

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de **TECNOLOGÍA MÉDICA, ESPECIALIDAD EN
TERAPIA FÍSICA Y REHABILITACIÓN**

“CALIDAD DE VIDA Y SU RELACION CON EL
DOLOR CERVICAL EN PROGRAMADORES DE
LA EMPRESA CAUSATECH EIRL, LURIN 2022”

Tesis para optar al título profesional de:

**Licenciada en Tecnología Médica, especialidad de Terapia
Física y Rehabilitación**

Autor:

Merly Corina Sondor Morante

Asesor:

Dra. Kelly Milagritos Casana Jara

<https://orcid.org/0000-0002-7778-3141>

Lima - Perú

2024

JURADO EVALUADOR

Jurado 1 Presidente(a)	Janet Carito Quispe Corilla
	Nombre y Apellidos

Jurado 2	Noelia Lilia Limaylla La Torre
	Nombre y Apellidos

Jurado 3	Kelly Milagritos Casana Jara
	Nombre y Apellidos

INFORME DE SIMILITUD

INFORME DE ORIGINALIDAD

10% INDICE DE SIMILITUD	10% FUENTES DE INTERNET	3% PUBLICACIONES	7% TRABAJOS DEL ESTUDIANTE
-----------------------------------	-----------------------------------	----------------------------	--------------------------------------

FUENTES PRIMARIAS

1	www.researchgate.net Fuente de Internet	2%
2	hdl.handle.net Fuente de Internet	2%
3	Submitted to Universidad Privada del Norte Trabajo del estudiante	2%
4	repositorio.upch.edu.pe Fuente de Internet	1%
5	ri.uaemex.mx Fuente de Internet	1%
6	docplayer.es Fuente de Internet	1%
7	repositorio.uta.edu.ec Fuente de Internet	1%
8	dilemascontemporaneoseducacionpoliticayvalores.com Fuente de Internet	1%

DEDICATORIA

Esta investigación va dirigida a mi familia y maestra de tesis, porque sin ellos no hubiese podido llegar a donde estoy ahora, esta tesis es fruto de todo mi esfuerzo y amanezcas demostrando que soy capaz de lograr todo lo que me propongo, encomendándome siempre a Dios.

AGRADECIMIENTO

Ante todo, a Dios por iluminarme y darme la fuerza de no rendirme, a mis padres por su apoyo, y a mi maestra por su paciencia, comprensión y optimismo.

Tabla de contenido

JURADO EVALUADOR	2
INFORME DE SIMILITUD	3
DEDICATORIA	4
AGRADECIMIENTO	5
TABLA DE CONTENIDO	6
ÍNDICE DE TABLAS	8
RESUMEN	9
ABSTRACT	10
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN	11
1.1. Realidad problemática	11
1.2. Antecedentes de la Investigación	13
1.3. Bases Teóricas	17
1.3.4. Tipos de dolor	18
1.3.5. Calidad de vida:	19
1.3.6. Dimensiones de la evaluación de la Calidad:	19
1.3.7. Calidad de vida en relación a la salud:	20
1.4. Formulación del problema	20
1.4.1. Problema General	20
1.4.2. Problemas Específicos	20
1.5. Objetivos	21
1.5.1. Objetivo General	21
1.5.2. Objetivos Específicos	21
1.6. Hipótesis	21
1.6.1. Hipótesis General	21
1.6.2. Hipótesis Específicas	21
1.7. Justificación de la investigación	22
	6

CAPÍTULO II: METODOLOGÍA	22
2.1. Tipos de investigación	22
2.2. Método de investigación	22
2.3. Enfoque de investigación	23
2.4. Diseño de la investigación	23
2.5. Nivel de investigación	23
2.6. Población y muestra	23
2.7. Técnicas e instrumentos de recolección y análisis de datos	24
2.8. Procedimiento de recolección de datos	26
2.9. Principios éticos	27
CAPÍTULO III: RESULTADOS	28
3.1. Análisis descriptivo	28
3.2. Análisis inferencial	34
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	38
4.1. Discusión de resultados	38
4.2. Conclusiones	40
4.3. Recomendaciones	40
4.4. Limitaciones	41
4.5. Implicancias	41
REFERENCIAS	42
ANEXOS	49

Índice de tablas

Tabla 1. Edad de los programadores	29
Tabla 2. Sexo de los programadores	29
Tabla 3. Horas de trabajo	30
Tabla 4. Percepción Calidad de vida	31
Tabla 5. Estado de Salud	32
Tabla 6. Puntuación promedio por dimensiones	32
Tabla 7. Calidad de Vida	33
Tabla 8. Puntuación promedio del dolor cervical	34
Tabla 9. Intensidad de dolor cervical	34
Tabla 10. Tiempo de padecimiento del dolor cervical	35
Tabla 11. Calidad de Vida y dolor cervical	36
Tabla 13. Prueba rho de Spearman en la relación de la calidad de vida y el dolor subagudo	39
Tabla 14. Prueba rho de Spearman en la relación de la calidad de vida y el dolor agudo	40
Tabla 15. Prueba rho de Spearman en la relación de la calidad de vida y el dolor crónico	41

RESUMEN

El dolor cervical es muy frecuente en los trabajadores cuya herramienta principal en su labor es la PC de escritorio o Laptop generando un impacto en su calidad de vida la cual podría verse seriamente afectada.

Objetivo: Determinar la relación entre la calidad de vida y el dolor cervical en los programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022. **Metodología:** Se realizó un estudio de enfoque cuantitativo, de diseño no experimental de tipo correlacional y se utilizó la técnica de la encuesta. La muestra estuvo formada por 45 programadores, de los cuales 33 eran del sexo masculino y 12 del sexo femenino, que mayormente realizaban una labor diaria de 4 horas (part time). En la evaluación se utilizó la escala de Calidad de Vida de Whoqol-Bref y la escala visual analógica del dolor (EVA). **Resultados:** Evidencian la relación entre la calidad de vida y el dolor cervical en los programadores mediante la prueba de Rho de Spearman encontrándose una significancia de $p < 0,05$. Respecto a la calidad de vida, el 15,6% tienen una calidad de vida deficiente, el 24,4% regular; el 26,7% buena, el 28,9% muy buena y el 4,4% excelente. Asimismo, el 60% de los programadores presentó dolor leve, el 35,6% dolor moderado y el 4,4% dolor intenso. **Conclusiones:** La calidad de vida tiene relación con el dolor cervical en los programadores de la empresa CAUSATECH EIRL ya que la mayoría tienen dolor, ya sea leve, moderado o severo.

PALABRAS CLAVES: Calidad de vida, dolor cervical, intensidad de dolor, salud.

ABSTRACT

Cervical pain is very common in workers whose main tool in their work is the desktop PC or Laptop, generating an impact on their quality of life which could be seriously affected.

Objective: Determine the relationship between quality of life and neck pain in the programmers of the CAUSATECH EIRL company, Lurín 2022. **Methodology:** A study with a quantitative approach was carried out, with a non-experimental design of a correlational type and the technique of survey. The sample was made up of 45 programmers, of which 33 were male and 12 were female, who mostly worked 4 hours a day (part time). The Whoqol-Bref Quality of Life scale and the visual analog pain scale (VAS) were used in the evaluation. **Results:** They show the relationship between quality of life and neck pain in programmers using the Spearman's Rho test, finding a significance of $p < 0.05$. Regarding quality of life, 15.6% have a poor quality of life, 24.4% have a regular quality of life; 26.7% good, 28.9% very good and 4.4% excellent. Likewise, 60% of the programmers presented mild pain, 35.6% moderate pain, and 4.4% severe pain. **Conclusions:** Quality of life is related to cervical pain in the programmers of the CAUSATECH EIRL company since the majority have pain, whether mild, moderate or severe.

KEYWORDS: Quality of life, cervical pain, pain intensity, health.

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

1.1. Realidad problemática

Vivimos en una época en la que la búsqueda de la felicidad plena es una aspiración de todos los individuos. En este sentido, hablar sobre la Calidad de Vida en el Trabajo es tratar la experiencia emocional que desarrollamos con una actividad productiva, es abordar los efectos de esta realidad sobre nuestro bienestar, al focalizar sus consecuencias en nuestra existencia y en los resultados de las organizaciones (1).

Las condiciones de trabajo en muchos casos, precarias, pueden causar daños a la salud de los trabajadores. Por ello y por los bajos salarios, el intenso control y seguimiento de los servicios, la presión por la productividad, las metas diarias y mensuales y la falta de autonomía en el personal en general. Son varias las patologías derivadas de esta actividad laboral. Entre las más comunes se encuentran: lesiones por esfuerzos repetitivos (RSI), trastornos psíquicos, hábitos alimentarios inadecuados, estrés psicológico y dolor corporal. Estos problemas de salud influyen negativamente en la calidad de vida de estos sujetos. En el trabajo diario pueden surgir sentimientos de disgusto e incomodidad que desencadenan sufrimiento, ya sea psicológico, físico o ambos, reflexionando sobre la calidad de vida de estos trabajadores. Definida como la percepción que tiene el sujeto de su posición individual (2).

Usualmente el dolor cervical ocurre al darse movimientos repetitivos en las actividades diarias, como el encorvarse sobre un escritorio por tiempo prolongado, tener mala postura para ver televisión o leer, colocar el monitor de la computadora muy alto o bajo, torcer y girar el cuello durante al realizar actividades. El uso de computadoras produce algo más que un dolor de cuello, utilizarlas durante muchas horas puede causar y agravar este tipo de algia. Es importante señalar la necesidad de educar a los nuevos usuarios sobre el uso de computadora, en la utilidad de la ergonomía y la salud postural (3).

El uso de la tecnología ha repercutido en la salud del ser humano, generando una epidemia mundial de manifestaciones musculoesqueléticas por posiciones corporales inadecuadas, sobre todo de la columna cervical; como resultado aumentaron las consultas médicas, incluyendo en el campo de la medicina de rehabilitación (4). A nivel internacional se hace

referencia que la postura es una característica que permite entender el funcionamiento biológico, mecánico, mental y emocional de los seres humanos. Es así como varias investigaciones han puesto énfasis acerca de la mala postura que los individuos adoptan al momento de utilizar los dispositivos electrónicos, lo que trae consigo dolor musculoesquelético (5).

En Latinoamérica, de acuerdo con el Instituto Nacional de Estadística y Geografía, hasta el 2018 en México, había 71.3 millones de usuarios de Internet y 17.4 millones de hogares con conexión a este servicio; según este informe, 50.8% son mujeres y 49.2% son hombres (6). Entre el 15% y el 25% de los adultos experimentan dolor crónico en algún momento de su vida. El dolor crónico en el área del cuello se reconoce como un problema de salud pública, afectando al 9,6% de los hombres y al 21,9% de las mujeres según datos de la última Encuesta Nacional de Salud de 2011-2012. Un gran número de consultas en atención primaria debido a dolor muscular se deben al síndrome de dolor miofascial. (7).

Desde 2019 se está viviendo la primera pandemia en el contexto de la interconexión. Debido a las medidas de distanciamiento social y los bloqueos nacionales, Covid19 ha impulsado un aumento en la utilización de métodos digitales. (8) Es evidente que estos peligros y sus efectos requieren un análisis ergonómico detallado para evaluar y medir adecuadamente. Es crucial que este análisis también proponga soluciones para mejorar el diseño de los puestos de trabajo. El incremento en el número de empleados en este sector no es la única razón detrás del mayor entendimiento de estos factores de riesgo; las nuevas tecnologías integradas en las oficinas han revitalizado tanto los riesgos antiguos como los nuevos asociados al trabajo, exacerbando así los impactos negativos en la salud de los trabajadores (9).

