarían como voluntarios, sino también enfocarlos a mejorar sus capacidades y habilidades como profesionales; con la finalidad de brindarles un plus donde les permita ir desarrollándose en su rama profesional y que eso nos sirva para implementar y mejorar el programa de voluntariado. Estas gestiones se pueden realizar a cero costos, todo dependiendo de las gestiones que haga la entidad o el encargado del voluntariado; y esto permitiría motivar a los voluntarios en la labor que realizan generando así un solides en el programa y un gran impacto en la calidad de vida del adulto mayor.

Con la finalidad de poder conocer a más detalles que es lo que les motivo a postular al voluntariado, se pueden realizar focus group, para poder conocer a más profundidad las razones y poder posteriormente plantear nuevas estrategias de difusión y mejorara la parte de inducción y formación. Los objetivos que se puedan lograr van a depender mucho del impacto que genere el voluntariado en los jóvenes voluntarios.

El proceso de inducción y formación parece complicado pero es importante para el logro de objetivos; ya que si no se cuenta con voluntarios preparados y capacitados no se podrá lograr las metas trazadas y por ende el impacto será negativo para la gestión, esto puede conllevar a dar por concluido el voluntariado. Lo más importante es poder demostrar al voluntario que su esfuerzo realizado genera un impacto en nuestra sociedad y en las personas adultas mayores, además que le permite mejorara y desarrollar sus habilidades, generando así un plus en su motivación y confianza en el programa de voluntariado.

Con respecto a la gestión de la inducción y formación se puede trabajar de la siguiente manera:

- ✓ **Apoyo del Ministerio de la mujer y poblaciones vulnerables y responsables de los CIAM:** Podrían apoyar a capacitar en materia técnica y normativa todo lo relacionado con el adulto

mayor, y poder brindar una certificación para contribuir a mejorar el Curriculum vitae de los voluntarios.

- ✓ **Realizar alianzas estrategias con universidades, institutos y empresas que dicten cursos:** En este aspecto, las alianzas estarían orientadas a mejorar las capacidades y habilidades de los voluntarios de acuerdo a sus especialidades profesionales, con la finalidad de también poder motivar al voluntario.
- ✓ **MENTORES Y LIDERES REGIONALES:** En este aspecto, nos ayudara mucho a mantener motivados a nuestros voluntarios y a despertar habilidades dormidas; debido a que los mentores tendrán como finalidad potenciar sus habilidades para convertirlos en agentes de cambios y despertar su capacidad de liderazgo.

La importancia de la formación del voluntario se verá reflejado en el logro de los objetivos, al contar con voluntarios mejores preparados, las actividades o programas realizados para el adulto mayor tendrás un mejor impacto en ellos y por ende ante la población y posibles aliados estratégicos, los cuales posteriormente se podrán convertir en un brazo articulados que nos permitirá cerrar la brecha con respeto a los servicios brindados al adulto mayor. Además, dentro de la finalidad de esta etapa es poder formar lideres que puedan posteriormente puedan convertirse en mentores que puedan guiar a las siguientes generaciones de voluntarios.

8.4.3 Seguimiento y monitoreo:

Esta etapa es la que se realiza durante todo el proceso con la finalidad de poder detectar las falencias que tenga, con la finalidad de poder mejorarlos o corregirlos. El monitoreo y seguimiento nos permitirá conocer si los logros de los objetivos se vienen cumpliendo tal y como se plantearon o no se están cumpliendo y se necesita realizar una retroalimentación para detectar en que parte del proceso se están cometiendo un error y poder corregirlo a tiempo. Recalcar que, para poder realizar un seguimiento o monitoreo, se debe contar con estándares que permitan evaluar el funcionamiento del voluntariado, a continuación, se precisaran los estándares a seguir:

TABLA: ESTANDARES DE EVALUACIÓN

DESCRIPCIÓN	INDICADORES	INSTRUMENTO
Número de Voluntarios	% de asistencia a las actividades	Registro de asistencia
Capacitaciones	% de asistencia a las capacitaciones	Registro de asistencia
Número de horas de voluntariado	% de horas de apoyo	Registro de participación
Motivación y trabajo en equipo	Encuestas bimensuales de motivación y trabajo en equipo	Encuesta
Dinamismo del programa	Encuestas trimestrales de desempeño del programa	Encuesta

FUENTE: Elaboración propia

Estos estándares no necesariamente se deben aplicar tal y como se especifica en el recuadro, sino que son flexible y permite adecuar otros estándares que en camino se puedan detectar y puedan generar una mayor precisión en monitoreo y seguimiento de las actividades del voluntariado y la participación de estos.

Además, se precisa que es de suma importancia que los directivos formen parte del monitoreo, para que puedan conocer a profundidad lo que se realiza y al momento de aplicar los instrumentos para medir la eficacia y la eficiencia puedan conocer de forma detallada el proceso por el cual se sigue y así puedan gestionar las mejoras o corregir algunos errores o dificultades que se puedan detectar en esta etapa.

La persona encargada del levantamiento de información debe ser el encargado del voluntariado; el cual deberá aplicar los estándares más adecuados que crea conveniente, con la finalidad de poder hacer un buen monitoreo y que esta información nos sirva la mejorar o implementar acciones en el programa de voluntariado.

8.4.4 Evaluación de resultados:

Esta parte del proceso es fundamental, ya que nos va a permitir conocer cuantos de nuestros objetivos se han podido lograr, y cuales no se pudieron lograr por determinados motivos, y es aquí donde nos va a servir bastante la información recolectada en el seguimiento y monitoreo; en esta parte los encargados deberán priorizar los objetivos no alcanzados para que se pueda realizar un análisis de los motivos o dificultades por los cuales no se pudieron lograr y así mismo de ser necesario elaborar un FODA para identificar las fortalezas, debilidades, amenazas y oportunidades. Dentro de ellos criterios a utilizar para la evaluación de los resultados se pueden usar los siguientes criterios:

TABLA: CRITERIOS DE EVALUACION DE RESULTADOS

DESCRIPCIÓN	INDICADORES	INSTRUMENTO
Número de actividades realizadas	Numero de adultos mayores beneficios o participantes	Padrón de beneficiarios o de asistentes
	Número de voluntarios participantes	Registro de asistencia
Impacto de los programas realizados	encuesta sobre mejoramiento de la calidad de vida del adulto mayor	Encuesta
	encuesta sobre la motivación de los voluntarios	
Tiempo de dedicación al voluntariado	Números de horas dedicadas	Registro de participación
Motivación y trabajo en equipo	Encuestas bimensuales de motivación y trabajo en equipo	Encuesta
Articulación de alianzas estratégicas	Cursos de inducción sobre el voluntariado y el adulto mayor	Gestión institucional
	Cursos de liderazgo y desarrollo de habilidades	
	Becas o medias becas universitarias	
	Gestión para bolsas de trabajo institucional	

FUENTE: Elaboración propia

Los criterios planteados no necesariamente deben evaluarse de esa forma, también se puede incorporar nuevos criterios o tomar los que se crean necesarios para evaluar los resultados. Los criterios nos permitirán identificar ciertos avances u oportunidades que se están dando dentro del programa, con la única finalidad de poder determinar qué actividades generan más impacto que otras, permitiendo así fortalecer las actividades más productivas o que generen más impacto y reformular las otras.

8.5 BENEFICIOS:

Este aspecto es muy importante para garantizar la motivación y compromiso de los voluntarios, si bien no reciben una contribución económica por los servicios voluntarios prestados, si pueden recibir beneficios que les permitan potenciar sus capacidades y habilidades; además de fomentar su liderazgo y generar un impacto en su comunidad. Los beneficios no solo son para los voluntarios sino también para la institución, a continuación, se precisará que beneficios pueden recibir los voluntarios a cambio de su contribución social.

TABLA: BENEFICIOS DEL VOLUNTARIADO Y DE LA INSTITUCION 4

BENEFICIOS	
DEL VOLUNTARIO	DE LA INSTITUCIÓN
<ul style="list-style-type: none"> • Formación en temas del adulto mayor y de agente de cambio. • Formación en liderazgo y cursos a fines a su carrera. • Certificado de participación y reconocimiento a la labor social. • Construir una conciencia social de ayuda comunitaria • Crear lazos con tu comunidad • Bolsa de trabajo (si está especificado dentro del programa) 	<ul style="list-style-type: none"> • Contar con personal para cubrir demanda a un costo mínimo. • Mejorar sus planes estratégicos o actividades enfocados al adulto mayor. • Poder obtener mayor presupuesto por parte del estado por cumplimiento de metas • Contar con apoyo del sector privado por el impacto generado en el voluntariado.

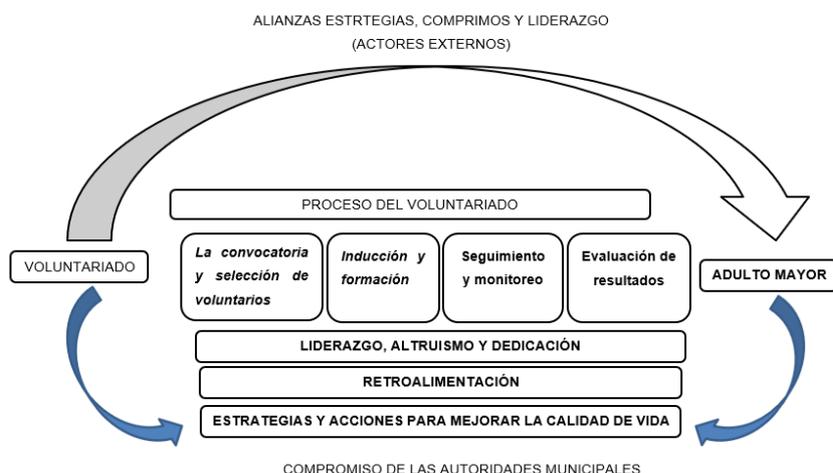
FUENTE: Elaboración propia

8.6 IMPACTO DEL PROGRAMA

La finalidad de la presente propuesta es poder contar con personal idóneo que nos permita atender la gran brecha que se tiene con el adulto mayor y poder cubrir la gran demanda que se tiene, además se a podido identificar que otro de los grandes problemas que se tiene es la falta de presupuesto para poder cubrir toda esta demanda, ya que sin presupuesto no se puede contratar personal que contribuya con el monitoreo y cuidado del adulto mayor; por lo tanto el voluntariado es una estrategia perfecta para suplir esas falencias que son muy notorias, ya que nos permite contar con recurso humanos sin tener que generar un altísimo costo presupuestal. Además, recalcar que el voluntariado no solo se abarcar a algunas actividades, sino que puede ser polifuncional y multidisciplinarios; y por ende se puede crear y mejorar diferentes planes de trabajo y de acciones solidarias relacionadas al adulto mayor.

Cabe precisar que la presente propuesta está enfocada al adulto mayor, pero esto no imposibilita que se pueda aplicar a cualquier área de las municipalidades y puedan cubrir ciertas falencias como las identificadas en programas sociales como es el caso del adulto mayor, el éxito de este programa va a depender mucho de las gestiones que se realicen y del impacto que el encargado pueda transmitir a los voluntarios.

