

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERIA



Beneficios de la arteterapia en la salud del adulto mayor inscritos en la  
Sociedad de la Beneficencia de Tumbes 2024

TESIS

para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería

AUTORAS

Kimberlin Yasmin Silva Atoche

Shirley Griselda Zarate Clavijo

Tumbes, 2024

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERIA

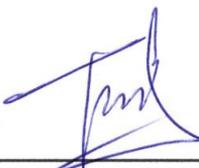


Beneficios de la arteterapia en la salud del adulto mayor inscritos en la  
Sociedad de la Beneficencia de Tumbes, 2024

Tesis aprobada en forma y estilo por:

Mg. Cervantes Rujel Balgelica Antazara (Presidente) 

Mg. Ramírez Neira Leydi Tatiana (Secretaria) 

Mg. Silva Rodríguez José Silva (Vocal) 

Tumbes, 2024

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERIA



Beneficios de la arteterapia en la salud del adulto mayor inscritos en la  
Sociedad de la Beneficencia de Tumbes 2024

Los suscritos declaramos que la tesis es original en su contenido y  
forma

Br. Silva Atoche Kimberlin Yasmin (Autora)

Br. Zarate Clavijo Shirley Griselda (Autora)

Mg. Silva Rodríguez José Miguel (Asesor)

Tumbes, 2024



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES**  
Licenciada  
Resolución del Consejo Directivo N° 155-2019-SUNEDU/CD  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
Tumbes – Perú

**ACTA DE SUSTENTACION DE TESIS**

En Tumbes, a los 11 días del mes diciembre del dos mil veinticuatro, siendo las 08 horas 30 minutos, en la modalidad presencial: Aula 4, Pabellón J, se reunieron el jurado calificador de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional de Tumbes, designado RESOLUCIÓN DECANAL N° 0261- 2024/ UNTUMBES – FCS, Mg. Balgelica Antazara Cervantes Rujel (Presidenta), Mg. Leydi Tatiana Ramírez Neira (Secretaria), Mg. Jose Miguel Silva Rodriguez (Vocal). Reconociendo en la misma resolución, al Mg. Jose Miguel Silva Rodriguez como asesor, se procedió a evaluar, calificar y deliberar la sustentación de la tesis, titulada "Beneficios de la arteterapia en la salud del adulto mayor inscritos en la sociedad de beneficencia de Tumbes 2024.", para optar el Título Profesional de Licenciadas en Enfermería, presentada por las bachiller:

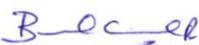
**BR. KIMBERLY YASMIN SILVA ATOCHE**  
**BR. SHIRLEY GRISELDA ZARATE**

Concluida la sustentación y absueltas las preguntas, por parte de las sustentantes y después de la deliberación, el jurado según el artículo N° 65 del Reglamento de Tesis para Pregrado y Posgrado de la Universidad Nacional de Tumbes, declara a la BR. KIMBERLY YASMIN SILVA ATOCHE : **APROBADA**, con calificativo: **BUENO** y a la BR. SHIRLEY GRISELDA ZARATE: **APROBADA**, con calificativo: **BUENO**

En consecuencia, quedan **APTAS** para continuar con los trámites correspondientes a la obtención del Título Profesional de Licenciadas en Enfermería, de conformidad con lo estipulado en la ley universitaria N° 30220, el Estatuto, Reglamento General, Reglamento General de Grados y Titulos y Reglamento de Tesis de la Universidad Nacional de Tumbes.

Siendo las 09 Horas 35 minutos del mismo día, se dio por concluida la ceremonia académica, en forma presencial, procediendo a firmar el acta en presencia del público asistente.

Tumbes, 11 de Diciembre del 2024.

  
Mg. Balgelica Antazara Cervantes Rujel  
DNI N° 29645154  
ORCID N° 0000-0002-3629-6013  
(Presidenta)

  
Mg. Leydi Tatiana Ramírez Neira  
DNI N° 46532868  
ORCID N° 0000-0002-7698-2931  
(Secretaria)

  
Mg. Jose Miguel Silva Rodriguez  
DNI N° 42474683  
ORCID N° 0000-0002-9629-0131  
(Asesor – Vocal)

cc.  
Jurado (03)  
Asesor  
Interesado  
Archivo (Decanato)  
MPMO/Decano

## Informe de originalidad

# Beneficios de la arteterapia en la salud del adulto mayor inscritos en la Sociedad de Beneficencia de Tumbes 2024

por Kimberlin Yasmin Silva Atoche



---

Mg. José Miguel Silva Rodríguez  
DNI N.º 42474683  
ORCID N.º 0000-0002-9629-0131  
(Asesor – Vocal)

---

**Fecha de entrega:** 12-dic-2024 05:59a.m. (UTC+0800)

**Identificador de la entrega:** 2549487193

**Nombre del archivo:** Archivo\_Tesis\_\_Silva\_Atoche\_Zarate\_Clavijo.docx (15.68M)

**Total de palabras:** 14656

**Total de caracteres:** 80874

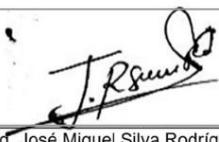
## Beneficios de la arteterapia en la salud del adulto mayor inscritos en la Sociedad de Beneficencia de Tumbes 2024

### INFORME DE ORIGINALIDAD

<b>17%</b> INDICE DE SIMILITUD	<b>16%</b> FUENTES DE INTERNET	<b>7%</b> PUBLICACIONES	<b>11%</b> TRABAJOS DEL ESTUDIANTE
-----------------------------------	-----------------------------------	----------------------------	---------------------------------------

### FUENTES PRIMARIAS

<b>1</b>	<b>repositorio.untumbes.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>3%</b>
<b>2</b>	<b>repositorio.upch.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>3</b>	<b>repositorio.uta.edu.ec</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>4</b>	<b>hdl.handle.net</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>5</b>	<b>renati.sunedu.gob.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>6</b>	<b>repositorio.unap.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>7</b>	<b>www.inger.gob.mx</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>8</b>	<b>tesis.pucp.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>9</b>	<b>repositorio.umsa.bo</b> Fuente de Internet	

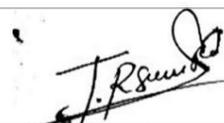
  
Mg. José Miguel Silva Rodríguez  
DNI N.º 42474683  
ORCID N.º 0000-0002-9629-0131  
(Asesor – Vocal)

		<1%
10	Submitted to University of Melbourne Trabajo del estudiante	<1%
11	repositorio.continental.edu.pe Fuente de Internet	<1%
12	Submitted to unap Trabajo del estudiante	<1%
13	www.cideu.org Fuente de Internet	<1%
14	Submitted to UNIBA Trabajo del estudiante	<1%
15	Submitted to ULACIT Universidad Latinoamericana de Ciencia y Tecnología Trabajo del estudiante	<1%
16	www.frontiersin.org Fuente de Internet	<1%
17	repositorio.ug.edu.ec Fuente de Internet	<1%
18	apps.ucsm.edu.pe Fuente de Internet	<1%
19	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	<1%
20	Submitted to University of Canberra Trabajo del estudiante	



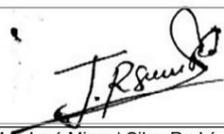
Mg. José Miguel Silva Rodríguez  
DNI N.º 42474683  
ORCID N.º 0000-0002-9629-0131  
(Asesor – Vocal)

		< 1%
21	<a href="http://feature1-formative.jmir.org">feature1-formative.jmir.org</a> Fuente de Internet	< 1%
22	Submitted to <a href="http://consultoriadeserviciosformativos">consultoriadeserviciosformativos</a> Trabajo del estudiante	< 1%
23	Submitted to Universidad de Alicante Trabajo del estudiante	< 1%
24	<a href="http://riaa.uaem.mx">riaa.uaem.mx</a> Fuente de Internet	< 1%
25	<a href="http://www.repositorio.usac.edu.gt">www.repositorio.usac.edu.gt</a> Fuente de Internet	< 1%
26	Submitted to TecnoCampus Trabajo del estudiante	< 1%
27	<a href="http://investigadores.uandes.cl">investigadores.uandes.cl</a> Fuente de Internet	< 1%
28	Submitted to Universidad Tecnológica Centroamericana UNITEC Trabajo del estudiante	< 1%
29	<a href="http://games.jmir.org">games.jmir.org</a> Fuente de Internet	< 1%
30	<a href="http://repository.unri.ac.id">repository.unri.ac.id</a> Fuente de Internet	< 1%



Mg. José Miguel Silva Rodríguez  
DNI N.º 42474683  
ORCID N.º 0000-0002-9629-0131  
(Asesor – Vocal)

31	<a href="http://www.mdpi.com">www.mdpi.com</a> Fuente de Internet	< 1%
32	Submitted to Universidad Politécnica del Perú Trabajo del estudiante	< 1%
33	Submitted to Universidad Tecnológica del Perú Trabajo del estudiante	< 1%
34	<a href="http://revinfcientifica.sld.cu">revinfcientifica.sld.cu</a> Fuente de Internet	< 1%
35	<a href="http://renatiqa.sunedu.gob.pe">renatiqa.sunedu.gob.pe</a> Fuente de Internet	< 1%
36	<a href="http://repositorio.ucv.edu.pe">repositorio.ucv.edu.pe</a> Fuente de Internet	< 1%
37	Submitted to uncedu Trabajo del estudiante	< 1%
38	Submitted to Universidad Andina Nestor Caceres Velasquez Trabajo del estudiante	< 1%
39	<a href="http://es.scribd.com">es.scribd.com</a> Fuente de Internet	< 1%
40	<a href="http://riunet.upv.es">riunet.upv.es</a> Fuente de Internet	< 1%
41	<a href="http://www.ramcip-project.eu">www.ramcip-project.eu</a> Fuente de Internet	< 1%



Mg. José Miguel Silva Rodríguez  
DNI N.º 42474683  
ORCID N.º 0000-0002-9629-0131  
(Asesor – Vocal)

42	Submitted to Metropolitan State University of Denver Trabajo del estudiante	< 1%
43	Submitted to Universidad Internacional Isabel I de Castilla Trabajo del estudiante	< 1%
44	Submitted to Universidad Tecnológica Indoamerica Trabajo del estudiante	< 1%
45	link.springer.com Fuente de Internet	< 1%
46	www.atenaeditora.com.br Fuente de Internet	< 1%
47	Submitted to Universidad Rafael Landívar Trabajo del estudiante	< 1%
48	cris.haifa.ac.il Fuente de Internet	< 1%



Mg. José Miguel Silva Rodríguez  
DNI N.º 42474683  
ORCID N.º 0000-0002-9629-0131  
(Asesor – Vocal)

Excluir citas      Activo  
Excluir bibliografía      Activo

Excluir coincidencias      < 15 words

## Certificación de Asesoría

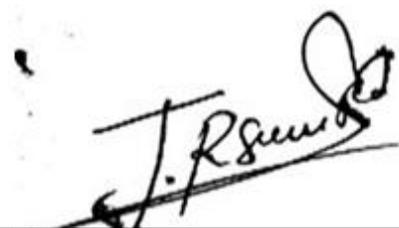
**Mg. José Miguel Silva Rodríguez**

Docente de la Universidad Nacional de Tumbes.

### CERTIFICA

Que la tesis denominada "Beneficios de la arteterapia en la salud del adulto mayor inscritos en la Sociedad de Beneficencia de Tumbes 2024" presentado por Br. Kimberlin Yasmin Silva Atoche y Br. Shirley Griselda Zarate Clavijo. Está siendo asesorado por mi persona, por lo tanto, se autoriza para ser presentado o inscrito a la Escuela Profesional de Enfermería.

Tumbes, diciembre 2024



---

**Mg. José Miguel Silva Rodríguez**  
Asesor de tesis

## Derechos de autor

Las suscrita Kimberlin Yasmin Silva Atoche con DNI N° 47813436, y Shirley Griselda Zarate Clavijo con DNI N°, bachilleres de la Escuela Profesional de Enfermería de la Facultad Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional de Tumbes, al amparo de la ley N° 27444, Ley de Procedimientos Administrativos Generales, declaro bajo juramento lo siguiente:

El informe de Investigación titulado: Beneficios de la arteterapia en la salud del adulto mayor inscritos en la Sociedad de Beneficencia de Tumbes, 2024; es de nuestra autoría. Se ha presentado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas. Por tanto, la investigación no ha sido plagiado ni total ni parcialmente.

El informe de investigación no ha sido auto plagiado, es decir, no ha sido publicado ni presentado anteriormente para obtener algún grado académico previo o título profesional.

Los datos y contenidos a presentarse en los resultados de tesis no serán falseados, ni duplicados, ni copiados y por tanto los resultados constituirán en aportes a la realidad investigativa.

De identificarse la falla de fraude, plagio, autoplagio, piratería, asumo las consecuencias y sanciones de mi acción, se deriven, sometiéndome a la normatividad vigente de la Universidad Nacional de Tumbes.

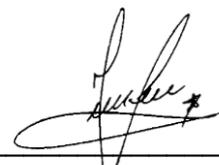
Tumbes, noviembre del 2024



---

Br. Shirley Zarate

DNI: 73178484



---

Br. Kimberlin Silva

DNI: 47813436

## Dedicatoria

Ha sido un año lleno de esfuerzo y sacrificio, cerrada esta etapa, me queda agradecer principalmente a Dios por haberme dado salud para lograr mis objetivos por permitirme llegar a esta instancia del camino, en donde me vuelvo toda una profesional y espero nunca soltarme de su mano.

A mi hijo eres mi mayor inspiración y motivación, te amo sobre todas las cosas, todo lo que realizo siempre lo hago pensando en ti. Te estoy preparando para esta ventura llamada vida, pretendo ser el mejor ejemplo que tengas, para que nunca te rindas por obtener tus sueños.

A mi compañera de tesis no tengo palabras de agradecimiento por tu compañerismo y apoyo en este largo camino, por tu incansable esfuerzo, por los momentos de risas que compartimos, esta es una prueba de lo que se puede lograr cuando se trabaja en equipo y se tiene una meta en común. Lo logramos.

A mi esposo por sus palabras y su confianza, por su amor, por su apoyo incondicional, por creer en mí, por brindarme el tiempo necesario para realizarme profesionalmente, este título no lo ganamos los dos, gracias por ser mi soporte en mis momentos de debilidad, gracias por ser los brazos que me brindan seguridad, mi amor por ti es infinito y esto también te pertenece, siempre estaré agradecida.

A mis padres por haberme apoyado en todo momento, gracias por confiar en mí, por los ejemplos de perseverancia y constancia que me han infundado siempre, por el valor mostrado para salir adelante, porque cada esfuerzo que hicieron por mi para que esto sea posible se los recompensaré hasta el último momento. A mis hermanos por su apoyo siempre y por ser un rayo de luz en vida, sacándome sonrisas a pesar de las adversidades, somos un equipo y lo mejor está por venir.

