UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

Percepción de los beneficios de la risoterapia por el adulto mayor del centro de salud Pampa Grande, Tumbes 2024

TESIS

Para optar al Título Profesional de Licenciada en Enfermería

AUTORA:

Br. Mendoza Moran, Veronica Tabita

Tumbes, 2025

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

Percepción de los beneficios de la risoterapia por el adulto mayor del centro de salud Pampa Grande, Tumbes 2024

TESIS APROBADO EN FORMA Y ESTILO POR:

Mg. José Miguel Silva Rodríguez	Presidente	_____
Mg. Leslie Bequed Lloclla Sorrosa	Secretaria	_____
Mg. Edinson Alberto Aleman Madrid	Vocal	_____

Tumbes, 2025

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

Percepción de los beneficios de la risoterapia por el adulto mayor del centro de salud Pampa Grande, Tumbes 2024

LOS SUSCRITOS DECLARAMOS QUE LA TESIS ES ORIGINAL EN SU CONTENIDO Y FORMA:

Bach. Mendoza Moran, Verónica Tabita

Mg. Aleman Madrid Edinson Alberto

Tumbes, 2025

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 noviembre del dos mil veinticinco, siendo las 16:00 horas, en la modalidad presencial: aula N-2 del Pabellón de la escuela de Medicina Humana, se reunieron el jurado calificador de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional de Tumbes, designado RESOLUCIÓN DECANAL N° 424– 2025/ UNTUMBES – FCS Mg. José Miguel Silva Rodríguez (Presidente), Mg. Leslie Bequed Llocila Sorroza (Secretaria), Mg. Edinson Alberto Aleman Madrid (Asesor-Vocal). Reconociendo en la misma resolución, al Mg. Edinson Alberto Aleman Madrid como asesor, se procedió a evaluar, calificar y deliberar la sustentación de la tesis, titulada **"Percepción de los beneficios de la risoterapia por el adulto mayor del centro de salud Pampa Grande, Tumbes 2024"** para optar el Título Profesional en Enfermería, presentada por la bachiller:

Bach. MENDOZA MORAN VERÓNICA TABITA;

Concluida la sustentación y absueltas las preguntas, por parte de los sustentantes y después de la deliberación, el jurado según el artículo Nº 65 del Reglamento de Tesis para Pregrado y Posgrado de la Universidad Nacional de Tumbes, declara a la **Bach. MENDOZA MORAN VERÓNICA TABITA**: APROBADO con calificativo: BUENO

En consecuencia, queda APTA para continuar con los trámites correspondientes a la obtención del Título Profesional en Enfermería, de conformidad con lo estipulado en la ley universitaria Nº 30220, el Estatuto, Reglamento General, Reglamento General de Grados y Títulos y Reglamento de Tesis de la Universidad Nacional de Tumbes.

Siendo las 17 Horas 00 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, 07 de noviembre del 2025.

Mg. José Miguel Silva Rodríguez
DNI Nº 42474683
ORCID N°0000-0002-9629-0131
(Presidente)

Mg. Leslie Bequed Llocila Sorroza
DNI Nº 42170065
ORCID N° 0000-0002-0288-5047
(Secretaria)

Mg. Edinson Alberto Aleman Madrid
DNI Nº 40704918
ORCID Nº 0000-0002-9493-655X
(Asesor – Vocal)

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

VERONICA TABITA MENDOZA MORAN

Percepción de los beneficios de la risoterapia por el adulto mayor del centro de salud Pampa Grande, Tumbes 2024

Percepción de los beneficios de la risoterapia por el adulto mayor del centro de salud Pampa Grande, Tumbes 2024

Detalles del documento

Identificador de la entrega
trn:oid:::3117:530086200

Fecha de entrega
19 nov 2025, 12:16 GMT-5

Fecha de descarga
19 nov 2025, 12:21 GMT-5

Nombre del archivo
INFORME DE INVESTIGACION VERONICA TABITA MENDOZA MORAN ultimo.docx

Tamaño del archivo
4.8 MB

65 páginas

9430 palabras

54.825 caracteres

12% Similitud general

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

Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Texto citado
- Texto mencionado

Fuentes principales

11% Fuentes de Internet
5% Publicaciones
9% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

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

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

turnitin Página 3 de 68 - Descripción general de integridad Identificador de la entrega trn:oid:::3117:630086200

Fuentes principales

11% Fuentes de Internet
5% Publicaciones
9% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Fuentes principales

