



# FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de Psicología

“PERCEPCIÓN DEL ENVEJECIMIENTO EN ADULTOS  
MAYORES DE UN CENTRO PARA EL ADULTO MAYOR DEL  
DISTRITO DE LOS BAÑOS DEL INCA – CAJAMARCA, 2020”

Tesis para optar el título profesional de:

Licenciada en Psicología

Autoras:

Ingrit Lesly Sánchez Araujo

Yulisa Mardelí Tantaleán Vásquez

Asesor:

Mg. Andy Rick Sánchez Villena

Cajamarca - Perú

2021

## ACTA DE AUTORIZACIÓN PARA SUSTENTACIÓN DE TESIS

El asesor digite el nombre del asesor, docente de la Universidad Privada del Norte, Facultad de Elija un elemento, Carrera profesional de Elija un elemento, ha realizado el seguimiento del proceso de formulación y desarrollo de la tesis de los estudiantes:

- Sánchez Araujo Ingrit Lesly
- Tantaleán Vásquez Yulisa Mardelí

Por cuanto, **CONSIDERA** que la tesis titulada: “Percepción del envejecimiento en personas adultas mayores del CIAM del distrito de los Baños del Inca – Cajamarca, 2020” para aspirar al título profesional de: Licenciado en Psicología por la Universidad Privada del Norte, reúne las condiciones adecuadas, por lo cual, **AUTORIZA** al o a los interesados para su presentación.

---

Lic. Andy Rick Sánchez Villena  
Asesor

### ACTA DE APROBACIÓN DE LA TESIS

Los miembros del jurado evaluador asignados han procedido a realizar la evaluación de la tesis de los estudiantes: *Haga clic o pulse aquí para escribir texto*, para aspirar al título profesional con la tesis denominada: *Haga clic o pulse aquí para escribir texto*.

Luego de la revisión del trabajo, en forma y contenido, los miembros del jurado concuerdan:

**Aprobación por unanimidad**

**Aprobación por mayoría**

Calificativo:

Excelente [20 - 18]

Sobresaliente [17 - 15]

Bueno [14 - 13]

Calificativo:

Excelente [20 - 18]

Sobresaliente [17 - 15]

Bueno [14 - 13]

Desaprobado

Firman en señal de conformidad:

---

Ing./Lic./Dr./Mg. Nombre y Apellidos  
Jurado  
Presidente

---

Ing./Lic./Dr./Mg. Nombre y Apellidos  
Jurado

---

Ing./Lic./Dr./Mg. Nombre y Apellidos  
Jurado

## **DEDICATORIA**

El presente trabajo investigativo lo dedicamos principalmente a Dios y a nuestros padres, por su amor, trabajo y sacrificio en todos estos años.

A nuestras hermanas (os) por estar siempre presentes, acompañándonos y por el apoyo moral, que nos brindaron a lo largo de esta etapa de nuestras vidas.

A todas las personas que nos han ayudado y han hecho que el trabajo se realice con éxito en especial a aquellos que nos abrieron las puertas y compartieron sus conocimientos

Yulisa e Ingrit

## **AGRADECIMIENTO**

Agradecemos a Dios y a nuestros padres por confiar y creer en nuestros sueños, por los consejos, valores y principios que nos han inculcado a lo largo de nuestras vidas.

Agradecemos a nuestros docentes y compañeros, por haber compartido sus conocimientos para que esta investigación se realice.

Yulisa e Ingrit

### Tabla de contenidos

ACTA DE AUTORIZACIÓN PARA SUSTENTACIÓN DE TESIS	2
ACTA DE APROBACIÓN DE LA TESIS	3
DEDICATORIA	4
AGRADECIMIENTO	5
RESUMEN	8
INTRODUCCIÓN	9
METODOLOGÍA	14
RESULTADOS	21
DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	24
REFERENCIAS	31
ANEXOS	33

## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1</b> <i>Nivel General de la Percepción del Envejecimiento</i>	24
<b>Tabla 2</b> <i>Percepción física del Envejecimiento, según sexo</i>	24
<b>Tabla 3</b> <i>Percepción psicológica del Envejecimiento, según sexo</i>	25
<b>Tabla 4</b> <i>Percepción social del Envejecimiento, según sexo</i>	25

## RESUMEN

La investigación tuvo como objetivo general describir la percepción del envejecimiento en los adultos mayores del Centro Integral del Adulto Mayor (CIAM) del distrito de Los Baños del Inca - Cajamarca 2020. Para recolectar la información se utilizó el cuestionario de percepción del adulto mayor con respecto a su proceso de envejecimiento, el cual constaba de 18 ítems enfocados en las dimensiones física, psicológica y social. Este instrumento fue aplicado a 25 varones y 25 mujeres adultas mayores. La investigación es transversal no analítica, de enfoque cuantitativo y diseño descriptivo, ya que proporciona una descripción a partir de la búsqueda y análisis de información recolectada a través de mediciones. Para analizar los datos se utilizaron análisis porcentuales y análisis de frecuencias a través del paquete estadístico para ciencias sociales (Statistical Package for the Social Sciences – SPSS versión 24). Los resultados obtenidos indicaron que el 38% en los adultos mayores del CIAM del distrito de Los Baños del Inca, muestran una percepción favorable sobre su envejecimiento, el 34% muestra una percepción medianamente favorable y el 28% una percepción desfavorable. A partir de ello, se concluye que los adultos mayores del CIAM del distrito de Los Baños del Inca, presentan una percepción favorable sobre su envejecimiento en un 38%, y una percepción desfavorable en un 28%.

**Palabras clave:** Envejecimiento, Percepción.

## CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN

Los altos índices de violencia intrafamiliar, jubilaciones forzadas y el estado de abandono ubican a la población adulta mayor, en el estatuto de población vulnerable (Cachi, 2010) Muchas organizaciones obligan a los poderes políticos, religiosos y económicos de los diferentes países a invertir en la calidad de vida, impulsándolos a fomentar la toma de decisiones, actividades sociales y promover la jubilación voluntaria (González y De la Fuente, 2014)

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2018) se prevé un incremento sustancial entre los años 2015 y 2050, ya que el porcentaje de los habitantes del planeta mayores de 60 años (personas de la tercera edad) casi se duplicará, pasando del 12% al 22% de habitantes. Para lo cual la población mundial deberá estar preparada para enfrentarse a los nuevos cambios.