Zarate Clavijo Shirley Griselda

A Dios por ser parte fundamental en mi vida.

A mis abuelos paternos Victor y Isabel papitos no saben la falta que me han hecho todo este tiempo, los extraño cada vez más. parte de mi vida se apagó desde sus partidas. Hoy quiero decirles que su nieta lo logro por fin soy Lic. en enfermería, sé que estuvieran orgullosos de mí y gran parte se lo debo a ustedes por hacer de mí una mujer con muchos valores. ¡los amare siempre!

A mis padres por el gran esfuerzo y todo el apoyo brindado porque nunca dejaron de confiar en que este sueño hoy se haría realidad.

A mi querido esposo mi compañero de aventuras; por el amor la paciencia y todo tu apoyo durante todo este proceso, por enseñarme a ver las cosas de diferente manera este triunfo es de los dos

A mis hijos Camila y Fabio a través de este proyecto les enseñé que todo es posible en la vida aprendan a soñar en grande y sean personas de bien. los amo hijos este logro es de ustedes.

A mi compañera de tesis gracias por tu linda amistad y por todas cosas buenas y malas que pasamos porque tuvimos siempre una enseñanza.

Silva Atoche kimberlin Yasmin

## **Agradecimiento**

Queremos expresar nuestro más sincero agradecimiento a la Universidad Nacional de Tumbes, por brindarnos la formación académica y el apoyo institucional que hemos recibido han sido fundamentales para el éxito de nuestra tesis.

Agradecemos especialmente a nuestro asesor, por su guía y orientación constante durante todo el proceso de investigación. Su experiencia y conocimiento en el campo de estudio nos han sido de gran ayuda para desarrollar nuestro trabajo de manera efectiva.

También queremos agradecer al Jurado, compuesto por su valiosa evaluación y retroalimentación sobre nuestro trabajo. Sus comentarios y sugerencias nos han permitido mejorar significativamente nuestra investigación.

Además, queremos expresar nuestro agradecimiento a la Sociedad de Beneficencia Pública de Tumbes, por su apoyo y colaboración en la realización de esta investigación. Su compromiso con la comunidad y su disposición a trabajar en beneficio de los adultos mayores han sido fundamentales para el éxito de nuestro trabajo.

Finalmente, queremos agradecer a los adultos mayores que participaron en esta investigación, por su disposición a compartir sus experiencias y conocimientos con nosotros. Su colaboración ha sido invaluable para entender mejor las necesidades y desafíos que enfrentan en su vida diaria.

## Índice general

RESUMEN .....	xix
ABSTRACTS.....	xx
I. INTRODUCCIÓN.....	21
II. REVISIÓN DE LITERATURA .....	25
2.1. Antecedentes .....	25
2.2. Bases Teóricas y Científicas .....	29
III. MATERIALES Y METODOS.....	37
3.1. Tipo .....	37
3.2. Diseño .....	37
3.3. Hipótesis .....	37
3.4. Población, Muestra y Muestreo.....	38
3.5. Técnicas de Recolección de Datos .....	39
3.6. Análisis de Interpretación de Resultados .....	40
3.7. Consideraciones Éticas.....	40
IV. RESULTADOS Y DISCUSION .....	41
4.1. Resultados .....	41
4.2. Discusión.....	45
V. CONCLUSIONES .....	48
VI. RECOMENDACIONES.....	49
VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	50
ANEXOS	

## Índice de tablas

Tabla 1. Evaluación del beneficio en la salud del adulto mayor con sesiones de arteterapia. ....	41
Tabla 2. Evaluación del beneficio en la salud física del adulto mayor con sesiones de arteterapia. ....	42
Tabla 3. Evaluación del beneficio en la salud mental del adulto mayor con sesiones de arteterapia. ....	43
Tabla 4. Evaluación del beneficio en la salud cognitiva del adulto mayor con sesiones de arteterapia. ....	44

## Índice de anexos

Anexo 1. Consentimiento informado .....	58
Anexo 2. Instrumento de validación .....	59
Anexo 3. Validación por juicio de expertos.....	61
Anexo 4. Prueba piloto y prueba de confiabilidad .....	68
Anexo 5. Instrumentos de recolección de datos.....	70
Anexo 6. Ficha técnica del instrumento.....	72
Anexo 7. Sesiones de aprendizaje. ....	73
Anexo 8. Solicitud de permiso .....	75
Anexo 9. Aceptación de La Beneficencia de Tumbes .....	76
Anexo 10. Matriz de consistencia.....	77
Anexo 11. Operacionalización de la variable.....	80
Anexo 12. Panel fotográfico .....	81
Anexo 13. Base de datos .....	88

## RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo determinar los beneficios de la arteterapia en la salud del adulto mayor de la Sociedad de Beneficencia de Tumbes. La investigación utilizó un diseño preexperimental de tipo aplicada, con un nivel descriptivo y un enfoque cuantitativo. Se aplicó una ficha de recolección de datos validado con el juicio de 3 expertos y con una confiabilidad de alfa de Cronbach de 0.88. Este instrumento fue administrado a 40 adultos mayores, con edades entre 65 y 80 años. Antes de aplicar las sesiones se realizó un pretest, luego se aplicaron 10 sesiones de arteterapia distribuidas en cinco grupos: música, danza, teatro, pintura y artes plásticas, y posterior a las sesiones se realizó un postest. En el pretest el 52.5% de los adultos mayores presentaron una salud física mala mientras que en el postest el 55% de los adultos mayores tienen una salud física buena, en el pretest el 47.5% de los adultos mayores presentaron una salud mental mala mientras que en el postest el 67.5% de los adultos mayores tienen una salud mental buena, en el pretest el 61.5% de los adultos mayores presentaron una salud cognitiva regular mientras que en el postest el 84.6% de los adultos mayores tienen una salud cognitiva buena. Las pruebas estadísticas de Wilcoxon ( $p = 0.001$  en salud física,  $p = 0.007$  en salud mental y  $p = 0.002$  en salud cognitiva) confirmaron que las diferencias entre el pretest y el postest fueron estadísticamente significativas, indicando una mejora importante en todas las áreas evaluadas. En conclusión, los resultados de este estudio demuestran que la arteterapia tiene un impacto positivo y significativo en la salud de los adultos mayores.

**Palabras claves:** Arteterapia, Adultos mayores, Beneficencia.

## ABSTRACTS

The objective of this research was to determine the benefits of art therapy on the health of the elderly in the Tumbes Charity Society. The research used a quasi-experimental design of applied type, with a descriptive level and a quantitative approach. A data collection form was applied, validated with the judgment of 3 experts and with a Cronbach's alpha reliability of 0.88. This instrument was administered to 40 elderly adults, aged between 65 and 80 years. Before applying the sessions, a pretest was performed, then 10 art therapy sessions were applied distributed in five groups: music, dance, theater, painting and plastic arts, and after the sessions a posttest was performed. In the pretest, 52.5% of the older adults had poor physical health, while in the posttest, 55% of the older adults had good physical health; in the pretest, 47.5% of the older adults had poor mental health, while in the posttest, 67.5% of the older adults had good mental health; in the pretest, 61.5% of the older adults had regular cognitive health, while in the posttest, 84.6% of the older adults had good cognitive health. The Wilcoxon statistical tests ( $p = 0.001$  in physical health,  $p = 0.007$  in mental health, and  $p = 0.002$  in cognitive health) confirmed that the differences between the pretest and the posttest were statistically significant, indicating a significant improvement in all the areas evaluated. In conclusion, the results of this study demonstrate that art therapy has a positive and significant impact on the health of older adults.

**Keywords:** Art therapy, Older adults, charity

## I. INTRODUCCIÓN

Desde una perspectiva biológica, la Organización Mundial de la Salud (OMS) (1) sugiere que el proceso de envejecimiento implica una combinación de deterioro de grado molecular y celular, que conduce a una disminución de las funciones físicas y cognitivas. Este fenómeno aumenta la susceptibilidad a las enfermedades y, al final, puede provocar la muerte. Según Rodríguez y Lazcano (2), el envejecimiento se define como el desgaste de la capacidad de mantener la homeostasis, generalmente manifestada por dificultades para adaptarse a estímulos de estrés tanto internos como externos. Cualquiera que atraviese esta etapa no sólo necesita ser consciente de que su estado biológico, físico, mental y psicoemocional ya no es el óptimo (3).

En la mayoría de los casos, tienen que aceptar el fin del trabajo. Significa quedarse en casa y, en general, experimentar sentimientos de soledad, incapacidad para estar físicamente activo y una disminución natural de las habilidades sociales para interactuar con las personas que lo rodean (3). También en el ámbito social la exclusión de la participación es evidente debido a la falta de actividades de ocio y a creencias y estereotipos sobre los límites de edad (4). La discriminación por edad se refiere a actitudes y prácticas comúnmente aceptadas que excluyen a las personas mayores de 60 años de diversas actividades. Esto se debe a la idea errónea que tiene la sociedad de que el envejecimiento es generalmente perjudicial y afecta a todos por igual (5).

En realidad, algunas personas mayores gozan de buena salud y pueden funcionar sin dificultades, mientras que otras son más frágiles y requieren más apoyo (5). El envejecimiento de la población es uno de los mayores desafíos del siglo, ya que la disminución de las tasas de natalidad y el aumento de la esperanza de vida son fenómenos que se observan en la mayoría de los países (6). Esto se debe a la inversión en la estructura demográfica, que se refleja en las pirámides de población (7). La OMS (8) supone que al 2050, la proporción de la población mundial mayores de 60 años se duplicara. Además, se espera que en 2050 habrá más personas

mayores que niños pequeños y jóvenes. El Perú no es ajeno a esto, pues se observa un aumento del 7,6% de la población adulta mayor (9).

Se pronostica que la población de adultos mayores funcionalmente dependientes aumentara significativamente a menos que se implementen intervenciones efectivas para promover el envejecimiento activo. Esto tiene un impacto negativo en la calidad de vida de las familias y socava el correcto funcionamiento de los sistemas de protección social y de salud (10). El envejecimiento activo implica tres aspectos básicos; Minimiza el riesgo de enfermedad y discapacidad, promueve altos niveles de rendimiento físico y mental y promueve la vida social (11). Por lo tanto, promover el envejecimiento activo requiere un enfoque integral de los aspectos físicos, psicológicos y sociales del envejecimiento, y un enfoque que incluya una coordinación efectiva entre los aspectos sociales y de salud (12).

En ese sentido, la arteterapia es una estrategia idónea para optimizar el bienestar físico de los adultos mayores, como se aprecia en la investigación de Kaimal y Arslanbek (13) que con ayuda de la arteterapia estimula la actividad cognitiva del adulto mayor, de igual forma Albañil-Delgado et al. (14) sostiene que la arteterapia no solo promueve la estimulación cognitiva y la movilidad, sino que también facilita la expresión emocional en adultos mayores, lo que contribuye significativamente a su bienestar general. Esta disciplina, al integrarse en programas terapéuticos, genera beneficios en múltiples áreas, tales como los aspectos físicos, sociales, emocionales y espirituales, lo que la convierte en una herramienta integral para mejorar la calidad de vida de este grupo etario.

Gaibor e Illestas (15), menciona que, antes del uso de técnicas de arteterapia como la pintura, el teatro, la danza y el dibujo, el 43,3% de los adultos mayores presentaba un nivel de calidad de vida muy bajo y el 56,7% un nivel bajo. Sin embargo, después de las sesiones de arteterapia, el 10% presentó un nivel alto, el 60% un nivel medio y el 30% un nivel bajo, evidenciando así una mejoría en la calidad de vida de los adultos mayores. De igual forma, a nivel nacional también se observa el uso de la arteterapia, como es el caso de la investigación de Daga et al. (16), quienes demostraron que con el uso de las técnicas de arteterapia se logra una mejora del 73% en la memoria de los adultos mayores.

Asimismo, a nivel local, también se ha observado que distintas actividades artísticas como la música o danza generan una mejora significativa en la salud del adulto mayor (17). Si bien la Sociedad de Beneficencia de Tumbes se ha destacado por su compromiso en promover el desarrollo social y el bienestar de la población vulnerable, como los adultos mayores, actualmente enfrenta una limitación significativa en cuanto a los servicios que ofrece. A pesar de proporcionar alimentación, lo cual es fundamental, esta institución no cuenta con programas o actividades específicas que aborden integralmente las necesidades emocionales, cognitivas y físicas de los adultos mayores. Esta falta de atención integral puede resultar en una calidad de vida subóptima para los beneficiarios.

Debido a la problemática encontrada se planteó como pregunta general: ¿Cuáles son los beneficios de la arteterapia en la salud del adulto mayor de la Sociedad de Beneficencia de Tumbes en el 2024? Asimismo, se plantearon las siguientes preguntas específicas: ¿ Cuáles son los beneficios de la arteterapia en la salud física de los adultos mayores?, ¿Cuáles son los beneficios de la arteterapia en la salud mental de los adultos mayores? y ¿ Cuáles son los beneficios de la arteterapia en la salud cognitiva de los adultos mayores?

En ese sentido, se plantea realizar sesiones de arteterapia en adultos mayores inscritos en la Sociedad de Beneficencia de Tumbes con el objetivo general de determinar los beneficios de la arteterapia en la salud del adulto mayor de la Sociedad de Beneficencia de Tumbes. Asimismo, se plantearon los siguientes objetivos específicos, identificar los beneficios de la arteterapia en la salud física del adulto mayor de la Sociedad de Beneficencia de Tumbes; identificar los beneficios de la arteterapia en la salud emocional del adulto mayor de la Sociedad de Beneficencia de Tumbes; identificar los beneficios de la arteterapia en la salud cognitiva del adulto mayor de la Sociedad de Beneficencia de Tumbes.

Esta investigación sobre los beneficios de la arteterapia en la salud del adulto mayor en la Sociedad de Beneficencia de Tumbes se fundamenta en la teoría del envejecimiento activo de la OMS. Esta teoría enfatiza la importancia de optimizar la salud, fomentar la participación continua y proteger la dignidad de las personas mayores. La arteterapia proporciona una plataforma para la autoexpresión y la interacción social, mejorando así la salud física, mental y emocional de los adultos

mayores. Además, contribuye a la inclusión social y fortalece la comunidad. Este estudio proporcionó datos fundamentales para diseñar políticas y programas que apoyen un envejecimiento activo (18).

Desde una perspectiva práctica, evaluar los beneficios de la arteterapia permitió adaptar y mejorar las prácticas, asegurando que las intervenciones sean más efectivas y pertinentes para las necesidades de los adultos mayores de la Sociedad de Beneficencia de Tumbes. Esto benefició directamente a los participantes del estudio y ofreció un modelo práctico replicable en otras instituciones similares. Desde una perspectiva metodológica, se empleó un diseño preexperimental para evaluar los efectos de la arteterapia en la salud del adulto mayor en dicha sociedad. Este enfoque permitió comprender el estado de salud inicial de los adultos mayores antes de la intervención, contrastándolo con una evaluación posterior al término de las sesiones para medir mejoras en su bienestar físico, mental y emocional.