8.7 FLUJO D ELA PROBLEMÁTICA



FUENTE: Elaboración propia

IX. REFERENCIAS

- Abanto Dextre, F. J., & Ortiz Anaya, A. M. (2022). *Calidad de vida en el adulto mayor de la Cooperativa San Juan de Salinas segunda etapa de San Martín de Porres, 2021. los olivos*. Obtenido de https://repositorio.uch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12872/678/Abanto_FJ_Ortiz_AM_tesis_enfermeria_2022.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Aceituno, C., Silva, R., & Cruz, C. (2020). *Mitos y realidades de la investigación científica*. Alpha Servicios Gráficos S.R.L. <https://civilmas.net/libros/mitos-y-realidades-de-la-investigacion-cientifica/>
- Alvarado García, A. M., & Salazar Maya, Á. M. (2016). Descubriendo los sentimientos y comportamientos que experimenta el adulto mayor con dolor crónico benigno. *Gerokomos*, 27(4), 142–146. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1134-928X2016000400003&lng=es&nrm=iso&tlng=es
- Angulo Calle, C. C., & Rivera Soto, M. del R. (2021). *Calidad de vida y apoyo social percibido en adultos mayores de la ciudad de Arequipa* [Universidad Católica San Pablo]. https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCSP_b07f001f4cee15f77fa3917628359604
- Arias, J. L., & Covinos, M. (2020). *Técnicas e instrumentos de investigación científica* (Primera edición). Enfoques consulting EIRL. <https://docer.com.ar/doc/xccvcv5>
- Bernardo Zárate, C. E., Carbajal Llanos, Y. M., & Contreras Salazar, V. R. (2019). *Metodología de la investigación Manual del estudiante* (Primera). Unidad Académica de Estudios Generales Universidad de San Martín de Porres.

[https://www.usmp.edu.pe/estudiosgenerales/pdf/2019-
I/MANUALES/II%20CICLO/METODOLOGIA%20DE%20LA%20INVESTI
GACION.pdf](https://www.usmp.edu.pe/estudiosgenerales/pdf/2019-
I/MANUALES/II%20CICLO/METODOLOGIA%20DE%20LA%20INVESTI
GACION.pdf)

Calero Morales, S., Klever Díaz, T., Caiza Cumbajin, M. R., Rodríguez Torres, Á. F., & Analuiza Analuiza, E. F. (2016). Influencia de las actividades físico-recreativas en la autoestima del adulto mayor. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 35(4), 366–374. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0864-03002016000400007&lng=es&nrm=iso&tlng=es

Cardona-Arias, J. A., & Higuera-Gutiérrez, L. F. (2014). Applications of a WHO-designed instrument for the quality of life evaluation. *Revista Cubana de Salud Pública*, 40(2), 175–189. <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumenl.cgi?IDARTICULO=50093>

Carmona Fortuño, I., & Molés Julio, M. P. (2018). Problemas del sueño en los mayores. *Gerokomos*, 29(2), 72–78. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1134-928X2018000200072&lng=es&nrm=iso&tlng=es

Cattagni Kleiner, A., Henchoz, Y., Fustinoni, S., & Seematter-Bagnoud, L. (2022). Volunteering transitions and change in quality of life among older adults: A mixed methods research. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 98, 104556. <https://doi.org/10.1016/j.archger.2021.104556>

Ccalluco Chosec, M., & Melendez Chavez, S. (2021). *Calidad de vida en adultos mayores del Asentamiento Humano 29 de Enero, Santa Anita, Lima, 2021* [Universidad de Ciencias y Humanidades]. <https://repositorio.uch.edu.pe//handle/20.500.12872/634>

- Chalapud-Narváez, L. M., & Escobar-Almario, A. (2017). Actividad física para mejorar fuerza y equilibrio en el adulto mayor. *Universidad y Salud*, 19(1), 94–101. <https://doi.org/10.22267/rus.171901.73>
- Chen, Z., Zhu, M., Zheng, L., & Xie, X. (2022). Personal wisdom and quality of life among Chinese older adults. *Journal of Health Psychology*, 27(7), 1646–1658. Scopus. <https://doi.org/10.1177/1359105321999093>
- Collet, C., Nascimento, J. V., Folle, A., & Ibáñez, S. J. (2019). Construcción y validación de un instrumento para el análisis de la formación deportiva en voleibol. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 19(1), 178–191. http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1578-84232019000100178&lng=es&nrm=iso&tlng=es
- Contreras Hernández, V. (2021). Reflexiones necesarias acerca de las actividades recreativas para beneficiar la calidad de vida en adultos mayores institucionalizados. *Dilemas contemporáneos: educación, política y valores*, 9(SPE1). <https://doi.org/10.46377/dilemas.v9i.2944>
- Ccalluco Chosec, M., & Melendez Chavez, S. (2021). *Calidad de vida en adultos mayores del Asentamiento Humano 29 de Enero, Santa Anita, Lima, 2021*. LIMA. Obtenido de https://repositorio.uch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12872/634/Ccalluco_M_Melendez_S_tesis_enfermeria_2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Crittenden, J. A., Coleman, R. L., & Butler, S. S. (2022). “It helps me find balance”: Older adult perspectives on the intersection of caregiving and volunteering. *Home Health Care Services Quarterly*. Scopus. <https://doi.org/10.1080/01621424.2022.2034700>

DePaul, V. G., Parniak, S., Nguyen, P., Hand, C., Letts, L., McGrath, C., Richardson, J., Rudman, D., Bayoumi, I., Cooper, H., Tranmer, J., & Donnelly, C. (2022). Identification and engagement of naturally occurring retirement communities to support healthy aging in Canada: A set of methods for replication. *BMC Geriatrics*, 22(1). Scopus. <https://doi.org/10.1186/s12877-022-03045-z>

DIRECCION GENERAL DE LA FAMILIA Y LA COMUNIDAD. (s.f.). Cooperación en Voluntariado. (M. D. VULNERABLES, Ed.) <https://www.mimp.gob.pe/homemimp/direcciones/dibp/cooperacion-voluntariado-dibp.php#:~:text=Seg%C3%BAn%20cifras%20de%20Naciones%20Unidas,m%C3%A1s%20de%20US%24%201%2C500%20millones.>

Duan, Y., Peiris, D. L. I. H. K., Yang, M., Liang, W., Baker, J. S., Hu, C., & Shang, B. (2021). Lifestyle Behaviors and Quality of Life Among Older Adults After the First Wave of the COVID-19 Pandemic in Hubei China. *Frontiers in Public Health*, 9. Scopus. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2021.744514>

Espinoza Freire, E. E. (2019). Las variables y su operacionalización en la investigación educativa. Segunda parte. *Revista Conrado*, 15(69), 171–180. <https://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado/article/view/1052>

Ferreira, L. D. C., Araújo, M. D. C., Tavares, D. M. D. S., & Bolina, A. F. (2022). Quality of life and social vulnerability of older adults in the urban community: A cross-sectional study. *Geriatric Nursing*, 46, 46–51. Scopus. <https://doi.org/10.1016/j.gerinurse.2022.04.026>

Fuentes-Doria, D. D., Toscano-Hernández, A. E., Malvaceda-Espinoza, E., Díaz Ballesteros, J. L., & Díaz Pertuz, L. (2020). *Metodología de la*

investigación: Conceptos, herramientas y ejercicios prácticos en las ciencias administrativas y contables. Universidad Pontificia Bolivariana.
<https://repository.upb.edu.co/handle/20.500.11912/6201>

García Alvaro, Y. V. (2018). “*Calidad de vida del adulto mayor que reside en el albergue central Ignacia Rodulfo Vda. De Canevaro, Lima 2018*” [Universidad César Vallejo].
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/18081>

Goehner, A., Kricheldorf, C., & Bitzer, E. M. (2019). Trained volunteers to support chronically ill, multimorbid elderly between hospital and domesticity – a systematic review of one-on-one-intervention types, effects, and underlying training concepts. *BMC Geriatrics*, 19(1), 126.
<https://doi.org/10.1186/s12877-019-1130-2>

Grace, J. M., & Naiker, J. (2022). The association between objectively measured physical activity and health-related quality of life, life-space mobility and successful ageing in older Indian adults. *Health SA Gesondheid*, 27. Scopus. <https://doi.org/10.4102/hsag.v27i0.1638>

Gustafson, D. H., Sr., Kornfield, R., Mares, M.-L., Johnston, D. C., Cody, O. J., Yang, E. F., Gustafson, D. H., Jr., Hwang, J., Mahoney, J. E., Curtin, J. J., Tahk, A., & Shah, D. V. (2022). Effect of an eHealth intervention on older adults' quality of life and health-related outcomes: A randomized clinical trial. *Journal of General Internal Medicine*, 37(3), 521–530. Scopus. <https://doi.org/10.1007/s11606-021-06888-1>

Health News, J. G. K. (2019). Voluntarios para cuidar y acompañar a personas mayores. *AARP*. <https://www.aarp.org/espanol/recursos-para-el->

cuidado/prestar-cuidado/info-2019/grupo-de-voluntarios-para-cuidar-personas-mayores.html

Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta* (Primera). McGRAW-HILL/INTERAMERICANA EDITORES, S.A. DE CV.
<https://virtual.cuautitlan.unam.mx/rudics/?p=2612>

INEI. (2017). *PERÚ - INEI:: Lambayeque: Resultados Definitivos de los Censos Nacionales* 2017.
https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1560/

INEI. (2022). *Situación de la población Adulta Mayor*. Instituto Nacional de Estadística e Informática.
<https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/01-informe-tecnico-poblacion-adulta-mayor-oct-nov-dic-2021.pdf>

Leung, K.-M., Ou, K.-L., Chung, P.-K., & Thøgersen-Ntoumani, C. (2021). Older adults' perceptions toward walking: A qualitative study using a social-ecological model. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(14). Scopus. <https://doi.org/10.3390/ijerph18147686>

López-Ortega, M., & Konigsberg, M. (2020). Health-related quality of life among Jewish older persons in Mexico and its determinants. *Health and Quality of Life Outcomes*, 18(1), 152. <https://doi.org/10.1186/s12955-020-01401-4>

Mamani Mendoza, E. (2019). *Estrategias de apoyo comunitario en el desarrollo físico e intelectual de las personas adultas mayores del Municipio de*

- Chulumani* [Thesis, Unniversidad Mayor de San Andrés].
<http://repositorio.umsa.bo/xmlui/handle/123456789/23127>
- Menzel, C. (2021). How volunteering strengthens social inclusion and well-being of senior citizens. *UN VOLUNTEERS*. <https://www.unv.org/Success-stories/how-volunteering-strengthens-social-inclusion-and-well-being-senior-citizens>
- Nho, J.-H., & Kim, E. J. (2022). Mediating Effects of Depression on Relationships between Nutritional Status and Quality of Life among Older Adults: A Cross-Sectional Study. *Journal of Korean Gerontological Nursing*, 24(1), 47–54. Scopus. <https://doi.org/10.17079/jkgn.2022.24.1.47>
- Morales, G. N. (2018). *Calidad de vida de los adultos mayores del Centro de Desarrollo Integral de la Familia - Dulanto, en la Provincia Constitucional del Callao, Periodo 2018*. lima. Obtenido de https://node2.123dok.com/dt02pdf/123dok_es/000/797/797567.pdf.pdf?X-Amz-Content-Sha256=UNSIGNED-PAYLOAD&X-Amz-Algorithm=AWS4-HMAC-SHA256&X-Amz-Credential=aa5vJ7sqx6H8Hq4u%2F20220730%2F%2Fs3%2Faws4_request&X-Amz-Date=20220730T012201Z&X-Amz-SignedHeaders=ho
- Normas Legales El Peruano. (2017, mayo 19). *Decreto Supremo que modifica el Reglamento de la Ley N° 28238—Ley General del Voluntariado*
DECRETO SUPREMO-N° 004-2017-MIMP.
<http://busquedas.elperuano.pe/normaslegales/decreto-supremo-que-modifica-el-reglamento-de-la-ley-no-2823-decreto-supremo-n-004-2017-mimp-1523114-1/>
- Normas Legales El Peruano. (2018, agosto 25). *Decreto Supremo que aprueba el Reglamento de la Ley N° 30490, Ley de la Persona Adulta Mayor*
DECRETO SUPREMO-N° 007-2018-MIMP.