En América Latina, el envejecimiento está ocurriendo a una velocidad mayor que la experimentada históricamente por los países desarrollados en Europa y Asia, lo cual incita a pronosticar un crecimiento de la población adulta mayor a un ritmo de 3,5% en el período 2020-2025. Tres veces más rápido que el índice de crecimiento de la población total (Comisión Económica para América Latina y el Caribe [CEPAL], 2018).

Nuestro país no es ajeno a estos eventos exponenciales de crecimiento poblacional de adultos mayores ya que, en las diferentes regiones del Perú, según el informe técnico del Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2019), la proporción de la población adulta mayor aumenta de 5,7% en el año 1950 a 9,9% en el año 2016.

Los departamentos donde se concentra el mayor número de Adultos Mayores son: Lima y Callao (709,150), Piura (127,994), Puno (127,757), La Libertad (126,497), Cajamarca (118,095), Ancash (104,101), Cusco (98,481), Junín (97,875) y Arequipa (93,717). Asimismo,

a nivel nacional 74,95% (1, 558,356) de los Adultos Mayores se encuentran en el área urbana y 25,05% (520,779) en el área rural (INEI, 2019).

En Cajamarca existen servicios dirigidos a la atención del adulto mayor, uno de ellos es el del Centro Integral del Adulto Mayor (CIAM), el cual es el encargado de facilitar ambientes públicos que permitan integrar a personas de este grupo etario de manera voluntaria y que residen cerca de la organización, con el fin de brindar un espacio de aprendizaje y recreación para mejorar su calidad de vida.

Sin embargo, son pocos los estudios a nivel local que permiten informar el punto de vista de los adultos mayores sobre su envejecimiento. Es por ello que se realiza dicha investigación tendiendo en consideración la siguiente pregunta: ¿Cuál es la percepción del envejecimiento en los adultos mayores del CIAM del distrito de Los Baños del Inca – Cajamarca, 2020?

Ante este cuestionamiento, surgen las subsecuentes preguntas específicas: ¿Cuál es la percepción del envejecimiento físico, según el sexo en los adultos mayores del CIAM del distrito de Los Baños del Inca – Cajamarca, 2020?, ¿Cuál es la percepción del envejecimiento psicológico, según el sexo en los adultos mayores del CIAM del distrito de Los Baños del Inca – Cajamarca, 2020?, ¿Cuál es la percepción del envejecimiento social, según el sexo en los adultos mayores del CIAM del distrito de Los Baños del Inca – Cajamarca, 2020?

La pregunta mencionada anteriormente promueve el compromiso de las investigadoras para poder dar respuestas a esta problemática a través del siguiente objetivo general describir la percepción del envejecimiento en los adultos mayores del CIAM del distrito de Los Baños del Inca – Cajamarca, 2020.

Ante ello, surgen los siguientes objetivos específicos enfocados en describir la percepción del envejecimiento físico, según el sexo en los adultos mayores del CIAM del distrito de Los Baños del Inca – Cajamarca, 2020, describir la percepción del envejecimiento

psicológico, según el sexo en los adultos mayores del CIAM del distrito de Los Baños del Inca

– Cajamarca, 2020, describir la percepción del envejecimiento social, según el sexo en los adultos mayores del CIAM del distrito de Los Baños del Inca – Cajamarca, 2020.

Alonso et al., (2010) investigaron sobre las percepciones del envejecimiento y bienestar en adultos mayores del hogar geriátrico San Camilo en Barranquilla, Colombia, encontrando que su percepción está influenciada por la familia, la idiosincrasia y la espiritualidad; asimismo, 1 de cada 10 tiene percepciones desfavorables, los hombres con percepciones más favorables al no considerarse viejos y en las mujeres el envejecimiento está asociado a la menopausia, lo cual predispone hacia una perspectiva desfavorable.

Otro estudio, realizado en el mismo país, fue dado por Melguiso et al., (2014) quienes investigaron acerca de la percepción de la calidad de vida de los adultos mayores en Centros de Protección del Adulto Mayor, encontrando que los factores más relevantes en cuanto a la percepción que tiene el adulto mayor de su vejez son, con mayor puntaje, la plenitud espiritual ( con un promedio de 9,0) y el apoyo comunitario (con un promedio de 8.2) y con menor puntaje, la aceptación social y autocuidado (con un promedio de 7,1)

A nivel nacional, Asto y Huaman (2014) investigaron sobre la percepción del proceso de envejecimiento del adulto mayor de la Asociación *Virgen de la Puerta* del distrito de Huancavelica, encontrando a 88,5% de participantes con percepción desfavorable y el 11, 5% con percepción favorable; respecto a dimensión psicológica y social se identificó que el 73,1% mostraron una percepción desfavorable y el 26,9% una percepción favorable; según la dimensión física el 53,8% mostró una percepción desfavorable y el 46,2% favorable.

A nivel local, Bardales y Arroyo (2018) describen la percepción del proceso del envejecimiento en adultos mayores del Centro Integral del Adulto Mayor (CIAM) de la ciudad de Cajamarca, obteniendo que 45,8% de adultos mayores tiene una percepción medianamente favorable sobre su envejecimiento. Tomando en consideración las dimensiones físicas,

psicológicas y sociales, fueron ubicadas en la categoría medianamente favorable, con un 62,5%, 49,3% y 67,4% respectivamente.

Al hablar de percepción, nos referimos a un proceso a nivel cognitivo en el cual interfieren los sentidos; a partir de ellos, el ser humano logra interpretar una realidad de acuerdo a las circunstancias que va atravesando en su vida cotidiana, como sus experiencias, aprendizajes, vivencias, etc. (Salazar et al., 2012).

No todos los adultos mayores perciben el envejecimiento de la misma forma, ya que estas percepciones van a ser influenciadas por distintas condiciones como el nivel de capacidad funcional, la propia personalidad y las oportunidades que le brinda el medio social y familiar donde se desarrolla. Estas condiciones darán un valor (favorable o desfavorable) a la percepción de su propio envejecimiento (Catellano, 2014).