En Lima Metropolitana, se encontró que los problemas musculoesqueléticos más comunes ocurren en la región del cuello entre las edades de 20 a 39 años. En los hospitales, se observa una alta incidencia de dolor cervical en personas de 30 a 50 años, quienes también reportan limitaciones y dificultades para realizar actividades diarias. El dolor de cuello y las cefaleas, tanto individualmente como en conjunto, suelen estar acompañados de diversas características adicionales en quienes los sufren. Muchos de estos pacientes experimentan síntomas de estrés, depresión y ansiedad, factores que contribuyen a la persistencia del dolor y, por ende, afectan la discapacidad y la calidad de vida. En cuanto al género, las mujeres

presentan una mayor proporción de casos, así como una mayor predisposición a desarrollar depresión y ansiedad (10).

Los metaanálisis sobre el dolor cervical indican que comprender la evolución del problema orienta las expectativas de recuperación. Identificar factores predictivos es clave para planificar políticas públicas, diseñar intervenciones y fomentar cambios de estilo de vida que reduzcan la carga de dolor cervical. Además, el concepto de Calidad de Vida en Salud incorpora la perspectiva del paciente, siendo fundamental para evaluar los resultados en salud. Esto requiere el desarrollo de herramientas validadas y confiables que respalden decisiones basadas en evidencia científica (11).

El aumento continuo en la demanda social de atención en fisioterapia y rehabilitación para problemas cervicales está impulsando un cambio hacia enfoques terapéuticos grupales y protocolizados. Esta nueva realidad asistencial está desplazando el enfoque tradicional de atención individualizada y personalizada que predominaba hasta ahora (12).

1.2. Antecedentes de la Investigación

Antecedentes Internacionales

Blanco-Lopez I. et al. (2020). En su estudio titulado "Calidad de vida, factores psicosociales y prevalencia de dolor de cuello y cefalea en el personal del Centro Superior de Estudios La Salle de Madrid", se llevó a cabo una investigación observacional descriptiva de corte transversal que incluyó a un total de 303 individuos, con edades comprendidas entre los 18 y 65 años, pertenecientes al personal docente, investigador y administrativo del CSEU La Salle al momento del estudio. La evaluación de la calidad de vida se realizó mediante el SF-12, la discapacidad de cuello se midió con el Índice de Discapacidad Cervical (IDC), y las cefaleas en las actividades diarias se evaluaron con el HIT-6. Los resultados indican una prevalencia de dolor de cuello del 5,61% y de cefaleas del 11,88%. Se encontraron diferencias significativas en las puntuaciones del IDC al comparar el grupo de personas con cefaleas y el grupo control, así como en el HIT-6 al comparar el grupo control con el grupo de personas con dolor de cuello ($P < 0,01$). Además, se observó una correlación negativa alta entre el SF-12 mental y el HIT-6 en los grupos con cefaleas ($Rho = -0,77$; $P = 0,00$) y dolor de cuello ($Rho = -0,82$; $P = 0,00$).

Vanegas (2017). realizó un estudio titulado "La influencia del estrés y resiliencia en la calidad de vida laboral en empleados de un call center que brindan soporte técnico en la ciudad de Bogotá". El objetivo fue evaluar la relación entre estrés y calidad de vida en el personal de un call center de la empresa Ezentis, responsable de reparaciones en telecomunicaciones. El estudio fue descriptivo, correlacional y no experimental, con una muestra de 40 trabajadores. Se utilizó el CVLP como instrumento principal para evaluar diversas dimensiones de calidad de vida en los trabajadores. Los resultados mostraron que las dimensiones de compensación y beneficios (0,45), condiciones del ambiente y trabajo (0,39), naturaleza de la tarea (0,33), democracia organizacional (0,46), derechos fundamentales (0,47) e impacto social (0,47) arrojaron resultados negativos, indicando una baja calidad de vida dentro de la organización (14).

García-Remeseiroc et al. (2021) en su tesis Dolor y Discapacidad cervical en trabajadores públicos usuarios de pantalla de visualización de datos, tuvo como objetivo el determinar la relación entre ambas variables. El estudio fue descriptivo-correlacional, con una muestra de 88 trabajadores usuarios de ordenadores de la Consejería de Sanidad (Xunta de Galicia). Los trabajadores respondieron los cuestionarios: "Neck Disability Index", "Escala analógica visual", "12-item Short Form Health Survey" y se realizó un análisis postural. Para el análisis comparativo se realizaron las pruebas T Student y U de Mann-Whitney. Un análisis de regresión logística binaria se utilizó para la extracción de un modelo predictivo de episodio de dolor cervical. El 58% refirieron dolor cervical. No existieron diferencias significativas entre hombres y mujeres. Las variables que mejor predicen la aparición de un nuevo episodio de dolor son el nivel de discapacidad y la calidad de vida física. Los resultados indican que un trabajador con altos niveles de discapacidad cervical y bajos valores de calidad de vida física, tiene mayor probabilidad de sufrir un episodio de dolor.

Ramírez M. et al. (2022) En su investigación titulada "Factores asociados al dolor cervical en docentes universitarios mayores de 35 años, Toluca Estado de México 2022", se propuso identificar los elementos que contribuyen al dolor cervical en docentes mayores de 35 años, los cuales pueden afectar negativamente al sistema musculoesquelético. El estudio se basó en una revisión documental utilizando bases de datos como Google Scholar, PubMed, Lilacs y SciELO. Los resultados sugieren que muchos docentes adoptan posturas corporales incorrectas, realizan esfuerzos físicos excesivos, y tienen sobrepeso, factores que pueden llevar a caídas o posturas incorrectas. Además, el consumo de alcohol y sustancias como la

caféina está asociado con niveles significativos de descalcificación. El 84.62% de los docentes experimentan cervicalgia, más frecuente en mujeres (54.5%) que en hombres (45.5%), y más prevalente en docentes mayores de 47 años (57.6%), seguidos por el grupo de 36 a 46 años (27.3%) y de 25 a 35 años (15.2%). Entre ellos, el 39.4% presenta discapacidad leve, el 42.4% discapacidad moderada, y el 18.2% discapacidad severa.

Ochoa-Vigo et al. (2021) desarrollaron un estudio denominado "Factores asociados con enfermedades no transmisibles en el personal docente y administrativo de una institución universitaria", con el objetivo de determinar la asociación entre factores de riesgo comportamentales y metabólicos para enfermedades no transmisibles, variables demográficas y comorbilidades en el personal docente y administrativo de una institución universitaria. Utilizaron un diseño descriptivo y de asociación con un enfoque transversal, llevado a cabo en las instalaciones universitarias (Campus y Sede Administrativa-ciudad), con una muestra aleatoria de 150 participantes. Se emplearon pruebas estadísticas como el test de Rho de Spearman, la prueba exacta de Fisher y se calcularon Odds Ratio (OR) e intervalos de confianza al 95%; se consideró significativo un valor de $p \leq 0.05$. Los resultados revelaron que el 21.3% de los participantes tenía alguna enfermedad, el 11.3% eran fumadores, y el 25.3% consumía alcohol. Además, el 66.7% tenía una ingesta inadecuada de verduras/hortalizas, el 82% tenía una actividad física deficiente, y el 87.3% presentaba dislipidemia. La prevalencia de hipertensión arterial fue del 10.7%, la de sobrepeso del 46.7%, y la de obesidad del 27.3%. Factores como ser varón, tener edad ≥ 40 años, estar casado, tener enfermedades previas y consumir alcohol se asociaron significativamente con la hipertensión arterial. Mientras tanto, la obesidad estuvo asociada con ser varón, residir fuera de Barranca, y tener niveles elevados de triglicéridos.

Antecedentes Nacionales

Santa María, et al. (2018) en su estudio: "La discapacidad y su relación con el dolor cervical en pacientes del servicio de Medicina Física en un Hospital del Callao, 2018" se centró en investigar la conexión entre ambos aspectos. La muestra consistió en 129 pacientes con dolor cervical, evaluando la discapacidad cervical mediante el cuestionario del índice de discapacidad cervical y el dolor a través de la escala numérica, tanto en casos de dolor crónico como agudo. Se observó que el 79.1% de la muestra eran adultos, predominantemente mujeres, con un 73.6% involucradas en trabajos activos diariamente. El dolor cervical fue alto en el 78.3% de los pacientes, mientras que el 21.7% reportó un dolor cervical bajo. Respecto a la naturaleza del dolor, el 45.7% lo experimentaba

de forma aguda y el 54.3% de manera crónica. Menos del 50% mostraron tanto dolor cervical como discapacidad leve; el 23.3% no presentaba discapacidad. Además, se encontró que el 73.3% de los pacientes con dolor agudo no presentaban discapacidad, mientras que solo el 7.1% de aquellos con dolor crónico mostraban discapacidad, según el análisis de Rho de Spearman. Las variables relacionadas con la discapacidad y el dolor cervical (grado, intensidad y tipo) mostraron un valor de $p < 0.05$ (15).

Calzada et al. (2022) en la investigación “Calidad de vida laboral y la discapacidad por dolor lumbar en los trabajadores de la isla de la estación de servicio de Petroperú en Huancayo de marzo a abril de 2022”, con el propósito de determinar la relación entre estas variables. Utilizaron un diseño de estudio transversal descriptivo-correlativo, aplicando una encuesta básica. La población consistió en el personal de las tres sedes de la estación de servicio de Petroperú en Rio Branco, Macae y Gotari, sumando un total de 50 trabajadores. Los resultados indicaron una relación entre la calidad de vida laboral y la discapacidad por dolor lumbar, con un promedio de calidad de vida laboral del 54.2% y un promedio de discapacidad de columna lumbar del 41.7%. La mayoría de los participantes (58.3%) eran hombres mayores de 26 a 33 años. La relación significativa entre la calidad de vida laboral y la discapacidad por dolor lumbar se confirmó mediante el coeficiente rho de Spearman ($\rho = 0.697$, p -valor = $0.000 < 0.05$), sugiriendo que una baja calidad de vida laboral aumenta el riesgo de discapacidad debido al dolor lumbar en los trabajadores.

Farfan, et al. (2019). En su tesis “Asociación de estrés laboral y nivel de riesgo ergonómico con relación a síntomas musculo esqueléticos en personal teleoperador de call center, Lima 2019. Tuvo como objetivo “Determinar la relación entre estrés laboral y nivel de riesgo ergonómico en personal de un Call Center”. Realizó un estudio descriptivo, correlacional, de corte transversal.; la muestra estuvo conformada por 360 teleoperadores del servicio Call center. El instrumento principal fue el Test Nórdico (SME) donde hubo validez y confiabilidad. Los resultados muestran que el sexo femenino al ser 60,83% tiene mayor prevalencia en hombros($1,33(p<0.001)$) y cuello($1,13(p<0.001)$) (16).

Bazan, Y. (2019) En su investigación titulada "Relación de la calidad de vida en salud y molestias musculoesqueléticas en trabajadores de una empresa de comercialización de materiales de construcción, Lima-2019", se propuso explorar la conexión entre la calidad de vida en salud y las molestias musculoesqueléticas. El estudio adoptó un enfoque cuantitativo no experimental y se llevó a cabo entre 146 trabajadores del sector de comercialización en

la ciudad de Lima. Se observó una alta incidencia de molestias musculoesqueléticas entre los trabajadores administrativos, destacándose el cuello (44.8%), la espalda alta (33.3%), y la espalda baja (26.7%), mientras que entre los trabajadores operativos las principales molestias fueron en la espalda baja (44.4%), cadera y nalga (20%), y espalda alta (15.6%). Los resultados sobre la calidad de vida en salud física mostraron que el 90% de los trabajadores reportaron buena calidad de vida en este aspecto, con solo un 10% indicando una calidad de vida en salud deficiente. Respecto al componente de salud mental, la mayoría de los trabajadores expresaron tener una buena calidad de vida en salud mental(17).