<http://busquedas.elperuano.pe/normaslegales/decreto-supremo-que-aprueba-el-reglamento-de-la-ley-n-30490-decreto-supremo-n-007-2018-mimp-1685050-4/>

Observatorio demográfico. (2019). *Proyecciones de Población*. Observatorio demográfico América Latina y el Caribe.

https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/45198/S1900739_mu.pdf?sequence=4&isAllowed=y

OMS. (2021). Envejecimiento y salud. *Organización Mundial de la Salud*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>

Reyes Narvaez, S., & Canto, M. O. (2020). Conocimientos sobre alimentación saludable en estudiantes de una universidad pública. *Revista chilena de nutrición*, 47(1), 67–72. <https://doi.org/10.4067/S0717-75182020000100067>

Rodríguez Guardiola, B., & Tejera Concepción, J. F. (2020). Tratamiento del estrés en el adulto mayor. *Revista Universidad y Sociedad*, 12(3), 135–140. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S2218-36202020000300135&lng=es&nrm=iso&tlng=es

Rosebush, C. E., Stabler, H., Nkimbeng, M., Louwagie, K., Fields, N. L., Jutkowitz, E., Shippee, T. P., & Gaugler, J. E. (2021). The Porchlight Project: A Pilot Study to Adapt the Senior Companion Program to Enhance Memory Care Services and Supports. *Gerontology and Geriatric Medicine*, 7. Scopus. <https://doi.org/10.1177/23337214211017651>

Sacco, L. B., König, S., Westerlund, H., & Platts, L. G. (2022). Informal Caregiving and Quality of Life Among Older Adults: Prospective Analyses from the Swedish Longitudinal Occupational Survey of Health (SLOSH). *Social*

- Indicators Research*, 160(2–3), 845–866. Scopus.
<https://doi.org/10.1007/s11205-020-02473-x>
- Sarfson, S., & Albin, M. C. (2017). Música para Adultos Mayores: Voluntariado Universitario para la Mejora Social. *Revista Internacional de Educación para la Justicia Social*, 6(2), Article 2.
<https://doi.org/10.15366/riejs2017.6.2.010>
- Serrano, C. (2020, abril 6). Para ayudar a los adultos mayores durante cuarentena, Beat hace voluntariados. *RCN Radio*.
<https://www.rcnradio.com/colombia/para-ayudar-los-adultos-mayores-durante-cuarentena-beat-hace-voluntariados>
- Soler Javaloy, P. (2008). *Factores psicosociales explicativos del voluntariado universitario / Patricia Soler Javaloy | Biblioteca Virtual Miguel de Cervantes* [Universidad de Alicante].
<https://www.cervantesvirtual.com/obra/factores-psicosociales-explicativos-del-voluntariado-universitario--0/>
- Tenorio-Mucha, J., Romero-Albino, Z., Roncal-Vidal, V., & Cuba-Fuentes, M. S. (2021). Quality of life of older adults in Peruvian Social Security during the COVID-19 pandemic. *Revista del Cuerpo Médico Hospital Nacional Almanzor Aguinaga Asenjo*, 14, 41–48. Scopus.
<https://doi.org/10.35434/rcmhnaaa.2021.14Sup1.1165>
- Troncoso Pantoja, C. (2017). Alimentación del adulto mayor según lugar de residencia. *Horizonte Médico (Lima)*, 17(3), 58–64.
<https://doi.org/10.24265/horizmed.2017.v17n3.10>
- UCV. (2020). *Código de Ética en investigación UCV Universidad César Vallejo*.
<https://www.ucv.edu.pe/transparencia/codigo-de-etica/>

- Vargas Maucaylle, K. S., & Lázaro Cajaleón, K. P. (2020). *Calidad de vida en adultos mayores del Centro Integral de Atención al Adulto Mayor de la Municipalidad de San Juan de Miraflores, Lima – 2019* [Universidad Peruana Cayetano Heredia].
<https://repositorio.upch.edu.pe/handle/20.500.12866/8204>
- Velásquez Butrón, A. L. (2019). *Identidad en jóvenes universitarios en una experiencia de voluntariado* [Universidad Antonio Ruíz de Montoya].
<http://repositorio.uarm.edu.pe/handle/20.500.12833/2037>
- Wang, C. (2022). Volunteering for “Bitterness”: The SelfFashioning Power of Volunteering Teaching in China. *Anthropological Quarterly*, 95(1), 125–156. Scopus. <https://doi.org/10.1353/anq.2022.0003>
- Xiao, Q., Lu, J., Zeitzer, J. M., Matthews, C. E., Saint-Maurice, P. F., & Bauer, C. (2022). Rest-activity profiles among U.S. adults in a nationally representative sample: A functional principal component analysis. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 19(1). Scopus. <https://doi.org/10.1186/s12966-022-01274-4>
- Yang, H., Zhang, S., Zhang, W., Shen, Z., Wang, J., Cheng, S., Tao, Y., Zhang, S., Yang, L., Yao, Y., Xie, L., Tang, L., Wu, Y., & Li, Z. (2022). Volunteer Service and Well-Being of Older People in China. *Frontiers in Public Health*, 10. <https://www.frontiersin.org/article/10.3389/fpubh.2022.777178>
- Zambrano, J., Romero, P., & Valencia, D. (2019). *Influencia del voluntariado en el desarrollo de habilidades valoradas en el entorno laboral*.
<http://laccei.org/LACCEI2019-MontegoBay/meta/FP196.html>
- Zanjari, N., Bahrami, G., Nouri Koochi, M., & Aliakbarzadeh Arani, Z. (2021). Factors affecting the elderly’s quality of life in the middle east: A systematic

review. *Journal of Education and Community Health*, 8(2), 143–158.

Scopus. <https://doi.org/10.52547/JECH.8.2.143>

Zuñiga Andrade, N. B. (2021). *Actividad Física y calidad de vida en adultos mayores del Centro Integral Los Olivos 2019* [Universidad Federico Villarreal]. <https://repositorio.unfv.edu.pe/handle/UNFV/4782>

ANEXOS

Anexo 1 : Operacionalización de variables

Variables de estudio	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Indicadores	Escala de medición
Voluntariado	Soler Javaloy (2008) define al voluntariado como un conjunto de personas que realizan acciones solidarias y desinteresadamente con fines altruistas y solidarios, que cuya finalidad es crear conciencia social para lograr un mundo más solidario, justo y pacífico.	El voluntariado es la labor que realizan una persona o un grupo de personas de forma desinteresadas cuyo fin es generar un impacto en la sociedad y en las personas. La presente variable será medida a través de las siguientes dimensiones: dimensión civil, política y desarrollo social	Político	Iniciativas legislativas	Cuestionario en Escala de Likert – ordinal
				Programas gubernamentales	
			Comunitario	Participación colectiva	
				Desarrollo municipal	
			Desarrollo social	Acción solidaria	
				Valores sociales	
Calidad de vida del adulto mayor	Para García Álvaro (2018) la calidad de vida tiene diferentes factores que intervienen en la percepción de los adultos mayores con respecto a la satisfacción como el ambiente social, entorno psicológico y salud	Es el ambiente que se crea para garantizar al adulto mayor un mejor desarrollo de su vejez, buscando generar un impacto en su calidad de vida logrando así un bienestar y desarrollo personal y social. La presente variable será medida a través de las siguientes dimensiones: entorno de salud, social y psicológico.	Entorno de salud	Alimentación saludable	Cuestionario en Escala de Likert – ordinal
				actividad física	
				descanso	
			Entorno social	recreación	
				desarrollo personal	
				diversión sana.	
			Entorno psicológico	estado emocional	
				manejo del estrés	

Anexo 2
Matriz de consistencia

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Método
¿En qué medida el voluntariado como estrategia mejora la calidad de vida del adulto mayor en una municipalidad distrital de Chiclayo, 2022?	Proponer el voluntariado como estrategia para mejorar la calidad de vida del adulto mayor en una Municipalidad distrital de Chiclayo, 2022	El voluntariado como estrategia mejorará significativamente la calidad de vida del adulto mayor en una Municipalidad distrital de Chiclayo, 2022	Voluntariado	Político	Iniciativas legislativas Programas gubernamentales		Enfoque: Cuantitativo
				Comunitario	Participación colectiva Desarrollo municipal		Tipo: descriptivo - propositivo
				Desarrollo social	Acción solidaria Valores sociales		Diseño: No experimental
	Específicos	Específicos					
	identificar el nivel de calidad de vida del adulto mayor en una Municipalidad distrital de Chiclayo	El voluntariado como política pública permitirá mejorar la calidad de vida del adulto mayor en una Municipalidad distrital de Chiclayo, 2022	Calidad de vida	Entorno de salud	Alimentación saludable Actividad física Descanso		Población: personas atendidas por el CIAM
	diseñar la propuesta del voluntariado como estrategia mejorará significativamente de vida del Adulto Mayor en una Municipalidad distrital de Chiclayo	El voluntariado como estrategia comunitaria permitirá mejorar la calidad de vida del adulto mayor en una Municipalidad distrital de Chiclayo, 2022		Entorno social:	Recreación. Desarrollo personal. Diversión sana.		Muestra: 184 adultos mayores
	validar la propuesta del voluntariado como estrategia mejorará significativamente de vida del Adulto Mayor en una Municipalidad distrital de Chiclayo	El voluntariado como estrategia de desarrollo social permitirá mejorar la calidad de vida en una Municipalidad distrital de Chiclayo, 2022		Entorno psicológico:	Estado emocional Manejo del estrés		Técnica: encuesta Instrumento: cuestionario

Anexo 3

Instrumento de recolección de datos



Instrumento de recolección de datos

Nro.

Cuestionario sobre la calidad de vida del adulto mayor

DIRIGIDA A LOS ADULTOS MAYORES DEL CIAM DE UNA MUNICIPALIDAD DISTRITAL DE CHICLAYO

Señor: El objetivo del presente cuestionario es recopilar datos sobre la calidad de vida de ustedes, por lo que le agradecería anticipadamente conteste las preguntas marcando con un aspa (x) la respuesta que usted crea conveniente. Donde 1 es el mínimo puntaje y 5 es el máximo puntaje.

