



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

CARRERA DE **TECNOLOGÍA MÉDICA, ESPECIALIDAD**  
**EN TERAPIA FÍSICA Y REHABILITACIÓN**

“RELACIÓN ENTRE LA LUMBALGIA Y LA  
CALIDAD DE VIDA DEL ADULTO MAYOR DE  
LA CLÍNICA BIENESTAR, HUANCAYO, 2023”

Tesis para optar al título profesional de:

**Licenciado en Tecnología Médica, especialidad en Terapia  
Física y Rehabilitación**

**Autor:**

Jhon Maicol Torpoco Lozano

**Asesor:**

Dr. Anibal Gustavo Yllesca Ramos

<https://orcid.org/0000-0002-9213-406X>

Lima - Perú

2023

## JURADO EVALUADOR

Jurado 1 Presidente(a)	<b>JANET CARITO QUISPE CORILLA</b>
	Nombre y Apellidos

Jurado 2	<b>Beatriz Horna Zevallos</b>
	Nombre y Apellidos

Jurado 3	<b>ANIBAL GUSTAVO YLLESCA RAMOS</b>
	Nombre y Apellidos

# INFORME DE SIMILITUD






## 15% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

### Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Texto citado
- Texto mencionado
- Coincidencias menores (menos de 11 palabras)

### Fuentes principales

- 13%  Fuentes de Internet
- 1%  Publicaciones
- 9%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

### Marcas de integridad

#### N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

## **DEDICATORIA**

A mi madre, hermano y tías  
por el soporte que me brindan día a  
día.

## **AGRADECIMIENTO**

A la Universidad Privada del Norte por el tipo de enseñanza que me brindaron, quienes fueron el soporte para el logro de mis expectativas profesionales

Al Dr. Anibal Gustavo Yllesca Ramos, por la asesoría que me brindó durante la elaboración de mi trabajo de investigación, el mismo que permitió esclarecer las dudas.

## 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. Formulación del problema	12
1.1.1. Problema general	12
1.1.2. Problemas específicos	13
1.3. Objetivos	13
1.1.3. Objetivo general	13
1.1.4. Objetivos específicos	13
1.4. Hipótesis	13
1.1.5. Hipótesis general	14
1.1.6. Hipótesis específicas	14
1.5. Justificación	14
1.1.7. Justificación teórica	14
1.1.8. Justificación práctica	14
1.1.9. Justificación metodológica	15

1.6. Bases teóricas	15
CAPÍTULO II: METODOLOGÍA	21
2.1. Enfoque de la investigación:	21
2.2. Tipo de la investigación	21
2.3. Diseño de la investigación	21
2.4. Método de la investigación	22
2.5. Nivel de la investigación	22
2.6. Población	22
2.7. Muestra	22
2.8. Muestreo	23
2.9. Técnica	24
2.10. Instrumento	24
2.11. Técnica de procesamiento y análisis de datos	24
2.12. Aspectos éticos	25
CAPÍTULO III: RESULTADOS	26
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	32
4.1. DISCUSIÓN	32
4.2. CONCLUSIONES	33
4.3. RECOMENDACIONES	34
REFERENCIAS	36

## Índice de tablas

<b>Tabla 1</b> Lumbalgia en adultos mayores.....	26
<b>Tabla 2</b> Calidad de vida en adultos mayores.....	26
<b>Tabla 3</b> Relación entre lumbalgia y percepción de la salud .....	27
<b>Tabla 4</b> Relación entre la lumbalgia y las condiciones socioeconómicas	27
<b>Tabla 5</b> Relación entre la lumbalgia y la satisfacción por la vida.....	28
<b>Tabla 6</b> Relación entre lumbalgia y calidad de vida .....	28
<b>Tabla 7</b> Prueba de hipótesis general .....	29
<b>Tabla 8</b> Prueba de hipótesis específicas .....	30

## **RESUMEN**

El estudio tuvo el propósito de determinar la relación entre la lumbalgia y la calidad de vida del adulto mayor de la Clínica Bienestar, Huancayo, 2023. Para ello se empleó una metodología tipo básica, de nivel correlacional y diseño no experimental, considerando como muestra a 80 ancianos, a quienes se aplicó el cuestionario ROLAND-MORRIS y GENCAT. De ello, los resultados señalaron lo siguiente: 36.3% de los adultos mayores denotaron un nivel bajo de dolor. Asimismo, 62.5% de los adultos mayores mantienen una buena calidad de vida, 23.8% refirieron que tienen una mala calidad de vida y 13.8%. De ello, se determinó que existe una relación significativa e inversa entre la lumbalgia y la calidad de vida en adultos mayores, con un Rho de Spearman = 0.773 y p-valor = 0.000.

**PALABRAS CLAVES:** Lumbalgia, calidad de vida y adulto mayor.

## **ABSTRACT**

The purpose of the study was to determine the relationship between low back pain and the quality of life of the elderly at the Clínica Bienestar, Huancayo, 2023. For this purpose, a basic methodology was used, with a correlational level and non-experimental design, considering as a sample 80 elderly people, to whom the ROLAND-MORRIS and GENCAT questionnaires were applied. The results indicated the following: 36.3% of older adults reported a low level of pain. Likewise, 62.5% of older adults maintain a good quality of life, 23.8% reported that they have a poor quality of life and 13.8%. From this, it was determined that there is a significant and inverse relationship between low back pain and quality of life in older adults, with a Spearman's Rho = 0.773 and p-value = 0.000.

**KEYWORDS:** Low back pain, quality of life and older adults.

# CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

## 1.1. Realidad problemática

A nivel mundial, en Latinoamérica, Douglas et al. (1) identificaron que la lumbalgia es una de las causas primordiales existentes en las consultas dentro de los servicios de emergencia; dado que, esta afección es sumamente frecuente y prevalente en todo el mundo. Los estudios mencionan que afectan con mayor prevalencia a los adultos y adultos mayores, tanto a varones, como a mujeres de 45 años a más. En algunos casos ocasiona algún tipo de discapacidad, según el grado de afectación, esta situación afecta la calidad de vida de los sujetos, perturbando su bienestar físico y emocional. Por ello, es de suma relevancia identificar el grado de asociación entre la lumbalgia y la calidad de vida en adultos mayores. En este contexto, la indagación se justifica desde lo teórico, ya que generará nuevos conceptos empíricos que sustenten la asociación existente entre la lumbalgia y calidad de vida, siendo sumamente beneficioso para la comunidad científica. Pues se conocerá la percepción de los adultos mayores sobre la calidad de vida que poseen en relación a los dolores de lumbalgia que experimenta, ello permitirá proponer y establecer medidas alternas que mejoren la calidad de vida en los adultos mayores. Asimismo, desde lo práctico, ya que identificará información para la Clínica Bienestar relevante sobre la calidad de vida, quiénes podrán emplear y diseñar estrategias de mejora en beneficio de los usuarios adultos mayores. Del mismo modo, se justifica desde lo metodológico, pues se comprobará la validez y confiabilidad de los instrumentos. Es así que, se formula la siguiente pregunta: ¿Cuál es la relación entre la lumbalgia y la calidad de vida del adulto mayor de la Clínica Bienestar, Huancayo, 2023?

A nivel nacional, en el Perú, Guevara y Sánchez (2) mencionan que la lumbalgia es el trastorno musculoesquelético con mayor prevalencia en la población de adultos y adultos mayores, la cual se caracteriza por la aparición de molestias musculares en la zona lumbar y parte baja de la espalda. Este, puede ocasionarse por afecciones en las raíces nerviosas o discos intervertebrales, para lo cual, en el país, se implementan políticas para mitigar y prevenir las lesiones y el dolor de este tipo de trastornos, pero de forma incipiente. Esta problemática señala,

que se requieren de estudios a gran escala efectuados en el extranjero, considerando la realidad socioeconómica y sociodemográfica de los adultos mayores que la padecen. Dicha situación afecta la calidad de vida en los adultos mayores, siendo significativa la asociación que existe entre la lumbalgia y la calidad de vida.

El Ministerio de Salud (MINSA) (3) menciona que la lumbalgia es el dolor localizado en la zona inferior de la columna, con o sin irradiación en las extremidades inferiores y se caracteriza por persistir en un tiempo en particular, de ahí que se clasifica el grado de afectación en la calidad de vida de los adultos mayores, la cual no permite que haya un correcto desarrollo en las actividades diarias, posturas, reposo, marcha, generando dolor. La calidad de vida es comprendida como la forma de vivir que denota una persona de la tercera edad, es decir en el tipo de estilo de vida que desarrolla y si esta es adecuada para prolongar su salud y bienestar, tanto física como mental, la cual está relacionada a la, condiciones socioeconómicas y satisfacción por la vida (4).