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	Internet dergipark.org.tr	<1%
2	Internet journal.ipm2kpe.or.id	<1%
3	Internet editora.editoraomnisscientia.com.br	<1%
4	Internet journals.sagepub.com	<1%
5	Internet ebsina.or.id	<1%
6	Internet equityhealthj.biomedcentral.com	<1%
7	Internet repositorio.uss.edu.pe	<1%
8	Internet www.manipal.org.my	<1%
9	Internet dialnet.unirioja.es	<1%
10	Trabajos del estudiante uniandesec on 2025-06-12	<1%
11	Internet www.coursehero.com	<1%

turnitin Página 3 de 68 - Descripción general de integridad Identificador de la entrega trn:oid:::3117:630086200

12 Trabajos del estudiante
University of Birmingham on 2024-03-11 <1%

13 Trabajos del estudiante
Northside Christian College on 2025-05-15 <1%

14 Trabajos del estudiante
Rowan University on 2024-03-06 <1%

15 Internet
www.riagejournal.com <1%

16 Internet
pmc.ncbi.nlm.nih.gov <1%

17 Internet
e-fit.nus.edu.sg <1%

18 Internet
ir-library.ku.ac.ke <1%

19 Trabajos del estudiante
University of Keele on 2024-05-02 <1%

20 Trabajos del estudiante
Dillard University on 2024-12-03 <1%

21 Trabajos del estudiante
Purdue University on 2025-07-28 <1%

22 Internet
heritagesciencejournal.springeropen.com <1%

23 Trabajos del estudiante
Imperial College of Science, Technology and Medicine on 2021-08-26 <1%

24 Internet
repositorio.ucv.edu.pe <1%

25 Internet
ugspace.ug.edu.gh:8080 <1%

26 Internet
ejgg.org <1%

27 Internet
ellibrary.tucl.edu.np <1%

28 Internet
bmcpsychology.biomedcentral.com <1%

29 Internet
eajournals.org <1%

30 Internet
opendocs.ids.ac.uk <1%

31 Internet
revistas.urp.edu.pe <1%

32 Internet
e-trd.org <1%

33 Internet
ve.scielo.org <1%

34 Internet
digitum.um.es <1%

35 Internet
oucl.dntb.gov.ua <1%

36 Internet
rsdjournal.org <1%

37 Internet
www.humorstudies.org <1%

38 Internet
bilselkongreleri.com <1%

39 Internet
journal.stikep-ppnijabar.ac.id <1%

40 Trabajos del estudiante
University of Bolton on 2025-01-07 <1%

41 Internet
acikbilim.yok.gov.tr <1%

42 Internet
ciencialatina.org <1%

43 Internet
revistas.uepg.br <1%

44 Trabajos del estudiante
Roehampton University on 2024-03-31 <1%

45 Trabajos del estudiante
Universidad Nacional de Tumbes on 2024-04-30 <1%

46 Internet
www.scilit.net <1%

47 Internet
renati.sunedu.gob.pe <1%

48 Trabajos del estudiante
Chemeketa Community College on 2025-11-16 <1%

49 Trabajos del estudiante
University of Durham on 2014-03-21 <1%

50 Internet
www.medwave.cl <1%

turnitin Página 6 de 66 - Descripción general de integridad Identificador de la entrega trn:oid:::3117:530056200

Percepción de los beneficios de la risoterapia por el adulto mayor del centro de salud Pampa Grande, Tumbes 2024

CERTIFICACIÓN DE ASESORÍA

El suscrito, Mg. Edinson Alberto Aleman Madrid, Docente Nombrado adscrito a la escuela de enfermería de la Universidad Nacional de Tumbes, Facultad de Ciencias de la Salud.

Certifica, que:

El proyecto de tesis “Percepción de los beneficios de la risoterapia por el adulto mayor del centro de salud Pampa Grande, Tumbes 2024.”, presentado por la Bachiller en Enfermería, Mendoza Moran, Veronica Tabita.

Habiendo estado bajo mi orientación, autorizo su presentación y solicita la inscripción en la escuela Académica Profesional de enfermería de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional de Tumbes.

Tumbes, noviembre del 2025.

Mg. Edinson Alberto Alemán Madrid
Asesor de tesis

DECLARACÍON DE ORIGINALIDAD

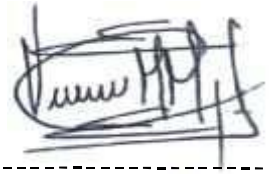
Yo, Mendoza Moran, Verónica Tabita, bachiller egresado de la Escuela académico Profesional de Enfermería, de la Universidad Nacional de Tumbes, identificada con DNI N° 72648748; autora de la tesis intitulada “Percepción de los beneficios de la risoterapia por el adulto mayor del centro de salud Pampa Grande, Tumbes 2024”.