Aquise, et al. (2020). Se llevó a cabo un estudio titulado "Calidad de Vida Laboral y el Nivel de Rotación del Personal en la Empresa Call Center Konecta - Perú 2018 - 2020", con el objetivo de investigar cómo la calidad de vida laboral afecta el nivel de rotación del personal en un centro de llamadas Konecta. Este estudio fue descriptivo, correlacional y de corte transversal, involucrando a 100 teleoperadores del servicio de call center. Se utilizó un cuestionario como instrumento principal para documentar las variables relevantes, encontrándose que el 21.3% de los encuestados estaban insatisfechos con la convivencia y el valor del trabajo en el centro (18).

1.3. Bases Teóricas

1.3.1. La columna cervical

El segmento cervical de la columna vertebral se extiende desde la base del hueso occipital hasta la primera vértebra torácica. Está compuesto por siete vértebras, siendo las dos primeras, conocidas como Atlas y Axis, distintas morfológicamente del resto. Esta parte de la columna es la más móvil de todo el raquis. Mecánicamente, se divide en dos segmentos con movimientos y funciones diferentes:

□ El segmento cervical superior incluye tres articulaciones: la unión del hueso occipital con la primera vértebra cervical (articulación occipito-atloidea), y las uniones entre la primera y la segunda vértebra cervical (articulaciones atloido-axoidea y atloido-odontoidea).

□ El segmento cervical inferior está compuesto por las uniones articulares interapofisarias desde C2-C3 hasta C6-C7. Incluye discos intervertebrales y apófisis unciformes que modifican los movimientos de este segmento (19).

1.3.2. Dolor cervical

El dolor cervical afecta la región de la segunda dorsal de la columna vertebral y puede extenderse al cuello, cabeza, extremidad superior, tórax o abdomen. Este dolor limita los movimientos y, en algunos casos (1%), puede ir acompañado de disfunción neurológica. La mayoría de los casos son debidos a trastornos mecánicos (80%), aunque una proporción significativa puede estar relacionada con enfermedades inflamatorias, tumorales o infecciosas (20%) (20).

1.3.3. Dolor

El dolor es el motivo más común de consulta médica y de solicitud de medicamentos sin receta. Encuestas realizadas en nuestro país indican que alrededor del 30% de la población ha experimentado dolor en las últimas 48 horas, más del 40% en la última semana y casi el 80% en los últimos seis meses. Tanto la prevalencia como la intensidad del dolor son mayores en las mujeres y aumentan con la edad (21).

1.3.4. Tipos de dolor

Dolor agudo; Es un dolor de corta duración que generalmente se relaciona con un daño tisular y desaparece una vez que la lesión se cura. Este tipo de dolor suele estar bien localizado y su intensidad está directamente relacionada con el estímulo que lo provoca. A menudo viene acompañado de reflejos protectores como la retirada de la extremidad afectada o espasmos musculares, y puede generar un estado de excitación y estrés que eleva la presión arterial.

Dolor moderado; El dolor moderado se caracteriza por ser una sensación incómoda y molesta que afecta al individuo, pero generalmente no impide completamente sus actividades diarias, es decir hay fastidio pero permite cierto grado de funcionalidad.

Dolor severo; Este tipo de dolor persiste durante más de 3 o 6 meses y continúa más allá de la curación de la lesión inicial o se asocia con una condición crónica. La intensidad, la causa y la evolución del dolor crónico varían ampliamente. A diferencia del dolor agudo, el dolor

crónico no tiene una función protectora clara y está influenciado significativamente por factores psicológicos, ambientales y emocionales (22).

1.3.5. Calidad de vida:

La calidad de vida es un estado de satisfacción general derivado del desarrollo completo de las capacidades de una persona. Se compone de aspectos tanto subjetivos como objetivos. Subjetivamente, implica sentir bienestar físico, psicológico y social, abarcando la intimidad, la expresión emocional, la percepción de seguridad, la productividad personal y la salud percibida. Objetivamente, incluye el bienestar material, las relaciones armoniosas con el entorno físico y social, así como con la comunidad, y la salud evaluada desde un punto de vista objetivo (23).

1.3.6. Dimensiones de la evaluación de la Calidad:

Según Skevington y O`Connell & WHOQoL Group (2004), la calidad de vida se compone de varias dimensiones:

1. Dimensión funcional: se refiere al nivel de habilidad y capacidad de una persona para llevar a cabo sus actividades diarias.
2. Dimensión física: abarca la capacidad para realizar actividades físicas cotidianas, la presencia de síntomas de la enfermedad y el impacto del tratamiento, así como la percepción subjetiva del estado de salud y la condición física, incluyendo la vitalidad y la energía.
3. Dimensión psicológica: comprende aspectos emocionales y de estado de ánimo general, la percepción de uno mismo, la autoestima, la satisfacción con la vida, las habilidades cognitivas y de aprendizaje, las estrategias de afrontamiento y las conductas de riesgo.
4. Dimensión social: incluye cómo la persona interactúa con su entorno social, como la familia, amigos, colegas y comunidad en general. También abarca el grado de adaptación social, el soporte social disponible y cómo la salud afecta y es afectada por estos contextos.

Estas dimensiones ofrecen una visión integral de la percepción personal sobre la salud, el bienestar y la satisfacción en diferentes aspectos de la vida, así como el sentido de control percibido respecto a la enfermedad y su tratamiento. Además, están influenciadas por factores socioculturales, sistemas de valores, políticas de salud, disponibilidad de tratamientos y la discrepancia entre el estado de salud actual y el ideal (24).

1.3.7. Calidad de vida en relación a la salud:

La concepción de salud ha evolucionado más allá del enfoque médico tradicional centrado en la detección y tratamiento de enfermedades, alivio del dolor y curación. Con el avance de la ciencia médica, este enfoque se ha revelado como limitado, llevando a una expansión del concepto de salud que ahora abarca toda la vida del paciente, no solo sus aspectos biológicos. Esta ampliación ha transformado la salud en un objetivo social crucial, impulsando a gestores sanitarios, políticos, pacientes y usuarios a demandar explicaciones detalladas sobre cómo el cuidado médico puede prevenir y promover la salud de las personas. Por consiguiente, la salud se ha convertido en un factor fundamental en la asignación de recursos y fondos públicos. (25).

1.4. Formulación del problema

1.4.1. Problema General

¿Cuál es la relación de la calidad de vida con el dolor cervical en programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022?

1.4.2. Problemas Específicos

PE1. ¿Cuál es la relación de la calidad de vida con el dolor cervical agudo en programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022?

PE2. ¿Cuál es la relación de la calidad de vida con el dolor cervical subagudo en programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022?

PE3. ¿Cuál es la relación de la calidad de vida con el dolor cervical crónico en programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022?

1.5. Objetivos

1.5.1. Objetivo General

Determinar la relación entre la calidad de vida con el dolor cervical en programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022.

1.5.2. Objetivos Específicos

OG1. Establecer la relación entre la calidad de vida y el dolor cervical agudo en programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022.

OG2. Establecer la relación de la calidad de vida con el dolor cervical subagudo en programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022.

OG3. Establecer la relación de la calidad de vida con el dolor cervical crónico en programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022.

1.6. Hipótesis

1.6.1. Hipótesis General

Hi. La calidad de vida tiene relación con el dolor cervical en programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022.

Ho. La calidad de vida no tiene relación con el dolor cervical en programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022.

1.6.2. Hipótesis Específicas

H1. La calidad de vida tiene relación con el dolor cervical agudo en programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022.

H2. La calidad de vida tiene relación con el dolor cervical subagudo en programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022.

H3. La calidad de vida tiene relación con el dolor cervical crónico en programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022.

1.7. Justificación de la investigación

Este estudio se fundamentó teóricamente al explorar la correlación entre la calidad de vida y el dolor cervical en programadores de CAUSATECH EIR. Se observó que este dolor podría afectar tanto física como mentalmente, resultando en alteraciones corporales que se reflejaron en una disminución del rendimiento laboral y en ausencias. El reconocimiento de estas afectaciones fue beneficioso para los trabajadores, quienes pudieron identificar y prevenir futuros problemas que afectarían su calidad de vida.

Desde el punto de vista metodológico, el estudio ganó relevancia al utilizar dos instrumentos de investigación, el WHOQOL BREF y el cuestionario World Health Organisation Quality of Life (WHOQOL), para establecer estadísticamente la relación entre estas variables en los programadores de CAUSATECH EIR en Lurín, 2022.

Además, el estudio justificó su relevancia práctica al contribuir al conocimiento sobre estas variables entre la comunidad universitaria y la sociedad en general. La empresa privada donde se llevó a cabo el estudio podría implementar medidas y programas de prevención basados en estos hallazgos para mitigar posibles impactos negativos en la salud de los programadores. Esto representa una contribución significativa a la comunidad científica al generar nuevos conocimientos sobre la calidad de vida y la intensidad del dolor cervical, proporcionando una base para futuras investigaciones y la expansión del conocimiento científico en este campo.

CAPÍTULO II: METODOLOGÍA

2.1. Tipos de investigación

El tipo de investigación fue de naturaleza básica, orientada a la generación de nuevos conocimientos con el propósito de enriquecer el acervo científico (35).

2.2. Método de investigación

El método utilizado en este estudio fue el hipotético-deductivo, ya que se estableció un conjunto de hipótesis para investigar y responder a las preguntas planteadas, contribuyendo así a la corroboración y fortalecimiento de la teoría, con el objetivo de ampliar el conocimiento (26).

2.3. Enfoque de investigación

Se optó por un enfoque cuantitativo, que implica la recolección y análisis de datos para responder a las preguntas de investigación. Este análisis se fundamentó en datos cuantitativos, haciendo uso frecuente de información estadística para identificar patrones generales y comprender con precisión el comportamiento de una población específica (27).

2.4. Diseño de la investigación

El diseño utilizado fue no experimental, basado en la observación de fenómenos naturales sin manipulación deliberada de variables. Este diseño permite analizar diversos acontecimientos que ocurren en el entorno natural y estudiar su relación.

Será de corte transversal ya que se realiza un análisis de datos sobre las variables recopilados en la muestra de población predefinido durante un periodo de tiempo.

También tendrá un alcance correlacional ya que tiene como objetivo determinar el origen de la relación que existe entre las variables (calidad de vida y dolor cervical), mostrando que en efecto hay coherencia entre estas (28).

2.5. Nivel de investigación

Esta investigación será correlacional. Según Hernández, Roberto; Fernández Carlos y Baptista Pilar, “este tipo de estudio tiene como finalidad conocer la relación o grado de asociación que exista entre dos o más conceptos, categorías o variables en una muestra o contexto en particular” (29)

2.6. Población y muestra

2.6.1. Población

Para llevar a cabo este estudio, se considerará una población finita, dado que se conoce el número exacto de individuos que participarán en la investigación. Esta población estará compuesta por 70 programadores empleados en la empresa CAUSATECH(30).

2.6.2 Muestra

Para determinar la muestra, se empleó un método no probabilístico, en el cual se seleccionaron los individuos que eran convenientes para el investigador. En total, se

evaluaron 45 programadores de CAUSATECH que presentaban dolor cervical durante los meses de agosto y septiembre de 2022 (31).

Para determinar la muestra se establecieron los siguientes criterios de selección (inclusión y exclusión).

Criterio de inclusión:

- Programadores con dolor cervical confirmado y registrado por la empresa CAUSATECH.
- Programadores que aceptan participar de este estudio previa firma de un consentimiento informado.
- Programadores de ambos sexos.

Criterio de exclusión:

- Programadores que se ausentaron.
- Programadores que no acudieron en la fecha programada la evaluación correspondiente.
- Programadores que no colaboraron en la evaluación.

2.7. Técnicas e instrumentos de recolección y análisis de datos

2.7.1. Tecnicas

La técnica que se empleará para recopilar información en este estudio será la siguiente:

Técnica de encuesta: Esta técnica, nos posibilitará adquirir datos fundamentales sobre la calidad de vida y sus diversas dimensiones, así como también la escala de dolor, mediante la cual podremos determinar con precisión el nivel o la intensidad de las molestias. El objetivo es obtener un entendimiento profundo de las condiciones reales experimentadas por el personal de programadores de la empresa CAUSATECH, quienes participarán en este estudio. Todos estos datos serán registrados en una ficha de recolección de datos (32).