Desde una perspectiva social, esta investigación abordó una necesidad crucial en el cuidado de la población envejecida, promoviendo intervenciones que no solo mejoran la salud física, sino también el bienestar emocional y social de los adultos mayores. Al demostrar los beneficios de la arteterapia, se puede influir en políticas de salud y en la implementación de programas comunitarios que fomenten un envejecimiento activo y saludable. Esto no solo benefició a los adultos mayores de la Sociedad de Beneficencia de Tumbes, sino que también puede tener un impacto positivo en sus familias y en la comunidad en general, promoviendo una mayor inclusión y apoyo para la población envejecida.

## II. REVISIÓN DE LITERATURA

### 2.1. Antecedentes

#### 2.1.1. Antecedentes Internacionales

Illescas (19), 2023, titulada: Arteterapia como estrategia para mejorar la calidad de vida en Adultos mayores realizada en Ambato – Ecuador, buscó mejorar la calidad de vida de los adultos mayores con 8 sesiones de arteterapia basadas en teatro y danza, usando una metodología de enfoque cuantitativo y un tipo preexperimental haciendo un pre y post test a 30 adultos mayores de 65 a 85 años, llegando a encontrar de forma inicial que los adultos mayores percibían su una calidad de vida como baja (56,7%) y muy baja (43,3%), sin embargo, luego de las sesiones de arteterapia la mayoría de adultos mayores percibían que su calidad de vida había aumentado donde el 60% la consideraba como moderada y el 10% como alta. En base a esto se concluye que las sesiones de arteterapia ayudaron a mejorar el bienestar mental y social de los adultos mayores.

Aramendiz y Guerra (20), 2022, titulada: Las artes plásticas como sensibilización expresiva y terapéutica. Estímulo de habilidades cognitivas en el adulto mayor realizada en Ibagué – Colombia, buscaron desarrollar las capacidades cognitivas del adulto mayor mediante la arteterapia, usando una metodología cualitativa recolectando perspectivas y puntos de vista de los 12 participantes con edades entre 67 y 85 años, donde observo que los participantes manifestaban liberación emocional durante la sesión como resultado se observaban más activos lo que contribuirá a su salud y bienestar, concluyen que las expresiones artísticas son actividades gratificantes que generan bienestar integral en el adulto mayor.

Groot et al., (21), 2021, titulada: El valor de la participación activa en las artes en la salud y el bienestar de los adultos mayores: un estudio participativo a nivel nacional realizada en Países Bajos, el estudio tuvo como objetivo explorar el valor más amplio de la participación artística en la salud y el bienestar percibidos de las personas mayores en 18 proyectos participativos basados en las artes (danza, música, canto, teatro, artes visuales, video y palabra hablada) para adultos mayores que viven en la comunidad y aquellos que viven en centros de atención a largo plazo. En este estudio, se siguió un diseño participativo con indagación narrativa y artística. Se recogieron microrrelatos de personas mayores y sus cuidadores (in)formales ( $n = 470$ ). Los resultados demuestran que el compromiso con las artes, según los participantes, resultó en sentimientos positivos, crecimiento personal y artístico, y mayores interacciones sociales significativas. Este estudio concluye que las prácticas basadas en el arte promueven el bienestar experimentado de las personas mayores y aumentan la calidad de vida de las personas mayores.

Monterroso y Tahay (22), 2019, titulada: Los talleres recreativos como parte de la cotidianidad del adulto mayor, del Hogar para ancianos Cabecitas de Algodón de la Casa No. 1 de la Antigua Guatemala realizada en Guatemala, buscaron comprobar que las actividades recreativas de expresión artística influyen en la salud del adulto mayor, para ello trabajaron con 23 adultos mayores con edades entre 65 a 103 años, a quienes se les aplicó un cuestionario antes y después de los talleres, en los resultados evidenció mejoras en la participación y habilidades sociales de adultos mayores en talleres, destacando avances significativos en el uso del lenguaje y la interacción social, se concluye que las expresiones artísticas influyen de forma positiva en la salud del adulto mayor.

### **2.1.2. Antecedentes nacionales**

Herrera y Lajo (23), 2021, titulada: Efecto de arteterapia y estimulación cognitiva en adultos mayores en fase preclínicas de demencia realizado en Arequipa, buscaron analizar el efecto de la arteterapia en adultos mayores con demencia en fase preclínicas, emplearon un diseño pre experimental con medidas repetidas de tipo factorial mixto. La muestra final consistió en 13 participantes de con edades de 65 a 80 años, encontrando como resultados que la arteterapia mejora el pensamiento creativo además de mejorar la memoria en el 80% de los pacientes, llegan a la conclusión de que el uso de la arteterapia es de vital importancia para el tratamiento de adultos mayores con demencia en fases preclínicas.

Villamar y Perez (24), 2021, titulada: Efectividad de la danza como intervención terapeutica en el nivel de estrés del adulto mayor de Essalud Puno. 2021 realizado en Puno, buscaron determinar la efectividad de la danza en la salud y bienestar mental (estrés) del adulto mayor, realizaron un estudio pre experimental aplicando un cuestionario a 10 adultos mayores entre 60 a 70 años, en los resultados se aprecia que antes de las sesiones de danzaterapia el 70% de adultos mayores tenían estrés severo, sin embargo luego de las sesiones el 90% llego a reducirlo a un estrés leve, concluyendo que la danzaterapia es efectiva en la salud mental del adulto mayor.

Carrero y Chávez (25), 2020, titulada: Efecto del programa Artes Expresivas en la depresión de los usuarios del Centro Integral del Adulto Mayor – Moyobamba, 2020 realizado en Moyobamba, con el objetivo de evaluar si las artes expresivas reducen los niveles de depresión en un grupo de adultos mayores, usando un estudio experimental aplicando un pre y post tes a 25 adultos mayores, en los resultados observaron que en el pretest que el 68% de adultos mayores que sufrían depresión severa, sin embargo luego de aplicar el programa de artes expresivas el 92% solo sufría depresión leve, evidencias una mejora sustancial en la salud mental del adulto mayor, concluye que el programa artes expresivas mejoran la salud mental del adulto mayor.

Diezcanseco (26), 2020, titulada: Uso de la música en el ámbito del tratamiento y prevención de la salud mental en adultos mayores en Lima Metropolitana busco describir la implementación de la música en el contexto del bienestar mental de las personas mayores. Utilizo un enfoque cualitativo descriptivo, fundamentado en la investigación documental, la recolección y análisis de datos obtenidos a través de visitas específicas y entrevistas, explorando la relación entre estos datos y la investigación documental. Durante la investigación, se ha observado que hay actividades musicales que, aunque no están diseñadas específicamente para mejorar la salud mental, contribuyen a alcanzar ese objetivo. Concluyendo que las actividades musicales contribuyen a la mejora de la salud mental de los adultos mayores.

### **2.1.3. Antecedentes locales**

Galvez y Rugel (27), 2018, titulada: Terapias lúdicas en la mejora de la autoestima del adulto mayor Asociación Teodora Infante Apolo Pampa Grande. Tumbes-2018 realizado en Pampa Grande – Tumbes, buscó el beneficio de las terapias lúdicas en la autoestima del adulto mayor, para ello, emplearon un diseño pre experimental a 60 adultos mayores utilizando un cuestionario para determinar el beneficio, en los resultados después de las terapias el 60% logró un nivel medio y el 40% logró un nivel alto, concluyendo que las sesiones de terapia lúdica tiene relación en el aumento de la autoestima del adulto mayor. Sin embargo, no se han encontrado estudios donde se utilicen sesiones de arteterapia para evaluar los beneficios que aportan a la salud integral de las personas mayores.

## **2.2. Bases Teóricas y Científicas**

La teoría del envejecimiento activo de la Organización Mundial de la Salud (OMS) es un marco conceptual que promueve un enfoque integral para mejorar la calidad de vida de las personas mayores (28). Este enfoque se dedica a mejorar las oportunidades de salud, participación y seguridad para enriquecer la calidad de vida durante el proceso de envejecimiento. La teoría del envejecimiento activo se fundamenta en principios clave destinados a preservar la funcionalidad y autonomía de los adultos mayores, facilitándoles llevar vidas completas y significativas (29). La teoría del envejecimiento activo de la OMS proporciona un marco ideal para investigar cómo la arteterapia puede mejorar la salud de los adultos mayores (19).

Este enfoque multidimensional, que enfatiza la optimización de la salud, la participación y la seguridad, ofrece una base sólida para explorar los beneficios de la arteterapia como una intervención efectiva para esta población (18). La promoción de la salud es un componente clave de la teoría del envejecimiento activo. La arteterapia puede desempeñar un papel crucial en este aspecto, ayudando a mejorar tanto la salud mental como física de los adultos mayores (30). A nivel mental, la arteterapia ofrece un medio de expresión emocional, permitiendo a las personas abordar y gestionar el estrés, la ansiedad y la depresión. Mediante la creación artística, los adultos mayores pueden explorar sus emociones, encontrar significado en sus experiencias y mejorar su bienestar emocional (28).

Los indicadores de estos beneficios podrían incluir una reducción en los niveles de ansiedad y depresión, así como una mejora en la autoestima y la satisfacción con la vida (31). Desde la perspectiva de la salud física, la arteterapia puede contribuir al mantenimiento de habilidades motoras finas y la coordinación. La práctica de actividades artísticas, como la pintura, la escultura o el dibujo, requiere movimientos precisos y controlados que pueden ayudar a mantener la movilidad y la fuerza muscular. Los indicadores de éxito en este ámbito podrían incluir mejoras en la destreza manual, la flexibilidad y la coordinación motora (32). La arteterapia puede fomentar la participación social, proporcionando un espacio donde los adultos mayores pueden interactuar con otros (30).

Este tipo de participación puede reducir el aislamiento social, aumentar el sentido de pertenencia y mejorar las redes de apoyo social (33). La seguridad, tanto

emocional como física, es crucial para el bienestar de los adultos mayores. La arteterapia proporciona un entorno seguro y de apoyo donde los individuos pueden expresarse sin juicio. Este entorno seguro puede reducir el riesgo de abuso emocional y negligencia, y promover un sentido de seguridad emocional. En términos de seguridad física, las sesiones de arteterapia pueden diseñarse para ser accesibles y seguras para personas con diversas capacidades físicas, minimizando el riesgo de lesiones (34).

La autonomía y la independencia son principios fundamentales del envejecimiento activo. La arteterapia puede empoderar a los adultos mayores, permitiéndoles tomar decisiones sobre su proceso creativo y expresar su individualidad. Esta capacidad de control y autodeterminación puede fortalecer la autoestima y el sentido de propósito (33). Finalmente, la importancia del entorno se destaca en la teoría del envejecimiento activo. Las sesiones de arteterapia pueden llevarse a cabo en entornos que sean accesibles y acogedores para los adultos mayores, como centros comunitarios, residencias para ancianos y espacios al aire libre adaptados. Un entorno favorable facilita la participación y el disfrute de las actividades artísticas, promoviendo un mayor bienestar general (29).

A medida que las personas envejecen, se enfrentan a muchos cambios, incluidos aspectos psicológicos, sociales y de salud. Estos cambios son resultado del proceso de envejecimiento y, cuando se gestionan activamente, contribuyen al establecimiento de un envejecimiento activo y exitoso (12). A diferencia de quienes experimentan aislamiento y soledad, la calidad de vida de las personas mayores depende de su nivel de integración y conexión social. Por tanto, las personas con una vida social activa son capaces de mantener un sentido de pertenencia y continuidad en su entorno social. Esto, a su vez, tiene un impacto positivo en su bienestar personal y, en última instancia, en su bienestar general (35).

Sin embargo, una vez que los adultos mayores alcanzan aproximadamente los 65 años, el alcance y la intensidad de su participación social disminuyen gradualmente en comparación con etapas anteriores de la vida. Este cambio implica no solo la sustitución de unos roles por otros, sino también el abandono o pérdida de ciertos roles durante el proceso de envejecimiento (36). No obstante, el aumento de la edad no resulta automáticamente en una disminución proporcional de la salud. Es

decir, este proceso no sigue una fórmula exacta. Una percepción positiva del envejecimiento, que ve el envejecimiento no en términos de limitaciones, sino como un período de la vida con valiosas oportunidades. El bienestar íntegro del adulto mayor implica considerar varios aspectos, incluyendo su salud mental, física y cognitiva (12).

La salud mental en los adultos mayores incluye aspectos emocionales y psicológicos de la vida. Es importante cultivar un estado emocional positivo y adaptarse sanamente a los cambios que trae la vida en esta etapa (37). Esto incluye la capacidad de gestionar el estrés, mantener la satisfacción con la vida y desarrollar una actitud resiliente ante los desafíos. La salud mental se fomenta a través de relaciones sociales sólidas, actividades que aportan satisfacción y significado, y el desarrollo de habilidades para afrontar la adversidad con optimismo y fortaleza emocional. La salud mental incluye diversas dimensiones, entre ellas el estrés, el estado de ánimo y la calidad de vida emocional (19).

El estrés es una respuesta del cuerpo a situaciones demandantes o amenazantes que pueden alterar el equilibrio emocional y físico. Indicadores del estrés pueden ser la frecuencia cardíaca elevada, la irritabilidad y la dificultad para concentrarse (38). El estado de ánimo, por su parte, se refiere a la disposición emocional que influye en cómo una persona percibe y reacciona ante su entorno. Indicadores del estado de ánimo incluyen la frecuencia y duración de sentimientos de tristeza o felicidad, y la estabilidad emocional. La calidad de vida emocional se mide por el nivel de bienestar emocional y la satisfacción con la vida, influenciada por factores como la calidad de las relaciones personales, el sentido de propósito y la capacidad para gestionar emociones (39).

La salud física en los adultos mayores está determinada por el estado de salud y las funciones corporales. Este componente cubre aspectos importantes como la capacidad para realizar las actividades diarias de forma independiente, la movilidad, la fuerza, la flexibilidad y la resistencia (40). Mantener un estilo de vida activo, adaptar el ejercicio a sus necesidades individuales y considerar sus condiciones médicas específicas son componentes esenciales. Un enfoque holístico también incluye una dieta equilibrada, un descanso adecuado y la prevención de enfermedades para mantener la salud física a largo plazo. La salud

física se compone de la movilidad, la coordinación motora y la tensión muscular (41).

La movilidad es la capacidad de moverse libremente y con facilidad, lo cual incluye la flexibilidad y la capacidad para realizar actividades físicas cotidianas. Indicadores de movilidad pueden ser la amplitud de movimiento, la capacidad para caminar largas distancias sin dificultad y la facilidad para realizar ejercicios de estiramiento (42). La coordinación motora es la habilidad para usar diferentes partes del cuerpo de manera eficiente y controlada, esencial para realizar movimientos precisos. Indicadores de la coordinación motora incluyen la capacidad para realizar tareas finas como escribir o abrocharse los botones, y la destreza en actividades físicas como lanzar y atrapar una pelota (43).