(1) TD=Totalmente en desacuerdo; (2) ED= En desacuerdo; (3) IN=Indiferente; (4) DA=De acuerdo; (5) TA=Totalmente de acuerdo

Variables y sus dimensiones / Escala									
VARIABLE: Calidad de vida del adulto mayor					TD	ED	IN	DA	TA
Dimensión: Entorno de salud					1	2	3	4	5
1	El lugar donde vive influye en su dieta alimentaria (alimentos, costumbres, preparación).								
2	Se alimenta normalmente tres veces al día.								
3	Su dieta contiene los nutrientes adecuados para su edad.								
4	Disfruta cuando está ingiriendo sus alimentos.								
5	Consume frutas por lo menos una vez al día.								
6	Realiza al menos 150 minutos de actividad física a la semana de forma moderada.								
7	Realiza al menos 300 minutos de actividad física a la semana de forma leve.								
8	Cuando realiza ejercicios físicos siente mayor predisposición para socializar.								
9	Duerme al menos 8 horas al día.								
10	Con frecuencia tiene somnolencia durante el día.								
11	Acostumbra a tomar medicamentos para poder conciliar el sueño por la noche.								
12	Acostumbra a tener hábitos que interrumpen innecesariamente su sueño por la noche.								
Dimensión: Entorno social					1	2	3	4	5
13	Realiza actividades recreativas por lo menos una vez a la semana.								
14	Cada vez que realiza alguna actividad recreativa siente una mejoría en su estado físico.								
15	Cada vez que realiza alguna actividad recreativa siente mayor confianza consigo mismo (a).								
16	Cada vez que realiza alguna actividad recreativa siente mayor motivación hacia la vida.								
17	Se dedica a realizar actividades que implican un reforzamiento educativo en alguna área del conocimiento humano.								
18	Las actividades libres que realiza le generan satisfacción personal que agregan valor a su vida.								
19	Considera que las actividades diarias que realiza son significativas para su desarrollo personal.								
20	Está predispuesto a realizar actividades que le favorezcan la obtención de ciertas habilidades personales.								
21	Es posible que se sienta que lo que realiza diariamente le ayuda a adquirir alguna competencia personal.								
22	Considera que lo que hace a diario le ayuda a experimentar algún progreso personal.								
23	Acostumbra a divertirse sanamente cuidando sus capacidades físicas.								
24	Asume con responsabilidad el cuidado de su aspecto emocional.								
25	Trata de no realizar alguna actividad que ponga en riesgo su integridad física.								
Dimensión: Entorno psicológico					1	2	3	4	5
26	Es muy frecuente que sienta angustia sin ningún motivo aparente.								
27	Por ocasiones se pone triste sin haber causa que lo justifique.								
28	Algunas veces siente miedo a pesar que está protegido y acompañado.								
29	Se siente estresado con mucha frecuencia a causa de malestares leves en su salud.								
30	Siente mucha impotencia por no poder hacer las cosas que le gustaría hacer.								
31	Su situación actual le produce desesperanza mayor a la normal.								
32	En ocasiones se ha sentido aislado de los demás, a pesar de estar con su familia.								
33	Su familia lo acompaña permanentemente en su vida diaria.								
34	Sus familiares atienden siempre sus necesidades personales.								
35	Tiene oportunidades de relacionarse con amigos sin limitaciones.								
36	Considera que en esta etapa de su vida le ha dado un verdadero significado a su vida.								

¡Muchas gracias por su colaboración!
Chiclayo-2022.

Anexo 4
**Fichas técnicas de validación del instrumento de
recolección de recolección de datos por expertos**

JUEZ 2

**VALIDACIÓN DE CONTENIDO DE UN INSTRUMENTO VÍA JUICIO DE
EXPERTOS**

Chiclayo, 15 de junio del 2022

Señor
Mg. Jorge Alberto Aparicio Ballena
Ciudad. -

Por el presente le saludo y le expreso mi reconocimiento hacia su carrera profesional. En ese sentido dada su formación y experiencia práctica que lo califican como experto, ha sido Usted seleccionado para evaluar el instrumento denominado "Cuestionario sobre la calidad de vida del adulto mayor", elaborado como parte del desarrollo de la investigación denominada "El voluntariado como estrategia para mejorar la calidad de vida del adulto mayor en una municipalidad distrital de Chiclayo".

Agradeciendo de antemano por su integridad y objetividad, le solicito emita su juicio de valor sobre la idoneidad del instrumento para medir la variable Calidad de vida del adulto mayor.

Para efectos de su análisis adjunto los siguientes documentos:

- *Ficha técnica del instrumento.*
- *Instrumento de recolección de información*
- *Ficha de validación de juicio de expertos.*
- *Leyenda de la Escala valorativa de ítems*

Atentamente,



Osmar Yoel De la Cruz Llatas
DNI N° 48591935

Ficha técnica del instrumento

1. Nombre del instrumento:

Cuestionario sobre la calidad de vida del adulto mayor.

2. Variable a medir:

Calidad de vida del adulto mayor.

3. Estructura: El instrumento se elaboró en base a cuatro (04) dimensiones emanadas de su definición conceptual y sus consecuentes indicadores e ítems.

Dimensión	Ítems
A: Entorno de salud	del 01 al 12
B: Entorno social	del 13 al 25
C: Entorno psicológico	del 26 al 36

4. Forma de administración:

Se aplica a los adultos mayores del CIAM de una municipalidad distrital de Chiclayo, de forma individual en sus domicilios con las mejores circunstancias: tiempo, tranquilidad, seguridad y silencio.

5. Tiempo de aplicación:

Se ha considerado para la resolución de la ficha de registro de datos un tiempo de 20 minutos.

6. Calificación:

Se califica asignando un puntaje entre 1 y 4 puntos según la respuesta brindada a cada ítem. La suma del total de las respuestas obtenidas proporciona el Puntaje Directo, con el que se obtiene el nivel de desarrollo de la variable Calidad de vida del adulto mayor y sus dimensiones.

7. Población a evaluar:

Adulto mayor de una municipalidad distrital, 350.

Instrumento de recolección de información

Muy agradecido por participar en este estudio, del Cuestionario sobre la calidad de vida del adulto mayor. A continuación, lee detenidamente cada pregunta y marca la opción con la que te identifiques. Gracias.

1	2	3	4	5
Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Indiferente	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
TD	ED	IN	DA	TA

Variables y sus dimensiones / Escala									
VARIABLE: Calidad de vida del adulto mayor					TD	ED	IN	DA	TA
	Dimensión: Entorno de salud				1	2	3	4	5
1	El lugar donde vive influye en su dieta alimentaria (alimentos, costumbres, preparación).								
2	Se alimenta normalmente tres veces al día.								
3	Su dieta contiene los nutrientes adecuados para su edad.								
4	Disfruta cuando está ingiriendo sus alimentos.								
5	Consume frutas por lo menos una vez al día.								
6	Realiza al menos 150 minutos de actividad física a la semana de forma moderada.								
7	Realiza al menos 300 minutos de actividad física a la semana de forma leve.								
8	Cuando realiza ejercicios físicos siente mayor predisposición para socializar.								
9	Duerme al menos 8 horas al día.								
10	Con frecuencia tiene somnolencia durante el día.								
11	Acostumbra a tomar medicamentos para poder conciliar el sueño por la noche.								
12	Acostumbra a tener hábitos que interrumpen innecesariamente su sueño por la noche.								
	Dimensión: Entorno social				1	2	3	4	5
13	Realiza actividades recreativas por lo menos una vez a la semana.								
14	Cada vez que realiza alguna actividad recreativa siente una mejoría en su estado físico.								
15	Cada vez que realiza alguna actividad recreativa siente mayor confianza consigo mismo (a).								
16	Cada vez que realiza alguna actividad recreativa siente mayor motivación hacia la vida.								
17	Se dedica a realizar actividades que implican un reforzamiento educativo en alguna área del conocimiento humano.								
18	Las actividades libres que realiza le generan satisfacción personal que agregan valor a su vida.								
19	Considera que las actividades diarias que realiza son significativas para su desarrollo personal.								
20	Está predispuesto a realizar actividades que le favorezcan la obtención de ciertas habilidades personales.								
21	Es posible que se sienta que lo que realiza diariamente le ayuda a adquirir alguna competencia personal.								
22	Considera que lo que hace a diario le ayuda a experimentar algún progreso personal.								
23	Acostumbra a divertirse sanamente cuidando sus capacidades físicas.								
24	Asume con responsabilidad el cuidado de su aspecto emocional.								
25	Trata de no realizar alguna actividad que ponga en riesgo su integridad física.								
	Dimensión: Entorno psicológico				1	2	3	4	5
26	Es muy frecuente que sienta angustia sin ningún motivo aparente.								
27	Por ocasiones se pone triste sin haber causa que lo justifique.								
28	Algunas veces siente miedo a pesar que está protegido y acompañado.								
29	Se siente estresado con mucha frecuencia a causa de malestares leves en su salud.								
30	Siente mucha impotencia por no poder hacer las cosas que le gustaría hacer.								
31	Su situación actual le produce desesperanza mayor a la normal.								
32	En ocasiones se ha sentido aislado de los demás, a pesar de estar con su familia.								
33	Su familia lo acompaña permanentemente en su vida diaria.								
34	Sus familiares atienden siempre sus necesidades personales.								
35	Tiene oportunidades de relacionarse con amigos sin limitaciones.								
36	Considera que en esta etapa de su vida le ha dado un verdadero significado a su vida.								

Ficha de validación de juicio de expertos

Califique cada ítem según la leyenda anexa al final de la siguiente tabla

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones (Atributos)	Indicadores	Ítems	Escala medición	Claridad	Coherencia	Reliabilidad	Observaciones
CALIDAD DE VIDA DEL ADULTO MAYOR		Para García Álvarez (2018) la calidad de vida tiene diferentes factores que intervienen en la percepción de los adultos mayores con respecto a la satisfacción social. La presente variable será medida a través de las siguientes dimensiones: entorno de salud, social y psicológico.	Entorno de salud	Alimentación saludable	El lugar donde vive influye en su dieta alimentaria (alimentos, costumbres, preparación). Se alimenta normalmente tres veces al día. Su dieta contiene los nutrientes adecuados para su edad. Disfruta cuando está ingiriendo sus alimentos. Consumo frutas por lo menos una vez al día. Realiza al menos 150 minutos de actividad física a la semana de forma moderada. Realiza al menos 300 minutos de actividad física a la semana de forma leve. Cuando realiza ejercicios físicos siente mayor predisposición para socializar. Duerme al menos 8 horas al día. Con frecuencia tiene somnolencia durante el día. Acostumbra a tomar medicamentos para poder conciliar el sueño por la noche. Acostumbra a tener hábitos que interrumpen inmediatamente su sueño por la noche.	1=No cumple con el criterio. 2=Bajo Nivel. 3=Modera do nivel. 4=Alto nivel.	4	4	4	
				Actividad física	Realiza actividades recreativas por lo menos una vez a la semana. Cada vez que realiza alguna actividad recreativa siente una mejoría en su estado físico. Cada vez que realiza alguna actividad recreativa siente mayor confianza consigo mismo (a). Cada vez que realiza alguna actividad recreativa siente mayor motivación hacia la vida. Se dedica a realizar actividades que implican un reforzamiento educativo en alguna área del conocimiento humano.	4	4	4		
				Descanso	Las actividades libres que realiza le generan satisfacción personal que agregan valor a su vida. Considera que las actividades diarias que realiza son significativas para su desarrollo personal. Está predispuesto a realizar actividades que le favorezcan la obtención de ciertas habilidades personales. Es posible que se sienta que lo que realiza diariamente le ayuda a adquirir alguna competencia personal. Considera que lo que hace a diario le ayuda a experimentar algún progreso personal. Acostumbra a divertirse sanamente cuidando sus capacidades físicas. Asume con responsabilidad el cuidado de su aspecto emocional.	4	4	4		
				Recreación	Trata de no realizar alguna actividad que ponga en riesgo su integridad física. Es muy frecuente que sienta angustia sin ningún motivo aparente. Por ocasiones se pone triste sin haber causa que lo justifique. Algunas veces siente miedo a pesar que está protegido y acompañado. Se siente estresado con mucha frecuencia a causa de malestares leves en su salud. Siente mucha impotencia por no poder hacer las cosas que le gustaría hacer. Su situación actual le produce desesperanza mayor a la normal. En ocasiones se ha sentido aislado de los demás, a pesar de estar con su familia. Su familia lo acompaña permanentemente en su vida diaria. Sus familiares atienden siempre sus necesidades personales. Tiene oportunidades de relacionarse con amigos sin limitaciones. Considera que en esta etapa de su vida le ha dado un verdadero significado a su vida.	4	4	4		
				Desarrollo personal		4	4	4		
				Diversión sana		4	4	4		
				Estado emocional		4	4	4		
				Entorno psicológico		4	4	4		
				Manejo del estrés		4	4	4		

Leyenda de la Escala valorativa de ítems

CATEGORÍA	Calificación	Indicador
CLARIDAD El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1=No cumple con el criterio	El ítem no es claro.
	2=Bajo Nivel	El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de las mismas.
	3=Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem.
	4=Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.
COHERENCIA El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	1=No cumple con el criterio	El ítem no tiene relación lógica con la dimensión.
	2=Bajo Nivel	El ítem tiene una relación alejada de la dimensión.
	3=Moderado nivel	El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4=Alto nivel	El ítem está relacionado con la dimensión que está midiendo.
RELEVANCIA El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido.	1=No cumple con el criterio	El ítem puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2=Bajo Nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3=Moderado nivel	El ítem es relativamente importante.
	4=Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido.