2.7.2. Instrumentos

En este estudio se emplearán los siguientes instrumentos para la recolección de información:

Para la variable Calidad de vida se usó el WHOQOL-BREF. El cuestionario World Health Organization of Life (WHOQOL BREF-abreviado) es un instrumento genérico derivado del WHOQOL-100, que fue elaborado por Whoqol Group en el año de 1993 y mide la calidad de vida de las personas de manera transcultural a través de una escala Likert en función de diferentes aspectos como son la salud física, la psicológica, las relaciones sociales y ambientales. Este consta de 26 ítems, de los cuales 24 forman un perfil de calidad de vida dividido en cuatro dimensiones: salud física, salud psicológica, relaciones sociales y medio ambiente. Evalúa las percepciones del individuo durante las dos semanas anteriores, y está disponible en 19 idiomas diferentes. Es aplicable tanto a personas sanas como enfermas, y su puntuación se ha utilizado para analizar cómo cambia la calidad de vida debido a enfermedades, establecer pronósticos y evaluar intervenciones. A diferencia de otros instrumentos genéricos de medición de calidad de vida, se centra especialmente en el grado de satisfacción del individuo frente a diversas situaciones cotidianas, lo que lo convierte en la escala más sólida conceptual y metodológicamente hablando (33).

Validez y confiabilidad: Para evaluar la calidad de vida se utilizó el instrumento recomendado y validado por la OMS, el *World Health Organisation Quality of Life* (WHOQOL). Este instrumento se utiliza para evaluar la calidad de vida de diferentes poblaciones, permite comparaciones entre culturas e incluye elementos de evaluación tanto positivos como negativos (34). En un estudio realizado en México en el 2016 por López J, González R, Tejeda J. “Propiedades Psicométricas de la Versión en Español de la Escala de Calidad de Vida WHO QoL BREF en una Muestra de Adultos Mexicanos se, determinó una validez de constructo con correlaciones altas con otras medidas del dolor (coeficiente de correlación de Pearson $r=0,62$ a $0,91$) y una confiabilidad mediante la técnica del Test-retest muy buena (coeficiente correlación de Pearson $r=0,94$ a $0,71$). Respecto a la confiabilidad se obtuvo un coeficiente alpha de Cronbach de 0.71 para todas las dimensiones y un $\alpha=.89$ global, lo que indica una consistencia alta del instrumento (35).

Para la variable Dolor cervical se usó la escala EVA:

Creada por Scott y Huskinson en 1976 para identificar las regiones dolorosas según la intensidad de dolor que se padece, la escala EVA es la más utilizada. Su objetivo principal

es de obtener y conocer la intensidad del dolor y consiste en una línea horizontal o vertical de 10 cm de longitud dispuesta entre dos puntos donde figuran las expresiones “no dolor” y “máximo dolor imaginable” que corresponden a las puntuaciones de 0 y 10 respectivamente (36).

Validez y confiabilidad:

En un estudio realizado en España en el 2012 por Mesas Idáñez “Dolor Agudo y Crónico. Clasificación del Dolor” en el Hospital Universitario Vall d’Hebrón se encontró que el instrumento mostró una alta validez, con correlaciones significativas con otras medidas del dolor (coeficiente de correlación de Pearson $r=0,62$ a $0,91$), y una excelente confiabilidad mediante la técnica del test-retest (coeficiente de correlación de Pearson $r=0,94$ a $0,71$).

2.8. Procedimiento de recolección de datos

Para recoger los datos, se coordinó con las autoridades de la Universidad Privada del Norte para obtener una carta de presentación que facilitara la aplicación del instrumento. Esta carta fue presentada y aprobada por el administrador de CAUSATECH. Con esta autorización, se procedió a realizar la encuesta entre el personal de programadores de la empresa. Antes de administrar el instrumento, se obtuvo el consentimiento informado de los participantes. La encuesta tuvo una duración aproximada de 10 a 15 minutos.

Análisis de datos

Una vez completada la recopilación de datos, la información se almacenó de manera segura en un equipo de cómputo bajo la custodia de la investigadora, protegida por contraseña. La tabulación de la información se realizó en una hoja de Excel y trasladada al Programa Estadístico SPSS V27 donde fue analizada. Los resultados del análisis cuantitativo se consignaron a través de las tablas que evidencian las frecuencias y porcentajes de las variables y dimensiones. Además, los resultados obtenidos para la variable calidad de vida se convirtieron en escalas valorativas (ordinales), mientras que la variable dolor cervical se clasificó como cualitativa de tipo ordinal, se utilizó la prueba de Rho de Spearman para probar la hipótesis general y la prueba Rho de Spearman para las hipótesis específicas

considerándose significativa para $p < 0,05$. No se realizó una prueba de normalidad de los resultados, dado que la variable dolor cervical es una variable cualitativa de tipo ordinal.

2.9. Principios éticos

Todos los autores considerados en el estudio fueron protegidos en su dominio, realizando las citas correspondientes respecto a los artículos, revistas o tesis de su autoría. A fin de corroborar la autenticidad del estudio este fue sometido al software antiplagio Turnitin. Asimismo, para recolectar los datos a partir de la muestra se requirió el consentimiento informado de cada uno de los programadores, donde se indicaba que la participación era voluntaria y anónima para lo cual se utilizó una codificación para no exponer la información personal de cada uno. Al ser información confidencial estará disponible solo en caso se requiera supervisión por la empresa antes mencionada, la universidad o alguna instancia reguladora. También se les indicó que los resultados de la aplicación de los instrumentos se utilizarían con fines estrictamente académicos, salvaguardando así la privacidad de los participantes.

CAPÍTULO III: RESULTADOS

3.1. Análisis descriptivo

Tabla 1

Edad de los programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
20 a 29 años	24	53,3	53,3
30 a 39 años	15	33,3	86,6
40 a 49 años	4	8,9	95,5
50 a 59 años	2	4,5	100,0
Total	45	100,0	

Se encontró que el 53,3% de los programadores tenían de 20 a 29 años de edad, el 33,3% tenían de 30 a 39 años, el 8,9% tenían de 40 a 49 años de edad y el 4,5% de los programadores tenían de 50 a 59 años de edad. La mayor parte de la muestra tenían una edad de entre 20 y 39 años.

Tabla 2

Sexo de los programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Masculino	33	73,3	73,3
Femenino	12	26,7	100,0
Total	45	100,0	

Se presenta que el 73,3% de los programadores eran del sexo masculino y solo el 26,7% eran del sexo femenino. La mayor parte de los programadores eran del sexo masculino.

Tabla 3*Horas de trabajo de los programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022.*

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
4 horas – part time	33	73,3	73,3
8 a 12 horas – full time	12	26,7	100,0
Más de 12 horas	12	26,7	100,0
Total	45	100,0	

El 73,3% de los programadores trabajaban durante 4 horas diarias (part time), el 26,7% de los programadores trabajaban de 8 a 12 horas diarias (full time) y el 26,7% trabajaban más de 12 horas diarias. La mayor parte de la muestra trabaja durante 4 horas diarias.

Evaluación de calidad de vida conforme la Escala de Calidad de Vida de Whoqol-Bref

Percepción de la Calidad de Vida de la muestra

Tabla 4*Calidad de vida de los programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022.*

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Muy mala	1	2,2	2,2
Regular	4	8,9	11,1
Lo normal	22	48,9	60,0
Buena	17	37,8	97,8
Bastante buena	1	2,2	100,0
Total	45	100,0	

El 2,2% de los programadores percibían que su calidad de vida era muy mala; el 8,9% percibían que su calidad de vida era regular; el 48,9% que su calidad de vida era normal; el 37,8% que su calidad de vida era buena y el 2,2% que su calidad de vida era bastante buena.

Satisfacción con el Estado de Salud

Tabla 5

Estado de Salud de los programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Un poco satisfecho/a	5	11,1	11,1
Lo normal	23	51,1	62,2
Bastante satisfecho/a	13	28,9	91,1
Muy satisfecho/a	4	8,9	100,0
Total	45	100,0	

El 11,1% de los programadores estaban un poco satisfechos con su estado de salud; el 51,1% percibía que su estado de salud era normal; el 28,9% se encontraba bastante satisfecho y el 8,9% estaba muy satisfecho con su estado de salud.

Calidad de vida - Puntuación Promedio por dimensiones

Tabla 6

Puntuación promedio por dimensiones en los programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022.

	Salud Física	Salud Psicológica	Relaciones Sociales	Ambiente / Entorno	Calidad de Vida
Media	64,71	60,22	56,73	56,00	59,56
Desviación estándar	13,262	±14,877	±21,498	±12,776	±12,335

La tabla 6 presenta los resultados, en puntuaciones, de la calidad de vida por dimensiones que tenía la muestra. La dimensión salud física presentó una puntuación promedio de 64,71; la dimensión salud psicológica presentó una puntuación media de 60,22; la dimensión relaciones sociales presentó una puntuación media de 56,73; la dimensión ambiente/entorno presentó una puntuación media de 56,0 y la calidad de vida presentó una puntuación media de 59,56.

Calidad de Vida de la muestra

Tabla 7

Calidad de Vida de los programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Deficiente	7	15,6	15,6
Regular	11	24,4	40,0
Buena	12	26,7	66,7
Muy buena	13	28,9	95,6
Excelente	2	4,4	100,0
Total	45	100,0	

Se encontró que el 15,6% de los programadores tenían una calidad de vida deficiente; el 24,4% tenían una calidad de vida regular; el 26,7% tenían una calidad de vida buena; el 28,9% tenían una calidad de vida muy buena y solo el 4,4% tenía una calidad de vida excelente.

Evaluación del dolor cervical en la muestra – puntuación promedio

Tabla 8

Puntuación promedio del dolor cervical de los programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022.

	Dolor en la muestra - Puntuación promedio
N	45
Promedio	3,04
Desviación estándar	±2,32
Puntuación mínima	1
Puntuación máxima	8

En la evaluación, de los programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022, respecto al dolor cervical mediante el EVA, se encontró que el dolor promedio fue de 3,04 ± 2,32, una puntuación mínima de 1 y una puntuación máxima de 8. Esta puntuación promedio nos indica que la muestra presentó un nivel de dolor leve.

Tabla 9

Intensidad de dolor cervical en los programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Dolor leve	27	60,0	60,0
Dolor moderado	16	35,6	95,6
Dolor intenso	2	4,4	100,0
Total	45	100,0	

La tabla 9 presenta la intensidad de dolor cervical que tenía la muestra, formada por 45 programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022. El 60,0% de los programadores presentó dolor leve; el 35,6% presentó dolor moderado y el 4,4% presentó dolor intenso. Se observa que la mayor parte de los programadores presentó dolor leve.

Tabla 10

Tiempo de padecimiento del dolor cervical en los programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
< de 1 mes	14	31,1	31,1
1 – 5 meses	13	28,9	60,0
6 – 12 meses	10	22,2	82,2
> 12 meses	8	17,8	100,0
Total	45	100,0	

La tabla 10 presenta el tiempo de padecimiento del dolor cervical que tenía la muestra, formada por 45 programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022. El 31,1% de los programadores padecía del dolor cervical durante menos de 1 mes; el 28,9% padecía del dolor cervical entre 1 y 5 meses; el 22,2% padecía del dolor cervical entre 6 y 12 meses y el 17,8% de los programadores padecía del dolor cervical por más de 12 meses. Se observa que la mayor parte de los programadores padecía de dolor cervical durante menos de 1 años.

Tabla 11

Calidad de Vida y dolor cervical en los programadores de la empresa CAUSATECH EIRL.