A nivel local, en la ciudad de Huancayo la Clínica Bienestar, ha identificado la prevalencia del dolor lumbar en los pacientes de la tercera edad que acuden a los servicios de enfermería y psicología; asimismo, dicha afección no permite que haya un correcto desarrollo en las sesiones terapéuticas limitando su mejora física y psicológica. Ya que muchos de los pacientes señalan que el dolor en la zona lumbar no deja que realicen sus actividades cotidianas como desplazarse, asearse, etc., afectando su calidad de vida. Por tanto, surge la necesidad de identificar la relación que subyace entre la calidad de vida y la lumbalgia en adultos mayores, pues muchos de ellos mencionan que no pueden moverse con facilidad, no pueden reposar, ni desplazarse por el dolor que experimentan en la zona lumbar.

## **1.2. Formulación del problema**

### **1.1.1. Problema general**

¿Cuál es la relación que existe entre la lumbalgia y la calidad de vida del adulto mayor de la Clínica Bienestar, Huancayo, 2023?

### **1.1.2. Problemas específicos**

- a) ¿Cuál es la relación que existe entre la lumbalgia y la percepción de la salud del adulto mayor de la Clínica Bienestar, Huancayo, 2023?
- b) ¿Cuál es la relación que existe entre la lumbalgia y las condiciones socioeconómicas del adulto mayor de la Clínica Bienestar, Huancayo, 2023?
- c) ¿Cuál es la relación que existe entre la lumbalgia y la satisfacción por la vida del adulto mayor de la Clínica Bienestar, Huancayo, 2023?

### **1.3. Objetivos**

#### **1.1.3. Objetivo general**

Determinar la relación entre la lumbalgia y la calidad de vida del adulto mayor de la Clínica Bienestar, Huancayo, 2023.

#### **1.1.4. Objetivos específicos**

- a) Determinar la relación que existe entre la lumbalgia y la percepción de la salud del adulto mayor de la Clínica Bienestar, Huancayo, 2023.
- b) Determinar la relación que existe entre la lumbalgia y las condiciones socioeconómicas del adulto mayor de la Clínica Bienestar, Huancayo, 2023.
- c) Determinar la relación que existe entre la lumbalgia y la satisfacción por la vida del adulto mayor de la Clínica Bienestar, Huancayo, 2023.

### **1.4. Hipótesis**

La presente investigación requerirá de hipótesis, ya que el estudio se centra en dos variables, haciendo uso de la técnica relacional para verificarlo. En este contexto, se emplea en estudios correlacionales, siendo proposiciones o supuestos que el investigador formula como una respuesta tentativa ante el problema de la indagación (5).

### **1.1.5. Hipótesis general**

Hi: Existe relación entre la lumbalgia y la calidad de vida del adulto mayor de la Clínica Bienestar, Huancayo, 2023.

Ho: No existe relación entre la lumbalgia y la calidad de vida del adulto mayor de la Clínica Bienestar, Huancayo, 2023.

### **1.1.6. Hipótesis específicas**

- a) Existe relación entre la lumbalgia y la percepción de la salud del adulto mayor de la Clínica Bienestar, Huancayo, 2023.
- b) Existe relación entre la lumbalgia y las condiciones socioeconómicas del adulto mayor de la Clínica Bienestar, Huancayo, 2023.
- c) Existe relación entre la lumbalgia y la satisfacción por la vida del adulto mayor de la Clínica Bienestar, Huancayo, 2023.

## **1.5. Justificación**

### **1.1.7. Justificación teórica**

La justificación del estudio se basa en que la exploración permitirá generar nuevos conceptos empíricos que sustenten la asociación existente entre la lumbalgia y la calidad de vida, siendo sumamente beneficioso para la comunidad científica. La cual podrá ser empleada en futuras investigaciones como antecedente empírico. Asimismo, los resultados de la indagación permitieran a la Clínica Bienestar conocer la percepción de los adultos mayores sobre la calidad de vida que poseen en relación a los dolores de lumbalgia que experimenta, ello permitirá proponer y establecer medidas alternas que mejoren la calidad de vida en los adultos mayores en el futuro.

### **1.1.8. Justificación práctica**

La información permitirá que los fisioterapeutas conozcan la importancia de conocer la percepción de los adultos mayores con respecto a sus molestias a nivel lumbar. Lo cual permitirá que diseñen planes de prevención y corrección a tiempo oportuno para contribuir con la mejora de la calidad de vida en esta población en un futuro.

### **1.1.9. Justificación metodológica**

El estudio contribuirá con la verificación de la validez y confiabilidad de los instrumentos propuestos en la población peruana, lo cual será beneficioso y podría ser empleada en futuras investigaciones. Ya que al seguir el método científico permitió seguir una secuencia previamente establecidas para llegar a las conclusiones de los resultados, en función de los fines propuestos.

## **1.6. Bases teóricas**

### **Antecedentes internacionales**

Fuenmayor y Taborda (6) en “Factores asociados a la calidad de vida en adultos con dolor crónico musculoesquelético”. Tuvo como finalidad analizar las características sociodemográficas que inciden en la calidad de vida de pacientes con dolor a nivel lumbar. Los resultados: se identificó que 90% llevan una vida sedentaria, 34.7% tiene comorbilidades y 7.8% enfermedades cardiovasculares. Concluyendo que, los estilos de vida se relacionan con la aparición del dolor lumbar y otras alteraciones musculoesquelético, con un p-valor de 0.001.

Pérez (7) en “Incidencia De la Lumbalgia Y los Factores Asociados En Pacientes Adultos Que Acuden Al Centro De Salud El Valle Durante Los Meses De Julio 2017 A febrero 2018, Cuenca”, se propuso hallar la incidencia de los factores asociados y la lumbalgia en adultos mayores. Los resultados fueron, las mujeres fueron las más afectadas con la lumbalgia, por tener actividades que dañaron la columna lumbar. La edad de estas pacientes fue entre 59 y 80 años, quienes denotaron estar casadas o convivir. Concluyendo que, existe una relación directa entre los factores asociados como la edad, sexo y estado civil con la lumbalgia, con un p-valor de 0.001.

Aquilla y Pacurucu (8) en: Calidad de vida en adultos mayores que asisten a un centro de apoyo en Cuenca. Tuvo como finalidad identificar la percepción sobre la calidad de vida en adultos mayores, para ello se desarrolló una metodología correlacional, no experimental y cuantitativo, teniendo como muestra a 46 adultos mayores y se aplicó el cuestionario. Los resultados fueron: la calidad de vida percibida por los adultos mayores fue a nivel social, psicológico y en relación al

ambiente, denotando una percepción alta. Asimismo, se halló la existencia de una relación entre las variables sociodemográficas con la calidad de vida como la edad, instrucción y estado civil. Concluyendo que, existe una relación significativa entre calidad de vida y los factores asociados, con un p-valor de 0.003.

Matta et al. (9) en: Relación entre lumbalgia y sobrepeso/obesidad: dos problemas de salud pública, publicada en la Rev. Med., España. Se plantearon el propósito de hallar la relación entre la lumbalgia y el sobrepeso, para ello la metodología fue analítica, transversal y correlacional. Los resultados señalaron que, el dolor lumbar no se relaciona con el género, pero se presenta con mayor frecuencia en los varones. Además, denotaban sobrepeso, pero se halló relación entre el dolor lumbar y el IMC, con un p-valor de 0.007.

### **Antecedente nacional**

Zuñiga (10) en: Actividad física y calidad de vida en adultos mayores del Centro Integral Los Olivos 2019. Tuvo como finalidad identificar el grado de asociación entre calidad de vida y actividad física en adultos mayores. Los resultados señalaron que, 77.1% señalaron tener una buena calidad de vida en la dimensión psicológica, 51.5% denotaron una buena calidad de vida en la dimensión social y 24.3% dijeron tener una buena calidad de vida en la dimensión física. Asimismo, 85.7% señalaron tener una alta actividad física y 81.4% una buena calidad de vida. Concluyendo que, existe una relación entre la calidad de vida y la actividad física con un p-valor de 0.015.