Declara bajo juramento lo siguiente:

1. El proyecto de investigación propuesto es creación propia del autor.
2. La bibliografía adopta están dares internacionales de citación y referencia, respetando las fuentes citadas con fines ilustrativos y comparativos, y de esta manera respetando el contenido citado por los autores individuales.
3. No hay plagio en este proyecto y fue completado íntegramente por el autor bajo la guía y sugerencias didácticas.
4. El estudio propuesto no contiene ningún caso de auto plagio, lo que significa que no ha sido publicado previamente ni presentado a ningún concurso académico.
5. Los datos que se presentarán y los resultados serán reales, sin el grado de falsedad, duplicación o copia, por lo que las conclusiones extraídas del informe contribuirán en gran medida a la realidad actual.

Finalmente, si se detecta fraude en este plan de investigación, las consecuencias de estas acciones serán consideradas según lo determinen los expertos de la UNT.

Tumbes, noviembre del 2025.



Br. Mendoza Moran, Veronica Tabita

Autora

DEDICATORIA

A mi querido abuelo **Meregildo Moran,** que desde el cielo me acompaña en silencio. Sé que estaría muy orgulloso de este logro, en cada paso sentí su presencia dándome fuerzas. Gracias por ser mi ángel y mi inspiración eterna.

A mi amada abuela **Verónica Infante,** mi ejemplo de fortaleza de amor y fe, gracias por estar siempre a mi lado, por tus palabras de aliento, por tus consejos y por creer en mí. Este logro también es tuyo.

A mi esposo y a mis hijos, por ser mi motor, mi alegría y mi razón para nunca rendirme. Gracias por su paciencia, por su amor infinito y por acompañarme con sonrisas incluso en los momentos más difíciles.

A mis padres, por su apoyo incondicional, por su esfuerzo y por enseñarme con el ejemplo que todo sueño se puede alcanzar con dedicación y humildad.

A mis hermanos, por acompañarme con cariño y por celebrar conmigo cada paso alcanzado.

A todos ustedes dedico este logro con el corazón lleno de gratitud y amor.

VERONICA MENDOZA

AGRADECIMIENTOS

A **Dios,** por concederme la sabiduría, fortaleza y perseverancia necesaria para culminar con éxito este trabajo de investigación. Su guía y bendición han estado presentes en cada paso de este proceso.

Al **Mg. Edinson Alemán,** asesor de tesis, por su orientación, compromiso y valiosas sugerencias que contribuyeron significativamente al desarrollo de este estudio.

A **los miembros del jurado**, por su tiempo, dedicación y observaciones que permitieron enriquecer y fortalecer este trabajo académico.

A mi **familia,** por su apoyo incondicional y por ser el pilar incondicional de mi vida. A mi abuelo **Meregildo Moran,** cuya memoria me inspira desde el cielo; a mi abuela **Verónica Infante,** por su amor y constante motivación; a mi esposo e hijos por su paciencia, comprensión y amor, a mis padres, por su ejemplo de esfuerzo y dedicación, a mis hermanos, por su compañía y aliento en todo momento.

A todos ellos, mi más sincero agradecimiento.

VERONICA MENDOZA

ÍNDICE GENERAL

INFORME DE ORIGINALIDAD (TURNITIN) v
CERTIFICACIÓN DE ASESORÍA xi
DECLARACÍON DE ORIGINALIDAD xii
DEDICATORIA xiii
AGRADECIMIENTOS xiv
RESUMEN xix
ABSTRACT xx
I.- INTRODUCCIÓN 21
II. REVISIÓN DE LA LITERATURA 23
2.1. Bases Teóricas 23
2.2. Antecedentes 25
2.3. Definición de Términos Básicos 27
III: MATERIALES Y MÉTODOS 28
3.1. Enfoque y Tipo de Estudio 28
3.2. Diseño de Investigación 28
3.3. Población, Muestra y Muestreo 29
3.4. Técnica e Instrumento de Recolección de Datos 29
3.5. Procedimiento de Recolección de Datos 31
3.6. Procesamiento y Análisis de Datos 31
3.7. Aspectos Éticos 31
IV: RESULTADOS Y DISCUSIÓN 33
4.1. Resultados 33
4.2. Discusión 37
V: CONCLUSIONES 40
VI. RECOMENDACIONES 41

VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS 43

ANEXOS 48

Anexo 1: Instrumento de Recolección de Datos..... 48

Anexo 2: Formato de Consentimiento Informado 49

Anexo 3: Fichas de Validación por Juicio de Expertos..... 50

Anexo 4: Resolución Decanal 56

Anexo 5: Matriz de Consistencia..... 58

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Percepción de los beneficios de la risoterapia por el adulto mayor del centro de salud Pampa Grande, Tumbes 2024, en la Dimensión Emotiva 33
Tabla 2. Percepción de los beneficios de la risoterapia por el adulto mayor del centro de salud Pampa Grande, Tumbes 2024, en la Dimensión Física 34
Tabla 3. Percepción de los beneficios de la risoterapia por el adulto mayor del centro de salud Pampa Grande, Tumbes 2024, en la Dimensión Social 35
Tabla 4. Percepción de los beneficios de la risoterapia por el adulto mayor del centro de salud Pampa Grande, Tumbes 2024, consolidado por cada Dimensión..... 36

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Histograma de la Dimensión Emotiva 59
Figura 2. Histograma de la Dimensión Física 60
Figura 3. Histograma de la Dimensión Social 61
Figura 4. Comparación de las Medias de Percepción por Dimensión 62

RESUMEN

El presente estudio tuvo como finalidad evaluar la percepción de los beneficios de la risoterapia en los adultos mayores del centro de salud Pampa Grande, Tumbes, en el año 2025. Se llevó a cabo una investigación con enfoque cuantitativo, diseño descriptivo y transversal, incluyendo una muestra de 50 adultos mayores. A los participantes se les aplicó un cuestionario tipo Likert de 14 ítems, validado mediante juicio de expertos, que evidenció una fiabilidad sólida en todas sus dimensiones (Alfa de Cronbach > 0.720). El análisis de los datos mostró que los participantes percibieron de manera positiva los beneficios de la intervención, destacándose una jerarquía entre las dimensiones evaluadas: la dimensión Social obtuvo la puntuación más alta (M=16.48), seguida por la dimensión Física (M=14.96) y la dimensión Emotiva (M=13.00). Dentro de los beneficios específicos, la mejora en la capacidad de comunicación fue la más valorada, reportada positivamente por el 66% de los participantes en las categorías superiores de la escala. Se concluye que la risoterapia constituye una intervención eficaz y apreciada por los adultos mayores, consolidándose como una herramienta de alto impacto, especialmente para fortalecer el apoyo social y la comunicación en la vejez, lo que la posiciona como una práctica de enfermería comunitaria relevante y pertinente.

Palabras clave: Risoterapia, adulto mayor, percepción, beneficios de la salud, enfermería comunitaria.

ABSTRACT

The present study aimed to assess the perceived benefits of laughter therapy among older adults at the Pampa Grande Health Center, Tumbes, in 2025. A quantitative, descriptive, and cross-sectional design was employed, including a sample of 50 older adults. Participants completed a 14-item Likert questionnaire, validated by expert judgment, which demonstrated strong reliability across all dimensions (Cronbach's Alpha > 0.720). Data analysis revealed a generally positive perception of the benefits, with a clear hierarchy among dimensions: The Social dimension received the highest rating (M=16.48), followed by the Physical dimension (M=14.96) and the Emotional dimension (M=13.00). Among specific benefits, the improvement in communication skills was the most notable, positively reported by 66% of participants in the highest scale categories. It is concluded that laughter therapy is an effective and well-valued intervention among the studied population, proving to be a high-impact tool, particularly for enhancing social support and communication in older adulthood, thus establishing it as a relevant and pertinent practice in community nursing.

Keywords: Laughter therapy, older adults, perception, health benefits, community nursing.

I.- INTRODUCCIÓN

El envejecimiento de la población se ha consolidado como uno de los fenómenos demográficos más relevantes del siglo XXI, generando desafíos complejos y multidimensionales para los sistemas de salud a nivel global. La Organización Mundial de la Salud (OMS) proyecta que, en las próximas décadas, la proporción de personas mayores de 60 años se duplicará, pasando de 1,000 a más de 2,100 millones para el año 2050. Este fenómeno no solo implica un incremento en la prevalencia de enfermedades crónicas, sino también un aumento de problemas relacionados con la salud mental y social, como el aislamiento, la soledad y la depresión, condiciones que frecuentemente acompañan esta etapa de la vida (1).