La tensión muscular se refiere al estado de contracción o endurecimiento de los músculos, que puede ser tanto una respuesta natural del cuerpo ante situaciones de esfuerzo físico, como un indicador de estrés emocional o psicológico. Esta condición se manifiesta cuando los músculos permanecen contraídos durante períodos prolongados, lo que puede generar molestias significativas y limitar la movilidad. Los indicadores más comunes de tensión muscular incluyen la frecuencia y la intensidad de los calambres, la aparición de dolor muscular persistente, y la rigidez o falta de flexibilidad en diversas áreas del cuerpo, como el cuello, la espalda o los hombros (44).

La salud cognitiva en adultos mayores se centra en la salud del cerebro y la función mental. Esto va desde la memoria y la atención hasta la velocidad de procesamiento de la información. Para mantener la agudeza cognitiva, es importante estimular la mente mediante actividades intelectuales desafiantes (20). De esa forma, participar en actividades sociales ayuda a mantenerse mentalmente activo mediante el aprendizaje continuo, y abordar posibles problemas cognitivos de manera temprana son estrategias valiosas. De manera similar, promover un estilo de vida saludable, incluida una nutrición adecuada y controlar los factores de riesgo como la presión arterial alta y la diabetes, puede ayudar a mantener la salud cognitiva en los adultos mayores (45).

Esta abarca la agudeza mental y la memoria. La agudeza mental es la capacidad para pensar con claridad, rapidez y eficacia, permitiendo resolver problemas y

tomar decisiones informadas. Indicadores de agudeza mental incluyen la velocidad de procesamiento de información, la habilidad para resolver problemas complejos y la capacidad para mantener la atención durante largos períodos (46). La memoria es la habilidad para almacenar, retener y recuperar información y experiencias pasadas, esencial para el aprendizaje y la realización de tareas diarias. Indicadores de la memoria pueden ser la capacidad para recordar nombres y fechas importantes, la facilidad para aprender nueva información y la retención de detalles de eventos recientes y pasados (47).

La arteterapia es el uso de la expresión artística como forma de terapia, especialmente en la salud mental, con el objetivo de potenciar el bienestar mental, físico y cognitivo. Este enfoque es un proceso autosostenible de expresión artística que ayuda a las personas a mejorar la autoestima, el autocuidado, la autoconciencia, el control del comportamiento y la reducción del estrés (48). La arteterapia incorpora conocimientos de una variedad de disciplinas para crear una práctica interdisciplinaria que tiene como objetivo la recuperación integral de los pacientes a través de un proceso de autoconciencia y transformación. De igual forma, es especialmente utilizado en el desarrollo de la expresión artística y contribuye al necesario proceso psicoterapéutico (35).

Además, promueve el bienestar biopsicosocial de personas o grupos que lo necesitan. Promover la transformación creativa y expresiva tiene como objetivo cambiar positivamente las habilidades sociales y personales (48). De manera similar, para reducir, estabilizar, monitorear y gestionar las emociones de las personas que enfrentan dificultades sociales y familiares, depresión, trauma, trastornos mentales, enfermedades físicas y ansiedad (12). Según un estudio realizado por la OMS, existe un vínculo entre la arteterapia y la salud, ya que la arteterapia puede reducir el estrés, la ansiedad y otros aspectos a través de actividades recreativas de carácter cultural como la danza y la pintura (49).

Según Dumas y Aranguren (50) la arteterapia se puede realizar de dos formas diferentes. Uno es mediante el uso de artes plásticas y visuales como la pintura y el diseño, así como modalidades terapéuticas como la musicoterapia, la danza y el teatro. En segundo lugar, se refiere a la expresión artística y conexiones creativas como el sonido, la meditación, el movimiento y las artes expresivas. La música, la

danza y el teatro ofrecen una variedad de beneficios que impactan positivamente el bienestar general de los adultos mayores. Sumergirse en estas expresiones artísticas crea una estimulación cognitiva que desafía y revitaliza tus habilidades mentales. Aprender nuevas coreografías, letras y líneas para una obra de teatro puede ser un rico ejercicio mental (51).

En el ámbito emocional, la música y el teatro proporcionan un medio para expresar y explorar emociones, facilitar las conexiones con experiencias pasadas y promover la salud emocional. Tanto las melodías musicales como los movimientos de baile brindan un espacio relajante, por lo que tienen notables beneficios para reducir el estrés y la ansiedad (52). Desde una perspectiva física, el baile ha demostrado ser un excelente medio para mejorar la movilidad y la flexibilidad. Los movimientos elegantes y armoniosos no sólo mantienen el cuerpo activo, sino que también contribuyen al ejercicio aeróbico, fortaleciendo el sistema circulatorio y el corazón (40).

Los aspectos sociales son centrales, ya que la participación en grupos de música, danza y teatro promueve la interacción y contrarresta los sentimientos de aislamiento. Hacer conexiones y construir una comunidad se ha convertido en una parte esencial para enriquecer la calidad de vida de los adultos mayores (53). A nivel emocional, la autoestima encuentra una base sólida en la adquisición de nuevas habilidades artísticas. La sensación de logro que se obtiene al aprender una habilidad puede ayudar a aumentar su autoestima. Además, el disfrute y el placer inherentes a estas actividades de ocio añaden alegría y satisfacción adicionales a la vida diaria (54).

La arteterapia musical se fundamenta en el uso de la música como medio terapéutico para promover la expresión emocional y mejorar el bienestar psicológico. Al integrar elementos como el ritmo, la melodía y la letra de las canciones, esta forma de terapia facilita la comunicación no verbal y permite a los participantes explorar y procesar sus emociones de manera profunda y significativa. Tanto escuchar música como participar activamente en la creación musical ofrecen oportunidades para expresar sentimientos difíciles de verbalizar, recordar experiencias pasadas y fortalecer la autoestima a través del dominio de habilidades musicales (33).

La arteterapia de danza, conocida también como danzaterapia, utiliza el movimiento corporal como herramienta central para la expresión y el autocuidado emocional. A través de la danza, los participantes pueden explorar y expresar sus emociones de manera física, permitiendo que los sentimientos reprimidos o difíciles de verbalizar encuentren una salida natural. Esta modalidad terapéutica fomenta la conexión mente-cuerpo, mejora la conciencia corporal y promueve la integración emocional al ritmo de la música. Mediante la exploración de movimientos espontáneos y dirigidos, la danzaterapia facilita la liberación de tensiones físicas y emocionales, promoviendo un sentido renovado de bienestar y autoaceptación(55).

La arteterapia de pintura utiliza medios visuales como la pintura, el dibujo y otras formas de expresión artística para facilitar la comunicación emocional y la autoexpresión. Al involucrar el proceso creativo, esta modalidad terapéutica permite a los participantes explorar sus sentimientos y experiencias personales de manera no verbal. Mediante el uso de colores, formas y texturas, los individuos pueden representar simbólicamente sus emociones, enfrentar conflictos internos y fortalecer su autoestima al observar sus creaciones visuales. La pintura proporciona un medio seguro y liberador para expresar pensamientos complejos y profundizar en la autoexploración emocional, promoviendo la resiliencia y la capacidad de manejar el estrés a través de la creatividad (56).

La arteterapia de teatro emplea técnicas teatrales como la dramatización, la improvisación y el juego de roles para facilitar la expresión emocional y la exploración de identidades. A través de la representación de situaciones ficticias o reales, los participantes pueden experimentar y procesar emociones difíciles, resolver conflictos internos y mejorar su autoconfianza. Esta forma de terapia permite a los individuos adoptar diferentes roles y perspectivas, explorando nuevas formas de interactuar con el mundo y desarrollando habilidades sociales. Al fomentar la creatividad y la experimentación segura, el teatro terapéutico promueve el autoconocimiento y la expresión auténtica, fortaleciendo las habilidades de comunicación emocional y mejorando el bienestar psicológico (57).

La arteterapia de artes plásticas se centra en el uso de materiales tridimensionales como la plastilina, la arcilla y otros medios para promover la expresión creativa y la autoexploración emocional. A través del modelado y la construcción artística, los

participantes pueden representar visualmente sus experiencias, deseos y conflictos internos. Esta forma de terapia proporciona un espacio seguro y tangible para expresar sentimientos complejos, explorar la identidad personal y fortalecer la autoestima a medida que los individuos crean y manipulan formas físicas. Al integrar la creatividad con la reflexión personal, las artes plásticas terapéuticas fomentan la resolución de problemas, mejoran las habilidades motoras y promueven un sentido renovado de logro y satisfacción personal (58).

### **III. MATERIALES Y METODOS**

#### **3.1. Tipo**

La investigación fue de tipo aplicada, con el objetivo de proporcionar evidencia práctica sobre la efectividad de la arteterapia en la mejora de la salud del adulto mayor en la Sociedad de Beneficencia de Tumbes. El enfoque fue cuantitativo, centrado en la recolección y análisis de datos numéricos para evaluar los beneficios de la arteterapia.

#### **3.2. Diseño**

Se usó el siguiente diseño:

#### **G – 01 x 02**

G: Grupo de participantes (adultos mayores de la beneficencia)

01: Medición o evaluación antes de la intervención (pre-test)

x: La intervención (arteterapia)

02: Medición o evaluación después de la intervención (post-test)

#### **3.3. Hipótesis**

Hi: El uso de la arteterapia beneficia la salud del adulto mayor inscritos en la Sociedad de Beneficencia de Tumbes 2024.

Ho: El uso de la arteterapia no beneficia la salud del adulto mayor inscritos en la Sociedad de Beneficencia de Tumbes 2024.

### **3.4. Población, Muestra y Muestreo**

La población estuvo conformada por 60 adultos mayores que están inscritos en la Sociedad de Beneficencia de Tumbes, según los registros proporcionados hasta la fecha (14 – oct – 2024). Esta población se divide en 35 hombres y 25 mujeres, todos ellos con edades comprendidas entre los 65 y 80 años. La muestra estuvo compuesta por 40 adultos mayores que cumplieron con los criterios de inclusión y exclusión, utilizando un muestreo no probabilístico.

#### **3.4.1. Criterios de inclusión**

- Adultos mayores de edad inscritos en la beneficencia de Tumbes.
- Adultos mayores de edad entre las edades de 65 a 80 años.
- Adultos mayores de edad de los géneros masculino y femenino.
- Adultos mayores de edad que desearon participar de las sesiones de arteterapia.
- Adultos mayores de edad que brindaron su consentimiento informado para contestar el instrumento.
- Adultos mayores de edad que no presentaron condiciones médicas graves que impidan la participación en las sesiones de arteterapia.
- Adultos mayores que acudieron al 70% o más de las sesiones de arteterapia.

#### **3.4.2. Criterios de exclusión**

- Adultos mayores de edad que no estuvieron inscritos en la beneficencia de Tumbes.
- Adultos menores de 65 años y mayores de 80 años.
- Adultos mayores de edad que no desearon participar de las sesiones de arteterapia.
- Adultos mayores de edad que a pesar de participar en las sesiones de arteterapia no brindaron su consentimiento informado para contestar el instrumento.
- Adultos mayores de edad que presentaron condiciones médicas graves que impidan la participación en las sesiones de arteterapia.
- Adultos mayores que faltaron al 40% o más de las sesiones de arteterapia.

### **3.5. Técnicas de Recolección de Datos**

#### **3.5.1. Técnica**

Se utilizó la encuesta como técnica para el recojo de la información requerida.

#### **3.5.2. Instrumento**

Como instrumento se elaboró una ficha de recolección de datos (anexo 5) con 24 ítems: los ítems 1 al 9 evaluaron salud física, del 10 al 18, salud mental, y del 19 al 24, salud cognitiva. Cada ítem usó una escala Nominal de si (1) y no (0). Para el diseño de estuvo basado en la Teoría del envejecimiento activo de la OMS

#### **3.5.3. Validación y confiabilidad**

Esta ficha de recolección de datos fue validada con 3 expertos profesionales en el área de enfermería, los cuales analizaron y evaluaron detalladamente el instrumento para tener seguridad en la calidad y relación con el estudio. Dichos expertos aprobaron el instrumento para su aplicación (anexo 3) Además, se usó la prueba de confiabilidad de KR 20 para asegurar la confiabilidad del instrumento, para esto se realizó una prueba piloto a 10 adultos mayores. En donde se obtuvo que el instrumento presenta una confiabilidad de 0.88 calificándose como un instrumento con buena confiabilidad (anexo 4).

#### **3.5.4. Procedimiento de recolección de datos**

Comenzó con la presentación de la propuesta de sesiones de arteterapia a la dirección de la Sociedad de Beneficencia de Tumbes para obtener los permisos necesarios (Anexo 8). Con los permisos y aprobaciones en mano, se organizó una charla inductiva para los adultos mayores participantes (Anexo 9). Durante esta sesión, se explicó en detalle el propósito de la investigación, los beneficios esperados, y el proceso de las sesiones de arteterapia. Se les proporcionó información sobre la confidencialidad de sus datos y se les solicitó su consentimiento informado para participar en el estudio.

Antes de comenzar las sesiones de arteterapia, se aplicó una ficha de recolección de datos (Anexo 5) a todos los participantes que acepten participar en el estudio. Esta ficha, compuesta por 24 ítems, evaluó las dimensiones de salud mental, física y cognitiva utilizando una escala Nominal de si (1) y no (0). Los ítems del 1 al 9 midieron la salud física, del 10 al 18 midieron la salud mental, y del 19 al 24 midieron la salud cognitiva. Luego se aplicaron 10 sesiones de arteterapia con una

frecuencia de tres veces por semana, cada una con una duración de 2 horas, durante un periodo de 3 semanas. Estas sesiones estuvieron organizadas en cinco grupos: música, danza, teatro, pintura y artes plásticas (Anexo 7). Cada grupo contó con dos sesiones específicas diseñadas para facilitar la expresión emocional y la mejora del bienestar general (anexo 12).

En el grupo de música, se realizaron sesiones de musicoterapia y karaoke. En las sesiones de danzaterapia y danza con globos del grupo de danza, los participantes expresaron sus emociones a través del movimiento. El grupo de teatro incluyó dramatizaciones y representaciones teatrales, mientras que, en el grupo de pintura, se llevaron a cabo actividades de dactilopintura y colorear. Finalmente, el grupo de artes plásticas se ofrecieron sesiones de modelado y bolitas de ilusión. Después de completar las 10 sesiones de arteterapia a lo largo de las 5 semanas, se volvió a aplicar la misma ficha de recolección de datos inicial a todos los participantes. Esto permitió evaluar los cambios y beneficios obtenidos a través de las sesiones de arteterapia, comparando los resultados antes y después de la intervención.