		Dolor cervical en la muestra			
		Leve	Moderado	Intenso	Total
Calidad de vida	Deficiente	1	4	2	7
		2,2%	8,9%	4,4%	15,6%
	Regular	6	5	-	11
		13,3%	11,1%	-	24,4%
	Buena	8	4	-	12
		17,8%	8,9%	-	26,7%
	Muy buena	10	3	-	13
		22,2%	6,7%	-	28,9%
	Excelente	2	-	-	2
		4,4%	-	-	4,4%
	Total	27	16	2	45
		60,0%	35,6%	4,4%	100,0%

En la tabla 11 se presenta la evaluación de la calidad de vida y el dolor cervical en la muestra, formada por 45 programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022. En los programadores con una calidad de vida deficiente, el 2,2% presentó dolor leve; el 8,9% dolor moderado y el 4,4% dolor intenso. En los programadores con una calidad de vida regular, el 13,3% presentó dolor leve y el 11,1% dolor moderado. En los programadores con una calidad de vida buena, el 17,8% presentó dolor leve y el 8,9% dolor moderado. En los programadores con una calidad de vida muy buena, el 22,2% presentó dolor leve y el 6,7% dolor moderado. Los 2 programadores con una calidad de vida excelente, presentaron dolor leve.

3.2. Análisis inferencial

3.2.1. Prueba de las Hipótesis Específicas

Hipótesis Especifica H1

Ho: La calidad de vida no tiene relación con el dolor cervical agudo en programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022.

Ha: La calidad de vida si tiene relación con el dolor cervical agudo en programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022.

Nivel de Significación: $\alpha = 5\% \approx 0,05$

El p valor calculado ($p = 0,012$) es menor que el nivel de significancia $\alpha = 0,05$, por tanto, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna; es decir que la calidad de vida tiene relación con el dolor cervical agudo en programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, lo cual ha sido corroborado mediante la prueba estadística rho de Spearman. Asimismo, dicha relación es inversa es decir que a menor dolor agudo existe mayor calidad de vida.

Tabla 13

Prueba rho de Spearman

		Calidad de vida	Dolor agudo
Rho de Spearman	de Calidad de vida	1,000	-0,401*
	Coefficiente de correlación	.	0,012
	Sig. (bilateral)	.	0,012
N		45	45
Dolor agudo	de Calidad de vida	-0,401	1,000
	Coefficiente de correlación	0,012	.
	Sig. (bilateral)	0,012	.
N		45	45

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

Prueba de la Hipótesis Especifica H2

Ho: La calidad de vida no tiene relación con el dolor cervical subagudo en programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022.

Ha: La calidad de vida si tiene relación con el dolor cervical subagudo en programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022.

Nivel de Significación: $\alpha = 5\% \approx 0,05$

El p valor calculado ($p = 0,032$) es menor que el nivel de significancia $\alpha = 0,05$, por tanto, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna; es decir que la calidad de vida tiene relación con el dolor cervical subagudo en programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022, lo cual ha sido corroborado mediante la prueba estadística rho de Spearman. Asimismo, dicha relación es inversa es decir que a menor dolor subagudo existe mayor calidad de vida.

Tabla 14

Prueba rho de Spearman

			Calidad de vida	Dolor subagudo
Rho de Spearman	de Calidad de vida	Coefficiente de correlación	1,000	-0,345*
		Sig. (bilateral)	.	0,032
		N	45	45
Dolor subagudo		Coefficiente de correlación	-0,345	1,000
		Sig. (bilateral)	0,032	.
		N	45	45

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

Prueba de la Hipótesis Especifica H3

Ho: La calidad de vida no tiene relación con el dolor cervical crónico en programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022.

Ha: La calidad de vida si tiene relación con el dolor cervical crónico en programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022.

Nivel de Significación: $\alpha = 5\% \approx 0,05$

El p valor calculado ($p = 0,023$) es menor que el nivel de significancia $\alpha = 0,05$, por tanto, se rechaza la hipótesis nula; es decir que la calidad de vida tiene relación con el dolor cervical crónico en programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022, lo cual ha sido corroborado mediante la prueba estadística rho de Spearman. Asimismo, dicha relación es inversa es decir que a menor dolor crónico existe mayor calidad de vida.

Tabla 15

Prueba rho de Spearman

		Calidad de vida	Dolor crónico
Rho de Spearman	de Calidad de vida	1,000	-0,376*
	de Coeficiente de correlación	.	0,023
	Sig. (bilateral)	.	0,023
		N	45
Dolor crónico	de Coeficiente de correlación	-0,376*	1,000
	de Coeficiente de correlación	0,023	.
	Sig. (bilateral)	0,023	.
		N	45

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

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

4.1. Discusión de resultados

La calidad de vida, que comprende los aspectos físicos, psicológicos, sociales y de entorno, es de vital importancia en desarrollo de las actividades laborales optimas especialmente en los trabajadores que realizan programación. Si estos aspectos de la calidad de vida se encuentran deteriorados, el rendimiento laboral va a ser muy pobre en estos profesionales.

Los hallazgos encontrados en el estudio nos permiten asegurar que la calidad de vida y el dolor cervical están relacionados, lo cual fue establecido con la prueba estadística Rho de Spearman ($p < 0,05$), resultados que concuerdan con el estudio de Bazan, Y. (2019) determinó la relación de la calidad de vida en salud y las molestias musculoesqueléticas en trabajadores de una empresa de comercialización de materiales de construcción, estableciendo que existe relación entre ambas variables.

Además, nuestros hallazgos son comparables con los resultados obtenidos por Santa María et al. (2018) en su investigación sobre discapacidad y su impacto en el dolor cervical en pacientes del servicio de Medicina Física de un hospital, utilizando la prueba de Rho de Spearman, encontraron una relación significativa entre las variables de discapacidad y dolor cervical (grado, intensidad y tipo de dolor), evidenciada por un valor de $p < 0,05$.

García-Remeseiroc et al., (2021) en su tesis Dolor y Discapacidad cervical en trabajadores públicos usuarios de pantalla de visualización de datos, encontraron que ambas variables están relacionadas. Asimismo, que el 58% refirieron dolor cervical. No existieron diferencias significativas entre hombres y mujeres. Estos resultados se asemejan a los encontrados en nuestro estudio, donde el 60% de los programadores presentaron dolor leve, el 35,6% dolor moderado y el 4,4% dolor intenso y no se encontraron diferencias entre hombres y mujeres.

Los hallazgos encontrados en nuestro estudio de investigación permiten asegurar que la calidad de vida tiene relación con el dolor cervical agudo en los programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022.

Calzada et al., (2022) en la investigación “Calidad de vida laboral y la discapacidad por dolor lumbar en los trabajadores de la isla de la estación de servicio de Petroperú en

Huancayo de marzo a abril de 2022” encontraron que existe relación entre la calidad de vida laboral y la discapacidad por dolor lumbar y sugiere que, debido a la mala calidad de vida laboral, los trabajadores tienen mayor riesgo de invalidez por dolor lumbar. El nivel de calidad de vida laboral promedio fue de 54,2 %, el nivel de discapacidad de columna lumbar promedio fue de 41,7 % y la edad correspondiente fue de 43,8 % de 26 a 33 años. Estos resultados concuerdan con los hallazgos encontrados en nuestro estudio donde la calidad de vida tiene relación con el dolor cervical; el 15,6% de los programadores tenían una calidad de vida deficiente; el 24,4% tenían una calidad de vida regular; el 26,7% tenían una calidad de vida buena; el 28,9% tenían una calidad de vida muy buena y solo el 4,4% tenía una calidad de vida excelente.

Las evidencias muestran que la calidad de vida tiene relación con el dolor cervical subagudo en los programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022.

Asimismo, en nuestro estudio encontramos que la calidad de vida tiene relación con el dolor cervical crónico en los programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022.

El 15,6% de los programadores tienen una calidad de vida deficiente; el 24,4% una calidad de vida regular; el 26,7% una calidad de vida buena; el 28,9% tenían una calidad de vida muy buena y solo el 4,4% los programadores de la empresa CAUSATECH EIRL tienen una calidad de vida excelente. Resultados que concuerdan con los obtenidos por Bazan, Y. (2019), que en su investigación encontró que la calidad de vida, relacionada a la salud en su componente de salud física se evidenció que el 90% presenta buena calidad de vida en salud y solo en un 10% se evidencia mala calidad de vida en salud. En el componente de salud mental la gran mayoría de los trabajadores presenta y/o considera tener una buena calidad de vida en salud.

El 60,0% de los programadores de la empresa CAUSATECH EIRL presentó dolor leve; el 35,6% dolor moderado y el 4,4% de los programadores presentó dolor intenso. Estos hallazgos son similares a los encontrados por Santa María, et al., (2018) que en su estudio encontró que la muestra presentó un alto dolor cervical con un 78,3%, un bajo dolor cervical el 21,7%, asimismo, en el 45,7% es agudo y en el 54,3% es crónico.

4.2. Conclusiones

- Primera: Existe relación entre la calidad de vida y el dolor cervical en programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, con un nivel de significancia $p < 0,05$, lo cual ha sido establecido mediante la prueba estadística Rho de Spearman.
- Segunda: Existe relación inversa entre la calidad de vida y el dolor cervical agudo en programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022.
- Tercera: Existe relación de la calidad de vida con el dolor cervical subagudo en programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022.
- Cuarta: Existe relación de la calidad de vida con el dolor cervical crónico en programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022.
- Quinta: El 15,6% de los programadores tienen una calidad de vida deficiente; el 24,4% una calidad de vida regular; el 26,7% una calidad de vida buena; el 28,9% tenían una calidad de vida muy buena y solo el 4,4% los programadores de la empresa CAUSATECH EIRL tienen una calidad de vida excelente.
- Sexta: El 60,0% de los programadores de la empresa CAUSATECH EIRL presentó dolor leve; el 35,6% dolor moderado y el 4,4% de los programadores presentó dolor intenso.

4.3. Recomendaciones

- Se recomienda realizar evaluaciones constantes en esta población, con la finalidad de identificar su calidad de vida y el nivel de dolor que presentan, con el objetivo de crear estrategias fisioterapéuticas enfocadas en mejorar y aliviar las dolencias que padecen como consecuencia de sus actividades laborales.
- Se recomienda que las empresas tanto públicas como privadas incentiven y promuevan la práctica de alguna actividad física, la asistencia al departamento psicológico, las relaciones sociales entre compañeros y mejorar los ambientes donde desarrollan sus actividades laborales para mejorar la calidad de vida y por ende el rendimiento laboral de sus trabajadores que laboran como programadores.

- Se recomienda que las empresas cuenten o contraten a profesionales especialistas como psicólogos, médicos y tecnólogo médico en terapia física y rehabilitación para que desarrollen programas preventivos y de promoción de la salud física y mental de esta población.

4.4. Limitaciones

Las limitaciones encontradas en la realización del presente estudio de investigación estuvieron referidas a la falta de bibliografía referido al tema específico de mi investigación; calidad de vida y dolor cervical en programadores ya que en nuestro país no se ha abordado mucho el tema. También se tuvo limitaciones a nivel de la población porque se nos fue difícil lograr una comunicación directa y continua con los sujetos que eran parte de la muestra, al coordinar el día y la hora para realizar una óptima aplicación de nuestros instrumentos de evaluación.

4.5. Implicancias

Acerca de las implicancias, a nivel teórico, proporciona información relevante sobre la relación que existe entre las variables de estudio, que servirá a la empresa CAUSATECH EIRL pueda tomar medidas respecto a la mejora de la calidad de vida y el dolor lumbar que padecen sus programadores. Así también servirá como referencia para próximos estudios; dado que sus resultados concuerdan con los de otras investigaciones realizadas donde se encontraron que las variables abordadas se encuentran relacionadas. En el aspecto metodológico, el presente estudio servirá como sustento a investigadores que aborden la misma problemática y utilicen los mismos instrumentos como el Whoqol Breef y el EVA, ya ambos cuentan con la validez y confiabilidad correspondiente. En el nivel práctico, este estudio contribuye con información relevante a la gerencia de Recursos Humanos de la empresa CAUSATECH EIRL a fin de que puedan implementar medidas de prevención e intervención en sus trabajadores brindándoles estrategias de fortalecimiento de su calidad debida y disminución del dolor a nivel cervical.