Flores (11) en: Relación de discapacidad y la calidad de vida de adultos mayores con dolor lumbar que asisten al servicio de rehabilitación del Hospital III Juliaca, 2019. Se identificó la relación entre la calidad de vida y discapacidad en ancianos por consecutivos dolores en la espalda baja. Los resultados mostraron que, no existe relación entre el sexo y la discapacidad por el dolor lumbar, pero si entre la edad de los ancianos y la discapacidad en la espalda baja. Concluyendo que, existe una relación significativa entre calidad de vida y discapacidad por el dolor lumbar en ancianos, ya que el p-valor fue 0.001.

Espinoza et al. (12) en: Factores asociados y lumbalgia en el personal del Policlínico Santa María Magdalena, Lima – 2022. Los resultados señalaron que, los factores sociodemográficos, el sexo fue el que denotó una mayor frecuencia, seguido de la edad. En relación a los factores ocupacionales, se identificó la postura forzada, la jornada laboral y las horas de trabajo y sobre los factores no ocupacionales, se identificó a la inactividad física y obesidad. Concluyendo que, los factores asociados con mayor recurrencia son el trabajo físico, postura forzada, entre otros, ya que se relacionan con la lumbalgia, con un p-valor de 0.134.

Calzada et al. (13) en: Calidad de vida laboral y la incapacidad por dolor lumbar en personal de isla de estación de servicios Petroperú en los meses de marzo a abril, Huancayo 2022. Los resultados señalaron que, la calidad de vida se relaciona con el trabajo, pues el 33.3% refirieron que el trabajo es alto. Con respecto a la discapacidad por el dolor lumbar, el 41.7% refirieron tener un nivel moderado de discapacidad. Asimismo, se halló una relación entre la calidad de vida y la intensidad del dolor con un p-valor de 0.000 y  $Rho=0.719$ . Concluyendo que, la discapacidad por el dolor lumbar se relaciona con la calidad de vida, ya que el p-valor fue 0.000 y la  $Rho=0.697$ .

Inga et al. (14) en: Factores asociados al desarrollo de dolor lumbar en nueve ocupaciones de riesgo en la serranía peruana, publicado en la Rev. Asoc Esp Med Trab,, Huancayo. Se tuvo el objetivo de identificar la relación entre los factores asociados con el dolor en la espalda baja. Los resultados señalaron que de los 900 encuestados, el 98% denotó dolor lumbar, ello en varones. Asimismo, los factores que denotaron una mayor incidencia fue las horas de trabajo, y posición de desarrollo de funciones. Concluyendo que, existe una relación alta entre el dolor lumbar y las ocupaciones de riesgo con un p-valor de 0.001.

**Bases teóricas.**

## **Conceptualización de la variable 1: Lumbalgia**

Las **bases teóricas** de la lumbalgia, la definen como el malestar localizado en la zona debajo de las costillas, en la parrilla costal de la zona glútea inferior, la cual puede denotar o no en los miembros inferiores. Por ello, se acompaña de espasmos, los cuales comprometen las estructuras ligamentarias y osteomusculares del raquis, dicha sensación del dolor lumbar es manifestados al desarrollar movimientos fisiológicos de la columna lumbar, siendo sumamente doloroso en algunos casos (15).

Asimismo, como la contractura persistente de los músculos ubicados en la zona baja (lumbar), por ello es muy común su aparición en la población adulta y adulta mayor, denotando una etiología multicausal (16).

Según el MINSA (3) es el dolor localizado en la zona inferior de la columna, con o sin irradiación en las extremidades inferiores y se caracteriza por persistir en un tiempo en particular, de ahí que se clasifica el grado de afectación en la calidad de vida de las personas que la padecen.

En este sentido la fisiopatología indica que, esta alteración muscular se presenta en personas que se hallan sometidas de forma constante en actividades que demandan el sobreesfuerzo de la zona muscular lumbar; asimismo, puede ser originada por un trauma intenso o trastornos degenerativos (16).

Los síntomas y signos son los siguientes:

- Dolor no específico
- Dolor agudo en la zona lumbar
- Dolor en la parte baja de la columna
- Incremento en la palpación muscular lumbar

La lumbalgia según Chavarría (15) se clasifica de la siguiente manera:

- *Crónica*. Malestar que perdura por más de 12 semanas y denota episodios de dolor de forma repetitiva por un periodo inferior a tres meses.
- *Subaguda*. Malestar con una duración de seis a doce semanas.
- *Aguda*. Malestar en inicio y una duración inferior a seis semanas.

Según Chavarria (15) los factores asociados a la lumbalgia son los siguientes:

- *Factores sociodemográficos*: Edad, Sexo y Genética.
- *Factores psicosociales*: La acción laboral, Obesidad e Inactividad física.
- *De movimiento*: Flexión anterior, Flexión con torsión y movimientos.

Según el MINSA (3) y Chavarria (15) la lumbalgia se mide en base a las siguientes dimensiones:

- *Dolor*. Es la señal que da el sistema nervioso cuando algo no anda bien en la zona inferior de la columna vertebral, siendo una sensación desagradable.
- *Reposo*. Es la acción de que un cuerpo desarrolla para mantener tranquilo el sistema musculoesquelético y nervioso.
- *Postura*. Es la acción de sostener el cuerpo de forma dinámica.
- *Actividades diarias*. Acciones cotidianas que se ejecuta para el desarrollo de la vida.
- *Marcha*. Son movimientos posturales que involucra la columna vertebral y las extremidades inferiores.

## **Conceptualización de la variable 2: Calidad de vida**

La variable calidad de vida es comprendida como la forma de vivir que denota una persona de la tercera edad, es decir en el tipo de estilo de vida que desarrolla y si esta es adecuada para prolongar su salud y bienestar, tanto física como mental, la cual está relacionada a la percepción de la salud, condiciones socioeconómicas y satisfacción por la vida (4).

Según Rubio et al. (17) la calidad de vida en adultos mayores está asociada con la seguridad económica e inclusión social, a través de redes de apoyo y estructuras sociales, promoviendo la participación actividad física de los ancianos en determinados contextos. Ello contribuye a que sostenga un estilo de vida en bien de su bienestar, por tanto, se mide según las siguientes dimensiones:

- *Percepción de la salud.* En los adultos mayores, la salud se basa en el bienestar físico y emocional, considerando las afecciones orgánicas que pueden desarrollar a través del tiempo; por lo que, la aceptación debe estar latente en ellos. De este modo, surge el incremento de la esperanza de vida, en función a las condiciones de la salud que posee, es así que la salud en los adultos mayores depende de las condiciones de soporte social, bienestar psicológico, habilidades funcionales y condiciones fisiológicas que denotan (18).
- *Condiciones socioeconómicas.* Esta dimensión se fundamenta como importante, ya que consiente el bienestar de los adultos mayores, por la capacidad que permite la satisfacción de las necesidades que evidencia en relación a sí mismo y su estado de salud. En este contexto, el estatus económico promueve la salud y calidad de vida de los adultos mayores (19).
- *Satisfacción por la vida.* Es un indicador de la percepción de vida que siente el adulto mayor, en relación a las metas y propósitos que experimentan a corto plazo, con respecto a la forma de vida que poseen. En este contexto, se basa en la felicidad, afecto y bienestar físico y emocional (20).

## **CAPÍTULO II: METODOLOGÍA**

### **2.1. Enfoque de la investigación:**

La investigación será de enfoque cuantitativo. Este enfoque se caracteriza por permitir el análisis de los datos de forma numérica, haciendo uso de la estadística descriptiva e inferencial. Asimismo, permite el uso de cálculos numéricos para hallar la prueba de hipótesis y la muestra de los hallazgos generales (5).

En ese sentido, los datos del estudio se presentarán de forma numérica, haciendo uso de la estadística.

### **2.2. Tipo de la investigación**

Será tipo básica, se enfoca en hacer uso de teorías y marco conceptual ya existente sobre un tema en particular para generar nuevos conceptos empíricos, contribuyendo con la formulación de nuevos postulados (5).

Por lo tanto, la presente investigación será de tipo básica, ya que no pretende mejorar ninguna condición de las variables, simplemente se generará nuevos conceptos que sustente la relación entre las variables de forma científica.

### **2.3. Diseño de la investigación**

Se aplicará el diseño no experimental transversal, Espinoza (21) menciona que este diseño se enfoca en no manipular a las variables de un estudio, y transversal porque se centra en analizarlas en la realidad que se hallan para obtener datos reales, todo ello en un solo momento.