Un patrón común de la percepción sobre la vejez es la de minusvalía y discapacidad a nivel físico, causado por una avanzada edad cronológica (Tejada, 2007). Sin embargo, desde el punto de vista del adulto mayor, esta percepción se relaciona a una afectación en diferentes dimensiones que abarcan no solo su ámbito físico, sino también su vida social, económica, cultural y familiar, lo cual, dificulta la aceptación de su propia condición, debido a las diferentes funciones que va perdiendo de forma paulatina (Alvarado y Salazar, 2014).

Por otro lado, el envejecimiento del ser humano comprende diferentes cambios a nivel físico, psicológico y social. Este es un proceso cíclico y natural que se caracteriza por ser heterogéneo e irreversible, iniciando desde la concepción de la persona, la cual se va desarrollando durante el transcurso de su vida, hasta culminar con su muerte (Guerrero y Ojeda, 2016).

Hayflick (1999) menciona que no todo organismo vivo envejece de la misma forma, sino más bien existen factores a nivel biológico, psicológico y social que pueden acelerar o frenar el proceso de envejecimiento de manera individual, estos a la vez influyen en la

percepción que puedan tener en dicho proceso, ya que a nivel biológico, la vitalidad de los adultos mayores se ve afectada debido a los cambios físicos que presentan, es por ello que requieren de grupos de apoyo.

La valoración positiva que desarrolle el adulto mayor, en relación a la percepción de su vejez, dependerá en gran medida de un sentido de inclusión, apoyo social, relaciones afectivas y el refuerzo positivo del entorno. Pero también, si el adulto mayor evidencia actitudes de desvalorización, aislamiento y subestimación, estas influirían negativamente en la percepción de su vejez (Castellanos, 2014; Mamani y Miranda, 2014).

Es por ello que, es importante enfocar investigaciones con adultos mayores que permitan identificar la percepción sobre su envejecimiento a través de factores a nivel físico, psicológico y social, con el fin de conocer a través de estudios científicos, como perciben su realidad los adultos mayores que forman parte de un centro de apoyo como lo es el CIAM; ya que, a partir de éste tipo de investigaciones se puede tener una mayor base científica para realizar futuros proyectos que contribuyan al bienestar de dicha población.

## CAPÍTULO II. METODOLOGÍA

### 2.1. Tipo de investigación

La presente investigación es transversal no analítica, de enfoque cuantitativo y diseño descriptivo, ya que proporciona una descripción a partir de la búsqueda y análisis de información recolectada a través de mediciones; es decir, se representa a través de cantidades; por ende, su análisis deberá ser realizado mediante procesos estadísticos. (Hernández et al., 2014)

### 2.2. Población y muestra

#### 2.2.1. Población

La población de la presente investigación estuvo constituida por 600 personas adultas mayores pertenecientes al CIAM del distrito de los Baños del Inca, Cajamarca, cuyas edades oscilan entre 60 y 90 años.

#### 2.2.2. Muestra

Se utilizó un muestreo no probabilístico por conveniencia, ya que los participantes fueron elegidos en función a la accesibilidad facilitada por la responsable del Centro Integral del Adulto Mayor (CIAM) del distrito de Baños del Inca. En base a ello, la muestra estuvo conformada por 50 (100%) personas adultas mayores, de los cuales 10 (20%) pertenecían a la zona de Santa Bárbara, 13 (26%) a la zona de Otuzco, 6 (12%) a la zona de Tartar, 4 (8%) a la zona de Puylucana y 17 (34%) a la zona de Baños del Inca.

Respecto a la edad, 32 (64%) personas adultas mayores comprendían las edades de 60 a 70 años, 14 (28%) comprendían las edades de 71 a 80 años y los 4 (8%) restante comprendían las edades de 81 a 90 años. Respecto al sexo, 25 (50%) personas adultas mayores pertenecían al sexo masculino y los 25 restantes (50%) pertenecían al sexo femenino. Respecto al estado civil, 6 (12%) personas adultas mayores eran solteros, 25 (50%) eran casados, 9 (18%) eran convivientes, 8 (16%) eran viudos y 2 (4%) eran divorciados.

La muestra fue seleccionada tomando en consideración criterios o características que, según las investigadoras, fueron necesarias para una adecuada participación de las personas de la tercera edad, por ello se tomaron en cuenta a adultos mayores pertenecientes, desde hace 6 meses, al programa del CIAM del distrito de los Baños del Inca – Cajamarca, que deseen participar de manera voluntaria y que tengan la capacidad de llenar el cuestionario; es decir, contar con el uso adecuado de sus facultades cognitivas.

#### *Criterios de Exclusión:*

Los participantes serían excluidos de la investigación en caso no pertenecieran desde hace 6 meses al programa del CIAM del distrito de los Baños del Inca – Cajamarca, que presenten alteraciones mentales, deterioro cognitivo o sordera total, que se encuentren bajo tratamiento médico – farmacológico, que no cuenten con los medios necesarios para comunicarnos o que no deseen participar voluntariamente en la investigación.

### **2.3. Técnicas e instrumentos de recolección y análisis de datos**

#### **2.3.1. Técnicas**

Se aplicó un cuestionario enfocado en la variable de estudio, el cual presentaba una serie de preguntas estandarizadas que permitieron la recolección de información de los participantes; por otro lado, dicho cuestionario estuvo acorde con el planteamiento del problema y la hipótesis. (Hernández et al., 2014)

#### **2.3.2. Instrumentos de recolección de datos**

##### **2.3.2.1. Escala de Percepción del adulto mayor con respecto a su proceso de envejecimiento.**

##### **Ficha técnica**

Nombre de la prueba	Cuestionario de Percepción del adulto mayor con respecto a su proceso de envejecimiento.
Autora	Olivia Janhayde Tejada Puerta
Año de creación	2006
Procedencia	Lima – Perú
Modalidad de aplicación	Colectiva e individual
Duración	Colectiva: 30 minutos Individual: 15 minutos
Ámbito de aplicación	Adultos mayores de 60 a más años con capacidad de responder.
Dimensiones	3 dimensiones
Número total de reactivos	18
Confiabilidad de prueba total	0,58
Materiales	Cuestionario y hoja de calificación