SUGERENCIAS: (redactar todas las anotaciones, o recomendaciones globales para el cuestionario).

Conclusión de la Validación: Revisado el CUESTIONARIO SOBRE LA CALIDAD DE VIDA DEL ADULTO MAYOR, y hallando que los ítems cumplen con los requerimientos para la medición adecuada del constructo de la variable bajo estudio CALIDAD DE VIDA DEL ADULTO MAYOR, procedo a **confirmar su validez de contenido**.



Mg. JORGE ALBERTO APARICIO BALLENA
DNI N° 16475031

Constancia de SUNEDU

Mg. Jorge Alberto Aparicio Ballena

30/6/22, 18:42

about:blank



REGISTRO NACIONAL DE GRADOS ACADÉMICOS Y TÍTULOS PROFESIONALES

Graduado	Grado o Título	Institución
APARICIO BALLENA, JORGE ALBERTO DNI 16475031	LICENCIADO EN ADMINISTRACIÓN Fecha de diploma: 25/05/92 Modalidad de estudios: PRESENCIAL	UNIVERSIDAD DE SAN MARTÍN DE PORRES <i>PERU</i>
APARICIO BALLENA, JORGE ALBERTO DNI 16475031	MAESTRO EN ADMINISTRACIÓN DE NEGOCIOS Fecha de diploma: 06/09/17 Modalidad de estudios: PRESENCIAL Fecha matricula: 26/10/2004 Fecha egreso: 24/02/2006	UNIVERSIDAD PARTICULAR DE CHICLAYO <i>PERU</i>
APARICIO BALLENA, JORGE ALBERTO DNI 16475031	BACHILLER EN ADMINISTRACIÓN Fecha de diploma: 15/10/86 Modalidad de estudios: PRESENCIAL Fecha matricula: Sin información (***) Fecha egreso: Sin información (***)	UNIVERSIDAD DE SAN MARTÍN DE PORRES <i>PERU</i>

JUEZ 1
VALIDACIÓN DE CONTENIDO DE UN INSTRUMENTO VÍA JUICIO DE
EXPERTOS

Chiclayo, 15 de junio del 2022

Señor
Dr. Rafael Damián Villón Prieto
Ciudad. -

Por el presente le saludo y le expreso mi reconocimiento hacia su carrera profesional. En ese sentido dada su formación y experiencia práctica que lo califican como experto, ha sido Usted seleccionado para evaluar el instrumento denominado "Cuestionario sobre la calidad de vida del adulto mayor", elaborado como parte del desarrollo de la investigación denominada "El voluntariado como estrategia para mejorar la calidad de vida del adulto mayor en una municipalidad distrital de Chiclayo".

Agradeciendo de antemano por su integridad y objetividad, le solicito emita su juicio de valor sobre la idoneidad del instrumento para medir la variable Calidad de vida del adulto mayor.

Para efectos de su análisis adjunto los siguientes documentos:

- *Ficha técnica del instrumento.*
- *Instrumento de recolección de información*
- *Ficha de validación de juicio de expertos.*
- *Leyenda de la Escala valorativa de ítems*

Atentamente,



Osmar Yoel De la Cruz Llatas
DNI N° 48591935

Ficha técnica del instrumento

1. Nombre del instrumento:

Cuestionario sobre la calidad de vida del adulto mayor.

2. Variable a medir:

Calidad de vida del adulto mayor.

3. Estructura: El instrumento se elaboró en base a cuatro (04) dimensiones emanadas de su definición conceptual y sus consecuentes indicadores e ítems.

Dimensión	Ítems
A: Entorno de salud	del 01 al 12
B: Entorno social	del 13 al 25
C: Entorno psicológico	del 26 al 36

4. Forma de administración:

Se aplica a los adultos mayores del CIAM de una municipalidad distrital de Chiclayo, de forma individual en sus domicilios con las mejores circunstancias: tiempo, tranquilidad, seguridad y silencio.

5. Tiempo de aplicación:

Se ha considerado para la resolución de la ficha de registro de datos un tiempo de 20 minutos.

6. Calificación:

Se califica asignando un puntaje entre 1 y 4 puntos según la respuesta brindada a cada ítem. La suma del total de las respuestas obtenidas proporciona el Puntaje Directo, con el que se obtiene el nivel de desarrollo de la variable Calidad de vida del adulto mayor y sus dimensiones.

7. Población a evaluar:

Adulto mayor de una municipalidad distrital, 350.

Instrumento de recolección de información

Muy agradecido por participar en este estudio, del Cuestionario sobre la calidad de vida del adulto mayor. A continuación, lee detenidamente cada pregunta y marca la opción con la que te identifiques. Gracias.

1	2	3	4	5
Totamente en desacuerdo	En desacuerdo	Indiferente	De acuerdo	Totamente de acuerdo
TD	ED	IN	DA	TA

Variables y sus dimensiones / Escala						
VARIABLE: Calidad de vida del adulto mayor						
		TD	ED	IN	DA	TA
	Dimensión: Entorno de salud	1	2	3	4	5
1	El lugar donde vive influye en su dieta alimentaria (alimentos, costumbres, preparación).					
2	Se alimenta normalmente tres veces al día.					
3	Su dieta contiene los nutrientes adecuados para su edad.					
4	Disfruta cuando está ingiriendo sus alimentos.					
5	Consume frutas por lo menos una vez al día.					
6	Realiza al menos 150 minutos de actividad física a la semana de forma moderada.					
7	Realiza al menos 300 minutos de actividad física a la semana de forma leve.					
8	Cuando realiza ejercicios físicos siente mayor predisposición para socializar.					
9	Duerme al menos 8 horas al día.					
10	Con frecuencia tiene somnolencia durante el día.					
11	Acostumbra a tomar medicamentos para poder conciliar el sueño por la noche.					
12	Acostumbra a tener hábitos que interrumpen innecesariamente su sueño por la noche.					
	Dimensión: Entorno social	1	2	3	4	5
13	Realiza actividades recreativas por lo menos una vez a la semana.					
14	Cada vez que realiza alguna actividad recreativa siente una mejoría en su estado físico.					
15	Cada vez que realiza alguna actividad recreativa siente mayor confianza consigo mismo (a).					
16	Cada vez que realiza alguna actividad recreativa siente mayor motivación hacia la vida.					
17	Se dedica a realizar actividades que implican un reforzamiento educativo en alguna área del conocimiento humano.					
18	Las actividades libres que realiza le generan satisfacción personal que agregan valor a su vida.					
19	Considera que las actividades diarias que realiza son significativas para su desarrollo personal.					
20	Está predispuesto a realizar actividades que le favorezcan la obtención de ciertas habilidades personales.					
21	Es posible que se sienta que lo que realiza diariamente le ayuda a adquirir alguna competencia personal.					
22	Considera que lo que hace a diario le ayuda a experimentar algún progreso personal.					
23	Acostumbra a divertirse sanamente cuidando sus capacidades físicas.					
24	Asume con responsabilidad el cuidado de su aspecto emocional.					
25	Trata de no realizar alguna actividad que ponga en riesgo su integridad física.					
	Dimensión: Entorno psicológico	1	2	3	4	5
26	Es muy frecuente que sienta angustia sin ningún motivo aparente.					
27	Por ocasiones se pone triste sin haber causa que lo justifique.					
28	Algunas veces siente miedo a pesar que está protegido y acompañado.					
29	Se siente estresado con mucha frecuencia a causa de malestares leves en su salud.					
30	Siente mucha impotencia por no poder hacer las cosas que le gustaría hacer.					
31	Su situación actual le produce desesperanza mayor a la normal.					
32	En ocasiones se ha sentido aislado de los demás, a pesar de estar con su familia.					
33	Su familia lo acompaña permanentemente en su vida diaria.					
34	Sus familiares atienden siempre sus necesidades personales.					
35	Tiene oportunidades de relacionarse con amigos sin limitaciones.					
36	Considera que en esta etapa de su vida le ha dado un verdadero significado a su vida.					

Ficha de validación de juicio de expertos

Califique cada ítem según la leyenda anexa al final de la siguiente tabla

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones (Atributos)	Indicadores	Ítems	Escala medición	Claridad	Coherencia	Reliabilidad	Observaciones
CALIDAD DE VIDA DEL ADULTO MAYOR			Entorno de salud	Alimentación saludable	El lugar donde vive influye en su dieta alimentaria (alimentos, costumbres, preparación).	1=No cumple con el criterio. 2=Bajo Nivel. 3=Modera do nivel. 4=Alto nivel.	4	4	4	
					Se alimenta normalmente tres veces al día.		4	4	4	
					Su dieta contiene los nutrientes adecuados para su edad.		4	4	4	
					Disfruta cuando está ingiriendo sus alimentos.		4	3	4	
					Consumo frutas por lo menos una vez al día.		4	4	4	
					Realiza al menos 150 minutos de actividad física a la semana de forma moderada.		4	4	3	
					Realiza al menos 300 minutos de actividad física a la semana de forma leve.		4	4	4	
					Cuando realiza ejercicios físicos siente mayor predisposición para socializar.		4	4	4	
					Duerme al menos 8 horas al día.		4	4	4	
					Con frecuencia tiene somnolencia durante el día.		4	4	4	
					Acostumbra a tomar medicamentos para poder conciliar el sueño por la noche.		4	4	4	
					Acostumbra a tener hábitos que interrumpen innecesariamente su sueño por la noche.		4	4	4	
					Realiza actividades recreativas por lo menos una vez a la semana.		4	4	4	
					Cada vez que realiza alguna actividad recreativa siente una mejoría en su estado físico.		4	4	4	
					Cada vez que realiza alguna actividad recreativa siente mayor confianza consigo mismo (a).		4	4	4	
Cada vez que realiza alguna actividad recreativa siente mayor motivación hacia la vida.	4	4	4							
Se dedica a realizar actividades que implican un reforzamiento educativo en alguna área del conocimiento humano.	4	4	4							
Las actividades libres que realiza le generan satisfacción personal que agregan valor a su vida.	4	4	4							
Considera que las actividades diarias que realiza son significativas para su desarrollo personal.	3	4	4							
Está predispuesto a realizar actividades que le favorezcan la obtención de ciertas habilidades personales.	4	3	4							
Es posible que se sienta que lo que realiza diariamente le ayuda a adquirir alguna competencia personal.	4	4	4							
Considera que lo que hace a diario le ayuda a experimentar algún progreso personal.	4	4	3							
Acostumbra a divertirse sanamente cuidando sus capacidades físicas.	4	4	4							
Asume con responsabilidad el cuidado de su aspecto emocional.	4	4	4							
Trata de no realizar alguna actividad que ponga en riesgo su integridad física.	4	4	4							
Es muy frecuente que sienta angustia sin ningún motivo aparente.	4	4	4							
Por ocasiones se pone triste sin haber causa que lo justifique.	3	4	4							
Algunas veces siente miedo a pesar que está protegido y acompañado.	4	3	4							
Se siente estresado con mucha frecuencia a causa de males menores en su salud.	4	4	3							
Siente mucha impotencia por no poder hacer las cosas que le gustaría hacer.	4	4	4							
Su situación actual le produce desesperanza mayor a la normal.	4	4	4							
En ocasiones se ha sentido aislado de los demás, a pesar de estar con su familia.	4	4	4							
Su familia lo acompaña permanentemente en su vida diaria.	3	4	4							
Sus familiares atienden siempre sus necesidades personales.	4	3	4							
Tiene oportunidades de relacionarse con amigos sin limitaciones.	4	4	3							
Considera que en esta etapa de su vida le ha dado un verdadero significado a su vida.	4	4	4							