Por lo dicho, la presente investigación es de diseño no experimental porque no se manipularán ninguna de las variables, y solo se analizarán en la realidad en la que se ubican.

#### **2.4. Método de la investigación**

Se seguirá el método científico, según Tacillo (22) es un método que permite identificar una problemática para desarrollar un estudio de forma esquematizada, formulando preguntas, objetivo e hipótesis para llegar a una conclusión específica. En este sentido, se usará marco conceptual científico ya existente para describir la problemática y generar nuevos conceptos teóricos que lo sustenten.

#### **2.5. Nivel de la investigación**

El estudio será correlacional, buscará el grado de relación entre dos o más variables, haciendo uso de la estadística. Según Tacillo (22) este nivel permite determinar la correspondencia entre las variables de un estudio, pues se enfoca en recopilar datos para luego procesar y analizar de forma estadística.

Bajo lo descrito, se utilizará este nivel de estudio para identificar el grado de relación que subyace entre lumbalgia y calidad vida, a través de la estadística.

#### **2.6. Población**

La población es definida como la totalidad de sujetos o elementos que formarán parte de un estudio y que brindarán información relacionada al tema que se desea analizar (22).

La población en el presente estudio estará formada por los 100 Adultos mayores atendidos en la Clínica Bienestar de la ciudad de Huancayo en el año 2023, fecha en la que se desarrolló el presente estudio.

#### **2.7. Muestra**

La muestra estará conformada por 80 adultos mayores atendido en la Clínica Bienestar. Es comprendida como una parte de la población, ya que es extraída de ella mediante un método de muestreo. Por tanto, denota las características generales y específicas de la población, lo cual permite generalizar los resultados obtenidos en un estudio (5).

## 2.8. Muestreo

Será el probabilístico aleatorio simple, ya que es un tipo de muestreo que permite establecer el tamaño de la muestra, a partir de la extracción de un subgrupo representativo de la población de un estudio. Es decir, cada sujeto escogido evidencia la misma posibilidad de ser estudiado que los demás (21).

$$n = \frac{\frac{z^2 \times p (1 - p)}{e^2}}{1 + \left(\frac{z^2 \times p (1 - p)}{e^2 N}\right)}$$

Dónde:

N: Tamaño de la población

n: Tamaño de la muestra

e: Margen de error

z: Puntuación z

$$n = \frac{\frac{1.96^2 \times 0.95 (1 - 0.95)}{0.5^2}}{1 + \left(\frac{1.96^2 \times 0.95 (1 - 0.95)}{0.5^2 \times 100}\right)}$$

$$n = 80$$

Por tanto, el tamaño muestral será de 80 adultos mayores atendido en la Clínica Bienestar.

Cabe resaltar que se seguirán los siguientes criterios:

Criterios de inclusión:

- Pacientes adultos mayores.
- Pacientes que hayan consentido su participación en el estudio.
- Pacientes que hayan recibida la introducción sobre el tema de investigación.

Criterios de exclusión:

- Pacientes que asistan el día de la aplicación de los instrumentos.
- Pacientes que hayan fallecido.

## **2.9. Técnica**

La técnica será la encuesta, la cual es un medio que facilita el acopio de información pues denota un esquema previamente organizado, según los componentes del tema que se dese analizar (22).

### **2.10. Instrumento**

El instrumento que se aplicará será el cuestionario, este es una herramienta que permite recaudar información de forma directa e indirecta, ya que denota preguntas o afirmaciones específicas sobre las variables, de este modo se obtiene información precisa sobre lo que se está por analizar (5).

Lumbalgia: Cuestionario Ronald – Morris: Se aplicará la versión española adaptada del cuestionario, cuenta con 22 ítems que permiten valorar el dolor (13, 15 y 19), el reposo (6, 14, 18 y 24), la postura (2, 10, 11 y 20), las actividades diarias (1, 4, 8, 9, 12, 16, 21 y 23) y la marcha (3, 5, 7, 17 y 22) en adulto mayores. La validez del instrumento se determinó mediante juicio de expertos y la confiabilidad; a través de la valoración de Alpha de Cronbach.

Calidad de vida: Cuestionario de la Calidad de Vida (GENCAT): Se aplicará la versión cubana, la cual cuenta con 24 ítems encargados de valorar la percepción de la salud (1, 7, 12, 19, 8, 13, 20, 28, 2, 14, 21 y 26), las condiciones socioeconómicas (15, 27 y 31) y la satisfacción por la vida (3, 9, 22, 29, 4, 10, 5, 23, 33, 16, 24, 11, 17, 18, 25, 30, 32, 34 y 6) en adultos mayores. Cabe resaltar que, la validez del instrumento se halló mediante el juicio de expertos y la confiabilidad, por Alpha de Cronbach. Para el desarrollo del trabajo de campo, el cual implica la aplicación de los instrumentos se llevará a cabo en una sola visita.

### **2.11. Técnica de procesamiento y análisis de datos**

Se usará la estadística descriptiva e inferencial, según Espinoza (21) permite la descripción de los datos, ya que hace uso del Software SPSS 26 y el MS Excel para procesar la data; de este modo, se muestran los hallazgos en frecuencias porcentuales. Asimismo, facilita la comprobación de las hipótesis, haciendo uso de estadígrafos de correlación como Rho de Spearman. Para el desarrollo de la tesis, se considerarán los lineamientos oportunos, respetando y cumpliendo la ética con

la finalidad de desenvolver el estudio de forma ordenada, cumpliendo el reglamento de la universidad.

### **2.12. Aspectos éticos**

En cuanto a las consideraciones éticas, toda información lograda fue inequívoca y no se ejecutaron faltas éticas ni adulteración de datos. Ya que la información será recopilada gracias a la confianza que otorgaron los participantes, fidelidad hacia el estudio y justicia para no incurrir en ningún tipo de falta que vulnere la integridad de los participantes, de forma psicológica y física.

Se debe resaltar que, para el desarrollo de la presente indagación se siguieron los principios éticos establecidos en el Código de Ética de la UPN, siendo el Art.3:

- De la humanidad, ya que se respetaron los derechos de los participantes y normas del Estado peruana.
- Asimismo, con justicia, porque se respetó el acuerdo formulado con la población escogida, de ello, se cumplió el principio de igualdad, ya que todos los participantes fueron respetados de la misma manera.
- Y, con veracidad, dado que en todo el estudio se procedió con imparcialidad, considerando la realidad de la población.

Adicionalmente, se respetó el Art. 4 sobre los principios y buenas prácticas del CONCYTEC, tales como:

- Respeto a la integridad científica, pues como investigador, se mantuvo en reserva los datos personales de los participantes, garantizando la confidencialidad del tratamiento de la data obtenida para su difusión.
- Respeto a la normatividad, ya que se cumplió y reconoció la norma institucional que se encarga de regular el desarrollo de la investigación, respetando los derechos intelectuales de otros investigadores.
- Respeto a la autonomía, según la Ley N°30364 se respetó la autoría de las fuentes de información consideradas en la investigación.

## CAPÍTULO III: RESULTADOS

### Resultados sobre la frecuencia de Lumbalgia en adultos mayores de la Clínica Bienestar, Huancayo, 2023.

**Tabla 1**  
*Lumbalgia en adultos mayores*

		Frecuencia	Porcentaje%
Lumbalgia	Baja	29	36.2
	Media	24	30.0
	Alta	27	33.8
	Total	80	100,0

Nota: Datos logrados mediante la aplicación de los instrumentos.

Los resultados de la *Tabla 1* señalan que, 36.2% de los adultos mayores denotaron un nivel bajo de dolor lumbar, 33.8% un nivel alto de dolor y 30% un nivel medio de dolor lumbar.

### Resultados sobre la Calidad de vida en adultos mayores de la Clínica Bienestar, Huancayo, 2023.

**Tabla 2**  
*Calidad de vida en adultos mayores*

		Frecuencia	Porcentaje%
Calidad de vida	Mala	19	23.7
	Regular	11	13.8
	Buena	50	62.5
	Total	80	100,0

Nota: Datos logrados mediante la aplicación de los instrumentos.

La *Tabla 2* manifiesta que, 62.5% de los adultos mayores mantienen una buena calidad de vida, 23.7% refirieron que tienen una mala calidad de vida y 13.8% indicaron que tiene una regular calidad de vida.