Frente a esta realidad, ha surgido un interés creciente en intervenciones complementarias que promuevan el bienestar del adulto mayor desde un enfoque holístico, alineado con el modelo biopsicosocial de la salud. Entre estas, la risoterapia ha destacado como una técnica no farmacológica, económica y de alto impacto, cuyo potencial ha sido ampliamente documentado. Diversos estudios a nivel internacional y nacional han demostrado su eficacia en la reducción del estrés, la mejora del estado de ánimo, el fortalecimiento del sistema inmunológico y, de manera especialmente relevante, en la promoción de la interacción social (2-4, 6, 7). La risa, aplicada de manera sistemática en entornos grupales, funciona como un catalizador de la liberación de endorfinas y la consolidación de redes de apoyo, atendiendo simultáneamente las necesidades físicas, emocionales y sociales de los adultos mayores.

En el contexto peruano, la situación de la población adulta mayor, documentada por el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI), evidencia la urgencia de implementar este tipo de intervenciones. Un porcentaje significativo de esta población enfrenta problemas de salud crónicos, empleo informal y acceso limitado a pensiones, lo que resalta su vulnerabilidad.

Por ello, resulta crucial promover estrategias que incrementen el bienestar y la calidad de vida sin generar una carga económica considerable para el sistema de salud (3).

A pesar de la creciente evidencia científica que respalda los beneficios de la risoterapia, se ha identificado un vacío de conocimiento en la región de Tumbes. Se desconoce cómo perciben esta intervención los adultos mayores locales, cuáles beneficios valoran más y cómo se adapta al contexto cultural y social de la población. Esta carencia limita la capacidad de los profesionales de la salud, especialmente en enfermería comunitaria, para diseñar e implementar programas de cuidado integral efectivos y centrados en la persona.

En consecuencia, la presente investigación se propuso llenar este vacío, con el objetivo de determinar la percepción de los beneficios de la risoterapia por parte de los adultos mayores del centro de salud Pampa Grande, Tumbes, en sus dimensiones emocional, física y social. Este estudio busca no solo aportar evidencia científica relevante para la región, sino también dar voz a los beneficiarios, permitiendo que sus percepciones guíen el diseño de futuras estrategias de cuidado más humanas, empáticas y eficaces.

Para alcanzar este objetivo, el documento se estructura en siete capítulos. El Capítulo I aborda el planteamiento del problema, las preguntas de investigación y los objetivos del estudio. El Capítulo II desarrolla el marco teórico, incluyendo antecedentes y fundamentos conceptuales. El Capítulo III describe la metodología empleada. El Capítulo IV presenta los resultados del análisis estadístico y realiza una discusión profunda de los hallazgos, contrastándolos con la literatura existente. Finalmente, los Capítulos V y VI presentan las conclusiones y recomendaciones derivadas de la investigación, mientras que el Capítulo VII compila las referencias bibliográficas utilizadas.

II. REVISIÓN DE LA LITERATURA

El objetivo de este capítulo es proporcionar el marco teórico y conceptual que respalda la presente investigación. Se organiza en tres secciones principales: en primer lugar, las bases teóricas, que desarrollan los conceptos esenciales vinculados con el envejecimiento, la risoterapia y sus beneficios; en segundo lugar, los antecedentes del estudio, donde se analizan investigaciones previas relevantes; y, finalmente, la definición de términos básicos, que clarifica el significado de los conceptos fundamentales utilizados a lo largo del estudio.

2.1. Bases Teóricas

El envejecimiento constituye un proceso universal, progresivo e irreversible, que conlleva transformaciones biológicas, psicológicas y sociales en los individuos. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), el concepto de "envejecimiento activo" se entiende como la optimización de las oportunidades de salud, participación y seguridad, con el propósito de mejorar la calidad de vida durante esta etapa de la vida (1). Por su parte, el término adulto mayor hace referencia a las personas que se encuentran en la fase final del ciclo vital, caracterizada por un deterioro gradual de las capacidades físicas y cognitivas, acompañado, no obstante, de una acumulación de experiencia y conocimiento. Esta población enfrenta diversos desafíos, tales como la jubilación, la pérdida de seres cercanos y un incremento de la vulnerabilidad frente a enfermedades crónicas, factores que pueden derivar en aislamiento social y en problemas de salud mental, incluyendo ansiedad y depresión.

La risoterapia es una técnica psicoterapéutica complementaria que utiliza la risa de manera sistemática y grupal para generar beneficios en la salud física, emocional y social. No se trata de contar chistes, sino de utilizar una serie de ejercicios y dinámicas (expresión corporal, juegos, técnicas de respiración) que provocan la risa de forma natural y sostenida. Fisiológicamente, la risa es un ejercicio que involucra a más de 400 músculos, mejora la oxigenación y estimula la liberación de neurotransmisores (4).

Para fines de este estudio, los beneficios de la risoterapia se han organizado en tres dimensiones fundamentales, las cuales se sustentan en el modelo biopsicosocial de la salud.