La escala de percepción del adulto mayor con respecto a su proceso de envejecimiento es de tipo Lickert, fue creada por Tejada (2007), y aplicada por Bardales y Aroyo (2018). Este instrumento presenta tres componentes: la percepción física, psicológica y social que tienen las personas adultas mayores con respecto a su envejecimiento; sin embargo, cada uno de los componentes presenta seis ítems, primero, si está de acuerdo y el valor del ítem es positivo = 3, si está de acuerdo y el valor del ítem es negativo = 1, si está indeciso y ya sea el ítem con valor positivo o negativo = 2, si está de acuerdo y el valor del ítem es positivo = 1 y si está en desacuerdo y el valor del ítem es negativo = 3. Finalmente, a partir del puntaje general, se procede a categorizar según los puntajes obtenidos.

**Categorización de los puntajes obtenidos:**

- **General**

Desfavorable	18 – 35
Medianamente favorable	36 – 42
Favorable	43 – 54

- **Dimensión física**

Desfavorable	6-9
Medianamente favorable	10-15
Favorable	16 –18

- **Dimensión psicológica**

Desfavorable	6 -13
Medianamente favorable	14 – 16
Favorable	17 –18

- **Dimensión social**

Desfavorable	6 – 10
Medianamente favorable	11 – 14
Favorable	15 –18

El instrumento tiene una validez de estructura interna, demostrada mediante correlación item test y validez de contenido mediante juicio de expertos.

La validez y la confiabilidad del instrumento fueron elaboradas por Bardales y

Arroyo (2018), tanto la validez como la confiabilidad obtuvieron un valor de 0,58, por alfa de Crombach. No obstante se aplicó un estudio cualitativo y cuantitativo en el cual el valor de la confiabilidad es de 0,76.

La escala de percepción con respecto a su proceso de envejecimiento fue trabajada por diferentes autores; sin embargo, para la presente investigación se tomará la adaptación realizada por Bardales y Arroyo (2018), ya que fue trabajada en Cajamarca.

#### **2.4. Procedimiento**

Para el desarrollo de la presente investigación, se realizó, como primer punto, una búsqueda de instrumentos psicométricos, tomando en cuenta criterios como: estandarización al contexto local, referentes netamente al tema y comprensibles para personas en estado de vulnerabilidad, luego de seleccionado el instrumento, se procedió a la realización del permiso a la representante del CIAM del distrito de Los Baños del Inca para la aplicación. Debido al estado de emergencia y a la alta vulnerabilidad que presentó esta población, se decidió aplicar la prueba vía telefónica, teniendo la autorización de la responsable, para ello se hizo uso de un guión elaborado por las propias investigadoras (Ver anexo N°1), que junto al consentimiento informado (Ver anexo N°2), se pretendió unificar el proceso de comunicación con cada uno de los participantes y, de esta manera, no omitir ninguna información importante, mencionando aspectos como: el objetivo, la finalidad de la prueba y la confidencialidad de sus respuestas; asimismo, la participación voluntaria de cada una de las personas de la tercera edad. Dicha información fue registrada a través de una grabación de llamada con una duración de 15 min por persona. Asimismo, las respuestas recibidas de los participantes fueron

agregadas directamente en un Excel elaboradas por las investigadoras, con el fin de facilitar el proceso de resultados. (Ver anexo N°3)

## **2.5. Análisis de datos.**

Durante la aplicación y calificación de la escala se registraban las respuestas en una matriz Excel elaborada por las investigadoras, en la cual se pasaron los datos obtenidos de los participantes. Luego, se exportó al programa estadístico SPSS en su versión 24 y de esa manera poder realizar el análisis correspondiente a partir de la confidencialidad de la prueba original, para luego trabajar con los resultados descriptivos y poder interpretar de manera adecuada los resultados, el análisis de frecuencias, de porcentajes y tablas cruzadas para un mejor análisis de las características de la población.

## **2.6. Consideraciones éticas**

La presente investigación fue realizada teniendo en consideración el principio ético de integridad, ya que se busca promover la exactitud, honestidad y veracidad de todo lo relacionado con este estudio (APA, 2003); es por ello que, mediante la utilización de citas y referencias establecidas por la American Psychological Association (APA) en su sexta edición, se pretende respetar el derecho a la autoría tanto de las fuentes bibliográficas como de los instrumentos de medida y recolección de datos.

Asimismo, se tuvo en consideración el principio de respeto por los derechos y la dignidad de las personas (APA, 2003), puesto que todos los involucrados, la responsable del Centro Integral del Adulto Mayor y los participantes, estuvieron informados sobre el objetivo y la finalidad de la investigación, información que puede ser corroborada en el documento de autorización institucional brindada por la responsable del Centro Integral del Adulto Mayor (CIAM) del distrito de los Baños del Inca, así como también en los consentimientos informados destinados a las personas adultas mayores.

Por último, se tuvo en cuenta el principio de confidencialidad en los informes de los resultados obtenidos (APA, 2003), ya que éstos solo serán utilizados para fines de la investigación.

### CAPÍTULO III. RESULTADOS

Para la presente investigación se pudo extraer los resultados a partir del análisis respecto al instrumento utilizado. A continuación, se presentarán dichos análisis, comenzando por la confiabilidad, para continuar con el resultado de cada uno de los objetivos planteados.

#### 3.1 Análisis del Instrumento

Escala de Percepción del adulto mayor con respecto a su proceso de envejecimiento

Para la presente investigación se halló una confiabilidad de 737, lo cual significa que presenta un adecuado nivel de confiabilidad en la población de estudio. Según Hernández y Pascual (2018) quienes citan a Hurtado (2012) pp.3, indica que si el coeficiente oscila entre 0.5 y 0.8 es bueno.