**Resultados sobre la relación entre la lumbalgia y la percepción de la salud del adulto mayor de la Clínica Bienestar, Huancayo, 2023.**

**Tabla 3**

*Relación entre lumbalgia y percepción de la salud*

		Lumbalgia					
		Baja		Media		Alta	
Percepción de la salud	Mala	0	0,0%	0	0,0%	14	17,5%
	Regular	4	5,0%	8	10,0%	12	15,0%
	Buena	25	31,3%	16	20,0%	1	1,3%

Nota: Datos logrados mediante la aplicación de los instrumentos.

Según la **Tabla 3**, el 17.5% de los encuestados indicaron tener dolores de lumbalgia en un nivel alto y, a su vez, una mala percepción sobre su salud. Asimismo, el 31.3% indicaron que tener lumbalgia en un nivel bajo y una buena percepción de la salud. Por tanto, se infiere la existencia de una relación entre la lumbalgia y la percepción de la salud.

**Resultados sobre la relación entre la lumbalgia y las condiciones socioeconómicas de la salud del adulto mayor de la Clínica Bienestar, Huancayo, 2023.**

**Tabla 4**

*Relación entre la lumbalgia y las condiciones socioeconómicas*

		Lumbalgia					
		Baja		Media		Alta	
Condiciones socioeconómicas	Mala	0	0,0%	0	0,0%	8	10,0%
	Regular	3	3,8%	6	7,5%	13	16,3%
	Buena	26	32,5%	18	22,5%	6	7,5%

Nota: Datos logrados mediante la aplicación de los instrumentos.

Según la **Tabla 4**, el 10% de los encuestados indicaron tener dolores de lumbalgia en un nivel alto y, a su vez, una mala condición socioeconómica. Asimismo, el 32.5% indicaron que tener lumbalgia en un nivel bajo y una buena condición socioeconómica. Por tanto, se infiere la existencia de una relación entre lumbalgia y condiciones socioeconómicas.

**Resultados según relación en la lumbalgia y la satisfacción por la vida de la salud del adulto mayor de la Clínica Bienestar, Huancayo, 2023.**

**Tabla 5**

*Relación entre la lumbalgia y la satisfacción por la vida*

		Lumbalgia					
		Baja		Media		Alta	
Satisfacción por la vida	Mala	0	0,0%	0	0,0%	17	21,3%
	Regular	7	8,8%	9	11,3%	6	7,5%
	Buena	22	27,5%	15	18,8%	4	5,0%

Nota: Datos logrados mediante la aplicación de los instrumentos.

Según la **Tabla 5**, el 21.3% de los encuestados indicaron un nivel de lumbalgia alto y, a su vez, una mala satisfacción por la vida. Asimismo, el 27.5% indicaron que tener lumbalgia en un nivel bajo y una buena satisfacción por la vida. Por tanto, se infiere la existencia de una relación entre lumbalgia y satisfacción por la vida.

**Resultados según la relación entre lumbalgia y calidad de vida del adulto mayor de la Clínica Bienestar, Huancayo, 2023.**

**Tabla 6**

*Relación entre lumbalgia y calidad de vida*

		Lumbalgia					
		Baja		Media		Alta	
Calidad de vida	Mala	0	0,0%	0	0,0%	19	23,8%
	Regular	2	2,5%	4	5,0%	5	6,3%
	Buena	27	33,8%	20	25,0%	3	3,8%

Nota: Datos logrados mediante la aplicación de los instrumentos.

En la **Tabla 6**, el 23.8% de los encuestados indicaron un nivel de lumbalgia alto y, a su vez, una mala calidad de vida. Asimismo, el 33.8% indicaron que tener lumbalgia en un nivel bajo y una buena calidad de vida. Por tanto, se infiere la existencia de una relación entre la lumbalgia y la calidad de vida.

PRUEBA DE NORMALIDAD			
Dimensión / Variable	Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.
Dolor	,854	30	,001
Reposo	,899	30	,008
Postura	,914	30	,019
Actividades diarias	,900	30	,008
Marcha	,889	30	,005
<b>Lumbalgia</b>	<b>,927</b>	<b>30</b>	<b>,041</b>
Percepción de la salud	,899	30	,008
Condiciones socioeconómicas	,916	30	,021
Satisfacción por la vida	,875	30	,002
<b>Calidad de vida</b>	<b>,858</b>	<b>30</b>	<b>,001</b>

En base a los hallazgos de prueba de normalidad, se hizo uso de la Rho de Spearman, ya que la significancia de las dimensiones y variables en mención fueron menor a 0.05.

### Hipótesis general y específicas:

**H0:** No existe relación entre la lumbalgia y la calidad de vida del adulto mayor de la Clínica Bienestar, Huancayo, 2023.

**H1:** Existe relación entre la lumbalgia y la calidad de vida del adulto mayor de la Clínica Bienestar, Huancayo, 2023.

**Tabla 7**  
*Prueba de hipótesis general*

		Calidad de vida	
Rho de Spearman	Lumbalgia	Coef.	-,738
		<b>p-valor</b>	<b>,000</b>
		N	80

Nota: Datos logrados mediante la aplicación de los instrumentos.

La **Tabla 7** comprueba que existe una relación significativa e inversa entre la lumbalgia y la calidad de vida en adultos mayores. Dado que, el p-valor de la Rho de Spearman es menor a 0.05 y el coeficiente denota una intensidad de 73.8% de signo negativo.

**Tabla 8**  
*Prueba de hipótesis específicas*

			Percepción de la salud	Condiciones socioeconómicas	Satisfacción por la vida
Rho de Spearman	Lumbalgia	Coef.	-,671	-,582	-,681
		<b>p-valor</b>	<b>,000</b>	<b>,000</b>	<b>,000</b>
		N	80	80	80

Nota: Datos logrados mediante la aplicación de los instrumentos.

La **Tabla 8** muestra los resultados de la prueba de hipótesis específicas, los cuales comprueban que:

**H0:** No existe relación entre la lumbalgia y la percepción de la salud del adulto mayor de la Clínica Bienestar, Huancayo, 2023.

**H1:** Existe relación entre la lumbalgia y la percepción de la salud del adulto mayor de la Clínica Bienestar, Huancayo, 2023.

- Existe una relación significativa e inversa entre la lumbalgia y la dimensión percepción de la salud en adultos mayores. Dado que el p-valor de la Rho de Spearman es menor a 0.05 y el coeficiente denota una intensidad de 67.1% en n la dimensión percepción de la salud.

**H0:** No existe relación entre la lumbalgia y las condiciones socioeconómicas del adulto mayor de la Clínica Bienestar, Huancayo, 2023.

**H1:** Existe relación entre la lumbalgia y las condiciones socioeconómicas del adulto mayor de la Clínica Bienestar, Huancayo, 2023.

- Existe una relación significativa e inversa entre la lumbalgia y la dimensión condiciones socioeconómicas. Dado que el p-valor de la Rho de Spearman es menor a 0.05 y el coeficiente denota una intensidad de 58.2% en n la dimensión percepción de la salud.

**H0:** No existe relación entre la lumbalgia y la satisfacción por la vida del adulto mayor de la Clínica Bienestar, Huancayo, 2023.

**H1:** Existe relación entre la lumbalgia y la satisfacción por la vida del adulto mayor de la Clínica Bienestar, Huancayo, 2023.

- Existe una relación significativa e inversa entre la lumbalgia y la dimensión satisfacción por la vida en adultos mayores. Dado que el p-valor de la Rho

de Spearman es menor a 0.05 y el coeficiente denota una intensidad de 68.1% en n la dimensión percepción de la salud.

## CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

### 4.1. DISCUSIÓN

Según el objetivo general, se identificó una asociación inversa entre la lumbalgia y la calidad de vida, con un p-valor igual a 0.000; hallazgo se asemeja con los de Fuenmayor y Taborda (6), dado que estos autores identificaron que el dolor lumbar en los adultos mayores perjudica la calidad de vida de esta población, pues va asociado comorbilidades como sobrepeso, asimismo demostraron tener comorbilidades como: espondilo artrosis, traumatismo de cadera, luxación intervertebral dorsal, hemangioma lumbar, estenosis lumbar y hernia del núcleo pulposo. Este malestar lumbar se extiende por más de 3 meses, volviéndose crónico y afectando su calidad de vida. Por su lado, Matta et al. (9) verificaron que, el dolor lumbar se relaciona con la calidad de vida, pero se presenta con mayor frecuencia en los varones. Además, denotaban sobrepeso, pero se halló relación entre el dolor lumbar y el IMC, con un p-valor de 0.007. Asimismo, Inga et al. (14) refieren que los factores que denotaron una mayor incidencia en la calidad de vida fueron las horas de trabajo, y posición de desarrollo de funciones de los adultos. Por tanto, existe una relación alta e inversa entre el dolor lumbar y calidad de vida con un p-valor de 0.001.