### **3.6. Análisis de Interpretación de Resultados**

Luego de obtener los resultados, estos fueron procesados en el software Microsoft Excel para su clasificación. Estos datos se clasificaron en tablas y gráficos estadísticos enfocados en los objetivos. Se aplicó la estadística descriptiva para el análisis e interpretación de los resultados. Para dar respuesta a la hipótesis, se utilizaron pruebas de comparación de medias como la prueba de Wilcoxon debido a que los datos no siguen una distribución normal, el cual se obtuvo con la prueba de Shapiro-Will.

### **3.7. Consideraciones Éticas**

Esta investigación siguió el código de ética del investigador, que se detallan en la Resolución N° 0301-2018/UNTUMBES-CU (59), concentrándonos en los principios de protección de la persona, consentimiento informado y expreso, difusión de los resultados de la investigación y responsabilidad.

## IV. RESULTADOS Y DISCUSION

### 4.1. Resultados

Tabla 1. Evaluación de los beneficios de la arteterapia en la salud del adulto mayor de la Sociedad de Beneficencia de Tumbes.

		Pretest		Postest	
		N	%	N	%
Salud del adulto mayor	Buena	9	22.5	24	60.0
	Regular	12	30.0	15	37.5
	Mala	19	47.5	1	2.5
	Total	40	100.0	40	100.0
Prueba de Wilcoxon		Estadístico		Significancia	
		-3.255		0.001	

Nota: Elaboración propia con datos de la ficha de evaluación.

Los adultos mayores antes de las sesiones de arteterapia en el pretest, se encontró que el 47.5% de los adultos mayores presentaban una salud mala, el 30.0% una salud regular y solo el 22.5% alcanzaba una salud buena. Sin embargo, después de las sesiones de arteterapia, en el postest, se observó una mejora significativa: el 60.0% lograron una salud buena, el 37.5% alcanzaron una salud regular y solo el 2.5% de los adultos mayores mantenían una salud mala. El análisis estadístico mediante la prueba de Wilcoxon arrojó un valor del estadístico de -3.255, con un nivel de significancia  $p = 0.001$ , indicando un resultado estadísticamente significativo, lo que nos permite mencionar que las sesiones de arteterapia benefician a la salud del adulto mayor.

*Tabla 2. Identificación los beneficios de la arteterapia en la salud física del adulto mayor de la Sociedad de Beneficencia de Tumbes.*

			Pretest		Postest	
			N	%	N	%
Salud física del adulto mayor		Buena	11	27.5	22	55.0
		Regular	8	20.0	16	40.0
		Mala	21	52.5	2	5.0
		Total	40	100.0	40	100.0
Prueba de Wilcoxon			Estadístico		Significancia	
			-3.748		0.008	

Nota: Elaboración propia con datos de la ficha de evaluación.

Los adultos mayores antes de las sesiones de arteterapia en el pretest, se encontró que el 52.5% de los adultos mayores presentaban una salud física mala, el 20.0% una salud regular y el 27.5% alcanzaba una salud buena. Después de las sesiones de arteterapia, en el postest, se observó una mejora notable: el 55.0% alcanzaron una salud buena, el 40.0% lograron una salud regular, y solo el 5.0% de los adultos mayores mantenían una salud física mala. El análisis estadístico mediante la prueba de Wilcoxon evidencia mejoras significativas en la salud del adulto mayor. Se obtuvo un valor del estadístico Z de -3.748, con un nivel de significancia de  $p = 0.008$ , lo que refleja un impacto positivo en la salud física.

*Tabla 3. Identificación los beneficios de la arteterapia en la salud mental del adulto mayor de la Sociedad de Beneficencia de Tumbes*

			Pretest		Postest	
			N	%	N	%
Salud del mayor	mental adulto	Buena	13	32.5	27	67.5
		Regular	8	20.0	12	30.0
		Mala	19	47.5	1	2.5
		Total	40	100.0	40	100.0
Prueba de Wilcoxon			Estadístico		Significancia	
			-3.660		0.007	

Nota: Elaboración propia con datos de la ficha de evaluación.

Los adultos mayores antes de las sesiones de arteterapia en el pretest, se encontró que el 47.5% de los adultos mayores presentaban una salud mental mala, el 20.0% una salud regular y el 32.5% alcanzaba una salud buena. Después de las sesiones de arteterapia, en el postest, se observó una mejora notable: el 67.5% alcanzaron una salud buena, el 30.0% lograron una salud regular, y solo el 2.5% de los adultos mayores mantenían una salud mental mala. Asimismo, se identificó un beneficio significativo en el bienestar mental, con un estadístico Z de -3.660 y un nivel de significancia de  $p = 0.007$ , destacando el beneficio de las sesiones de arteterapia en la salud mental.

*Tabla 4. Identificación los beneficios de la arteterapia en la salud cognitiva del adulto mayor de la Sociedad de Beneficencia de Tumbes.*

		Pretest		Postest	
		N	%	N	%
Salud cognitiva del adulto mayor	Buena	2	15,4	10	84,6
	Regular	7	61,5	2	15,4
	Mala	3	23,1	0	0
	Total	12	100,0	12	100,0
Prueba de Wilcoxon		Estadístico		Significancia	
		-3.187		0.002	

Nota: Elaboración propia con datos de la ficha de evaluación.

Los adultos mayores antes de las sesiones de arteterapia en el pretest, se encontró que el 23.1% de los adultos mayores presentaban una salud cognitiva mala, el 61.5% una salud regular y el 15.4% alcanzaba una salud buena. Después de las sesiones de arteterapia, en el postest, se observó una mejora notable: el 84.6% alcanzaron una salud buena, el 15.4% lograron una salud regular, y ningún adultos mayores mantenían una salud cognitiva mala. Asimismo, los resultados mostraron un estadístico Z de -3.187, con un nivel de significancia de  $p = 0.002$ , lo que confirma mejoras en la salud cognitiva de los adultos mayores.

## 4.2. Discusión

Respecto a la salud general de los adultos mayores, los resultados de la tabla 1 muestran que, en el pretest, el 47.5% de los participantes reportaron tener una salud mala. Sin embargo, después de la aplicación de las sesiones de arteterapia, la salud de los participantes mejoró notablemente, alcanzando un 60% con una salud calificada como buena. Para evaluar esta diferencia, se utilizó la prueba estadística de Wilcoxon, que arrojó un estadístico de -3.255 y una significancia de 0.001, lo que indica que la mejora es estadísticamente significativa. Esto respalda la hipótesis de que las sesiones de arteterapia tienen un impacto positivo en la mejora de la salud de los adultos mayores.

En un estudio similar realizado por Illescas (19) en Ecuador, la mayoría de los participantes también reportaron una mejora en su calidad de vida tras las sesiones de arteterapia. Este hallazgo es comparable a los resultados obtenidos en este estudio, donde un 60% de los adultos mayores en la Sociedad de Beneficencia de Tumbes alcanzaron una calificación de salud buena en el postest. Este paralelismo refuerza la idea de que la arteterapia tiene un impacto positivo en la salud general y el bienestar de los adultos mayores, mejorando su salud física, mental y cognitiva.

Respecto a la salud física de los adultos mayores, los resultados presentados en la tabla 2 indican una mejora significativa tras la aplicación de las sesiones de arteterapia. En el pretest, el 52.5% de los participantes reportaron una salud física considerada mala, mientras que, después de las sesiones de arteterapia, el 55% alcanzó una calificación de salud buena. Para validar esta mejora, se aplicó la prueba estadística de Wilcoxon, que obtuvo un estadístico de -3.748 con una significancia de 0.008. Este resultado indica que la diferencia entre el pretest y el postest es estadísticamente significativa, lo que confirma que las sesiones de arteterapia tuvieron un impacto positivo en la salud física de los adultos mayores, mejorando aspectos clave como la movilidad, fuerza y coordinación.

Al comparar estos resultados con investigaciones previas, como la de Villamar y Pérez (24) realizada en Puno, se observa que los hallazgos de este estudio coinciden con los de investigaciones anteriores que han demostrado los beneficios de las actividades artísticas, particularmente la danza, en la mejora de la salud física de los adultos mayores. En su investigación encontraron que las actividades

artísticas, como la danza, no solo mejoran la coordinación motora, sino que también tienen efectos positivos sobre la reducción del estrés físico. De manera similar, los resultados de este estudio sugieren que las actividades realizadas durante las sesiones de arteterapia, como la danza contribuyeron a mejorar la motricidad fina, la flexibilidad y la coordinación de los participantes.

Respecto a la salud mental de los adultos mayores, los resultados presentados en la tabla 3 indican una mejora significativa tras la aplicación de las sesiones de arteterapia. En el pretest, el 47.5% de los participantes reportaron tener una salud mental considerada mala, mientras que, después de las sesiones de arteterapia, el 67.5% mejoró a una calificación de salud mental buena. Para validar esta mejora, se aplicó la prueba estadística de Wilcoxon, que obtuvo un estadístico de -3.660 con una significancia de 0.007, lo que indica que la diferencia entre el pretest y el posttest es estadísticamente significativa. Este resultado confirma que las sesiones de arteterapia tuvieron un impacto positivo en la salud mental de los adultos mayores, promoviendo una reducción en los niveles de estrés, ansiedad y síntomas depresivos.

Estos hallazgos son congruentes con las conclusiones de Carrero y Chávez (25) realizada en Moyobamba, quienes encontraron que las artes expresivas tienen un impacto significativo en la reducción de los niveles de depresión y ansiedad en los adultos mayores. De manera similar, los resultados obtenidos en este estudio refuerzan la idea de que la arteterapia, al facilitar la expresión emocional y la comunicación no verbal a través de actividades artísticas como la pintura, el teatro y la música, puede ser una herramienta eficaz para mejorar el bienestar emocional y psicológico de los participantes.

Respecto a la salud cognitiva de los adultos mayores, los resultados presentados en la tabla 4 evidencian una mejora significativa tras la aplicación de las sesiones de arteterapia. En el pretest, un 61.5% de los participantes reportaron tener una salud cognitiva regular, mientras que, después de las sesiones de arteterapia, un 84.6% mejoró a una calificación de salud cognitiva buena. Para validar esta mejora, se aplicó la prueba estadística de Wilcoxon, que arrojó un estadístico de -3.187 con una significancia de 0.002, lo que indica que la diferencia entre el pretest y el posttest es estadísticamente significativa. Este resultado confirma que las sesiones de

arteterapia tuvieron un impacto positivo en la salud cognitiva de los adultos mayores, promoviendo mejoras en la memoria, la atención y otras funciones cognitivas clave.

Estos hallazgos coinciden con los obtenidos por Herrera y Lajo (23) realizada en Arequipa, quienes investigaron el efecto de la arteterapia en adultos mayores en fase preclínica de demencia. Su estudio también mostró mejoras en las funciones cognitivas, incluida la memoria, en respuesta a la intervención con arteterapia. Los resultados de este estudio refuerzan la idea de que la arteterapia es una intervención eficaz para promover la salud cognitiva en adultos mayores, especialmente en áreas cruciales como la memoria, que se ve afectada con el envejecimiento.

En este estudio, se observó una mejora en diversos aspectos de la salud física, mental y cognitiva de los adultos mayores, lo que respalda la teoría del envejecimiento activo de la OMS. Este enfoque integral sugiere que el envejecimiento saludable se logra a través de la promoción de la salud física, la participación en actividades sociales y el apoyo emocional, áreas en las que la arteterapia ha mostrado ser eficaz. La arteterapia fomenta no solo la expresión artística, sino también la participación activa, lo que mejora la calidad de vida de los adultos mayores, previniendo el aislamiento y el deterioro funcional (19).

A nivel local, la investigación de Galvez y Rugel (27), realizada en Tumbes, también encontró que las terapias recreativas, aunque centradas en actividades lúdicas y no exclusivamente artísticas, tenían un efecto positivo en la autoestima de los adultos mayores. Si bien este estudio no se centró en arteterapia, sus resultados coinciden con la mejora en la salud emocional y el bienestar general observados en este estudio, lo que sugiere que las terapias basadas en actividades creativas pueden generar beneficios similares en la autoestima y el bienestar general de los adultos mayores en la región.

## V. CONCLUSIONES

1. Los resultados obtenidos en el pretest y postest muestran que las sesiones de arteterapia tuvieron un impacto positivo en la salud general de los adultos mayores. En el pretest, el 47.5% presentó una salud mala, mientras que después de las sesiones, el 60% mejoró a una salud buena. La prueba estadística de Wilcoxon (estadístico = -3.255,  $p = 0.001$ ) confirma una diferencia significativa entre ambas evaluaciones.
2. La salud física de los adultos mayores, en el pretest, el 52.5% de los participantes reportaron una salud física mala, y después de las sesiones de arteterapia, el 55% mejoró a buena. La prueba de Wilcoxon (estadístico = -3.748,  $p = 0.008$ ) reveló una diferencia significativa.
3. En cuanto a la salud mental, en el pretest, el 47.5% de los adultos mayores reportaron una salud mental mala, pero después de la intervención con arteterapia, el 67.5% mejoró a buena. Los resultados de la prueba estadística de Wilcoxon (estadístico = -3.660,  $p = 0.007$ ) muestran una diferencia significativa.
4. En cuanto a la salud cognitiva, en el pretest, el 61.5% de los participantes presentaron una salud cognitiva regular, mientras que en el postest, el 84.6% mejoró a buena. La prueba de Wilcoxon (estadístico = -3.187,  $p = 0.002$ ) evidenció una diferencia significativa.

## **VI. RECOMENDACIONES**

1. Se recomienda que la Sociedad de Beneficencia de Tumbes continúe implementando programas regulares de arteterapia que incluyan actividades diversas como musicoterapia, danza y teatro. Estas prácticas deben formar parte de la rutina diaria de los adultos mayores bajo su cuidado, con el fin de mantener y mejorar su bienestar físico, mental y emocional a largo plazo.
2. Se recomienda a la Sociedad de Beneficencia de Tumbes ampliar las sesiones de danzaterapia y danza con globos, adaptándolas a las capacidades físicas de los adultos mayores. Estas actividades no solo mejoran la salud física, sino que también favorecen la expresión emocional a través del movimiento, lo que contribuye al bienestar integral de los participantes.
3. Se recomienda que la Sociedad de Beneficencia de Tumbes refuerce las actividades de dramatización y teatro, ya que permiten a los adultos mayores recrear momentos significativos de sus vidas, favoreciendo la expresión emocional y la interacción social. Aumentar la frecuencia de estas sesiones fortalecería la salud mental de los participantes, brindándoles más oportunidades de expresión y conexión.
4. Se recomienda a la Sociedad de Beneficencia de Tumbes fomentar actividades de pintura y artes plásticas, como la dactilopintura y el coloreado, que estimulan la creatividad y la concentración de los adultos mayores. Incluir estas actividades de manera regular en los programas contribuiría a mejorar la coordinación, la destreza y la salud cognitiva de los participantes.

## VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organización Mundial de la Salud [Internet]. 2022 [cited 2024 Jan 8]. Envejecimiento y salud . Available from: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>
2. Rodríguez García RM del C, Lazcano Botello GA. Práctica de Geriátría [Internet]. 3rd ed. Medina H, Hernández M, editors. México: Mc Graw Hill Interamericana; 2011 [cited 2024 Jun 20]. 46. Available from: <https://booksmedicos.org/practica-de-la-geriatria-3a-edicion/>
3. Hernández Vergel VK, Solano Pinto N, Ramírez Leal P. Entorno social y bienestar emocional en el adulto mayor. *Revista Venezolana de Gerencia*. 2021 Jul 17;26(95):530–43.
4. Organización Mundial de la Salud [Internet]. 2023 [cited 2024 Jun 20]. Salud mental de los adultos mayores. Available from: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-of-older-adults>
5. Tito Villalobos KR. Satisfacción con la vida en adultos mayores en función a sus condiciones sociodemográficas y participación de un Centro Integral del Adulto Mayor - CIAM en un distrito de Lima Metropolitana [Internet] [Tesis para optar el grado de Licenciado en Psicología ]. [Lima - Perú]: Universidad Privada del Norte; 2021 [cited 2024 Jun 20]. Available from: <https://hdl.handle.net/11537/27843>
6. Cambero Rivero S, Baigorri Agoiz A. Envejecimiento activo y ciudadanía senior. *Empiria Revista de metodología de ciencias sociales*. 2019 May 7;(43).
7. Alvarado García AM, Salazar Maya ÁM. Análisis del concepto de envejecimiento. *Gerokomos*. 2014 Jun;25(2):57–62.

8. 69.a Asamblea Mundial de la Salud. Acción multisectorial para un envejecimiento saludable basado en el ciclo de vida: proyecto de estrategia y plan de acción mundiales sobre el envejecimiento y la salud . 2016.
9. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Situación de la Población Adulta Mayor [Internet]. Lima; 2022 Sep [cited 2024 Jun 20]. Available from: <https://m.inei.gov.pe/media/MenuRecursivo/boletines/03-informe-tecnico-poblacion-adulta-mayor-abr-may-jun-2022.pdf>
10. Valenzuela MT, Rodríguez C, Pérez I, Sarmiento L, Martín PS. Intervención multidimensional preventiva de dependencia de personas mayores del centro integral para el envejecimiento feliz. *Revista Médica Clínica Las Condes*. 2021 Jul;32(4):466–73.
11. Rowe JW, Kahn RL. Successful Aging 2.0: Conceptual Expansions for the 21st Century. *J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci*. 2015 Jul;70(4):593–6.
12. Seah B, Kowitlawakul Y, Jiang Y, Ang E, Chokkanathan S, Wang W. A review on healthy ageing interventions addressing physical, mental and social health of independent community-dwelling older adults. *Geriatr Nurs (Minneap)*. 2019 Jan;40(1):37–50.
13. Kaimal G, Arslanbek A. Indigenous and Traditional Visual Artistic Practices: Implications for Art Therapy Clinical Practice and Research. *Front Psychol*. 2020 Jun 16;11.
14. Albañil-Delgado S, Machain PA, Guerrero-Castañeda RF. Técnicas de arteterapia en casa como cuidado de enfermería para adultos mayores en contingencia por Covid-19. *Cogitare Enfermagem*. 2020 Jul 31;25.
15. Gaibor González IÁ, Illescas Tapia TDL. Arteterapia como estrategia para mejorar la calidad de vida en Adultos mayores [Internet] [Maestría en Psicología Clínica, Mención Psicoterapia]. [Ecuador]: Universidad Técnica de Ambato; 2023 [cited 2024 Jan 2]. Available from: <https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/40265>

16. Daga Salgado N, Díaz Palomino A, Ramos Figueroa M. Arte terapia y la estimulación de la memoria en adultos mayores en países de habla hispan [Internet] [Trabajo de Investigación para optar el grado de bachiller en Psicología]. [Lima]: Universidad Continental ; 2021 [cited 2024 Jun 20]. Available from: <https://hdl.handle.net/20.500.12394/10969>
17. Ruiz Astudillo. Beneficios de la actividad física y recreativa en los adultos mayores que acuden al centro de desarrollo integral de la familia CEDIF – Tumbes, 2019 [Internet]. [Tumbes]: Universidad Nacional de Tumbes ; 2020 [cited 2024 Jun 20]. Available from: <http://hdl.handle.net/123456789/2212>
18. World Health Organization. Active Ageing: A Policy Framework. The Aging Male. 2002 Jan 6;5(1):1–37.
19. Illescas Tapia T. Arteterapia como estrategia para mejorar la calidad de vida en Adultos mayores [Internet] [Tesis para optar el grado de maestra en Psicología Clínica, Mención Psicoterapia]. [Ambato]: Universidad Técnica de Ambato; 2023 [cited 2024 Jun 20]. Available from: <https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/40265>
20. Aramendiz MF, Guerra Cortes SI. Las artes plásticas como sensibilización expresiva y terapéutica. Estímulo de habilidades cognitivas en el adulto mayor [Internet] [Trabajo para obtener el título de Especialista en Arte en los procesos de Aprendizaje]. [Ibagué]: Fundación Universitaria Los Libertadores; [cited 2024 Jun 20]. Available from: <http://hdl.handle.net/11371/5183>
21. Groot B, de Kock L, Liu Y, Dedding C, Schrijver J, Teunissen T, et al. The Value of Active Arts Engagement on Health and Well-Being of Older Adults: A Nation-Wide Participatory Study. *Int J Environ Res Public Health*. 2021 Aug 3;18(15):8222.
22. Monterroso Cordero MM, Tahay Medina CD. Los talleres recreativos como parte de la cotidianidad del adulto mayor, del Hogar para ancianos Cabecitas de Algodón de la Casa No. 1 de la Antigua Guatemala [Internet] [Tesis de pregrado]. [Guatemala]: Universidad de San Carlos de Guatemala; 2019 [cited 2024 Jun 29]. Available from: <http://www.repositorio.usac.edu.gt/13316/>

23. Herrera Arias L, Lajo Alvarez R. Efecto de arteterapia y estimulación cognitiva en adultos mayores en fases preclínicas de demencia [Internet] [Tesis para optar el grado de licenciados en Psicología]. [Arequipa]: Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa; 2021 [cited 2024 Jun 20]. Available from: <http://hdl.handle.net/20.500.12773/13473>
24. Villamar Lazo AM, Perez Perez DG. Efectividad de la danza como intervención terapéutica en el nivel de estrés del adulto mayor de EsSalud Puno. 2021 [Internet] [Tesis de pregrado]. [Puno]: Escuela Superior de Formación Artística Pública de Puno; 2020 [cited 2024 Jun 29]. Available from: <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/3310420>
25. Carrero Clavo M, Chávez Huamaní J. Efecto del programa Artes Expresivas en la depresión de los usuarios del Centro Integral del Adulto Mayor – Moyobamba, 2019 [Internet] [Tesis de pregrado]. [Moyobamba]: Universidad César Vallejo; 2020 [cited 2024 Jun 29]. Available from: <https://hdl.handle.net/20.500.12692/51199>
26. Diezcanseco Mendoza MR. Uso de la música en el ámbito del tratamiento y prevención de la salud mental en adultos mayores en Lima Metropolitana [Internet] [Tesis de pregrado]. [Lima]: Pontificia Universidad Católica del Perú; 2020 [cited 2024 Nov 27]. Available from: <http://hdl.handle.net/20.500.12404/16862>
27. Galvez Dioses BJ, Rugel Oviedo LL. Terapias lúdicas en la mejora de la autoestima del adulto mayor Asociación “Teodora Infante Apolo” Pampa Grande.Tumbes-2018 [Internet] [Tesis de pregrado]. [Tumbes]: Universidad Nacional de Tumbes; 2018 [cited 2024 Jun 29]. Available from: <http://repositorio.untumbes.edu.pe/handle/UNITUMBES/278>
28. Foster L, Walker A. Active Ageing across the Life Course: Towards a Comprehensive Approach to Prevention. *Biomed Res Int.* 2021 Feb 3;2021:1–11.
29. Fries JF. The Theory and Practice of Active Aging. *Curr Gerontol Geriatr Res.* 2012;2012:1–7.

30. Galassi F, Merizzi A, D'Amen B, Santini S. Creativity and art therapies to promote healthy aging: A scoping review. *Front Psychol.* 2022 Sep 26;13.
31. Pike AA. Art Therapy with Older Adults. In: *The Wiley Handbook of Art Therapy.* Wiley; 2015. p. 272–81.
32. Roswiyani R, Kwakkenbos L, Spijker J, Witteman CLM. The Effectiveness of Combining Visual Art Activities and Physical Exercise for Older Adults on Well-Being or Quality of Life and Mood: A Scoping Review. *Journal of Applied Gerontology.* 2019 Dec 21;38(12):1784–804.
33. Vaartio-Rajalin H, Santamäki-Fischer R, Jokisalo P, Fagerström L. Art making and expressive art therapy in adult health and nursing care: A scoping review. *Int J Nurs Sci.* 2021 Jan;8(1):102–19.
34. Liu Z, Yang Z, Osmani M. The Relationship between Sustainable Built Environment, Art Therapy and Therapeutic Design in Promoting Health and Well-Being. *Int J Environ Res Public Health.* 2021 Oct 17;18(20):10906.
35. Villafrádez Abello H. Integración comunitaria a partir del Arteterapia en un entorno para adultos mayores en calidad de desplazamiento forzado por la violencia: Los colores hablan. [Internet] [Tesis para optar el grado de maestro en Psicología Comunitaria]. [Colombia]: Universidad Nacional Abierta y a Distancia; 2021 [cited 2024 Jun 20]. Available from: <https://repository.unad.edu.co/handle/10596/41971>
36. Hernández Y, Rodríguez A. El envejecimiento activo en personas mayores [Internet] [Tesis para optar el grado de maestra en Trabajo Social con orientación en Proyectos Sociales]. [España]: Universidad de La Laguna; 2021 [cited 2024 Jun 20]. Available from: <http://riull.ull.es/xmlui/handle/915/24670>
37. Gálvez Dioses B, Rugel Oviedo L. Terapias lúdicas en la mejora de la autoestima del adulto mayor asociación “Teodora Infante Apolo” Pampa Grande. Tumbes-2018 [Internet] [Tesis para optar el Título Profesional de Licenciados en Enfermería]. [Tumbes]: Universidad Nacional de Tumbes ; 2029 [cited 2024 Jun 20]. Available from: <http://repositorio.untumbes.edu.pe/handle/UNITUMBES/278>

38. Vannini P, Gagliardi GP, Kuppe M, Dossett ML, Donovan NJ, Gatchel JR, et al. Stress, resilience, and coping strategies in a sample of community-dwelling older adults during COVID-19. *J Psychiatr Res.* 2021 Jun;138:176–85.
39. Chen C, Luo W, Kang N, Li H, Yang X, Xia Y. Study on the Impact of Residential Outdoor Environments on Mood in the Elderly in Guangzhou, China. *Sustainability.* 2020 May 11;12(9):3933.
40. Díaz R. Flexibilidad en adultos mayores por medio de la danza aeróbica [Internet] [Tesis para optar el grado de licenciado en Ciencias del Deporte]. [Colombia]: Universidad del Valle; 2013 [cited 2024 Jun 20]. Available from: <https://hdl.handle.net/10893/4820>
41. Chisica Rodríguez B, Segura Quintero D. Análisis de la fuerza y flexibilidad en extremidades superiores e inferiores en hombres adultos mayores de 60 a 95 años [Internet] [Tesis para optar el grado de bachiller en Entrenamiento Deportivo]. [Colombia]: Fundación Universitaria del Área Andina; 2022 [cited 2024 Jun 20]. Available from: <https://digitk.areandina.edu.co/handle/areandina/4732>
42. Johnson J, Rodriguez MA, Al Snih S. Life-Space Mobility in the Elderly: Current Perspectives. *Clin Interv Aging.* 2020 Sep;Volume 15:1665–74.
43. Frolov NS, Pitsik EN, Maksimenko VA, Grubov V V., Kiselev AR, Wang Z, et al. Age-related slowing down in the motor initiation in elderly adults. *PLoS One.* 2020 Sep 16;15(9):e0233942.
44. Elfira E, Nurbaiti N, Tumanggor RD. Effect of Progressive Muscle Relaxation on The Functional Status of The Elderly in The Integrated Services Unit of The Elderly Binjai. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta.* 2020 May 31;7(2):126.
45. Aldas-Vargas CA, Chara-Plua NJ, Guerrero-Pluas PJ, Flores-Peña R. Actividad física en el adulto mayor. 2021 Oct;7(5):64–77. Available from: <http://dominiodelasciencias.com/ojs/index.php/es/index>
46. Ito S, Nakashima H, Machino M, Segi N, Ishizuka S, Takegami Y, et al. Comparison of the Relationship between Visual Acuity and Motor Function in Non-Elderly and Elderly Adults. *J Clin Med.* 2023 Mar 3;12(5):2008.

47. Flöel A, Witte AV, Lohmann H, Wersching H, Ringelstein EB, Berger K, et al. Lifestyle and Memory in the Elderly. *Neuroepidemiology*. 2008;31(1):39–47.
48. Barbosa A, Garzón S. Revisión bibliográfica en idioma español sobre el arteterapia como herramienta psicoterapéutica. *Informes Psicológicos* [Internet]. 2020 [cited 2024 Jun 20];20(2):55–65. Available from: <http://dx.doi.org/10.18566/infpsic.v20n2a>
49. Organización Mundial de la Salud [Internet]. [cited 2024 Jun 20]. Salud+Arte: proteger la salud y el bienestar, mediante el arte. Available from: <https://www.paho.org/es/saludarte-protoger-salud-bienestar-mediante-arte>
50. Dumas M, Aranguren M. Beneficios del arteterapia sobre la salud mental. In: V Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XX Jornadas de Investigación Noveno Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR [Internet]. Buenos Aires: Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires; 2013 [cited 2024 Jun 20]. Available from: <https://www.academica.org/000-054/212.pdf>
51. Urbina Salamanca N, Villa Martínez A. Propuesta didáctica en artes plásticas y expresión corporal para fomentar el bienestar humano desde la pedagogía afectiva en adultos mayores [Internet] [Tesis para optar el grado de licenciado en Educación Básica con énfasis en Educación Artística]. [Colombia]: Corporación Universitaria Minuto de Dios; 208AD [cited 2024 Jun 20]. Available from: <https://hdl.handle.net/10656/7457>
52. Motos Teruel T, Benlliure V. Beneficios de hacer teatro en el desarrollo positivo en adolescentes de Valencia. *Revista de investigación en educación* [Internet]. 2018 [cited 2024 Jun 20];16(1):34–50. Available from: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6541917>
53. Arreola Rodríguez K. Fortalecimiento de integración social y grupal del adulto mayor desde un modelo de atención centrado en la persona [Internet] [Tesis para optar el grado de maestra en Trabajo Social con orientación en Proyectos Sociales]. [México]: Universidad Autónoma de Nuevo León; 2017 [cited 2024 Jun 20]. Available from: <http://eprints.uanl.mx/id/eprint/25382>

54. Mora Cárdenas B. Programa basado en arteterapia para disminuir la depresión en los adultos mayores en contexto de pandemia COVID-19, Moyobamba 2021: Estudio descriptivo – propositivo [Internet] [Tesis para optar el grado de maestra en Intervención Psicológica]. [Trujillo]: Universidad Cesar Vallejo; 2022 [cited 2024 Jun 20]. Available from: <https://hdl.handle.net/20.500.12692/91182>
55. Jiménez J, Bräuninger I, Meekums B. Dance movement therapy with older people with a psychiatric condition: A systematic review. *Arts Psychother.* 2019 Apr;63:118–27.
56. Sezaki S, Bloomgarden J. Home-based Art Therapy for Older Adults. *Art Therapy.* 2000 Jan;17(4):283–90.
57. Keisari S, Yaniv D, Palgi Y, Gesser-Edelsburg A. Conducting playback theatre with older adults—A therapist’s perspective. *Arts Psychother.* 2018 Sep;60:72–81.
58. Johnson CM, Sullivan-Marx EM. Art Therapy: Using the Creative Process for Healing and Hope Among African American Older Adults. *Geriatr Nurs (Minneap).* 2006 Sep;27(5):309–16.
59. Universidad Nacional de Tumbes. Código de ética del investigador. Tumbes; 2018.