REFERENCIAS

1. Alvaréz C. Metodología de la investigación cuantitativa y cualitativa. [Online]; 2021. Acceso el 10 de Mayo del 2022. Disponible en: <https://www.uv.mx/rmipe/files/2017/02/Guia-didactica-metodologia-de-la-investigacion.pdf>
2. Aquisé Laura Sonia MSLS. Calidad de Vida Laboral y el Nivel de Rotación del Personal en la Empresa Call Center Konecta - Perú 2018 - 2020. [Online]; 2020. Disponible en: https://repositorio.utp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12867/3244/Sonia%20Aquisé_Liliana%20Mendoza_Trabajo%20de%20Investigacion_Bachiller_2020.pdf?sequence=1&isAllowed=y
3. Arco J. Curso básico sobre dolor. Tema 1. Fisiopatología, clasificación y tratamiento farmacológico. [Online]; 2015. Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-farmacia-profesional-3-articulo-curso-basico-sobre-dolor-tema-X0213932415727485>
4. Báez WC. Calidad de Vida. [Online]; 2016. Acceso el 10 de Mayo del 2022 Disponible en: <file:///C:/Users/ulfseorw/Downloads/230-Texto%20del%20art%C3%ADculo-887-1-10-20200130.pdf>
5. Bazan Ponte Y. Relación de la calidad de vida en salud y molestias músculo esqueléticas en trabajadores de una empresa de comercialización de materiales de construcción de la ciudad de lima 2019. [Online]; 2019. Disponible en: https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/9001/Relacion_BazanPonte_Yanina.pdf?sequence=1&isAllowed=y
6. Blanco-Álvarez , Larrinaga , Beltrán-Alacreu. Calidad de vida, factores psicosociales y prevalencia de dolor de cuello y cefalea en el CSEU La Salle: estudio observacional transversal. [Online]; 2020. Disponible en: <file:///C:/Users/ulfseorw/Downloads/Blanco-A%CC%81lvarez+et+al.pdf>
7. Capó-Juan MÁ. Síndrome de dolor miofascial cervical. Revisión narrativa del tratamiento fisioterápico. [Online]; 2015. Disponible en: <https://scielo.isciii.es/pdf/asisna/v38n1/revision3.pdf>
8. Carhuaz C. Text Neck: el desconocido síndrome ocasionado por el uso de dispositivos móviles. [Online]; 2017. Disponible en: <https://cpal.edu.pe/blog/text-neck-el-desconocido-sindrome-ocasionado-por-el-uso-de-dispositivos-moviles/>

9. Casas Anguita JRRLJDC. La encuesta como técnica de investigación. Elaboración de cuestionarios y tratamiento estadístico de los datos. [Online]; 2003. Disponible en: <https://core.ac.uk/download/pdf/82245762.pdf>
10. Chille PUCd. Morfología de sistemas. [Online]; 2010. Disponible en: <http://publicacionesmedicina.uc.cl/Anatomia/SWCursos/kinesiologia2/pdf/p8loc.pdf>.
11. Colombia UNd. Calidad de vida: una definición integradora. [Online]; 2003. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/805/80535203.pdf>.
12. Cristhian Santiago Bazan JRL. Factores asociados al dolor cervical en estudiantes del nivel secundaria de una institución educativa estatal, Lima - Perú. [Online]; 2019. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1727-558X2019000300002&script=sci_arttext
13. Cuixart SN. Evaluación de las condiciones de trabajo: carga postural. Método REBA. [Online]; 2001. Disponible en: https://www.insst.es/documents/94886/326775/ntp_601.pdf/2989c14f-2280-4eef-9cb7-f195366352ba
14. Dercy Centeno-Leguía WSC. Síndrome de text-neck: una nueva pandemia en la era smartphone. [Online]; 2019. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1018-130X2019000300015.
15. Dr. Guerrero DCDK. Dolor cervical y de hombros asociado al uso laboral de computadoras de escritorio. [Online]; 2011. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/columna/col-2011/col114b.pdf>
16. Dra. Elizabeth Prendes; Dr. José García; Dra. Tania Bravo; Dr. Jorge Martín y Dra. Isis Pedroso. Comportamiento de la cervicalgia en la población. [Online]; 2016. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/fisica/mf-2017/mf171-2b.pdf>
17. Farfán Ríos H. Asociación de estrés laboral y nivel de riesgo ergonómico en relación a síntomas musculoesqueléticos en personal teleoperador de call center, Lima 2019. [Online]; 2019. Disponible en: <https://repositorio.cientifica.edu.pe/handle/20.500.12805/906?show=full>.
18. Fernanda COM. Identificación de los factores ergonómicos y su relación con los desórdenes musculoesqueléticos (dme) en el personal del “call center” de la empresa Road Track Ecuador S.A. [Online]; 2017. Disponible en:

- <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/14774/1/T-UCE-0007-ISIP0019-2018.pdf>
19. Fernández PRMEGTÓdPGMÁG. Ergonomía 4 El trabajo en oficinas. [Online]; 2013. Disponible en: <https://upcommons.upc.edu/bitstream/handle/2099.3/36777/9788476539828.pdf>.
 20. Fernández-Mayoralas G. Calidad de vida y salud: planteamientos conceptuales y metodos de investigación. [Online]; 2005. Disponible en: <file:///C:/Users/ulfseorw/Downloads/117017-Text%20de%20l'article-147973-1-10-20080909.pdf>.
 21. Gabriela Graciela Mr. Dolor músculo-esquelético ocupacional en profesores de la Facultad de Estomatología de una Universidad Privada. [Online]; 2018. Disponible en: http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/4735/TESIS_MEJIA%20RIVERA%20GABRIELA%20GRACIELA.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
 22. Giuliani DACYCOAC. Vida con calidad y Calidad de vida en el trabajo. [Online]; 2013. Disponible en: <file:///C:/Users/EQUIPO/Downloads/Dialnet-VidaConCalidadYCalidadDeVidaEnElTrabajo-4237669.pdf>.
 23. Hernández-Pérez F. Los riesgos de las tecnologías de la información y la comunicación. [Online]; 2019. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/conamed/con-2019/con194d.pdf>.
 24. Hernández R. Metodología de la investigación. 3rd ed. Mexico: Mc Graw Hill; 2014.
 25. Hidalgo B, AÁHD, & H. El uso de dispositivos electrónicos móviles y su impacto en el incremento de afecciones en los estudiantes universitarios. [Online]; 2019. Disponible en: <file:///C:/Users/EQUIPO/Downloads/johanamorillo,+El+uso+de+dispositivos+electr%C3%B3nicos+m%C3%B3viles+y+su.pdf>.
 26. Inacio EJH. Metodo de Investigación. [Online]; 2019. Disponible en: <https://www.academica.org/edson.jorge.huair.inacio/35.pdf>.
 27. Jeimmi Alexandra Jiménez Castillo CATCGAE. Conceptualización y medición de la calidad de vida en la infancia. [Online]; 2011. Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1794-99982011000100008
 28. José Alfredo López Huerta RAGRJMTT. Propiedades Psicométricas de la Versión en Español de la Escala de Calidad de Vida WHO QoL BREF en una Muestra de Adultos

- Mexicanos. [Online]; 2016. Acceso el 10 de Julio del 2022 Disponible en: <https://www.aidep.org/sites/default/files/2017-09/R44-Art9.pdf>.
29. Junta de Andalucía. DOLOR CERVICAL Y DORSAL. [Online]; 2020. Acceso el 10 de Julio del 2022. Disponible en: https://www.sspa.juntadeandalucia.es/servicioandaluzdesalud/sites/default/files/sincfile/wsas-media-mediafile_sasdocumento/2020/DOLOR_CERVICAL_DORSAL.pdf
30. Leonardo Gregorio Antúnez Sánchez aMdlCA,JRR,ARM,RMVyCS. Eficacia ante el dolor y la discapacidad cervical de un programa de fisioterapia individual frente a uno colectivo en la cervicalgia mecánica aguda y subaguda. [Online]; 2017. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6876041/>
31. Leze SM. El papel del fisioterapeuta en la prevención y el tratamiento del text neck en los usuarios de pantallas. [Online]; 2021. Disponible en: http://repositori.uvic.cat/bitstream/handle/10854/6953/trealu_a2021_morgane_solhene_text_neck.pdf?sequence=1&isAllowed=y
32. Llor Esteban B GIMLMA. Variables psicosociales y de personalidad asociadas a la cervicalgia recurrente. [Online]; 2006. Disponible en: <https://app.mapfre.com/ccm/content/documentos/fundacion/salud/revista-medicina/vol17-n2-art3-cervicalgia.pdf>
33. Luis Gerardo Domínguez Gasca JLAMLGDC. Síndrome miofascial cervical por comunicación escrita en teléfono celular. [Online]; 2018. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/actmed/am-2018/am182b.pdf>.
34. Luz Lugo HG•CG. Confiabilidad del cuestionario de calidad de. [Online]; 2006. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/rfnsp/v24n2/v24n2a05.pdf>
35. Marivel Condori YGTGRSCV. Relación entre el conocimiento y la aplicación de la escala visual análoga. [Online]; 2014. Disponible en: https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/636/Ysabel_Tesis_bachiller_2014.pdf?sequence=1&isAllowed=y
36. Mercedes García RGMAMASL. Relación entre Calidad de Vida en el Trabajo y Síntomas de Estrés en el Personal Administrativo Universitario. [Online]; 2014. Disponible en: https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-24492014000200007
37. Moyano OD. Mejoramiento de la calidad de vida laboral mediante la actividad física. [Online]; 2020. Disponible en:

- https://bdigital.uncu.edu.ar/objetos_digitaes/15666/mejoramiento-de-la-calidad-de-vida-laboral-mediante-la-actividad-fsica.pdf
38. Ms. José Díaz MBGMAC. Bases y aplicación del método hipotético-deductivo en el diagnóstico. [Online]; 2011. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252011000300008.
39. MSc. Jaiberth Antonio Cardona-Arias IMLFHG. Aplicaciones de un instrumento diseñado por la OMS para la evaluación de la calidad de vida. [Online]; 2014. Disponible en: <https://www.scielosp.org/pdf/rcsp/v40n2/spu03214.pdf>
40. Navarro B. Musculos del cuello. [Online]; 2022. Disponible en: <https://www.kenhub.com/es/library/anatomia-es/musculos-del-cuello>.
41. Pérez D, Rojas L, Hernández S, Bravo T, Delgado O. Actualización sobre cervicalgias mecánicas agudas. [Online]; 2011. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/revcubmedfisreah/cfr-2011/cfr112f.pdf>
42. Quintero JDV. La influencia del estrés y resiliencia en la calidad de vida laboral, en empleados de un call center que brindan soporte técnico en la ciudad de Bogotá. [Online]; 2016. Disponible en: <https://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/3322/2016jimmyvanegas.pdf?sequence=2>.
43. Red-IRYSS Idl. El Cuestionario de Salud SF-36 español: una década de experiencia y nuevos desarrollos. [Online]; 2005. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0213-91112005000200007.
44. Roberto DMP. Metodología de la investigación. [Online]; 2012. Disponible en: http://www.une.edu.pe/Sesion04-Metodologia_de_la_investigacion.pdf
45. Roldan PL. Metodología de la investigación social cuantitativa. [Online]; 2015. Disponible en: https://ddd.uab.cat/pub/caplli/2017/185163/metinvsoocua_cap2-4a2017.pdf
46. Romero DE RAMCMMEJ. Calidad de vida y dolor de cuello en estudiantes en ciencias de la salud. [Online]; 2014. Disponible en: file:///C:/Users/ulfseorw/Downloads/mcometto,+Journal+manager,+RSP15_1_10_+art7.pdf
47. Romero DE. Calidad de vida y discapacidad. [Online]; 2015. Disponible en: http://lildbi.fcm.unc.edu.ar/lildbi/tesis/Romero_Daniel_Eduardo.pdf