Por otro lado, se verificó como implicancia, que existe una relación inversa entre la lumbalgia y la percepción de la salud de los adultos mayores, con un p-valor igual a 0.000. Siendo semejante con los hallazgos de Zúñiga (10), este autor identificó que, si el adulto denota una percepción buena sobre su salud, desarrolla con mayor pertinencia actividades física para fomentar su bienestar, reduciendo el dolor lumbar, lo cual permite que perciban de forma positiva su salud. Concluyendo que, existe una relación entre la calidad de vida y la actividad física en relación a la lumbalgia. Con una sig. De 0.000.

Con respecto a la asociación entre la lumbalgia y las condiciones socioeconómicas, esta fue inversa y significativa, con un p-valor igual a 0.000. Este hallazgo fue similar al de Pérez (7) quien analizó la Calidad de

vida percibida por los adultos mayores indicando que, los adultos mayores denotaron una calidad de vida regular, pues manifestaron dolor regular en la zona lumbar, aseverando la relación entre ambas variables. En ese sentido, Espinoza et al. (12) identificaron que la jornada laboral y las horas de trabajo por la necesidad socioeconómica que denotaron los ancianos impactó en la calidad de vida. Concluyendo que, los factores asociados con mayor recurrencia son el trabajo físico, postura forzada, entre otros, ya que se relacionan con la lumbalgia, con un p-valor de 0.134.

Finalmente, se comprobó que existe una relación entre lumbalgia y la satisfacción por la vida en los adultos mayores, con un p-valor igual a 0.000, siendo semejante este resultado al de Auquilla y Pacurucu (8), ellos hallaron que los adultos mayores denotan satisfacción cuando pueden mantener una calidad de vida acorde a sus necesidades, lo cual indica que deben de contar con los recursos necesarios, tanto físicos, materiales y psicológicos. Por ello, concuerdan en la asociación entre la lumbalgia y la satisfacción del paciente. Ante lo mencionado, Calzada et al. (13) aseveraron que la calidad de vida se relaciona con el trabajo, pues el 33.3% refirieron que el trabajo es alto. Con respecto a la discapacidad por el dolor lumbar, el 41.7% refirieron tener un nivel moderado de discapacidad. Asimismo, se halló una relación entre la calidad de vida y la intensidad del dolor con un p-valor de 0.000 y  $Rho=0.719$ . Concluyendo que, la discapacidad por dolor lumbar se relaciona con la calidad de vida, ya que el p-valor fue 0.000 y la  $Rho=0.697$ .

En suma, es importante identificar que un alto grado de dolor lumbar ocasionará que haya una mala calidad de vida y viceversa, de este modo poder desarrollar el tratamiento oportuno para fomentar el bienestar en la calidad de vida de los adultos mayores.

#### **4.2. CONCLUSIONES**

- Se determinó que existe una relación significativa e inversa entre la lumbalgia y la calidad de vida del adulto mayor de la Clínica Bienestar, Huancayo, 2023 ( $Rho= -0.738$  y p-valor= 0.000). Se concluye que la

lumbalgia se relaciona inversamente con la calidad de vida, ya que, a mayor nivel de dolor de lumbar, hay una disminución de los niveles de la segunda variable, lo que demanda proponer estrategias para mejorar dicha condición.

- Se determinó que existe una relación significativa e inversa entre la lumbalgia y la percepción de la salud del adulto mayor de la Clínica Bienestar, Huancayo, 2023 (Rho= -0.671 y p-valor= 0.000). Se concluye que la lumbalgia se relaciona inversamente con la percepción de la salud del adulto mayor, ya que a mayor nivel de dolor lumbar hay una mala percepción de la salud, pues los adultos mayores experimentan sensaciones y emociones negativas que se replica en su bienestar integral.
- Se determinó que existe una relación significativa e inversa entre la lumbalgia y las condiciones socioeconómicas de la salud del adulto mayor de la Clínica Bienestar, Huancayo, 2023 (Rho= -0.582 y p-valor= 0.000). Se concluye que la lumbalgia se relaciona inversamente con las condiciones socioeconómicas, ya que, si existe mayor nivel de dolor de lumbar, se debe a la existencia de carencias sociales y económicas en la vida del adulto mayor.
- Se determinó que existe una relación significativa e inversa entre la lumbalgia y la satisfacción por la vida de la salud del adulto mayor de la Clínica Bienestar, Huancayo, 2023 (Rho= -0.681 y p-valor= 0.000). Se concluye que la lumbalgia se relaciona inversamente con la satisfacción por la vida, ya que a mayor nivel de dolor de lumbar hay una insatisfacción en la forma de vida del adulto mayor, lo que demanda mejorar su calidad de vida.

#### **4.3. RECOMENDACIONES**

- A la Clínica Bienestar, potenciar las competencias del personal de salud para poder manejar con mejor conocimiento los problemas relacionados al dolor lumbar que están afectando la calidad de vida a los adultos mayores. De este modo, desarrollar un plan mucho más elaborado que permite un mejor abordaje fisioterapéutico en esta población.
- Al personal de salud de la Clínica Bienestar, identificar los factores de riesgo asociados al dolor lumbar para que puedan establecer estrategias que

contribuyan con una mejora en su calidad de vida. De tal modo, diseñar un plan de intervención que esté acorde a las necesidades de esta población, ello permitirá a los profesionales desarrollar sus capacidades de intervención.

- A los fisioterapeutas, implementar y revisar cursos de capacitación sobre el manejo del dolor lumbar para mejorar la calidad de vida de este grupo poblacional ya que como bien se sabe esta condición afecta notablemente la calidad de vida en su percepción. Por lo tanto, es fundamental que el personal se mantenga capacitado y así pueda diseñar un plan de intervención fisioterapéutico.
- A los estudiantes universitarios, desarrollar mayores investigaciones que sustenten la relación entre la lumbalgia y la satisfacción por la vida de la salud del adulto mayor. De tal modo, contribuir con información empírica que sustente la importancia de estudiar el dolor de la columna baja en la calidad de vida, ya que la forma en cómo se interviene permitirá satisfacer las necesidades de los adultos mayores.

## Referencias

1. Douglas S, Rodríguez D, Zumbado S. Lumbalgia: principal consulta en los servicios de salud. *Revista Médica Sinergia*. 2023.
2. Guevara A, Sánchez J. Grado de dolor, trastornos musculoesqueléticos más frecuentes y características sociodemográficas de pacientes atendidos en el Área de Terapia Física y Rehabilitación de un centro médico de Villa El Salvador, Lima, Perú. *Horiz Med*. 2022.
3. MINSA. Guía de práctica clínica para el diagnóstico y tratamiento de lumbalgia..
4. Vera M. Significado de la calidad de vida del adulto mayor para sí mismo y para su familia. *Anales de la Facultad de Medicina*. 2007.
5. Sánchez H, Reyes C, Mejía K. Manual de términos de investigación científica, tecnológica y humanística Lima: Universidad Ricardo Palma; 2018.
6. Fuenmayor A, Taborda S. Factores asociados a la calidad de vida en adultos con dolor crónico musculoesquelético musculoesquelético. *Revista Colombiana de Medicina Física y Rehabilitación*. 2022.
7. Pérez J. Incidencia De Lumbalgia Y Factores Asociados En Pacientes Adultos Que Acuden Al Centro De Salud El Valle Durante Los Meses De Julio 2017 A Febrero 2018, Cuenca. Ecuador.
8. Auquilla Á, Paucurucu Á. Calidad de vida en adultos mayores que asisten a un centro de apoyo en Cuenca. Ecuador.
9. Matta J, Arrieta V, Andrade J, Uruchi D, Lara J, Troughón S. Relación entre lumbalgia y sobrepeso/obesidad: dos problemas de salud pública. *Rev. Med.*. 2020; 27(1).
10. Zuñiga N. Actividad física y calidad de vida en adultos mayores del Centro Integral Los Olivos 2019. Lima.