## ANEXOS

### Anexo 1. Consentimiento informado

#### CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo ....., identificado (a) con DNI N° ....., mediante el presente documento acepto participar en el proyecto de investigación titulado **Beneficios de la arteterapia en la salud del adulto mayor inscritos en la Sociedad de Beneficencia de Tumbes 2024**, realizado por Br. Kimberlin Silva y Br Shirley Zarate, mediante una encuesta con una duración aproximada de 10 minutos, siendo conocer que esta información fue usada únicamente por el autor en base de confidencialidad.

Por tal motivo, acepto participar voluntariamente de la investigación de la cual se me ha indicado es absolutamente confidencial. Para mayor conformidad es que firmo el presente documento.

\_\_\_\_\_  
*Nombres y Apellidos:* .....

*DNI:* .....

Anexo 2. Instrumento de validación

**INSTRUMENTO DE VALIDACIÓN**

Proyecto de tesis: Beneficios de la arteterapia en la salud del adulto mayor inscritos en la Sociedad de Beneficencia de Tumbes 2024.

Criterios	Definición	Excelente	Muy bueno	Bueno	Regular	Deficiente
Claridad y precisión	Las preguntas están redactadas en forma clara y precisa.					
Coherencia	Las preguntas guardan relación con la hipótesis.					
Organización	La estructura es adecuada.					
Validez	Las preguntas han sido redactadas teniendo en cuenta validez de contenido y criterio					
Orden	Las preguntas han sido redactadas usando la técnica de lo general a lo particular					
Marco de referencia	Las preguntas han sido redactadas de acuerdo con el marco de referencia					
Extensión	El número de preguntas no es excesivo y está en relación a las variables					

Marque con una X la opción general de los ítems de la encuesta

Observaciones

--

Marque con una X la opción general de los ítems

Aprobado	
Desaprobado	

Validador :

Profesión :

Lugar de trabajo :

Cargo que desempeña :

Fecha :

### Anexo 3. Validación por juicio de expertos

#### Instrumento de validación

Proyecto de tesis: Beneficios de la arteterapia en la salud del adulto mayor inscritos en la Sociedad de Beneficencia de Tumbes 2024.

Criterios	Definición	Excelente	Muy bueno	Bueno	Regular	Deficiente
Claridad y precisión	Las preguntas están redactadas en forma clara y precisa.		/			
Coherencia	Las preguntas guardan relación con la hipótesis.		/			
Organización	La estructura es adecuada.		/			
Validez	Las preguntas han sido redactadas teniendo en cuenta validez de contenido y criterio		/			
Orden	Las preguntas han sido redactadas usando la técnica de lo general a lo particular		/			
Marco de referencia	Las preguntas han sido redactadas de acuerdo con el marco de referencia		/			
Extensión	El número de preguntas no es excesivo y está en relación a las variables		/			

Marque con una X la opción general de los ítems de la encuesta

Observaciones

Marque con una X la opción general de los ítems

Aprobado	X
Desaprobado	

Nombre : Jessyca Gamosa Niño  
Profesión : Enfermera  
Grado académico : Licenciada  
Lugar de trabajo : Centro de salud - Zaromilla  
Cargo que desempeña : Coordinadora del Programa Adulto Mayor  
Fecha : 10/07/24



Jessyca Gamosa Niño  
LIC. EN ENFERMERÍA  
C.E.P. 4150

Firma

### Instrumento de validación

Proyecto de tesis: Beneficios de la arteterapia en la salud del adulto mayor inscritos en la Sociedad de Beneficencia de Tumbes 2024.

Criterios	Definición	Excelente	Muy bueno	Bueno	Regular	Deficiente
Claridad y precisión	Las preguntas están redactadas en forma clara y precisa.		✓			
Coherencia	Las preguntas guardan relación con la hipótesis.		✓			
Organización	La estructura es adecuada.		✓			
Validez	Las preguntas han sido redactadas teniendo en cuenta validez de contenido y criterio		✓			
Orden	Las preguntas han sido redactadas usando la técnica de lo general a lo particular		✓			
Marco de referencia	Las preguntas han sido redactadas de acuerdo con el marco de referencia		✓			
Extensión	El número de preguntas no es excesivo y está en relación a las variables		✓			

Marque con una X la opción general de los ítems de la encuesta

Observaciones

### Instrumento de validación

Proyecto de tesis: Beneficios de la arteterapia en la salud del adulto mayor inscritos en la Sociedad de Beneficencia de Tumbes 2024.

Criterios	Definición	Excelente	Muy bueno	Bueno	Regular	Deficiente
Claridad y precisión	Las preguntas están redactadas en forma clara y precisa.		/			
Coherencia	Las preguntas guardan relación con la hipótesis.		/			
Organización	La estructura es adecuada.		/			
Validez	Las preguntas han sido redactadas teniendo en cuenta validez de contenido y criterio		/			
Orden	Las preguntas han sido redactadas usando la técnica de lo general a lo particular		/			
Marco de referencia	Las preguntas han sido redactadas de acuerdo con el marco de referencia		/			
Extensión	El número de preguntas no es excesivo y está en relación a las variables		/			

Marque con una X la opción general de los ítems de la encuesta

Observaciones

Marque con una X la opción general de los ítems

Aprobado	X
Desaprobado	

Nombre : *Julia E. Marín Vega*  
Profesión : *Enfermera*  
Grado académico : *Doctora*  
Lugar de trabajo : *Universidad Nacional de Temuco*  
Cargo que desempeña : *Docente*  
Fecha : *27.06-24*



Firma

### Instrumento de validación

Proyecto de tesis: Beneficios de la arteterapia en la salud del adulto mayor inscritos en la Sociedad de Beneficencia de Tumbes 2024.

Criterios	Definición	Excelente	Muy bueno	Bueno	Regular	Deficiente
Claridad y precisión	Las preguntas están redactadas en forma clara y precisa.		/			
Coherencia	Las preguntas guardan relación con la hipótesis.		/			
Organización	La estructura es adecuada.		/			
Validez	Las preguntas han sido redactadas teniendo en cuenta validez de contenido y criterio		/			
Orden	Las preguntas han sido redactadas usando la técnica de lo general a lo particular		/			
Marco de referencia	Las preguntas han sido redactadas de acuerdo con el marco de referencia		/			
Extensión	El número de preguntas no es excesivo y está en relación a las variables		/			

Marque con una X la opción general de los ítems de la encuesta

Observaciones

Observaciones

NINGUNO.

Marque con una X la opción general de los ítems

Aprobado	X
Desaprobado	—

Validador : JULIANA TORRES ORTIZ.  
Profesión : LIC. EN ENFERMERIA.  
Lugar de trabajo : HOSPITAL "CARLOS COSTA JIMENEZ  
UNIDAD ADULTO-ADULTO MAYOR" - TUMBES  
Cargo que desempeña : ENFERMERA RESIDENTE  
Fecha : 23-9-24.

  
-----  
Mg/Luz M. Torres Ortiz  
LIC. ENFERMERIA  
RED ASISTENCIAL TUMBES  
EsSalud

Anexo 4. Prueba piloto y prueba de confiabilidad

PREGUNTAS																										
Individuos	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	P23	P24		
1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	12
2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24
3	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	10
4	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	23
5	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20
6	1	0	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	16
7	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	12
8	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0	17
9	0	0	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	0	0	1	14
10	0	0	1	0	0	0	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	9
11	1	0	0	0	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	0	1	0	14
12	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	9
13	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	0	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	13
14	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	12
15	1	0	0	0	1	1	0	1	0	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0	10
<b>Totales</b>	10	7	8	9	6	9	5	12	9	15	11	11	12	9	9	9	8	6	8	9	8	9	5	11		
p	0.67	0.47	0.53	0.60	0.40	0.60	0.33	0.80	0.60	1.00	0.73	0.73	0.80	0.60	0.60	0.60	0.53	0.40	0.53	0.60	0.53	0.60	0.33	0.73		
q	0.33	0.53	0.47	0.40	0.60	0.40	0.67	0.20	0.40	0.00	0.27	0.27	0.20	0.40	0.40	0.40	0.47	0.60	0.47	0.40	0.47	0.40	0.67	0.27		
p*q	0.22	0.25	0.25	0.24	0.24	0.24	0.22	0.16	0.24	0.00	0.20	0.20	0.16	0.24	0.24	0.24	0.25	0.24	0.25	0.24	0.25	0.24	0.22	0.20		
$\Sigma(p*q)$	5.22																									
$\sigma^2$	23.10																									
K	10																									

Donde:

K = Número de Ítems del instrumento

p= Porcentaje de personas que responde correctamente cada ítem.

q= Porcentaje de personas que responde incorrectamente cada ítem.

$\sigma^2$  = Varianza total del instrumento

$$r_{kr20} = \left( \frac{k}{k-1} \right) \left( 1 - \frac{\sum pq}{\sigma^2} \right)$$

$$\left( \frac{k}{k-1} \right) \rightarrow 1.11$$

$$\left( 1 - \frac{\sum pq}{\sigma^2} \right) \rightarrow 0.77$$

KR-20	Interpretación
0,9 - 1	EXCELENTE
0,8 - 0,9	BUENA
0,7 - 0,8	ACEPTABLE
0,6 - 0,7	DEBIL
0,5 - 0,6	POBRE
< 0,5	INACEPTABLE

KR-20	0.86
-------	------

## Cuestionario de la Salud del Adulto Mayor (SAM)

Género: M ( ) F ( )

Edad: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_/\_\_/\_\_\_\_

Leer cuidadosamente las cada pregunta y contestar con total honestidad.

**Marque con una X**

**Variable dependiente:** Salud del adulto mayor

Ítem	Pregunta	Opciones de respuesta	
		Si	No
<b>Salud Física</b>			
Movilidad			
1	¿Puedes realizar actividades diarias básicas, como moverte por tu hogar, sin problemas?		
2	¿Te sientes cómodo al girar, doblar o estirar tu cuerpo en situaciones cotidianas?		
3	¿Participas en actividades físicas y recreativas con facilidad?		
Coordinación motora			
4	¿Puedes hacer tareas que requieren movimientos precisos, como escribir o abotonar ropa, sin dificultad?		
5	¿Puedes subir y bajar escaleras sin problemas?		
6	¿Puedes lanzar o atrapar objetos con facilidad?		
Tensión Muscular			
7	¿Sientes rigidez o tensión muscular al realizar actividades diarias?		
8	¿Eres capaz de notar y manejar la tensión muscular en el cuello, los hombros o la espalda?		
9	¿Mantienes una buena postura y alivias la tensión en tus articulaciones con facilidad?		
<b>Salud Mental</b>			
Estrés			
10	¿Te sientes descansado después de dormir?		
11	¿Te preocupan las cosas que suceden a tu alrededor?		
12	¿Te resulta fácil manejar tu tiempo y responsabilidades diarias?		
Estado de ánimo			
13	¿Estás feliz con tu vida en general?		
14	¿Sientes que tienes suficiente energía en tu vida diaria?		
15	¿Te sientes cercano emocionalmente a tus seres queridos?		

Calidad de vida emocional			
16	¿Te sientes capaz de tomar decisiones importantes por ti mismo?		
17	¿Puedes disfrutar de los pequeños momentos de la vida?		
18	¿Estás satisfecho con el apoyo emocional que recibes de tus seres queridos?		
Salud Cognitiva			
Agudeza mental			
19	¿Entiendes y respondes a la información rápidamente?		
20	¿Puedes concentrarte en una tarea específica durante un tiempo prolongado?		
21	¿Aprendes cosas nuevas con facilidad?		
Memoria			
22	¿Recuerdas información reciente, como tareas o citas?		
23	¿Recuerdas eventos importantes de tu pasado, como nombres o fechas?		
24	¿Recuperas la información importante cuando la necesitas para tomar decisiones?		

## Anexo 6. Ficha técnica del instrumento

<b>Datos</b>	<b>Descripción</b>
Nombre	: Cuestionario de la Salud del Adulto Mayor (SAM)
Autor	: Elaboración propia (Silva y Zarate)
Año	: 2024
Procedencia	: Perú
Propósito	: Evaluar la salud del adulto mayor en los aspectos mental, físico y cognitivo
Tipo de prueba	: Clínica
Administración	: Individual – Colectiva
Duración	: Sin tiempo
Materiales	: Test y lápiz o lapicero
Ámbito de aplicación	: De 65 años a más
Valoración de respuesta	: <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Si (1)</li><li>➤ No (0)</li></ul>
Puntuación	: <ul style="list-style-type: none"><li>➤ 0 a 8 puntos: Mala.</li><li>➤ 9 a 16 puntos: Regular.</li><li>➤ 17 a 24 puntos: Buena</li></ul>
Tipo de reactivos	: Dicotómica <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Salud física Puntaje: mala ( 0 – 3), regular (4 – 6) y buena (7 – 9)</li><li>➤ Salud mental Puntaje: mala ( 0 – 3), regular (4 – 6) y buena (7 – 9)</li><li>➤ Salud cognitiva Puntaje: mala ( 0 – 2), regular (3 – 4) y buena (5 – 6)</li></ul>
(N° reactivos)	: 24
Confiabilidad	: KR 20 0.86 (buena confiabilidad)
Validada	: -----

## *Anexo 7. Sesiones de aprendizaje.*

Durante la investigación se realizaron diez sesiones de arteterapia distribuidas en cinco grupos: música, danza, teatro, pintura y artes plásticas, cada uno con dos sesiones programadas. Cada sesión tuvo una duración aproximada de dos horas.