#### 3.2 Resultados Descriptivos

**Tabla 1**

*Nivel General de la Percepción del Envejecimiento*

	Frecuencia	Porcentaje
Válido Desfavorable	14	28,0
Medianamente favorable	17	34,0
Favorable	19	38,0
Total	50	100,0

Nota: Elaboración propia.

Según la tabla 1, los resultados revelan que el 28% en los adultos mayores muestran una percepción desfavorable respecto a su envejecimiento, el 34% de las personas de la tercera edad presentan una percepción de su envejecimiento medianamente desfavorable, mientras que el 38% restante muestra una percepción favorable sobre su envejecimiento.

**Tabla 2**

*Percepción física del Envejecimiento, según sexo*

		Niveles de la Percepción del Envejecimiento			
		Desfavorable	Medianamente favorable	Favorable	Total
Sexo	Hombre	24,0%	60,0%	16,0%	100%
	Mujer	16,0%	72,0%	12,0%	100%

Nota: Elaboración propia.

Según la tabla 2, el 24% de los hombres evaluados mostraron una percepción física desfavorable respecto a su envejecimiento, mientras que las mujeres presentaron dicha percepción en un 16%. En función a una percepción física medianamente favorable sobre su envejecimiento, el 60% corresponde al sexo masculino mientras el 72% al sexo femenino. Por otro lado, presentaron una percepción física favorable respecto a su envejecimiento un 16% de adultos mayores pertenecientes al sexo masculino, mientras que el 12% al sexo femenino.

**Tabla 3**

*Percepción psicológica del Envejecimiento, según sexo*

		Niveles de la Percepción del Envejecimiento			
		Desfavorable	Medianamente favorable	Favorable	Total
Sexo	Hombre	36,0%	40,0%	24,0%	100%
	Mujer	20,0%	56,0%	24,0%	100%

Nota: Elaboración propia.

Según la tabla 3, el 36% de los hombres evaluados mostraron una percepción psicológica desfavorable respecto a su envejecimiento, mientras que las mujeres presentaron dicha percepción en un 20%. En función a una percepción psicológica medianamente favorable sobre su envejecimiento, el 40% corresponde al sexo masculino mientras el 56% al sexo femenino. Por otro lado, presentaron una percepción psicológica favorable respecto a su envejecimiento un 24% de adultos mayores pertenecientes al sexo masculino, mismo porcentaje identificado en sexo femenino.

**Tabla 4**

*Percepción social del Envejecimiento, según sexo*

		Niveles de la Percepción del Envejecimiento			
		Desfavorable	Medianamente favorable	Favorable	Total
Sexo	Hombre	12,0%	52,0%	36,0%	100%
	Mujer	24,0%	56,0%	20,0%	100%

Nota: Elaboración propia.

Según la tabla 4, el 12% de los hombres evaluados mostraron una percepción social desfavorable respecto a su envejecimiento, mientras que las mujeres presentaron dicha percepción en un 24%. En función a una percepción social medianamente favorable sobre su envejecimiento, el 52% corresponde al sexo masculino mientras el 56% al sexo femenino. Por otro lado, presentaron una percepción social favorable respecto a su envejecimiento un 36% de adultos mayores pertenecientes al sexo masculino, mientras que el 20% al sexo femenino.

## CAPÍTULO IV. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

### 4.1 Discusión

La presente investigación tuvo como objetivo describir la percepción general del envejecimiento en los adultos mayores del CIAM del distrito de Los Baños del Inca – Cajamarca, 2020. Ya que, al ser consideradas población vulnerable, la valoración perceptiva de su propio envejecimiento, es influenciada por los diferentes cambios a nivel físico, psicológico y social. Para ello, se realizó un análisis descriptivo de los niveles generales de percepción del envejecimiento en los adultos mayores del CIAM del distrito de Los Baños del Inca – Cajamarca, 2020. Asimismo, se describió la percepción del envejecimiento físico, psicológico y social, según el sexo de los adultos mayores del CIAM del distrito de Los Baños del Inca – Cajamarca, 2020.

De los resultados obtenidos, se encontró que el 28% de adultos mayores presenta una percepción desfavorable del envejecimiento, mientras que el 34% evidenciaron una percepción medianamente desfavorable, seguido del 38% restante, los cuales mostraron una percepción favorable sobre su envejecimiento.

Este resultado, con alto porcentaje de una percepción favorable, se explica debido a que muchos de los adultos mayores valoran su perspectiva de envejecimiento en relación al sentimiento de vitalidad que les generan realizar actividades compartidas con personas de similares características sociodemográficas (Bardales y Arroyo, 2018). Es por ello que, teniendo en cuenta que los adultos mayores, al ser beneficiarios de diferentes programas sociales como el CIAM (Centro de atención del Adulto Mayor), suelen estar en constante contacto con sus pares y personal a cargo realizando actividades lúdicas, educativas, etc. (MIMP, 2009). Sin embargo, es importante mencionar que el porcentaje de percepción medianamente desfavorable que se encontró, puede explicarse debido a la influencia del Covid

– 19 y las respectivas acciones de asilamiento que se tomaron en cuenta, a partir de la proliferación de esta pandemia.

La evidencia teórica también nos señala que el adulto mayor genera una percepción favorable de su envejecimiento, en función del grado de acompañamiento y soporte que perciba de su entorno social (Castellano, 2014). En contraste, una perspectiva negativa del adulto mayor respecto al envejecimiento está más ligada a conductas de desvalorización, maltrato, aislamiento y subestimación, tanto del entorno como de sus familias (Castellanos, 2014; Mamani y Miranda, 2014).