11. Flores L. Relación de discapacidad y la calidad de vida de adultos mayores con lumbalgia que asisten al servicio de rehabilitación del Hospital III Juliaca, 2019. Lima: Universidad Norbert Wiener, Lima.
12. Espinoza A, Ochochoque C, Veliz A. Factores asociados y lumbalgia en el personal del Policlínico Santa María Magdalena, Lima - 2022. Huancayo: Universidad Continental, Junín.
13. Calzada L, López V, Quispe J. Calidad de vida laboral y la incapacidad por dolor lumbar en personal de isla de estación de servicios Petroperú en los meses de marzo a abril, Huancayo 2022. Tesis. Huancayo: Universidad Continental, Junín.
14. Inga S, Rubina K, Mejial C. Factores asociados al desarrollo de dolor lumbar en nueve ocupaciones de riesgo en la serranía peruana. Rev Asoc Esp Med Trab. 2021; 30(1).
15. Chavarria J. Lumbalgia: causas, diagnóstico y manejo. Revista medica de costa rica y centroamerica LXXI. 2014;: p. 447 - 454.
16. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo. Lumbalgia aguda o crónica. 2016.
17. Rubio D, Rivera L, Borges L, González F. Calidad de vida en el adulto mayor. VARONA, Revista Científico- Metodológica. 2015.
18. Castaño D, Cardona D. Percepción del estado de salud y factores asociados en adultos mayores. Rev. salud pública. 2015.
19. De La Cruz N. La situación socioeconómica del adulto mayor como determinante de su funcionalidad para las actividades de la vida diaria.. Salud Pública. 2008.
20. Inga J, Vara A. Factores Asociados A La Satisfacción De Vida De Adultos Mayores De 60 Años En Lima-Perú. Univ. Psychol. Bogotá. 2006.

21. Espinoza C. Metodología de la investigación tecnológica. I ed. Perú; 2010.
22. Tacillo E. Metodología de la investigación científica Lima: Universidad Jaime Bautista y Meza; 2017.

## **ANEXOS**

ANEXO N°1. Matriz de consistencia

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	DIMENSIONES	METODOLOGÍA
¿Cuál es la relación entre la lumbalgia y la calidad de vida del adulto mayor de la Clínica Bienestar, Huancayo, 2023?	Determinar la relación entre la lumbalgia y la calidad de vida del adulto mayor de la Clínica Bienestar, Huancayo, 2023.	Existe una relación significativa entre la lumbalgia y la calidad de vida del adulto mayor de la Clínica Bienestar, Huancayo, 2023.	Lumbalgia	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Dolor</li> <li>● Reposo</li> <li>● Postura</li> <li>● Actividades diarias</li> <li>● Marcha</li> </ul>	<p>Enfoque: Cuantitativo</p> <p>Alcance: Correlacional</p> <p>Diseño: No experimental transversal</p> <p>Población: 100 ancianos de la Clínica Bienestar</p> <p>Muestra: 80 ancianos de la Clínica Bienestar</p> <p>Técnica: Encuesta</p> <p>Instrumentos: Cuestionario</p>
<b>PROBLEMA ESPECÍFICOS</b>	<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS</b>	<b>HIPÓTESIS ESPECIFICAS</b>			
¿Cuál es la relación entre la lumbalgia y la percepción de la salud del adulto mayor de la Clínica Bienestar, Huancayo, 2023?	Determinar la relación entre la lumbalgia y la percepción de la salud del adulto mayor de la Clínica Bienestar, Huancayo, 2023.	Existe una relación significativa entre la lumbalgia y la percepción de la salud del adulto mayor de la Clínica Bienestar, Huancayo, 2023.	Calidad de vida	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Percepción de la salud</li> <li>● Condiciones socioeconómicas</li> <li>● Satisfacción por la vida</li> </ul>	
¿Cuál es la relación entre la lumbalgia y las condiciones socioeconómicas de la salud del adulto mayor de la Clínica Bienestar, Huancayo, 2023?	Determinar la relación entre la lumbalgia y las condiciones socioeconómicas de la salud del adulto mayor de la Clínica Bienestar, Huancayo, 2023.	Existe una relación significativa entre la lumbalgia y las condiciones socioeconómicas de la salud del adulto mayor de la Clínica Bienestar, Huancayo, 2023.			
¿Cuál es la relación entre la lumbalgia y la satisfacción por la vida de la salud del adulto mayor de la Clínica Bienestar, Huancayo, 2023?	Determinar la relación entre la lumbalgia y la satisfacción por la vida de la salud del adulto mayor de la Clínica Bienestar, Huancayo, 2023.	Existe una relación significativa entre la lumbalgia y la satisfacción por la vida de la salud del adulto mayor de la Clínica Bienestar, Huancayo, 2023.			

ANEXO N°2. Operacionalización de variables

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	TECNICA/ INSTRUMENTO	INDICADORES	ITEMS	ESCALA DE MEDICIÓN	NIVELES
Lumbalgia	Según el MINSA (2016) es el dolor localizado en la zona inferior de la columna, con o sin irradiación en las extremidades inferiores y se caracteriza por persistir en un tiempo en particular.	Es una afección que perjudica la zona inferior de la columna, originando dolor, problemas en el reposo, actividades diarias y en la marcha del que la padece.	Dolor	Encuesta/Cuestionario	Dolor muscular	13, 15 y 19	Nominal	No/Sí
			Reposo		Descanso	6, 14, 18 y 24		
			Postura		Postura	2, 10, 11 y 20		
			Actividades diarias		Actividades cotidianas	1, 4, 8, 9, 12, 16, 21 y 23		
			Marcha		Marcha	3, 5, 7, 17 y 22		
Calidad de vida	Según Rubio et al. (2015) está asociada con la seguridad económica e inclusión social, a través de redes de apoyo y estructuras sociales, promoviendo la participación actividad física de los ancianos en determinados contextos.	Es la forma de vida que denota un adulto mayor, considerando la percepción de la salud que posee, condiciones socioeconómicas y satisfacción por la vida que muestra.	Percepción de la salud	Encuesta/Cuestionario	Funcionabilidad física	1, 7, 12, 19	Ordinal	Casi siempre A menudo Algunas veces Casi nunca
			Condiciones socioeconómicas		Funcionabilidad psíquica	8, 13, 20, 28		
					Funcionabilidad social	2, 14, 21 y 26.		
			Satisfacción por la vida		Situación monetaria	15		
					Condiciones de la vivienda	27 y 31.		
					Familia	3, 9, 22, 29		
					Estados afectivos	4, 10		

	Ello contribuye a que sostenga un estilo de vida en bien de su bienestar.				predominantes		
					Expectativa de futuro	5, 23, 33	
					Apoyo social	16, 24	
					Satisfacción por el presente	11, 17, 18, 25, 30, 32, 34 y 6.	

### ANEXO N° 3. Instrumentos

<p>CUESTIONARIO - ROLAND-MORRIS PARA VALORACIÓN DE LA LUMBALGIA</p>
---

<p>A continuación, se le presenta 24 afirmaciones. Evalúe cada situación y marque con una "X" la alternativa seleccionada</p>
---

No	Sí
1	2

Ítems		1	2
1	Me quedo en casa la mayor parte del tiempo por mi dolor de espalda.		
2	Cambio de postura con frecuencia para intentar aliviar la espalda.		
3	Debido a mi espalda, camino más lentamente de lo normal.		
4	Debido a mi espalda, no puedo hacer ninguna de las faenas que habitualmente hago en casa.		
5	Por mi espalda, uso los pasamanos para subir escaleras		
6	A causa de mi espalda, debo acostarme más a menudo para descansar.		
7	Debido a mi espalda, necesito agarrarme a algo para levantarme de los sillones o sofás.		
8	Por culpa de mi espalda, pido a los demás que me hagan las cosas.		
9	Me visto más lentamente de lo normal a causa de mi espalda		
10	A causa de mi espalda, sólo me quedo de pie durante cortos periodos de tiempo		
11	A causa de mi espalda, procuro evitar inclinarme o arrodillarme.		
12	Me cuesta levantarme de una silla por culpa de mi espalda		
13	Me duele la espalda casi siempre.		
14	Me cuesta darme la vuelta en la cama por culpa de mi espalda		
15	Debido a mi dolor de espalda, no tengo mucho apetito		
16	Me cuesta ponerme los calcetines - o medias - por mi dolor de espalda.		
17	Debido a mi dolor de espalda, tan solo ando distancias cortas.		
18	Debido a mi dolor de espalda, tan solo ando distancias cortas.		
19	Por mi dolor de espalda, deben ayudarme a vestirme.		
20	Estoy casi todo el día sentado a causa de mi espalda.		
21	Estoy casi todo el día sentado a causa de mi espalda.		
22	Por mi dolor de espalda, estoy más irritable y de peor humor de lo normal.		
23	A causa de mi espalda, subo las escaleras más lentamente de lo normal.		
24	Me quedo casi constantemente en la cama por mi espalda		