En el grupo de música, se llevaron a cabo sesiones de musicoterapia y karaoke. Durante la musicoterapia, los adultos mayores expresaron sus sentimientos, recuerdos y pensamientos mientras escuchan diversas canciones. En las sesiones de karaoke, pudieron cantar libremente para liberar emociones y nostalgias.

1. Musicoterapia: Los adultos mayores participaron en sesiones de musicoterapia donde se utilizaron diferentes canciones seleccionadas para facilitar la expresión emocional y el recuerdo. Cada participante tuvo la oportunidad de plasmar sus emociones, pensamientos y recuerdos en papel mientras escucha la música. Se fomentó un ambiente de relajación y conexión emocional a través de la música.
2. Karaoke: En las sesiones de karaoke, se proporcionaron diversas canciones populares y queridas por los participantes. Cada adulto mayor pudo elegir canciones que les gusten y cantarlas libremente. Esta actividad no solo promueve la expresión emocional a través del canto, sino que también permite liberar tensiones y disfrutar de momentos de nostalgia y alegría compartida.

El grupo de danza incluyó sesiones de danzaterapia y danza con globos. En la danzaterapia, los participantes expresaron emociones a través de movimientos corporales. En la danza con globos, se utilizó música folclórica para que cada adulto mayor se mueva de acuerdo con lo que sienta al ritmo de la música.

- Danzaterapia: Se llevaron a cabo sesiones de danzaterapia donde los adultos mayores pudieron expresar sus emociones y experiencias a través del movimiento. Se utilizaron diferentes estilos de música y se guio a los participantes para que exploren y comuniquen sus sentimientos a través de gestos y movimientos corporales.
- Danza con Globos: En esta sesión, cada participante recibió un globo y se reproduce música folclórica. Los adultos mayores se movieron de acuerdo con la música, utilizando los globos como parte de sus movimientos. Esta actividad fomenta la creatividad, la coordinación y la expresión física mientras se conectan con la música y las emociones que esta evoca.

En el grupo de teatro, se realizaron sesiones de dramatizaciones y teatro. Las dramatizaciones recrearon situaciones lúdicas de la infancia de los adultos mayores, invitándolos a adoptar roles y personajes para su representación. En las sesiones de teatro, se representaron escenas utilizando gestos, sonidos y expresiones emocionales para comunicar sentimientos y experiencias.

1. Dramatizaciones: En las sesiones de dramatizaciones, se invitó a los adultos mayores a recrear situaciones lúdicas de su infancia o momentos

significativos de sus vidas. Cada participante adoptó roles y personajes para representar escenas que les permitan expresar emociones y recuerdos de manera lúdica y creativa.

2. Teatro: Las sesiones de teatro incluyeron actividades donde los adultos mayores participaron en la representación de escenas utilizando gestos, sonidos y expresiones faciales para comunicar emociones y contar historias. Esta forma de expresión teatral fomenta la imaginación, la interacción social y el desarrollo emocional.

En el grupo de pintura, se llevaron a cabo sesiones de dactilopintura y colorear. En la dactilopintura, los participantes utilizaron sus dedos como pinceles para decorar una botella mediante la aplicación de puntos. En las sesiones de colorear, cada adulto mayor recibió un dibujo impreso para colorear, identificando formas, colores y figuras definidas para estimular la creatividad y la concentración.

1. Dactilopintura: En estas sesiones, los participantes utilizaron sus dedos como pinceles para aplicar pintura sobre superficies como botellas. Se animó a los adultos mayores a crear diseños y patrones utilizando técnicas de pintura con puntos, lo que les permitió expresar su creatividad y habilidades artísticas de manera táctil y sensorial.
2. Colorear: Cada adulto mayor recibió dibujos impresos con diferentes formas y diseños para colorear. Esta actividad no solo mejora la coordinación mano-ojo y la destreza fina, sino que también proporciona una forma relajante y terapéutica de expresar emociones a través del color y la creatividad visual.

Finalmente, en el grupo de artes plásticas, se desarrollaron sesiones de modelado y bolitas de ilusión. Durante el modelado, los participantes crearon objetos que representen su esencia utilizando plastilina. En las sesiones de bolitas de ilusión, se emplearon trozos de papel globo y pegamento para crear pequeñas bolitas que se pegaron en un papel para formar dibujos, fomentando la destreza manual y la expresión artística.

1. Modelado: En estas sesiones, los participantes trabajaron con plastilina para crear objetos que representen aspectos significativos de sus vidas o personalidades. Esta actividad fomenta la expresión creativa y la exploración de materiales tridimensionales para expresar emociones y experiencias personales de manera tangible.
2. Bolitas de Ilusión: Utilizando trozos de papel globo y pegamento, los adultos mayores crearon pequeñas bolitas que luego fueron pegadas en un papel para formar dibujos o diseños. Esta actividad promueve la concentración, la coordinación y la creatividad al tiempo que proporciona una salida creativa para expresar emociones y sentimientos positivos.

Anexo 8. Solicitud de permiso

**"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho"**

Tumbes, 24 de junio 2024

**Abog. Dilthey Giovanni Romero Gallegos**

**Gerente**

**Sociedad de Beneficencia de Tumbes**



De mayor consideración:

Lo saludamos cordialmente y a la vez comunicar que nos encontramos realizando un proyecto de investigación para recibir el grado de Licencias en Enfermería, dicho proyecto de investigación lleva como título: "Beneficios de la arteterapia en la salud del adulto mayor inscritos en la Sociedad de Beneficencia de Tumbes 2024"

Al respecto, solicito su autorización para tener acceso a la lista de adultos mayores inscritos en la beneficencia, además de solicitar el permiso correspondiente para realizar sesiones de arteterapia a los adultos mayores que deseen participar; esto en los meses de julio 2024 hasta septiembre 2024 para la debida recolección de datos.

Con la seguridad de contar con su apoyo le reitero a usted mis mayores consideraciones.

Atentamente

Br. Shirley Zarate

DNI: 73178484

Br. Kimberlin Silva

DNI: 47813436

## Anexo 9. Aceptación de La Beneficencia de Tumbes



"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho".

**EL QUE SUSCRIBE, GERENTE GENERAL DE LA SOCIEDAD DE BENEFICENCIA DE TUMBES: MG. DILTHEY GIOVANNI ROMERO GALLEGOS, OTORGA LA PRESENTE,**

### **CONSTANCIA**

Que, Kimberlin Yasmin Silva Atoche y Shirley Griselda Zarate Clavijo, identificadas con DNI 47813436 y 73178484 respectivamente, bachilleres de Enfermería de la Universidad Nacional de Tumbes, han aplicado con éxito la investigación titulada **"Beneficios de la arteterapia en la salud del adulto mayor de la Sociedad de Beneficencia de Tumbes, 2024"**, demostrando una alta responsabilidad y ética profesional en todo el proceso. Durante la ejecución del estudio, llevaron a cabo 10 sesiones de arteterapia 10 distribuidas en cinco grupos: música, danza, teatro, pintura y artes plásticas a los adultos mayores de esta asociación, durante las fechas 22 de octubre hasta el 04 de noviembre del 2024.

Se expide la presente constancia a solicitud del interesado para los fines que considere necesario.

Tumbes, 21 de octubre de 2024

Atentamente,

  
Sociedad de Beneficencia de Tumbes  
Mg. Dilthey Giovanni Romero Gallegos  
GERENTE GENERAL

DGRG:GG  
Cc  
Archivo.

Dirección: Calle Huáscar N° 604 - Tumbes ☎ Teléf. 072-524062 ✉ Email.beneficencia@sbtumbes.com.pe

Anexo 10. Matriz de consistencia

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Dimensiones	Metodología, técnicas e instrumentos
<p><b>Principal</b> ¿Cuáles son los beneficios de la arteterapia en la salud del adulto mayor de la Sociedad de Beneficencia de Tumbes en el 2024?</p>	<p><b>General</b> Evaluar los beneficios de la arteterapia en la salud del adulto mayor de la Sociedad de Beneficencia de Tumbes.</p>	<p><b>General</b> Hi: El uso de la arteterapia beneficia la salud del adulto mayor inscritos en la Sociedad de Beneficencia de Tumbes 2024.  Ho: El uso de la arteterapia no beneficia la salud del adulto mayor inscritos en la Sociedad de Beneficencia de Tumbes 2024.</p>	<p><b>Variable:</b> Salud del adulto mayor</p>	<p>Mental  Físico  Cognitivo</p>	<p><b>Tipo:</b> Aplicada, descriptiva  <b>Población</b> 60 adultos mayores 35 hombres 25 mujeres  <b>Diseño:</b> pre experimental <b>G – 01 x 02</b> <b>G:</b> Adulto mayor <b>01:</b> Evaluación previa al intervención <b>02:</b> Evolución posterior al intervención</p>
<p><b>Específico 1</b> ¿Qué cambios se observan en la salud física en los aspectos de</p>	<p><b>Específico 1</b> Describir los beneficios de la arteterapia en la salud física del</p>	<p><b>Específico 1</b> Hi: El uso de la arteterapia beneficia la salud física del adulto mayor inscritos en la</p>	<p><b>Variable:</b> Salud del adulto mayor</p>	<p>Salud física</p>	

<p>movilidad, coordinación motora y tensión muscular de los adultos mayores tras la implementación de sesiones de arteterapia?</p>	<p>adulto mayor de la Sociedad de Beneficencia de Tumbes en aspectos de movilidad, coordinación motora y tensión muscular.</p>	<p>Sociedad de Beneficencia de Tumbes.  Ho: El uso de la arteterapia no beneficia la salud física del adulto mayor inscritos en la Sociedad de Beneficencia de Tumbes.</p>			<p><b>x:</b> Intervención (arteterapia)  <b>Lugar:</b> Sociedad de Beneficencia de Tumbes  <b>Técnica:</b> Encuesta</p>
<p><b>Específico 2</b> ¿Qué cambios se observan en la salud mental en los aspectos de la reducción del estrés, mejora en el estado de ánimo y calidad de vida emocional de los adultos mayores tras la</p>	<p><b>Específico 2</b> Describir los beneficios de la arteterapia en la salud mental del adulto mayor de la Sociedad de Beneficencia de Tumbes en aspectos de la reducción del estrés, mejora en el estado</p>	<p><b>Específico 2</b>  Hi: El uso de la arteterapia beneficia la salud mental del adulto mayor inscritos en la Sociedad de Beneficencia de Tumbes.  Ho: El uso de la arteterapia no beneficia la salud mental del adulto mayor inscritos en</p>	<p><b>Variable:</b> Salud del adulto mayor</p>	<p>Salud Mental</p>	<p><b>Instrumento:</b> Ficha de recolección de datos Cuestionario de la Salud del Adulto Mayor  <b>Prueba estadística:</b> Prueba de diferencia de medias Wilcoxon, de acuerdo a la prueba de normalidad.</p>

implementación de sesiones de arteterapia?	de ánimo y calidad de vida emocional.	la Sociedad de Beneficencia de Tumbes.			
<p><b>Específico 3</b> ¿Qué cambios se observan en la salud cognitiva en los aspectos de agudeza mental y la memoria de los adultos mayores tras la implementación de sesiones de arteterapia?</p>	<p><b>Específico 3</b> Describir los beneficios de la arteterapia en la salud cognitiva del adulto mayor de la Sociedad de Beneficencia de Tumbes en aspectos de agudeza mental y la memoria.</p>	<p><b>Específico 3</b> Hi: El uso de la arteterapia beneficia la salud cognitiva del adulto mayor inscritos en la Sociedad de Beneficencia de Tumbes.  Ho: El uso de la arteterapia no beneficia la salud cognitiva del adulto mayor inscritos en la Sociedad de Beneficencia de Tumbes.</p>	<p><b>Variable:</b> Salud del adulto mayor</p>	<p>Salud Cognitiva</p>	

Anexo 11. Operacionalización de la variable

<b>Variable</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Ítem</b>	<b>Evaluación</b>
<u>Variable:</u> Salud del adulto mayor	Salud Física	Estrés Estado de animo Calidad de vida emocional	1 – 9	La evaluación fue antes (pre – test) y después (post – test) de las sesiones de arteterapia
	Salud Mental	Movilidad Coordinación motora Tensión muscular	10 – 18	
	Salud Cognitiva	Agudeza mental Memoria	19 – 24	

Anexo 12. Panel fotográfico



Imagen 1. Evaluación previa (pretest)



Imagen 2. Danza terapia



Imagen 3. Karaoke



Imagen 4. Danza con globos



Imagen 5. Bolitas de ilusión



Imagen 6. Modelado con plastilina



Imagen 7. Colorear



Imagen 8. Dactilupintura



Imagen 9. Teatro



Imagen 10. Musicoterapia



Imagen 11. Teatro



Imagen 12. Evaluación posterior



Imagen 13. Despedida

### Anexo 13. Base de datos

Nº	Genero	Edad	Fecha	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	
1	M	70	22/10/2024	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	
2	F	83	22/10/2024	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	
3	M	81	22/10/2024	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	
4	M	75	22/10/2024	0	0	0	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
5	M	94	22/10/2024	0	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	
6	M	79	22/10/2024	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	
7	F	62	22/10/2024	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	
8	M	75	22/10/2024	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1
9	M	60	22/10/2024	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	
10	M	55	22/10/2024	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1
11	F	73	22/10/2024	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	0	
12	F	60	22/10/2024	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
13	M	94	22/10/2024	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	
14	F	68	22/10/2024	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1
15	F	70	22/10/2024	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	
16	F	84	22/10/2024	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	
17	F	87	22/10/2024	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	
18	M	65	22/10/2024	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	
19	M	66	22/10/2024	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	
20	F	64	22/10/2024	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	
21	M	68	22/10/2024	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	
22	M	75	22/10/2024	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	0	1	1	1	
23	M	94	22/10/2024	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	0	1	0	0	
24	M	66	04/11/2024	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
25	M	96	04/11/2024	0	0	0	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	
26	F	87	04/11/2024	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	
27	M	78	04/11/2024	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
28	F	83	04/11/2024	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
29	F	83	04/11/2024	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1
30	M	79	04/11/2024	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	
31	M	75	04/11/2024	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	
32	M	55	04/11/2024	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1
33	M	68	04/11/2024	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	0	
34	M	66	04/11/2024	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	
35	M	96	04/11/2024	0	0	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1
36	M	60	04/11/2024	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
37	F	61	04/11/2024	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
38	M	81	04/11/2024	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
39	F	77	04/11/2024	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
40	M	76	04/11/2024	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
41	M	70	04/11/2024	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
42	M	88	04/11/2024	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
43	F	68	04/11/2024	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
44	F	67	04/11/2024	1	0	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
45	F	62	04/11/2024	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
46	M	82	04/11/2024	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	
47	F	75	04/11/2024	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	
48	F	73	04/11/2024	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	
49	M	68	04/11/2024	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	
50	M	63	04/11/2024	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	
51	F	60	04/11/2024	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
52	M	75	04/11/2024	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
53	M	80	04/11/2024	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	