Asimismo, la evidencia empírica presentada por Alonso et al., (2010) avalan los hallazgos encontrados en el presente estudio, ya que según manifiestan solo 1 de cada 10 adultos mayores, presentan percepciones negativas o desfavorables relacionadas a una discapacidad física. Mientras que un número elevado de adultos mayores presentan percepciones favorables de su envejecimiento, debido a que muchos de ellos en tanto pasen más tiempo en ambientes seguros, perciben este proceso como un espacio de esparcimiento y de libertad. Siguiendo este aporte, Melguizo et al., (2014) manifiestan haber encontrado dos factores relevantes en cuanto a la valoración positiva de percepción de la vejez del adulto mayor en los centros de protección colombianos. Por un lado, la plenitud espiritual (9.0) y por otro; el apoyo comunitario e institucional del centro (8.2), sugiriendo que dichos factores deben ser supervisados y reforzados periódicamente. En contraste a los resultados de esta investigación, cabe mencionar que Asto y Huamán (2014) encontraron mayores índices de percepción desfavorable en un 88,5% y solo un 11, 5% de percepción favorable, estos resultados contradicen lo encontrado, debido a que como menciona los autores, los adultos mayores no aceptan los cambios, presentando una gran dificultad para ellos aceptar los cambios funcionales a nivel físico, psicológico y social, que el proceso de envejecimiento conlleva.

En lo que corresponde, al análisis descriptivo del nivel de percepción física del

envejecimiento en cuanto al sexo de los adultos mayores del CIAM del distrito de Los Baños del Inca – Cajamarca, 2020. Se encontró que un 24% de adultos mayores del sexo masculino y un 16% de adultos mayores de sexo femenino, presentan una percepción física desfavorable sobre su envejecimiento. En tanto el 60% de adultos mayores del sexo masculino, seguido de un 72% del sexo femenino presentan una percepción medianamente favorable acerca de su envejecimiento.

En cuanto a una percepción física favorable de su envejecimiento, se encontró un 16% de adultos mayores del sexo masculino y un 12% del sexo femenino de adultos mayores del CIAM del distrito de los Baños del Inca – Cajamarca, 2020.

Ante lo expuesto, se sabe que los cambios físicos propios de la tercera edad, influyen tanto a nivel perceptual, como a nivel biológico, involucrando aspectos como la disminución de la fuerza física, la capacidad para caminar, la agudeza visual y auditiva, etc. Los cuales influyen desfavorablemente en la percepción del envejecimiento, debido a la dependencia de terceros o familiares para realizar sus actividades (Chávez, Galdós y Moscoso, 2005) En concordancia Bardales y Arroyo (2018), también refieren que existen factores que predisponen cambios acelerados y degenerativos en el ámbito físicos, como la mala alimentación, estar en estado de abandono y propensión a enfermedades, la escasa higiene personal y los antecedentes de enfermedades familiares, etc.

Referente al análisis descriptivo del nivel de percepción psicológica del envejecimiento según el sexo de los adultos mayores del CIAM del distrito de Los Baños del Inca – Cajamarca, 2020, se encontró que un 36% de adultos mayores de sexo masculino y un 20% de adultos mayores del sexo femenino, presentan una percepción psicológica desfavorable acerca de su envejecimiento. Asimismo, un 40% de adultos mayores del sexo masculino y un 56% del sexo femenino evidencian una percepción psicológica medianamente favorable sobre su

envejecimiento. Por otro lado, se encontró un porcentaje similar del 24% en adultos mayores de ambos sexos, con una percepción psicológica favorable acerca de su envejecimiento.

Estos datos cobran especial relevancia, debido a que como menciona Hayflick (1999) en el proceso de envejecimiento a nivel individual no todo el organismo del adulto mayor, envejece de forma general y simultánea.

El autor explica que, si bien la edad es un factor cronológico del envejecimiento con mayor repercusión en el deterioro físico del adulto mayor respecto a sus actividades biológicas no siempre van ligadas al deterioro psicológico y relacional de éste; es decir que, si la persona se encuentra en un estado óptimo a nivel psicológico y relacional, aún en edades avanzadas, ayudará a generar percepciones más positivas en el transcurso de esta etapa evolutiva.

Respecto al análisis descriptivo del nivel de percepción del envejecimiento social según el sexo de los adultos mayores del CIAM del distrito de Los Baños del Inca – Cajamarca, 2020, se encontró que el 12% de adultos mayores de sexo masculino y un 24% de adultos mayores del sexo femenino, presentan una percepción social desfavorable acerca de su envejecimiento. En tanto, un 52% de adultos mayores del sexo masculino y un 56% del sexo femenino, evidencian una percepción social medianamente favorable sobre su envejecimiento. Y finalmente un 36 % de adultos mayores del sexo masculino y un 20% de adultos mayores del sexo femenino, evidencian una percepción social favorable acerca de su envejecimiento.

Con este resultado se hace evidente que, si bien hay un índice mayor de percepción social medianamente favorable acerca del envejecimiento, a diferencia de años atrás, es gracias a que como menciona la (OMS,2019) diferentes poderes a nivel político, religioso y económico de los diferentes países, están siendo obligados a tomar acciones frente a la protección de los adultos mayores, en función de tener un mejor acceso a beneficios sociales, serán cruciales para que los adultos mayores puedan vivir su proceso tratando de llevar un mejor estilo de vida. Asimismo, si tomamos en cuenta lo que plantean González y De la Fuente (2014), respecto a

fomentar su participación en la toma de decisiones y actividades sociales, además de promover

la jubilación voluntaria, se contribuirá a generar percepciones más positivas que se tiene de la vejez, por la cual todos transitaremos, llegado el momento.

Finalmente, el presente estudio, además de describir la percepción del adulto mayor, centra su investigación en describir los niveles de percepción según el sexo de los adultos mayores, ya que como menciona López et al., (2018) la diferencia en la percepción de la calidad de vida en los adultos mayores son el resultado de las desigualdades de género existentes en otras etapas de vida, las cuales colocan a la mujer en condiciones de desventaja.

Por otro lado, es importante mencionar que la presente investigación tuvo ciertas limitaciones, enfocada a la aplicación del instrumento, ya que frente a las restricciones dadas por la actual crisis sanitaria que vivimos a causa del Covid-19, fue complicado ubicar a las personas adultas mayores, ya que esta población es considerada vulnerable frente al contagio de este virus. Otra limitación importante implicó no contar con una base de datos actualizada del CIAM del Distrito de los Baños del Inca, lo cual reduce significativamente el número de participantes voluntarios. Y finalmente, la escasa información centrada en las dimensiones mencionadas anteriormente, lo cual generó dificultades para comparar resultados con investigaciones previas.