CUESTIONARIO - CALIDAD DE VIDA (GENCAT)

A continuación, se le presenta 34 afirmaciones. Evalúe cada situación y marque con una "X" la alternativa seleccionada

Casi nunca	Algunas veces	Algunas veces	Casi Siempre
1	2	3	4

Ítems		1	2	3	4
1	Realizo las actividades físicas que otras personas de mi edad pueden hacer (ejercicios físicos, subir y bajar escaleras).				
2	Puedo ir a la bodega a hacer los mandados.				
3	Mi familia me quiere y me respeta.				
4	Mi estado de ánimo es favorable.				
5	Me siento confiado y seguro frente al futuro.				
6	Con la jubilación mi vida perdió sentido				
7	Mi estado de salud me permite realizar por mí mismo las actividades cotidianas (bañarme solo, cocinar, lavar, limpiar, etcétera).				
8	Puedo leer libros, revistas o periódicos.				
9	Soy importante para mi familia.				
10	Me siento solo y desamparado en la vida.				
11	Mi vida es aburrida y monótona.				
12	Me desplazo ayudado por otra persona o sostenido por un bastón.				
13	Puedo aprender cosas nuevas				
14	Puedo usar transporte público.				
15	Mi situación monetaria me permite resolver todas mis necesidades de cualquier índole				
16	Mi familia me ayuda a resolver los problemas que se puedan presentar.				
17	He logrado realizar en la vida mis aspiraciones.				
18	Estoy satisfecho con las condiciones económicas y de vivienda que tengo.				
19	Soy capaz de atenderme a mí mismo y cuidar de mi persona.				
20	Estoy nervioso e inquieto				
21	Puedo ayudar en el cuidado o atención de mis nietos.				
22	Puedo expresar a mi familia lo que siento y pienso.				
23	Mis creencias me dan seguridad en el futuro.				
24	Mantengo relaciones con mis amigos y vecinos.				
25	Mantengo relaciones con mis amigos y vecinos.				
26	Salgo a distraerme (solo, con mi familia, o con mis amigos)				
27	Mi vivienda tiene buenas condiciones para vivir solo en ella.				
28	He pensado quitarme la vida.				
29	Mi familia me tiene en cuenta para tomar decisiones relacionadas con los problemas del hogar.				
30	Considero que todavía puedo ser una persona útil.				
31	Mi vivienda resulta cómoda para mis necesidades.				
32	Mi estado de salud me permite disfrutar la vida.				
33	Tengo aspiraciones y planes para el futuro.				
34	Soy feliz con la vida que llevo				



39	2	2	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2
40	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2
41	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2
42	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3
43	2	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2
44	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3
45	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
46	2	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	2	2
47	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1
48	1	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1
49	2	1	1	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
50	2	1	1	2	1	1	2	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1
51	2	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2
52	2	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	2	2
53	1	2	2	2	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2
54	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1
55	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2
56	1	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1
57	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2
58	2	1	1	2	1	1	2	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1
59	2	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2
60	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1
61	1	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1
62	2	1	1	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
63	2	1	1	2	1	1	2	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1
64	2	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2
65	2	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	2	2
66	1	2	2	2	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2
67	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1
68	2	2	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2
69	1	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1
70	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2
71	2	1	1	2	1	1	2	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1
72	2	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2
73	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2
74	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1
75	1	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1
76	2	1	1	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
77	2	1	1	2	1	1	2	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1
78	2	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2
79	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3
80	1	2	2	2	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2

	PERCEPCIÓN DE LA SALUD													CONDICIONES SOCIECONÓMICAS	SATISFACCIÓN POR LA VIDA																				
	P1	P2	P7	P8	P12	P13	P14	P19	P20	P21	P26	P28	P35	P37	P31	P3	P4	P5	P6	P9	P10	P11	P16	P17	P18	P22	P23	P24	P25	P29	P30	P32	P33	P34	
1	3	3	4	4	1	4	3	4	3	3	4	1	1	4	4	3	2	2	1	4	1	1	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	
2	3	3	4	4	1	4	3	4	3	3	4	1	1	4	4	3	2	2	1	4	1	1	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	
3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	
4	4	4	4	3	1	4	4	4	2	4	3	1	4	3	4	4	4	4	4	4	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
5	4	4	4	4	4	4	3	2	1	4	3	4	3	1	3	4	3	4	1	1	1	1	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	
6	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	3	1	3	1	3	1	1	1	1	1	1	1	2	1	3	1	3	1	3	1	3	1	
7	4	4	4	2	1	4	1	3	1	1	4	1	4	4	4	4	3	3	2	4	1	1	4	4	4	1	4	4	4	4	4	3	4	4	
8	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	4	2	4	4	4	1	4	4	4	
9	4	4	3	4	1	1	4	4	4	1	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	1	4	3	4	1	4	4	4	4	
10	2	2	2	2	1	2	4	3	3	1	4	1	4	2	2	2	2	4	1	4	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	1	1	1	1	
11	2	3	2	3	2	1	1	2	3	1	2	2	2	3	2	2	3	1	2	2	2	1	2	1	2	2	2	3	3	1	1	1	3	2	
12	2	1	1	1	1	3	3	3	2	1	3	1	3	2	1	1	3	2	3	3	1	1	1	2	1	3	1	1	3	1	1	1	1	2	
13	2	1	2	1	1	1	1	3	3	2	2	3	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1	2	2	2	1	2	2	3	1	1	2	2	1	
14	2	2	2	2	2	2	1	3	3	3	3	2	3	2	2	2	1	1	2	1	3	1	2	3	2	1	1	3	1	1	2	2	2	2	
15	3	3	3	3	1	3	2	3	3	3	3	1	1	3	3	3	2	2	1	3	1	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
16	3	3	4	4	1	4	3	4	3	3	4	1	1	4	4	3	2	2	1	4	1	1	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	
17	2	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	3	3	1	4	1	1	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
18	4	4	4	3	1	4	4	4	2	4	3	1	4	3	4	4	4	4	4	4	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
19	4	4	4	4	4	4	3	2	1	4	3	4	3	1	3	4	3	4	1	1	1	1	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	
20	4	4	4	4	1	4	4	4	2	2	4	4	4	4	4	4	4	1	1	4	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
21	4	4	4	2	1	4	1	3	1	1	4	1	4	4	1	1	3	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
22	4	4	3	4	1	4	4	4	1	1	4	1	4	4	4	4	4	4	1	4	1	2	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	
23	1	1	3	1	1	1	2	4	4	1	4	4	3	3	4	2	4	2	3	3	4	4	3	3	4	1	4	3	4	1	4	4	4	4	
24	4	4	4	4	1	4	4	4	3	1	4	1	4	4	4	4	4	4	1	4	3	2	4	4	4	2	3	3	3	3	4	4	4	4	
25	2	2	2	1	2	1	3	2	1	3	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2	2	1	2	3	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	
26	2	4	4	4	1	4	4	4	2	1	4	1	4	2	4	4	3	2	3	4	1	1	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	2	
27	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	4	1	3	1	4	3	4	3	3	3	3	1	4	4	4	4	
28	3	3	4	4	1	4	3	4	3	3	4	1	1	4	4	3	2	2	1	4	1	1	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	
29	3	3	1	1	1	1	3	1	3	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	2	1	1	3	2	3	3	3	1	1	1	1	
30	4	4	4	4	1	4	4	4	3	1	4	1	4	4	4	4	4	4	1	4	3	2	4	4	4	2	3	3	3	3	4	4	4	4	
31	3	3	4	4	1	4	3	4	3	3	4	1	1	4	4	3	2	2	1	4	1	1	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	
32	3	3	4	4	1	4	3	4	3	3	4	1	1	4	4	3	2	2	1	4	1	1	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	
33	1	2	1	2	2	1	2	2	1	2	1	3	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	3	3	1	2	2	1	2	1	2	1	2	3	
34	4	4	4	3	1	4	4	4	2	4	3	1	4	3	4	4	4	4	4	4	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
35	4	4	4	4	4	4	3	2	1	4	3	4	3	1	3	4	3	4	1	1	1	1	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	