Leyenda de la Escala valorativa de ítems

CATEGORÍA	Calificación	Indicador
CLARIDAD El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1=No cumple con el criterio	El ítem no es claro.
	2=Bajo Nivel	El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de las mismas.
	3=Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem.
	4=Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.
COHERENCIA El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	1=No cumple con el criterio	El ítem no tiene relación lógica con la dimensión.
	2=Bajo Nivel	El ítem tiene una relación alejada de la dimensión.
	3=Moderado nivel	El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4=Alto nivel	El ítem está relacionado con la dimensión que está midiendo.
RELEVANCIA El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido.	1=No cumple con el criterio	El ítem puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2=Bajo Nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3=Moderado nivel	El ítem es relativamente importante.
	4=Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido.

SUGERENCIAS: (redactar todas las anotaciones, o recomendaciones globales para el cuestionario).

Conclusión de la Validación: Revisado el CUESTIONARIO SOBRE LA CALIDAD DE VIDA DEL ADULTO MAYOR, y hallando que los ítems cumplen con los requerimientos para la medición adecuada del constructo de la variable bajo estudio CALIDAD DE VIDA DEL ADULTO MAYOR, procedo a **confirmar su validez de contenido**.



Dr. Rafael Damián Villón Prieto
DNI N° 18109477

Constancia de SUNEDU

Dr. Rafael Damián Villón Prieto

30/6/22, 18:44

about:blank



PERÚ

Ministerio de Educación

Superintendencia Nacional de
Educación Superior Universitaria

Dirección de Documentación e
Información Universitaria y
Registro de Grados y Títulos

REGISTRO NACIONAL DE GRADOS ACADÉMICOS Y TÍTULOS PROFESIONALES

Graduado	Grado o Título	Institución
VILLON PRIETO, RAFAEL DAMIAN DNI 18109477	Bachiller en Ingeniería de Sistemas Fecha de diploma: 13/05/2005 Modalidad de estudios: - Fecha matrícula: Sin información (***) Fecha egreso: Sin información (***)	UNIVERSIDAD SEÑOR DE SIPÁN <i>PERU</i>
VILLON PRIETO, RAFAEL DAMIAN DNI 18109477	Ingeniero de Sistemas Fecha de diploma: 22/03/2006 Modalidad de estudios: -	UNIVERSIDAD SEÑOR DE SIPÁN <i>PERU</i>
VILLON PRIETO, RAFAEL DAMIAN DNI 18109477	MAGISTER EN GESTION PUBLICA Fecha de diploma: 25/10/16 Modalidad de estudios: PRESENCIAL Fecha matrícula: 02/05/2014 Fecha egreso: 30/04/2015	UNIVERSIDAD PRIVADA CÉSAR VALLEJO <i>PERU</i>
VILLON PRIETO, RAFAEL DAMIAN DNI 18109477	BACHILLER EN EDUCACION SECUNDARIA Fecha de diploma: 22/11/16 Modalidad de estudios: PRESENCIAL Fecha matrícula: 09/07/2014 Fecha egreso: 30/04/2015	UNIVERSIDAD PRIVADA CÉSAR VALLEJO <i>PERU</i>
VILLON PRIETO, RAFAEL DAMIAN DNI 18109477	LICENCIADA EN EDUCACION SECUNDARIA: MATEMÁTICA, COMPUTACIÓN E INFORMÁTICA Fecha de diploma: 02/10/17 Modalidad de estudios: PRESENCIAL	UNIVERSIDAD PRIVADA CÉSAR VALLEJO <i>PERU</i>
VILLON PRIETO, RAFAEL DAMIAN DNI 18109477	DOCTOR EN GESTIÓN PÚBLICA Y GOBERNABILIDAD Fecha de diploma: 20/07/20 Modalidad de estudios: PRESENCIAL Fecha matrícula: 04/01/2017 Fecha egreso: 19/01/2020	UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO S.A.C. <i>PERU</i>

JUEZ 3

VALIDACIÓN DE CONTENIDO DE UN INSTRUMENTO VÍA JUICIO DE EXPERTOS

Chiclayo, 15 de junio del 2022

Señor
Mg. Pedro Antonio Pérez Arboleda
Ciudad. -

Por el presente le saludo y le expreso mi reconocimiento hacia su carrera profesional. En ese sentido dada su formación y experiencia práctica que lo califican como experto, ha sido Usted seleccionado para evaluar el instrumento denominado "Cuestionario sobre la calidad de vida del adulto mayor", elaborado como parte del desarrollo de la investigación denominada "El voluntariado como estrategia para mejorar la calidad de vida del adulto mayor en una municipalidad distrital de Chiclayo".

Agradeciendo de antemano por su integridad y objetividad, le solicito emita su juicio de valor sobre la idoneidad del instrumento para medir la variable Calidad de vida del adulto mayor.

Para efectos de su análisis adjunto los siguientes documentos:

- *Ficha técnica del instrumento.*
- *Instrumento de recolección de información*
- *Ficha de validación de juicio de expertos.*
- *Leyenda de la Escala valorativa de ítems*

Atentamente,



Osmar Yoel De la Cruz Llatas
DNI N° 48591935

Ficha técnica del instrumento

1. Nombre del instrumento:

Cuestionario sobre la calidad de vida del adulto mayor.

2. Variable a medir:

Calidad de vida del adulto mayor.

3. Estructura: El instrumento se elaboró en base a cuatro (04) dimensiones emanadas de su definición conceptual y sus consecuentes indicadores e ítems.

Dimensión	Ítems
A: Entorno de salud	del 01 al 12
B: Entorno social	del 13 al 25
C: Entorno psicológico	del 26 al 36

4. Forma de administración:

Se aplica a los adultos mayores del CIAM de una municipalidad distrital de Chiclayo, de forma individual en sus domicilios con las mejores circunstancias: tiempo, tranquilidad, seguridad y silencio.

5. Tiempo de aplicación:

Se ha considerado para la resolución de la ficha de registro de datos un tiempo de 20 minutos.

6. Calificación:

Se califica asignando un puntaje entre 1 y 4 puntos según la respuesta brindada a cada ítem. La suma del total de las respuestas obtenidas proporciona el Puntaje Directo, con el que se obtiene el nivel de desarrollo de la variable Calidad de vida del adulto mayor y sus dimensiones.

7. Población a evaluar:

Adulto mayor de una municipalidad distrital, 350.

Instrumento de recolección de información

Muy agradecido por participar en este estudio, del Cuestionario sobre la calidad de vida del adulto mayor. A continuación, lee detenidamente cada pregunta y marca la opción con la que te identifiques. Gracias.

1	2	3	4	5
Totamente en desacuerdo	En desacuerdo	Indiferente	De acuerdo	Totamente de acuerdo
TD	ED	IN	DA	TA

Variables y sus dimensiones / Escala									
VARIABLE: Calidad de vida del adulto mayor					TD	ED	IN	DA	TA
Dimensión: Entorno de salud					1	2	3	4	5
1	El lugar donde vive influye en su dieta alimentaria (alimentos, costumbres, preparación).								
2	Se alimenta normalmente tres veces al día.								
3	Su dieta contiene los nutrientes adecuados para su edad.								
4	Disfruta cuando está ingiriendo sus alimentos.								
5	Consumo frutas por lo menos una vez al día.								
6	Realiza al menos 150 minutos de actividad física a la semana de forma moderada.								
7	Realiza al menos 300 minutos de actividad física a la semana de forma leve.								
8	Cuando realiza ejercicios físicos siente mayor predisposición para socializar.								
9	Duerme al menos 8 horas al día.								
10	Con frecuencia tiene somnolencia durante el día.								
11	Acostumbra a tomar medicamentos para poder conciliar el sueño por la noche.								
12	Acostumbra a tener hábitos que interrumpen innecesariamente su sueño por la noche.								
Dimensión: Entorno social					1	2	3	4	5
13	Realiza actividades recreativas por lo menos una vez a la semana.								
14	Cada vez que realiza alguna actividad recreativa siente una mejoría en su estado físico.								
15	Cada vez que realiza alguna actividad recreativa siente mayor confianza consigo mismo (a).								
16	Cada vez que realiza alguna actividad recreativa siente mayor motivación hacia la vida.								
17	Se dedica a realizar actividades que implican un reforzamiento educativo en alguna área del conocimiento humano.								
18	Las actividades libres que realiza le generan satisfacción personal que agregan valor a su vida.								
19	Considera que las actividades diarias que realiza son significativas para su desarrollo personal.								
20	Está predispuesto a realizar actividades que le favorezcan la obtención de ciertas habilidades personales.								
21	Es posible que se sienta que lo que realiza diariamente le ayuda a adquirir alguna competencia personal.								
22	Considera que lo que hace a diario le ayuda a experimentar algún progreso personal.								
23	Acostumbra a divertirse sanamente cuidando sus capacidades físicas.								
24	Asume con responsabilidad el cuidado de su aspecto emocional.								
25	Trata de no realizar alguna actividad que ponga en riesgo su integridad física.								
Dimensión: Entorno psicológico					1	2	3	4	5
26	Es muy frecuente que sienta angustia sin ningún motivo aparente.								
27	Por ocasiones se pone triste sin haber causa que lo justifique.								
28	Algunas veces siente miedo a pesar que está protegido y acompañado.								
29	Se siente estresado con mucha frecuencia a causa de malestares leves en su salud.								
30	Siente mucha impotencia por no poder hacer las cosas que le gustaría hacer.								
31	Su situación actual le produce desesperanza mayor a la normal.								
32	En ocasiones se ha sentido aislado de los demás, a pesar de estar con su familia.								
33	Su familia lo acompaña permanentemente en su vida diaria.								
34	Sus familiares atienden siempre sus necesidades personales.								
35	Tiene oportunidades de relacionarse con amigos sin limitaciones.								
36	Considera que en esta etapa de su vida le ha dado un verdadero significado a su vida.								