Dimensión Emotiva: Esta dimensión se sustenta en la teoría de la liberación de endorfinas. La práctica de la risa estimula la producción de neurotransmisores como las endorfinas, reconocidas como analgésicos naturales del organismo; la serotonina, encargada de la regulación del estado de ánimo; y la dopamina, vinculada a la sensación de placer. Estas sustancias ejercen su acción sobre el sistema límbico, promoviendo sensaciones de bienestar, euforia y relajación. De manera simultánea, la risa contribuye a la disminución de los niveles de cortisol, hormona relacionada con el estrés. Este efecto neuroquímico proporciona la base para explicar la eficacia de la risoterapia en la reducción de la ansiedad, la atenuación de síntomas depresivos y la mejora del estado de ánimo general (2, 29).

Dimensión Física: Los efectos fisiológicos derivados de la práctica de la risoterapia presentan similitudes con los observados en ejercicios aeróbicos de intensidad moderada. La experiencia de la risa genera un aumento transitorio de la frecuencia cardíaca y de la presión arterial, seguido por un período de relajación muscular profunda, lo cual contribuye de manera significativa a optimizar la circulación sanguínea y la oxigenación tisular. De manera complementaria, diversos estudios han documentado que la risa ejerce un efecto modulador sobre el sistema inmunológico, al promover la proliferación de células T y la producción de anticuerpos. Además, su efecto analgésico, mediado por la liberación endógena de endorfinas, puede incrementar la tolerancia al dolor crónico, una condición prevalente en la población adulta mayor. Estos hallazgos sugieren que la risoterapia no solo actúa como una intervención psicosocial, sino también como un recurso potencialmente beneficioso para la salud física integral. (4).

Dimensión Social: Esta dimensión se apoya en la Teoría del Apoyo Social. Al ser una actividad eminentemente grupal, la risoterapia crea un entorno seguro y de confianza donde los participantes pueden expresarse libremente, compartir experiencias y fortalecer vínculos.

Fomenta la interacción, mejora las habilidades de comunicación y reduce el sentimiento de soledad. Participar en un grupo con un objetivo común y positivo como reír, fortalece el sentido de pertenencia y construye una red de apoyo emocional, aspectos vitales para contrarrestar el aislamiento social frecuente en la vejez (2, 6, 30).

2.2. Antecedentes

Para contextualizar el problema de estudio y establecer el estado actual del conocimiento sobre la risoterapia, se revisaron investigaciones previas a nivel internacional y nacional.

A nivel internacional, diversos estudios han demostrado la efectividad de la risoterapia en la mejora de la salud psicológica y social de los adultos mayores. Por ejemplo, una revisión realizada en Indonesia titulada “Aplicación de la risoterapia en la calidad de vida de los adultos mayores” tuvo como objetivo analizar el impacto de esta intervención en dicha población. Tras revisar artículos de bases de datos como PubMed y ScienceDirect, los autores concluyeron que la risoterapia disminuye de manera significativa los síntomas de depresión y ansiedad, favoreciendo la adaptación física, psicológica y social durante el envejecimiento (31).

En Buenos Aires, Argentina, un estudio sobre la “Influencia de la risoterapia en la salud mental de familias disfuncionales” evaluó el efecto de un programa de risoterapia, encontrando que la intervención produjo una reducción notable de la depresión grave (del 22,5 % al 2,5 %) y de la ansiedad grave (del 22,5 % al 5 %). Los autores concluyeron que la risoterapia genera un impacto positivo y estadísticamente significativo en la salud mental de los participantes. (32).

Asimismo, una revisión realizada en España sobre “Intervenciones en sentido del humor y risa en personas mayores” evidenció que estas intervenciones cumplen con las expectativas en cuanto a salud psicológica. Sin embargo, se identificaron como limitaciones la falta de objetividad en la evaluación de los efectos y la necesidad de aumentar la cantidad de sesiones para prolongar sus beneficios

Los autores destacaron, además, que existe una oportunidad para futuras investigaciones que incorporen seguimientos a largo plazo, con el fin de determinar la persistencia de los efectos de la intervención (33).

En conjunto, estos antecedentes muestran que la risoterapia se perfila como una **estrategia efectiva para mejorar la salud mental, física y social** de los adultos mayores y otras poblaciones vulnerables, aunque persisten vacíos relacionados con la duración de los programas, la objetividad en la medición de resultados y la evaluación del mantenimiento de los beneficios a largo plazo.