No obstante, esta investigación brinda un gran valor empírico, ya que servirá como base para futuras investigaciones, proyectos o programas que brinden beneficios a las personas adultas mayores, por lo que se considera necesario recomendar seguir aportando en esta línea investigativa con diferentes alcances, que puedan generar estrategias de cambio sostenible respecto a una mejor calidad de vida de los adultos mayores. Por tal motivo es que se recomienda a la institución donde se realizó la presente investigación, brindar orientación y consejería, mediante llamadas telefónicas, debido a la actual crisis, a fin de monitorear sus condiciones físicas, psicológicas y familiares. Así mismo, se recomienda realizar

capacitaciones a las personas encargadas del monitoreo, sobre el bienestar mental de los adultos

mayores como población vulnerable en tiempos de pandemia, con la finalidad de brindar, en los adultos mayores, seguridad y autoconfianza referente a su salud mental.

## 4.2 Conclusiones

Los adultos mayores del CIAM del distrito de Los Baños del Inca, presentan una percepción favorable sobre su envejecimiento en un 38%, y una percepción desfavorable en un 28%.

Los adultos mayores del sexo masculino y femenino del CIAM del distrito de Los Baños del Inca, presentan una percepción física, sobre su envejecimiento, obteniendo porcentajes más altos en el nivel medianamente favorable con un 60% y 72% respectivamente, y porcentajes más bajos en el nivel favorable con un 16% y 12% respectivamente.

Los adultos mayores del sexo masculino y femenino del CIAM del distrito de Los Baños del Inca, presentan una percepción psicológica, sobre su envejecimiento, obteniendo porcentajes más altos en el nivel medianamente favorable con un 40% y 56% respectivamente, y porcentajes más bajos, el sexo masculino con un 24% a nivel favorable y el sexo femenino con un 20% a nivel desfavorable.

Los adultos mayores del sexo masculino y femenino del CIAM del distrito de Los Baños del Inca, presentan una percepción social, sobre su envejecimiento, obteniendo porcentajes más altos en el nivel medianamente favorable con un 52% y 56% respectivamente, y porcentajes más bajos, el sexo masculino con un 12% a nivel desfavorable y el sexo femenino con un 20% a nivel favorable.

Después de haber analizado todos los resultados, se concluye que los adultos del sexo masculino del CIAM del distrito de Los Baños del Inca, presentan una percepción física y psicológica, sobre su envejecimiento, a nivel desfavorable; por otro lado, el sexo femenino presenta, a nivel desfavorable, una percepción física y social.

En base a todos los datos encontrados, podemos concluir además que, es importante que la actividad psicológica se centre en el soporte y/o acompañamiento a los adultos mayores en este proceso natural que es el envejecimiento.

**RECOMENDACIONES:**

- Se recomienda seguir realizando investigaciones enfocadas en la percepción del adulto mayor, para realizar futuros proyectos.
- Se recomienda brindar acompañamiento a este grupo etario de manera individual, ya durante el proceso de envejecimiento, no todos los adultos mayores asimilan de la misma forma los cambios tanto físicos, psicológicos y sociales.

## REFERENCIAS

- Asto, H. M., y Huaman, D. D. (2014). *Percepción del proceso de envejecimiento del adulto mayor en la asociación virgen de la puerta· distrito Huancavelica 2013* [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional de Huancavelica].  
<http://repositorio.unh.edu.pe/bitstream/handle/UNH/828/TP%20-%20UNH.%20ENF.%200032.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Publication manual of the American Psychological Association (7th ed.). (2020). *American Psychological Association*. <https://doi.org/10.1037/0000165-000>
- Alonso, L. M., Ríos, A. L., Caro, S., Maldonado, A., Campo, L., Quiñones, D., y Zapata, Y. (2010). Percepción del envejecimiento y bienestar que tienen los adultos mayores del Hogar Geriátrico San Camilo de la ciudad de Barranquilla (Colombia). *Salud Uninorte*, 26(2), 250 - 259.
- Alvarado, A. M., y Salazar, Á. M. (2014). Análisis del concepto de envejecimiento. *Gerokomos*, 25(2), 57 - 62.
- Bardales, A. M., y Arroyo, P. D. (2018). *Percepción del proceso de envejecimiento en adultos mayores del CIAM de la ciudad de Cajamarca* [Tesis de Licenciatura, Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo]  
<http://repositorio.upagu.edu.pe/handle/UPAGU/617>
- Hayflick L. (1999). *Cómo y por qué envejecemos* (pp. 195-254). Herder.
- Catellano, C. (2014). La influencia del apoyo social en el estado emocional y las actitudes hacia la vejez y el envejecimiento. *International Journal of Psychology & Psychological Therapy*, 14(3), 365 - 377.  
<https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/13301?show=full>

Cachi, L. (2010). *Características sociodemográficas del adulto mayor y percepción de su envejecimiento*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional de Cajamarca].

<http://190.116.36.86/handle/UNC/3371>

Melguizo, E. O., Ayala, L.S., Grau, M. M., Merchan A. D., Montes, H. T. y Payares M. C., (2014) Calidad de vida de adultos mayores en centros de protección social en Cartagena, Colombia. *Revista Aquichan*. 14(3):537-548.

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=74133057008>

Organización Mundial de la Salud (05 de febrero de 2018). *Envejecimiento y salud*.

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/envejecimiento-y-salud>

Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables (22 de abril de 2009). *Boletín de Pautas y recomendaciones para el funcionamiento de los Centros Integrales de Atención al adulto mayor (CIAM)*.

[https://www.mimp.gob.pe/adultomayor/archivos/NO%20CIAM\\_boletin.pdf](https://www.mimp.gob.pe/adultomayor/archivos/NO%20CIAM_boletin.pdf)

Instituto Nacional de Estadística e Informática (27 de mayo de 2019). *Situación de la población adulta mayor*.

[https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/adulto-mayor-dic\\_2019.pdf](https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/adulto-mayor-dic_2019.pdf)

Comisión Económica para América Latina y el Caribe (15 de octubre de 2018). *Seminario Internacional sobre envejecimiento poblacional y políticas públicas vinculadas a las personas mayores*.