Leyenda de la Escala valorativa de ítems

CATEGORÍA	Calificación	Indicador
CLARIDAD El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1=No cumple con el criterio	El ítem no es claro.
	2=Bajo Nivel	El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de las mismas.
	3=Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem.
	4=Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.
COHERENCIA El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	1=No cumple con el criterio	El ítem no tiene relación lógica con la dimensión.
	2=Bajo Nivel	El ítem tiene una relación alejada de la dimensión.
	3=Moderado nivel	El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4=Alto nivel	El ítem está relacionado con la dimensión que está midiendo.
RELEVANCIA El ítem es esencial o importante; es decir debe ser incluido.	1=No cumple con el criterio	El ítem puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2=Bajo Nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3=Moderado nivel	El ítem es relativamente importante.
	4=Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido.

SUGERENCIAS: (redactar todas las anotaciones, o recomendaciones globales para el cuestionario).

Conclusión de la Validación: Revisado el CUESTIONARIO SOBRE LA CALIDAD DE VIDA DEL ADULTO MAYOR, y hallando que los ítems cumplen con los requerimientos para la medición adecuada del constructo de la variable bajo estudio CALIDAD DE VIDA DEL ADULTO MAYOR, procedo a **confirmar su validez de contenido**.



Mg. Pedro Antonio Pérez Arboleda
DNI N° 16456428

Constancia de SUNEDU

Mg. Pedro Antonio Pérez Arboleda

30/6/22, 18:45

about:blank



REGISTRO NACIONAL DE GRADOS ACADÉMICOS Y TÍTULOS PROFESIONALES

Graduado	Grado o Título	Institución
PEREZ ARBOLEDA, PEDRO ANTONIO DNI 16456428	LICENCIADO EN ADMINISTRACION DE EMPRESAS Fecha de diploma: 15/01/2006 Modalidad de estudios: -	UNIVERSIDAD PARTICULAR DE CHICLAYO <i>PERU</i>
PEREZ ARBOLEDA, PEDRO ANTONIO DNI 16456428	BACHILLER EN ADMINISTRACION DE EMPRESAS Fecha de diploma: 17/10/2001 Modalidad de estudios: - Fecha matrícula: Sin información (***) Fecha egreso: Sin información (***)	UNIVERSIDAD PARTICULAR DE CHICLAYO <i>PERU</i>
PEREZ ARBOLEDA, PEDRO ANTONIO DNI 16456428	MAESTRO EN ADMINISTRACION DE NEGOCIOS Fecha de diploma: 18/08/16 Modalidad de estudios: PRESENCIAL Fecha matrícula: 22/03/2005 Fecha egreso: 09/05/2016	UNIVERSIDAD PARTICULAR DE CHICLAYO <i>PERU</i>

ANEXO 5: CONFIABILIDAD

Variable: calidad de vida

Resultado del análisis de la prueba de fiabilidad Alpha de Cronbach de la variable calidad de vida.

Estadísticas de fiabilidad		
Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados	N de elementos
,892	,902	36

El resultado del análisis de fiabilidad del instrumento denominado cuestionario sobre la calidad de vida que ha sido aplicado a una muestra piloto de 20 adultos mayores que no forman parte de la muestra en estudio, realizado en el programa IBM SPSS Statistics muestra un 0.892; lo cual indica que es un instrumento óptimo para su aplicación en el estudio.

Estadísticas de elemento de resumen							
	Media	Mínimo	Máximo	Rango	Máximo / Mínimo	Varianza	N de elementos
Medias de elemento	3,407	2,043	4,391	2,348	2,149	,219	36
Varianzas de elemento	1,504	,692	2,087	1,395	3,017	,133	36

Estadísticas de total de elemento					
	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Correlación múltiple al cuadrado	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
Ítem 1	118,6522	396,055	,215	.	,892
Ítem 2	118,2609	389,020	,460	.	,888
Ítem 3	119,1304	376,846	,662	.	,885
Ítem 4	118,9130	381,174	,661	.	,886
Ítem 5	119,0000	377,091	,594	.	,886
Ítem 6	120,0435	377,498	,503	.	,887
Ítem 7	119,6957	374,403	,656	.	,885
Ítem 8	119,1739	383,332	,554	.	,887
Ítem 9	118,8261	384,150	,515	.	,887
Ítem 10	119,8696	392,846	,210	.	,893
Ítem 11	120,6087	402,976	,039	.	,896
Ítem 12	119,9565	398,225	,155	.	,893

Ítem 13	119,4348	380,075	,507	.	,887
Ítem 14	119,0870	381,719	,597	.	,886
Ítem 15	119,0000	385,909	,623	.	,887
Ítem 16	118,7826	377,542	,721	.	,885
Ítem 17	119,8696	377,846	,494	.	,887
Ítem 18	118,9565	374,771	,696	.	,884
Ítem 19	118,9565	379,953	,599	.	,886
Ítem 20	118,6522	378,783	,590	.	,886
Ítem 21	119,1304	373,573	,626	.	,885
Ítem 22	119,1304	378,119	,567	.	,886
Ítem 23	119,0000	381,091	,567	.	,886
Ítem 24	119,0870	377,901	,573	.	,886
Ítem 25	118,7391	377,202	,606	.	,886
Ítem 26	119,6087	401,067	,074	.	,895
Ítem 27	119,5217	405,443	-,001	.	,896
Ítem 28	119,6522	397,874	,152	.	,893
Ítem 29	119,1739	398,605	,113	.	,895
Ítem 30	119,0435	399,771	,093	.	,895
Ítem 31	119,4783	397,261	,134	.	,894
Ítem 32	119,4783	399,079	,114	.	,894
Ítem 33	119,1304	396,664	,171	.	,893
Ítem 34	119,2609	380,383	,461	.	,888
Ítem 35	119,6087	381,522	,455	.	,888
Ítem 36	118,9130	375,174	,667	.	,885

Anexo 6: Cálculo de la muestra de investigación:

$$n = \frac{N Z^2 pq}{d^2 (N - 1) + Z^2 pq}$$

- n: tamaño de la muestra o cantidad de elementos a encuestar.
- Z: nivel de confianza (95%)
- p: probabilidad a favor (cumple con los requisitos de nuestro estudio)
- q: probabilidad en contra (no cumple con los requisitos de nuestro estudio)
- N: tamaño de la población la cual ya conocemos su cantidad.
- e: margen de error deseado (5%)
- Nota: p y q serán 50%

$$n = \frac{(1.96)^2 (350)(0.50)(0.50)}{(0.05)^2 (350-1) + (1.96)^2 (0.50)(0.50)}$$

$$n = \frac{336.14}{1.8329}$$

$$r = 184$$

Anexo 7: Validación de la propuesta

DRA. JACKELINE MARGOT SALDAÑA MILLAN



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

POSGRADO
UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

VALIDACIÓN DE PROPUESTA (JUICIO DE EXPERTOS)

FICHA DE EVALUACIÓN DEL VOLUNTARIADO COMO ESTRATEGIA PARA MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA DEL ADULTO MAYOR EN UNA MUNICIPALIDAD DISTRITAL DE CHICLAYO.

Yo, Jackeline Margot Saldaña Millán, identificado con DNI N°40635167, con Grado Académico de Doctora en Administración de la Educación en la Universidad César Vallejo, con código de inscripción en SUNEDU.

Hago constar que he leído y revisado el **voluntariado como estrategia para mejorar la calidad de vida del adulto mayor**, correspondientes a la Tesis del mismo nombre, de la Maestría en Gestión Pública de la Universidad César Vallejo.

La propuesta contiene la siguiente estructura

1. Convocatoria y selección de voluntarios.
2. Inducción y formación.
3. Seguimiento y monitoreo.
4. Evaluación de resultados.

La propuesta corresponde a la tesis: "**El voluntariado como estrategia para mejorar la calidad de vida del adulto mayor**".

a. Pertinencia con la investigación

N°	CRITERIO	SI	NO	OBSERVACIONES
1	Pertinencia con el problema, objetivos e hipótesis de investigación.	x		
2	Pertinencia con las variables y dimensiones.	x		
3	Pertinencia con las dimensiones e indicadores.	x		
4	Pertinencia con los principios de la redacción científica (propiedad y coherencia).	x		
5	Pertinencia con los fundamentos teóricos	x		
6	Pertinencia con la estructura de la investigación	x		
7	Pertinencia de la propuesta con el diagnóstico del problema	x		

b. Pertinencia con la aplicación

N°	CRITERIO	SI	NO	OBSERVACIONES
1	Es aplicable al contexto de la investigación	x		
2	Soluciona el problema de la investigación	x		
3	Su aplicación es sostenible en el tiempo	x		
4	Es viable en sus aplicación	x		
5	Es aplicable a otras instituciones con características similares	x		

Luego de la evaluación minuciosa de la propuesta y realizadas las correcciones respectivas, los resultados son los siguientes:

Propuesta: VOLUNTARIADO COMO ESTRATEGIA PARA MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA DEL ADULTO MAYOR EN UNA MUNICIPALIDAD DISTRITAL DE CHICLAYO.			
APLICABILIDAD	CONTEXTUALIZACIÓN	PERTINENCIA	% DE LA PROPUESTA VALIDADA
95%	95%	95%	90%

DECISIÓN O FUNDAMENTACIÓN DEL EXPERTO:

OBSERVACIONES, la fundamentación de la propuesta relacionar con el marco con las teorías, el objetivo general. Gestionar el voluntariado como estrategia para mejorar la calidad de vida del adulto mayor en una municipalidad

Chiclayo, 18 de Julio del 2022.

Dra: Jackeline Margot Saldaña Millán, Código de registro de Sunedu.....x...

Centro de labores: Universidad Tecnológica del Perú: Docente



Dra. Jackeline Margot Saldaña Millan
DNI 40635167

**PERÚ**

Ministerio de Educación

Superintendencia Nacional de
Educación Superior UniversitariaDirección de Documentación e
Información Universitaria y
Registro de Grados y Títulos**REGISTRO NACIONAL DE GRADOS ACADÉMICOS Y TÍTULOS PROFESIONALES**

Graduado	Grado o Título	Institución
SALDAÑA MILLAN, JACKELINE MARGOT DNI 40635167	BACHILLER EN EDUCACION Fecha de diploma: 28/12/2004 Modalidad de estudios: - Fecha matrícula: Sin información (***) Fecha egreso: Sin información (***)	UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUÍZ GALLO <i>PERU</i>
SALDAÑA MILLAN, JACKELINE MARGOT DNI 40635167	MAGISTER EN EDUCACION CON MENCION EN DOCENCIA Y GESTION EDUCATIVA Fecha de diploma: 09/03/2013 Modalidad de estudios: - Fecha matrícula: Sin información (***) Fecha egreso: Sin información (***)	UNIVERSIDAD PRIVADA CÉSAR VALLEJO <i>PERU</i>
SALDAÑA MILLAN, JACKELINE MARGOT DNI 40635167	LICENCIADA EN EDUCACION, ESPECIALIDAD CIENCIAS NATURALES Fecha de diploma: 23/05/17 Modalidad de estudios: PRESENCIAL	UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUÍZ GALLO <i>PERU</i>
SALDAÑA MILLAN, JACKELINE MARGOT DNI 40635167	DOCTORA EN ADMINISTRACION DE LA EDUCACION Fecha de diploma: 29/12/17 Modalidad de estudios: PRESENCIAL Fecha matrícula: 05/01/2013 Fecha egreso: 31/12/2014	UNIVERSIDAD PRIVADA CÉSAR VALLEJO <i>PERU</i>

Dra. Bertila Hernández Fernández



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

POSGRADO
UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

VALIDACIÓN DE PROPUESTA (JUICIO DE EXPERTOS)

FICHA DE EVALUACIÓN DEL VOLUNTARIADO COMO ESTRATEGIA PARA MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA DEL ADULTO MAYOR EN UNA MUNICIPALIDAD DISTRITAL DE CHICLAYO.