A nivel nacional, diversos estudios han explorado la implementación y los efectos de la risoterapia en diferentes poblaciones y contextos. En Lima, un estudio titulado "Nivel de conocimiento de risoterapia del personal de enfermería" se propuso evaluar el grado de familiaridad de los profesionales de enfermería con esta técnica. Los resultados indicaron que el 51,4 % de los participantes presentaba un nivel de conocimiento medio, concluyendo que, aunque el personal posee nociones básicas sobre risoterapia, existe un margen considerable para la capacitación y profundización en esta intervención (35).

Por otra parte, una investigación sobre el "Efecto de la risoterapia en el estado de ánimo de los adultos mayores" en una casa hogar de Lima tuvo como objetivo analizar cómo esta técnica influye en el bienestar emocional de la población longeva. Los hallazgos mostraron cambios estadísticamente significativos ($p < 0,05$) en los puntajes de estado de ánimo antes y después de la intervención, concluyendo que la risoterapia mejora de manera significativa el bienestar emocional de los adultos mayores (39).

Asimismo, una tesis en Trujillo titulada “Programa de risoterapia y autoestima del adulto mayor” evidenció que la aplicación de un programa estructurado de risoterapia puede incrementar la autoestima de los participantes. Los resultados señalaron que, tras la implementación del programa, el 65 % de los adultos mayores alcanzó un nivel alto de autoestima, demostrando el impacto positivo de la intervención en la autopercepción y confianza personal de esta población (38).

En conjunto, estos antecedentes confirman que la risoterapia tiene efectos positivos en el bienestar emocional, la autoestima y el conocimiento sobre la técnica en distintas poblaciones de adultos mayores en Perú. Sin embargo, también evidencian un vacío de conocimiento específico en la región de Tumbes, particularmente sobre cómo los propios adultos mayores perciben los beneficios de esta terapia, lo que justifica la pertinencia del presente estudio.

2.3. Definición de Términos Básicos

Adulto Mayor: Individuo que se encuentra en la fase final del ciclo vital, generalmente a partir de los 60 o 65 años, y que presenta las transformaciones propias del envejecimiento biológico, psicológico y social.

Percepción: Proceso mediante el cual una persona organiza, interpreta y da significado a la información sensorial recibida. En el contexto de este estudio, se entiende como la valoración subjetiva que los adultos mayores realizan sobre los efectos que la risoterapia tiene en su bienestar.

Risoterapia: Estrategia psicoterapéutica orientada a promover beneficios emocionales y mentales mediante la aplicación estructurada y planificada de la risa como recurso terapéutico.

Calidad de Vida: Evaluación personal que un individuo realiza sobre su situación vital, considerando la influencia del contexto cultural, los sistemas de valores, y la relación con sus metas, expectativas y preocupaciones. Esta conceptualización se ajusta a la definición propuesta por la Organización Mundial de la Salud (OMS).

III: MATERIALES Y MÉTODOS

En este capítulo se presentan de manera detallada los métodos, técnicas y procedimientos empleados para el logro de los objetivos planteados en la investigación. Se expone el tipo y diseño del estudio, así como las características de la población y de la muestra seleccionada. Asimismo, se describen los instrumentos utilizados para la recolección de datos, los procedimientos aplicados para su validación y análisis, y las estrategias implementadas para garantizar el cumplimiento de los principios éticos durante todo el desarrollo del estudio.

3.1. Enfoque y Tipo de Estudio

La investigación se llevó a cabo bajo un enfoque cuantitativo, dado que se recopilaron datos para medir numéricamente las variables y aplicar procedimientos estadísticos que permitieran describir con precisión el fenómeno objeto de estudio. En cuanto al tipo de investigación, se adoptó un diseño descriptivo simple, enfocado en identificar y caracterizar las propiedades y particularidades de la percepción de los beneficios de la risoterapia en el grupo de estudio, sin intención de establecer relaciones causales entre variables analizadas.

3.2. Diseño de Investigación

Se utilizó un diseño no experimental de corte transversal, en el cual no se llevó a cabo una manipulación deliberadamente las variables, sino que los fenómenos fueron observados en su contexto natural para su posterior análisis. La naturaleza transversal implica que la recolección de datos se realizó en un único momento en el tiempo. El esquema del diseño fue el siguiente:

$$M \rightarrow O_1$$

Donde:

- **M:** Representa la muestra de 50 adultos mayores del centro de salud Pampa Grande.
- **O_1:** Representa la medición (observación) de la variable "percepción de los beneficios de la risoterapia" a través del instrumento aplicado.

3.3. Población, Muestra y Muestreo

Población: La población objeto de estudio estuvo constituida por un total de 50 adultos mayores que asisten de forma regular al centro de salud de Pampa Grande, Tumbes.