[https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/adulto-mayor-dic\\_2019.pdf](https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/adulto-mayor-dic_2019.pdf)

## ANEXO N°1

### Guión utilizado para la aplicación del cuestionario

## GUIÓN

Buenos días, tardes o noches, con el señor (a) ..., le habla ..., estudiante de la carrera de Psicología de la UPN, actualmente, junto a mi compañera ..., nos encontramos trabajando voluntariamente con el Centro Integral del Adulto Mayor de los Baños del Inca.

El motivo de mi llamada es porque estamos realizando un estudio, el cual tiene como finalidad conocer su punto de vista sobre la etapa la cual está atravesando, para nosotras como futuras psicólogas se nos es importante conocer sus opiniones, ideas, pensamientos, sentimientos y experiencias que están presentando durante esta etapa de la vida, ya que al conocerlos mediante su participación en esta investigación, nos servirá como base para en un futuro realizar mayores investigaciones sobre las personas adultas mayores, como también la realización de proyectos, programas en beneficio físico, psicológico y social de usted y las demás personas de la tercera edad.

Es por ello que requerimos de su participación a través de la realización de algunas preguntas fáciles de responder, las cuales están enfocadas a las características o situaciones que las personas de la tercera edad van presentando en esta etapa de su vida, usted solo tendrá que responder con un SI, un NO o un NO SÉ, según sus ideas u opiniones.

## ANEXO N°2

### Consentimiento Informado

### **CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPANTES DE INVESTIGACIÓN**

Señor (a) ... (nombres y apellidos completos del adulto mayor) acepta participar voluntariamente en esta investigación, conducida por Ingrit Lesly Sánchez Araujo y Yulisa Mardelí Tantaleán Vásquez, estudiantes de la Universidad Privada del Norte. Pues ha sido informado (a) de que el objetivo de este estudio es describir la percepción del envejecimiento en los adultos mayores del CIAM del distrito de Los Baños del Inca – Cajamarca.

Acepta participar respondiendo un cuestionario, el cual le tomará llenar aproximadamente 15 minutos.

Reconoce que la información que usted me brinde es estrictamente confidencial, por lo que será usada únicamente a fines de este estudio. Asimismo, de tener alguna duda respecto al cuestionario o investigación, puede hacer preguntas en cualquier momento y que puede retirarse del mismo cuando así lo decida, sin que esto acarree perjuicio alguno para mi persona.

## ANEXO N°3

Excel utilizado para la recolección de respuestas en los  
adultos mayores participantes

Persona 1				Persona 2				Persona 3				Persona 4				Persona 5			
PREGUNTA	SI	NO SE	NO	PREGUNTA	SI	NO SE	NO	PREGUNTA	SI	NO SE	NO	PREGUNTA	SI	NO SE	NO	PREGUNTA	SI	NO SE	NO
(-) 1			3	(-) 1			3	(-) 1			3	(-) 1			3	(-) 1			3
(-) 2	1			(-) 2	1			(-) 2			3	(-) 2	1			(-) 2	1		
(+) 3	3			(+) 3			1	(+) 3	3			(+) 3			1	(+) 3			1
(-) 4			3	(-) 4	1			(-) 4			3	(-) 4	1			(-) 4	1		
(+) 5			1	(+) 5	3			(+) 5			1	(+) 5			1	(+) 5			1
(-) 6	1			(-) 6	1			(-) 6			3	(-) 6	1			(-) 6	1		
(+) 7	3			(+) 7	3			(+) 7	3			(+) 7	3			(+) 7	3		
(+) 8	3			(+) 8	3			(+) 8	3			(+) 8		1		(+) 8	3		
(+) 9	3			(+) 9	3			(+) 9	3			(+) 9	3			(+) 9			1
(+) 10	3			(+) 10	3			(+) 10	3			(+) 10	3			(+) 10	3		
(+) 11	3			(+) 11	3			(+) 11	3			(+) 11	3			(+) 11			1
(-) 12			3	(-) 12			3	(-) 12			3	(-) 12			3	(-) 12		2	
(-) 13			3	(-) 13			3	(-) 13			3	(-) 13			3	(-) 13		2	
(+) 14	3			(+) 14	3			(+) 14	3			(+) 14	3			(+) 14			1
(-) 15			3	(-) 15			3	(-) 15			3	(-) 15			3	(-) 15		2	
(+) 16			1	(+) 16		2		(+) 16	3			(+) 16	3			(+) 16			1
(-) 17			3	(-) 17	1			(-) 17			3	(-) 17			3	(-) 17	1		
(-) 18			3	(-) 18			3	(-) 18			3	(-) 18			3	(-) 18	1		
	23	0	23		25	2	16		24	0	28		21	0	21		14	6	9

RESPUESTAS SEGÚN LA DIMENSIÓN					RESPUESTAS SEGÚN LA DIMENSIÓN					RESPUESTAS SEGÚN LA DIMENSIÓN					RESPUESTAS SEGÚN LA DIMENSIÓN					RESPUESTAS SEGÚN LA DIMENSIÓN				
Persona 1	SI	NO SE	NO	TOTAL	Persona 2	SI	NO SE	NO	TOTAL	Persona 3	SI	NO SE	NO	TOTAL	Persona 1	SI	NO SE	NO	TOTAL	Persona 1	SI	NO SE	NO	TOTAL
D.F	5	0	7	12	D.F	6	0	4	10	D.F	3	0	13	16	D.F	3	0	5	8	D.F	3	0	5	8
D.P	15	0	3	18	D.P	15	0	3	18	D.P	15	0	3	18	D.P	12	0	4	16	D.P	9	2	2	13
D.S	3	0	13	16	D.S	21	2	9	32	D.S	6	0	12	18	D.S	6	0	12	18	D.S	2	4	2	8

77 años					62 años					70 años					67 años					81 años				
varón					mujer					varón					varón					varón				
Superior completa					primaria incompleta					Superior completa					primaria incompleta					primaria incompleta				
viudo					conviviente					soltero					conviviente					conviviente				
hija					conviviente e hijos					solo					esposa					esposa				
ninguna					otras actividades					profesor de universidad					agricultura y ganadería					agricultura				