Yo, Bertila Hernández Fernández identificado con DNI N° 16526129, con Grado Académico de Doctora en Gestión Pública y Gobernabilidad en la Universidad César Vallejo, con código de inscripción en SUNEDU

Hago constar que he leído y revisado el **voluntariado como estrategia para mejorar la calidad de vida del adulto mayor**, correspondientes a la Tesis del mismo nombre, de la Maestría en Gestión Pública de la Universidad César Vallejo.

La propuesta contiene la siguiente estructura:

1. Convocatoria y selección de voluntarios.
2. Inducción y formación.
3. Seguimiento y monitoreo.
4. Evaluación de resultados.

La propuesta corresponde a la tesis: "**El voluntariado como estrategia para mejorar la calidad de vida del adulto mayor**".

a. Pertinencia con la investigación

N°	CRITERIO	SI	NO	OBSERVACIONES
1	Pertinencia con el problema, objetivos e hipótesis de investigación.	x		
2	Pertinencia con las variables y dimensiones.	x		
3	Pertinencia con las dimensiones e indicadores.	x		
4	Pertinencia con los principios de la redacción científica (propiedad y coherencia).	x		
5	Pertinencia con los fundamentos teóricos	x		
6	Pertinencia con la estructura de la investigación	x		
7	Pertinencia de la propuesta con el diagnóstico del problema	x		

b. Pertinencia con la aplicación

N°	CRITERIO	SI	NO	OBSERVACIONES
1	Es aplicable al contexto de la investigación	x		
2	Soluciona el problema de la investigación	x		
3	Su aplicación es sostenible en el tiempo	x		
4	Es viable en sus aplicación	x		
5	Es aplicable a otras instituciones con características similares	x		

Luego de la evaluación minuciosa de la propuesta y realizadas las correcciones respectivas, los resultados son los siguientes:

Propuesta: VOLUNTARIADO COMO ESTRATEGIA PARA MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA DEL ADULTO MAYOR EN UNA MUNICIPALIDAD DISTRITAL DE CHICLAYO.			
APLICABILIDAD	CONTEXTUALIZACIÓN	PERTINENCIA	% DE LA PROPUESTA VALIDADA
95%	95%	95%	90%

DECISIÓN O FUNDAMENTACIÓN DEL EXPERTO:

OBSERVACIONES, la fundamentación de la propuesta relacionar con el marco con las teorías, el objetivo general. Gestionar el voluntariado como estrategia para mejorar la calidad de vida del adulto mayor en una municipalidad

Chiclayo, 18 de Julio del 2022.

Dra Bertila Hernández Fernández, Código de registro de Sunedu:.....X

Centro de labores: Universidad César Vallejo Cargo: Docente

Dra. Bertila Hernandez Fernández
DNI 16526129



PERÚ

Ministerio de Educación

Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria

Dirección de Documentación e Información Universitaria y Registro de Grados y Títulos

CONSTANCIA DE INSCRIPCIÓN EN EL REGISTRO NACIONAL DE GRADOS Y TÍTULOS

La Dirección de Documentación e Información Universitaria y Registro de Grados y Títulos, a través del Jefe de la Unidad de Registro de Grados y Títulos, deja constancia que la información contenida en este documento se encuentra previamente inscrita en el Registro Nacional de Grados y Títulos administrada por la Sunedu.

INFORMACIÓN DEL CIUDADANO

Apellidos	HERNANDEZ FERNANDEZ
Nombres	BERTILA
Tipo de Documento de Identidad	DNI
Numero de Documento de Identidad	16526129

INFORMACIÓN DE LA INSTITUCIÓN

Nombre	UNIVERSIDAD PRIVADA CÉSAR VALLEJO
Rector	LLEMPEN CORONEL HUMBERTO CONCEPCION
Secretario General	SANTISTEBAN CHAVEZ VICTOR RAFAEL
Director	PACHECO ZEBALLOS JUAN MANUEL

INFORMACIÓN DEL DIPLOMA

Grado Académico	DOCTOR
Denominación	DOCTORA EN GESTION PUBLICA Y GOBERNABILIDAD
Fecha de Expedición	09/04/18
Resolución/Acta	0093-2018-UCV
Diploma	052-031832
Fecha Matricula	05/08/2014
Fecha Egreso	31/12/2016

Fecha de emisión de la constancia:
07 de Junio de 2022



CÓDIGO VIRTUAL 0000768734

JESSICA MARTHA ROJAS BARRUETA
JEFA

Unidad de Registro de Grados y Títulos
Superintendencia Nacional de Educación
Superior Universitaria - Sunedu



Firmado digitalmente por:
Superintendencia Nacional de Educación
Superior Universitaria
Motivo: Servidor de
Agente automatizado.
Fecha: 07/06/2022 11:11:45-0500

Esta constancia puede ser verificada en el sitio web de la Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria - Sunedu (www.sunedu.gob.pe), utilizando lectora de códigos o teléfono celular enfocando al código QR. El celular debe poseer un software gratuito descargado desde internet.

Documento electrónico emitido en el marco de la Ley N° Ley N° 27269 - Ley de Firmas y Certificados Digitales, y su Reglamento aprobado mediante Decreto Supremo N° 052-2008-PCM.

(*) El presente documento deja constancia únicamente del registro del Grado o Título que se señala.

Dra. Mercedes Alejandrina Collazos Alarcón



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

POSGRADO
UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

VALIDACIÓN DE PROPUESTA (JUICIO DE EXPERTOS)

FICHA DE EVALUACIÓN DEL VOLUNTARIADO COMO ESTRATEGIA PARA MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA DEL ADULTO MAYOR EN UNA MUNICIPALIDAD DISTRITAL DE CHICLAYO.

Yo, Mercedes Alejandrina Collazos Alarcón, identificado con DNI N° 16480577, con Grado Académico de Doctora en Gestión Pública y Gobernabilidad en la Universidad César Vallejo, con código de inscripción en SUNEDU

Hago constar que he leído y revisado el **voluntariado como estrategia para mejorar la calidad de vida del adulto mayor**, correspondientes a la Tesis del mismo nombre, de la Maestría en Gestión Pública de la Universidad César Vallejo.

La propuesta contiene la siguiente estructura:

1. Convocatoria y selección de voluntarios.
2. Inducción y formación.
3. Seguimiento y monitoreo.
4. Evaluación de resultados.

La propuesta corresponde a la tesis: **“El voluntariado como estrategia para mejorar la calidad de vida del adulto mayor”**.

a. Pertinencia con la investigación

N°	CRITERIO	SI	NO	OBSERVACIONES
1	Pertinencia con el problema, objetivos e hipótesis de investigación.	x		
2	Pertinencia con las variables y dimensiones.	x		
3	Pertinencia con las dimensiones e indicadores.	x		
4	Pertinencia con los principios de la redacción científica (propiedad y coherencia).	x		
5	Pertinencia con los fundamentos teóricos	x		
6	Pertinencia con la estructura de la investigación	x		
7	Pertinencia de la propuesta con el diagnóstico del problema	x		


**VALIDACIÓN DE PROPUESTA
(JUICIO DE EXPERTOS)**
FICHA DE EVALUACIÓN DEL VOLUNTARIADO COMO ESTRATEGIA PARA MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA DEL ADULTO MAYOR EN UNA MUNICIPALIDAD DISTRITAL DE CHICLAYO.

Yo, Mercedes Alejandrina Collazos Alarcón, identificado con DNI N° 16480577, con Grado Académico de Doctora en Gestión Pública y Gobernabilidad en la Universidad César Vallejo, con código de inscripción en SUNEDU

Hago constar que he leído y revisado el **voluntariado como estrategia para mejorar la calidad de vida del adulto mayor**, correspondientes a la Tesis del mismo nombre, de la Maestría en Gestión Pública de la Universidad César Vallejo.

La propuesta contiene la siguiente estructura:

1. Convocatoria y selección de voluntarios.
2. Inducción y formación.
3. Seguimiento y monitoreo.
4. Evaluación de resultados.

La propuesta corresponde a la tesis: **“El voluntariado como estrategia para mejorar la calidad de vida del adulto mayor”**.

a. Pertinencia con la investigación

Nº	CRITERIO	SI	NO	OBSERVACIONES
1	Pertinencia con el problema, objetivos e hipótesis de investigación.	X		
2	Pertinencia con las variables y dimensiones.	X		
3	Pertinencia con las dimensiones e indicadores.	X		
4	Pertinencia con los principios de la redacción científica (propiedad y coherencia).	X		
5	Pertinencia con los fundamentos teóricos	X		
6	Pertinencia con la estructura de la investigación	X		
7	Pertinencia de la propuesta con el diagnóstico del problema	X		



PERÚ

Ministerio de Educación

Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria

Dirección de Documentación e Información Universitaria y Registro de Grados y Títulos

CONSTANCIA DE INSCRIPCIÓN EN EL REGISTRO NACIONAL DE GRADOS Y TÍTULOS

La Dirección de Documentación e Información Universitaria y Registro de Grados y Títulos, a través de la Jefa de la Unidad de Registro de Grados y Títulos, deja constancia que la información contenida en este documento se encuentra inscrita en el Registro Nacional de Grados y Títulos administrada por la Sunedu.

INFORMACIÓN DEL CIUDADANO

Apellidos	COLLAZOS ALARCON
Nombres	MERCEDES ALEJANDRINA
Tipo de Documento de Identidad	DNI
Numero de Documento de Identidad	16480577

INFORMACIÓN DE LA INSTITUCIÓN

Nombre	UNIVERSIDAD PRIVADA CÉSAR VALLEJO
Rector	LLEMPEN CORONEL HUMBERTO CONCEPCION
Secretario General	SANTISTEBAN CHAVEZ VICTOR RAFAEL
Director	PACHECO ZEBALLOS JUAN MANUEL

INFORMACIÓN DEL DIPLOMA

Grado Académico	DOCTOR
Denominación	DOCTORA EN GESTION PUBLICA Y GOBERNABILIDAD
Fecha de Expedición	09/04/18
Resolución/Acta	0093-2018-UCV
Diploma	052-031812
Fecha Matricula	05/08/2014
Fecha Egreso	31/12/2016

Fecha de emisión de la constancia:
20 de Julio de 2022



CÓDIGO VIRTUAL 0000827745

JESSICA MARTHA ROJAS BARRUETA
JEFA
Unidad de Registro de Grados y Títulos
Superintendencia Nacional de Educación
Superior Universitaria - Sunedu



Firmado digitalmente por:
Superintendencia Nacional de Educación
Superior Universitaria
Motivo: Servidor de
Agente automatizado.
Fecha: 20/07/2022 15:40:44-0500

Esta constancia puede ser verificada en el sitio web de la Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria - Sunedu (www.sunedu.gob.pe), utilizando lectora de códigos o teléfono celular enfocando al código QR. El celular debe poseer un software gratuito descargado desde Internet.

Documento electrónico emitido en el marco de la Ley N° 27269 - Ley de Firmas y Certificados Digitales, y su Reglamento aprobado mediante Decreto Supremo N° 052-2008-PCM.

(*) El presente documento deja constancia únicamente del registro del Grado o Título que se señala.