48. Romero I. TEXT NECK. Repercusiones del uso del smartphone sobre el organismo. [Online]; 2022. Disponible en: <https://www.fisioterapia-online.com/articulos/text-neck-repercusiones-del-uso-del-smartphone-sobre-el-organismo>.
49. ROSILLO LES. Trastornos músculo-esqueléticos y Ausentismo laboral de las Enfermeras de Centro Quirúrgico del Hospital Nacional Hipólito Unanue el Agustino, 2017. [Online]; 2019. Disponible en: https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/5530/sanchez_rle.pdf?sequence=3&isAllowed=y
50. Rubian Diego Andrade 1 DGB2,CM3,CST,TSByÉPGF. Calidad de vida para teleoperadores: un análisis con el Whoqol-Bref. [Online]; 2015. Disponible en: https://www-scielo-cl.translate.goog/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-24492015000300004&x_tr_sl=pt&x_tr_tl=es&x_tr_hl=es&x_tr_pto=sc
51. Rubian Diego Andrade DGB,CM,CST,TSByÉPGF. Calidad de vida para teleoperadores: un análisis con el Whoqol-Bref. [Online]; 2015. Disponible en: https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718-24492015000300004&script=sci_arttext
52. Santa María Sipión A. La discapacidad y su relación con el dolor cervical en pacientes del Servicio de Medicina Física en un Hospital del Callao. [Online]; 2018. Disponible en: https://www.conadisperu.gob.pe/observatorio/wp-content/uploads/2019/10/07_02_039.pdf
53. Sipión S, Lucumber N. “La discapacidad y su relación con el dolor cervical en pacientes del Servicio de medicina física en un hospital del callao, 2017.”. [Online]; 2018. Disponible en: <https://conadisperu.gob.pe/observatorio/biblioteca/la-discapacidad-y-su-relacion-con-el-dolor-cervical-en-pacientes-del-servicio-de-medicina-fisica-en-un-hospital-del-callao-2017/>
54. Suarez JMP. Frecuencia del dolor de espalda en trabajadores de oficina de defensoría del pueblo 2018. [Online]; 2020. Disponible en: [Pérez \(2020\). En su investigación Frecuencia del dolor de espalda en trabajadores de oficina de defensoría del pueblo 2018.](#)
55. Suárez YA. Anatomía zona cervical, funcionalidad y el pilates en reforme. [Online]; 2013. Disponible en: http://163.10.30.35/congresos/congresoeducacionfisica/10o-ca-y-5o-l-efyc/actas-10-y-5/Eje_3_Mesa_D_Acevedo_Ponencia.pdf

56. T. Vicente Herrero SDBFBMMVRIdITyLCG. Valoración del dolor. Revisión comparativa de escalas y cuestionarios. [Online]; 2018. Disponible en: <https://scielo.isciii.es/pdf/dolor/v25n4/1134-8046-dolor-25-04-00228.pdf>
57. Tamara Otzen CM. Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. [Online]; 2017. Disponible en: <https://scielo.conicyt.cl/pdf/ijmorphol/v35n1/art37.pdf>
58. Teresa Angulo Carrere. Ana Álvarez Méndez YFP. Biomecánica de la Columna Vertebral. [Online]; 2011. Disponible en: <http://www.revistareduca.es/index.php/reduca-enfermeria/article/viewFile/751/767>
59. Torres DMH. Investigación bibliográfica del síndrome text neck en personas que utilizan teléfonos. [Online]; 2020. Disponible en: <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/22355/1/T-UCE-0020-CDI-463.pdf>
60. Torres LBA. Estrés laboral y rendimiento laboral en los teleoperadores de la Empresa Servicios Call Center del Perú, Lima - 2020. [Online]; 2021. Disponible en: [ESTRÉS LABORAL Y RENDIMIENTO LABORAL EN LOS](#)
61. UCSH P. Programa de acompañamiento y acceso efectivo a la Educación Superior. [Online]; 2018. Disponible en: <http://vinculacion.ucsh.cl/wp-content/uploads/GUIA-ANATOM%C3%8DA-CABEZA-Y-CUELLO.pdf>
62. Valdés mfg. Teletrabajo y Ergonomía en sectores productivos de la Region de Biobio. [Online]; 2021. Disponible en: <http://repositorio.udec.cl/bitstream/11594/8625/1/Teletrabajo%20y%20ergonom%c3%ada%20en%20sectores%20productivos%20de%20la%20regi%c3%b3n%20del%20BioBio.%20-%20copia.pdf>
63. Valencia UPd. REBA. [Online]; 2015. Disponible en: <https://www.ergonautas.upv.es/metodos/reba/reba-ayuda.php>
64. Yanina Holanda Campozano KMZLMQJLGG. Efectos del abuso de teléfonos celulares en jóvenes en tiempo de pandemia. [Online]; 2021. Disponible en: <file:///C:/Users/EQUIPO/Downloads/937-Resultados%20de%20la%20investigaci%C3%B3n-2367-2-10-20210804.pdf>

				<p>Relaciones personales, actividad sexual y apoyo social.</p> <p>Libertad y seguridad, ambiente físico, recursos económicos, oportunidad de información ocio y descanso, hogar, atención sanitaria/social y transporte.</p>		<ol style="list-style-type: none"> 1. Nada 2. Un poco 3. Lo normal 4. Bastante 5. Extremadamente <ol style="list-style-type: none"> 1. Nunca 2. Raramente 3. Moderadamente 4. Frecuentemente 5. Siempre
<p>Variable 2;</p> <p>Dolor cervical</p>	<p>Dolor en la región cervical - segunda dorsal de la columna vertebral que puede extenderse al cuello, cabeza, extremidad superior, tórax o abdomen, limitando los movimientos y pudiéndose acompañar de disfunción neurológica. (20)</p>	<p>Valoración del dolor cervical.</p>	<p>No tiene dimensiones</p>	<p>Numeración del 1 al 10</p>	<p>Cualitativa ordinal</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sin dolor 2. Dolor leve 3. Dolor moderado 4. Dolor intenso 5. Dolor insoportable

ANEXO N° 2: MATRIZ DE CONSISTENCIA

CALIDAD DE VIDA Y SU RELACION CON EL CON EL DOLOR CERVICAL EN PROGRAMADORES DE LA EMPRESA CAUSATECH EIRL, LURIN 2022”.

Problemas	Objetivos	Hipótesis	Variables	Diseño Metodológico
<p>Problema General</p> <p>PG. ¿Cuál es la relación de la calidad de vida con el dolor cervical en programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022?</p> <p>Problemas Específicos</p> <p>PE1. ¿Cuál es la relación de la calidad de vida con el dolor cervical agudo en programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022?</p> <p>PE2. ¿Cuál es la relación de la calidad de vida con el dolor cervical subagudo en programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022?</p> <p>PE3. ¿Cuál es la relación de la calidad de vida con el dolor cervical crónico en programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022?</p>	<p>Objetivo General</p> <p>OG. Determinar la relación entre la calidad de vida con el dolor cervical en programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022.</p> <p>Objetivos Específicos</p> <p>OE1. Establecer la relación entre la calidad de vida y el dolor cervical agudo en programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022.</p> <p>OE2. Establecer la relación de la calidad de vida con el dolor cervical subagudo en programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022.</p> <p>OE3. Establecer la relación de la calidad de vida con el dolor cervical crónico en programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022.</p>	<p>Hipótesis General</p> <p>H_i. La calidad de vida tiene relación con el dolor cervical en programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022.</p> <p>H_o. La calidad de vida no tiene relación con el dolor cervical en programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022.</p> <p>Hipótesis Específica</p> <p>H₁. La calidad de vida tiene relación con el dolor cervical agudo en programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022.</p> <p>H₂. La calidad de vida tiene relación con el dolor cervical subagudo en programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022.</p> <p>H₃. La calidad de vida tiene relación con el dolor cervical crónico en programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022.</p>	<p>Variable 1:</p> <p>Calidad de vida</p> <p>Dimensiones:</p> <p>Salud Física.</p> <p>Salud psicológica.</p> <p>Relaciones sociales.</p> <p>Medio ambiente</p> <p>Variable 2:</p> <p>Dolor cervical</p>	<p>Tipo de Investigación</p> <p>Básica</p> <p>Método</p> <p>Hipotético deductivo</p> <p>Diseño</p> <p>No experimental, Descriptivo-correlacional y de corte Transversal</p> <p>Población</p> <p>Conformada por 70 programadores de la empresa CAUSATECH EIRL, Lurín 2022.</p> <p>Muestra</p> <p>La muestra estuvo formada por 45 programadores seleccionados por conveniencia (muestra censal) y que cumplieron con los criterios de inclusión.</p>

ANEXO N° 3

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPANTES DE INVESTIGACIÓN

“CALIDAD DE VIDA Y SU RELACION CON EL DOLOR CERVICAL EN PROGRAMADORES DE LA EMPRESA CAUSATECH EIRL, LURIN 2022”.

El propósito de esta ficha de consentimiento informado es proveer a los participantes en esta investigación con una clara explicación sobre lo que se realizará. La presente investigación es dirigida por la estudiante de Terapia Física y Rehabilitación Sondor Morante, Merly Corina, de la Universidad Privada del Norte. El objetivo del estudio es tener conocimiento sobre la CALIDAD DE VIDA Y SU RELACION CON EL DOLOR CERVICAL EN PROGRAMADORES DE LA EMPRESA CAUSATECH EIRL, LURIN 2022, ya que su participación contribuirá a conocer el estado de salud de dicho trabajador. Este estudio no representa ningún costo y riesgo para usted. Para su participación solo es necesario su autorización. Si usted accede a participar en este estudio, se le pedirá responder las preguntas de dos cuestionarios, esto tomará aproximadamente 55 minutos de su tiempo. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de este estudio. Sus respuestas al cuestionario serán codificadas usando un número de identificación y por lo tanto serán anónimas. Si tiene alguna duda sobre este estudio puede hacer las preguntas necesarias a la investigadora en cualquier momento durante su participación en él. Igualmente, puede retirarse del estudio en cualquier momento sin que eso lo perjudique en ninguna forma. Si alguna de las preguntas de los cuestionarios le parece incómodas, tiene usted el derecho de hacérselo saber a la investigadora o de no responderlas.

He sido informado(a) del objetivo del estudio, reconozco que la participación de este estudio es gratuita y la información que proporcione para esta investigación es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de este estudio sin mi consentimiento.

Nombre de la investigadora: Merly Corina Sondor Morante

Firma: _____

Fecha: _____

ANEXO N° 4

CARTA DE AUTORIZACIÓN DE USO DE INFORMACIÓN DE
EMPRESA PARA EL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN, TESIS O
INFORME DE SUFICIENCIA PROFESIONAL

CAUSATECH

Yo Juan Manuel Reategui Solís, identificado con DNI N°76035098, como representante legal de la empresa CAUSATECH E.I.R.L. con R.U.C. N° 20608536265 ubicada en la ciudad de Lima, Lurín. Otorgo la **AUTORIZACIÓN** de uso de información a: Merly Corina Sondor Morante con DNI N° 72521127 egresada de la carrera profesional en Tecnología médica, Terapia Física y Rehabilitación de la Universidad Privada del Norte, para que utilice la siguiente información de la empresa: Tomar datos y realizar una encuesta a los trabajadores de mi entidad con la finalidad de que pueda desarrollar su Tesis para optar al grado de Título Profesional.

Autorizo expresamente el uso de la información con fines académicos, incluyendo su publicación en el repositorio de la Universidad Privada del Norte, contribuyendo con la comunidad educativa y sociedad en su conjunto.

Autorizo mencionar el nombre y/o cualquier distintivo de la empresa.

Lurín, 20 de junio del 2024



Firma del Representante Legal o Autoridad
DNI: 76035098
N° de celular de contacto: 921 307 962

El Egresado/Bachiller declara que los datos emitidos en esta carta y en el Trabajo de Investigación, en la Tesis son auténticos. En caso de comprobarse la falsedad de datos, el Egresado será sometido al procedimiento disciplinario correspondiente; asimismo, asumirá toda la responsabilidad ante posibles acciones legales que la empresa, otorgante de información, pueda ejecutar.

Nota: se solicita mantener todos los campos de información requeridos en el presente formato.



Firma del egresado
DNI: 72521127

AUTORIZACION DE INVESTIGACIÓN EN LA EMPRESA CAUSATECH E.I.R.L

ANEXO N° 5

DATA_MERLY.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

	Nombre	Tipo	Anchura	Decimales	Etiqueta	Valores	Perdidos	Columnas	Alineación	Medida	Rol
1	Genero	Numérico	8	0	Genero	{1, Masculin...	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
2	Edad	Numérico	8	0	Edad (años)	{1, 20 - 29 a...	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
3	HoraLab	Numérico	8	0	Horario Laboral	{1, 4 horas (...}	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
4	CV1	Numérico	8	0	¿Cómo calificar...	{1, Muy mal...	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
5	CV2	Numérico	8	0	¿Cómo de sati...	{1, Muy ins...	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
6	CV3	Numérico	8	0	¿Hasta qué pu...	{1, Nada}...	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
7	CV4	Numérico	8	0	¿En qué grado ...	{1, Nada}...	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
8	CV5	Numérico	8	0	¿Cuánto disfrut...	{1, Nada}...	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
9	CV6	Numérico	8	0	¿Hasta qué pu...	{1, Nada}...	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
10	CV7	Numérico	8	0	¿Cuál es su ca...	{1, Nada}...	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
11	CV8	Numérico	8	0	¿Cuánta seguri...	{1, Nada}...	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
12	CV9	Numérico	8	0	¿Cómo de salu...	{1, Nada}...	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
13	CV10	Numérico	8	0	¿Tiene energía ...	{1, Nada}...	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
14	CV11	Numérico	8	0	¿Es capaz de ...	{1, Nada}...	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
15	CV12	Numérico	8	0	¿Tiene suficien...	{1, Nada}...	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
16	CV13	Numérico	8	0	¿Dispone de la ...	{1, Nada}...	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
17	CV14	Numérico	8	0	¿Hasta qué pu...	{1, Nada}...	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
18	CV15	Numérico	8	0	¿Es capaz de ...	{1, Nada}...	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
19	CV16	Numérico	8	0	¿Cómo de sati...	{1, Muy ins...	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
20	CV17	Numérico	8	0	¿Cómo de sati...	{1, Muy ins...	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
21	CV18	Numérico	8	0	¿Cómo de sati...	{1, Muy ins...	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
22	CV19	Numérico	8	0	¿Cómo de sati...	{1, Muy ins...	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
23	CV20	Numérico	8	0	¿Cómo de sati...	{1, Muy ins...	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
24	CV21	Numérico	8	0	¿Cómo de sati...	{1, Muy ins...	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
25	CV22	Numérico	8	0	¿Cómo de sati...	{1, Muy ins...	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada

Vista de datos Vista de variables

MUESTRA DEL ESTADISTICO SPSS

DATA_MERLY.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

Visible: 48 de 48 variables

	Genero	Edad	HoraLab	CV1	CV2	CV3	CV4	CV5	CV6	CV7	CV8	CV9	CV10	CV11	CV12
1	1	1	2	4	4	2	1	4	3	4	3	4	5	5	4
2	1	1	2	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3
3	1	1	2	4	4	1	1	4	3	2	3	3	3	4	3
4	1	1	2	3	3	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3
5	1	1	2	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	2
6	1	1	2	4	5	2	2	5	5	3	4	4	4	4	3
7	1	1	1	4	3	2	3	4	3	5	4	3	3	3	3
8	1	1	2	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	5	3
9	1	1	1	4	3	2	2	4	4	4	4	3	4	4	3
10	1	4	2	5	5	1	1	5	5	4	5	5	3	5	5
11	2	1	2	3	3	2	1	3	3	4	3	3	3	4	3
12	1	1	2	1	4	1	3	5	5	3	3	5	4	5	3
13	1	1	2	3	2	3	3	4	3	4	4	3	3	2	4
14	1	1	2	4	3	2	2	3	4	4	4	3	2	4	3
15	1	1	3	4	3	2	2	4	5	4	3	4	3	5	4

ANEXO N° 6

INSTRUMENTOS UTILIZADOS PARA LA INVESTIGACIÓN

Sección 1 de 3
Preguntas
Preguntas
Respuestas 45
Configuración

CUESTIONARIO DE LA ESCALA DE WHOQOL-BREF Y EVA EN PROGRAMADORES

Estos instrumentos son específicos y nos ayudarán para evaluar correctamente la calidad de vida y dolor de los programadores a causa de su postura (dolor cervical) y tiempo frente a un computador.

Correo electrónico *

Correo electrónico válido

Este formulario recopila correos electrónicos. [Cambiar la configuración](#)

D.N.I. *

Texto de respuesta breve

Genero

Masculino

Femenino

Edad

20-29 años

40 - 49 años

50 - 59 años

Horario laboral

4 horas (part time)

8 - 12 horas (full time)

12 horas a más

Después de la sección 1 Ir a la siguiente sección

Sección 2 de 3

ESCALA DE WHOQOL - BREF

Escala de Calidad de Vida

1. ¿Cómo calificaría su calidad de vida?

Muy mala

Regular

Normal

2. ¿Cómo de satisfecho/a está con su salud?

Muy insatisfecho/a

Un poco insatisfecho/a

Lo normal

Bastante satisfecho/a

Muy satisfecho/a

3. ¿Hasta qué punto piensa que el dolor (físico) le impide hacer lo que necesita?

Nada

Un poco

Lo normal

Bastante

Extremadamente

4. ¿En qué grado necesita de un tratamiento médico para funcionar en su vida diaria?

Nada

Un poco

Preguntas
Respuestas
Preguntas
Respuestas 45
Configuración
Total de puntos: 0

5. ¿Cuánto disfruta de la vida?

Nada

Un poco

Lo normal

Bastante

Extremadamente

6. ¿Hasta qué punto siente que su vida tiene sentido?

Nada

Un poco

Lo normal

Bastante

Extremadamente

7. ¿Cuál es su capacidad de concentración?

Nada

Un poco

Lo normal

8. ¿Cuánta seguridad siente en su vida diaria?

Nada

Un poco

Lo normal

Bastante

Extremadamente

9. ¿Cómo de saludable es el ambiente físico a su alrededor?

Nada

Un poco

Lo normal

Bastante

Extremadamente

10. ¿Tiene energía suficiente para la vida diaria?

Nada

Un poco

Lo normal

11. ¿Es capaz de aceptar su apariencia física?

Nada

Un poco

Lo normal

Bastante

Totalmente

12. ¿Tiene suficiente dinero para cubrir sus necesidades?

Nada

Un poco

Lo normal

Bastante

Totalmente

13. ¿Dispone de la información que necesita para su vida diaria?

Nada

Un poco

Lo normal

Preguntas	Respuestas	Configuración	Preguntas	Respuestas	Configuración	Total	Preguntas	Respuestas	Configuración
14. ¿Hasta qué punto tiene oportunidad de realizar actividades de ocio?	<input type="radio"/> Nada <input type="radio"/> Un poco <input type="radio"/> Lo normal <input type="radio"/> Bastante <input type="radio"/> Totalmente		17. ¿Cómo de satisfecho/a está con su habilidad para realizar sus actividades de la vida diaria?	<input type="radio"/> Muy insatisfecho/a <input type="radio"/> Un poco insatisfecho/a <input type="radio"/> Lo normal <input type="radio"/> Bastante satisfecho/a <input type="radio"/> Muy satisfecho/a			20. ¿Cómo de satisfecho/a está con sus relaciones personales?	<input type="radio"/> Muy insatisfecho/a <input type="radio"/> Un poco insatisfecho/a <input type="radio"/> Lo normal <input type="radio"/> Bastante satisfecho/a <input type="radio"/> Muy satisfecho/a	
15. ¿Es capaz de desplazarse de un lugar a otro?	<input type="radio"/> Nada <input type="radio"/> Un poco <input type="radio"/> Lo normal <input type="radio"/> Bastante <input type="radio"/> Totalmente		18. ¿Cómo de satisfecho/a está con su capacidad de trabajo?	<input type="radio"/> Muy insatisfecho/a <input type="radio"/> Un poco insatisfecho/a <input type="radio"/> Lo normal <input type="radio"/> Bastante satisfecho/a <input type="radio"/> Muy satisfecho/a			21. ¿Cómo de satisfecho/a está con su vida sexual?	<input type="radio"/> Muy insatisfecho/a <input type="radio"/> Un poco insatisfecho/a <input type="radio"/> Lo normal <input type="radio"/> Bastante satisfecho/a <input type="radio"/> Muy satisfecho/a	
16. ¿Cómo de satisfecho/a está con su sueño?	<input type="radio"/> Muy insatisfecho/a <input type="radio"/> Un poco insatisfecho/a <input type="radio"/> Lo normal		19. ¿Cómo de satisfecho/a está de sí mismo?	<input type="radio"/> Muy insatisfecho/a <input type="radio"/> Un poco insatisfecho/a			22. ¿Cómo de satisfecho/a está con el apoyo que obtiene de sus amigos/as?	<input type="radio"/> Muy insatisfecho/a <input type="radio"/> Un poco insatisfecho/a <input type="radio"/> Lo normal	
23. ¿Cómo de satisfecho/a está de las condiciones del lugar donde vive?	<input type="radio"/> Muy insatisfecho/a <input type="radio"/> Un poco insatisfecho/a <input type="radio"/> Lo normal <input type="radio"/> Bastante satisfecho/a <input type="radio"/> Muy satisfecho/a		26. ¿Con qué frecuencia tiene sentimientos negativos, tales como tristeza, desesperanza, ansiedad, o depresión?	<input type="radio"/> Nunca <input type="radio"/> Raramente <input type="radio"/> Moderadamente <input type="radio"/> Frecuentemente <input type="radio"/> Siempre			28. ¿Hace cuanto tiempo presenta esta dolencia? *	<input type="radio"/> Nunca <input type="radio"/> 2 semanas <input type="radio"/> 1 - 2 meses <input type="radio"/> 6 meses <input type="radio"/> Un año a más	
24. ¿Cómo de satisfecho/a está con el acceso que tiene a los servicios sanitarios? Después de la sección 2. Ir a la siguiente sección	<input type="radio"/> Muy insatisfecho/a <input type="radio"/> Un poco insatisfecho/a <input type="radio"/> Lo normal <input type="radio"/> Bastante satisfecho/a <input type="radio"/> Muy satisfecho/a		<p>Sección 3 de 3</p> <p>ESCALA DE EVA</p> <p>Escala Visual Analógica</p> <p>Permite medir la intensidad del dolor que puede sentir una persona.</p> <p>•Dolor leve si el paciente puntúa el dolor como menor de 3. •Dolor moderado si la valoración se sitúa entre 4 y 7. •Dolor severo si la valoración es igual o superior a 8.</p>				29. ¿Cuál es la intensidad del dolor	<input type="text" value="0"/> a <input type="text" value="10"/> <p>0 Sin dolor</p> <p>10 Dolor intenso</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> Clave de respuesta (0 puntos)</p>	
25. ¿Cómo de satisfecho/a está con los servicios de transporte de su zona?	<input type="radio"/> Muy insatisfecho/a <input type="radio"/> Un poco insatisfecho/a <input type="radio"/> Lo normal		27. ¿Presenta usted algún tipo de dolor? *	<input type="radio"/> Sí		<p>Gracias por su tiempo!!!</p> <p>Si desea hacerse una evaluación no dude en dejar usted.</p> <p>Texto de respuesta breve</p>			