Muestra: De modo que se trabajó con la totalidad de la población accesible que cumplió con los criterios de selección, la muestra fue censal, conformada por los 50 adultos mayores.

Muestreo: Se empleó un muestreo **no probabilístico por conveniencia**, seleccionando a los participantes en función de su accesibilidad, su asistencia en el centro de salud durante el periodo de recolección de datos y su disposición voluntaria a ser parte del estudio.

Criterios de Inclusión y Exclusión:

Criterios de Inclusión:

Adultos mayores de 65 años de edad de ambos sexos.

Adultos mayores de 65 años de edad Que acudan de manera regular al centro de salud de Pampa Grande.

Adultos mayores de 65 años de edad con Aceptación voluntaria de participar en la investigación mediante consentimiento informado.

Criterios de Exclusión:

Adultos mayores de 65 años de edad, con pérdida de la capacidad auditiva o visual.

Adultos mayores de 65 años de edad con trastornos de memoria

Adultos mayores de 65 años de edad con trastornos mentales diagnosticados.

3.4. Técnica e Instrumento de Recolección de Datos

Técnica: La técnica empleada para la recolección de datos fue la **encuesta**, ya que permitió obtener información estandarizada y cuantitativa sobre la percepción subjetiva de los participantes de manera eficiente.

Instrumento: El instrumento utilizado fue un cuestionario estructurado titulado "Percepción de los beneficios de la risoterapia en adultos mayores" (ver Anexo 1). Dicho instrumento consta de 14 ítems con respuestas en formato de escala Likert de 5 puntos (1=Nunca, 2=Casi nunca, 3=A veces, 4=Casi siempre, 5=Siempre). Los ítems están organizados para medir las tres dimensiones de la variable de estudio: **Emotividad** (ítems 1-4), **Física** (ítems 5-9) y **Social** (ítems 10-14).

Validación y Confiabilidad del Instrumento

Validez: La validez de contenido del instrumento fue establecida mediante el **método de juicio de expertos**. Se entregó el cuestionario y una ficha de validación a tres profesionales del área de psicología, quienes evaluaron la claridad, coherencia interna y pertinencia de cada uno de los 14 ítems. Los tres expertos coincidieron en que el instrumento era aplicable sin necesidad de modificaciones, confirmando así su validez para el propósito del estudio (ver Anexo 3).

Confiabilidad: La fiabilidad del instrumento se determinó a través del análisis de consistencia interna, calculando el coeficiente **Alfa de Cronbach** con los datos de la muestra completa (N=50) mediante el software SPSS Versión 25. Los resultados, detallados en la Tabla 1, demostraron una alta fiabilidad para el instrumento en su conjunto y para cada una de sus dimensiones, al superar todos los valores el umbral de 0.70.

Fiabilidad del Instrumento por Dimensiones

Dimensión	N° de Ítems	Alfa de Cronbach	Nivel de Fiabilidad
Emotividad	4	0.815	Excelente
Física	5	0.747	Bueno
Social	5	0.720	Aceptable

Fuente: Elaboración propia a partir del análisis en SPSS.

3.5. Procedimiento de Recolección de Datos

La recolección de datos se llevó a cabo siguiendo un protocolo previamente estructurado. Inicialmente, se gestionó y obtuvo la autorización formal del director del centro de salud Pampa Grande. Posteriormente, el día 24 de octubre de 2025, se convocó a los adultos mayores a un taller de risoterapia. Al concluir el taller, se les explicó el objetivo del estudio, se les aseguró la confidencialidad de sus respuestas y se les invitó a participar de manera voluntaria. A aquellos que aceptaron, se les entregó el formato de Consentimiento Informado (ver Anexo 2) para su lectura y firma, y posteriormente se procedió a la aplicación del cuestionario correspondiente.

3.6. Procesamiento y Análisis de Datos

Una vez finalizada la recolección de datos, se procedió al procesamiento de la información. Los datos de los 50 cuestionarios fueron tabulados en una base de datos creada en Microsoft Excel 2019. Posteriormente, esta base de datos fue importada al programa estadístico **IBM SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) Versión 25** para su análisis.

El análisis de datos fue de tipo descriptivo. Se calcularon tablas de frecuencias y porcentajes para cada uno de los 14 ítems del cuestionario. Adicionalmente, se calcularon los puntajes totales para cada una de las tres dimensiones y se obtuvieron sus estadísticos descriptivos (media, desviación estándar, mínimo y máximo) para poder realizar un análisis comparativo y responder a los objetivos de la investigación. Los resultados fueron presentados a través de tablas y gráficos para facilitar su interpretación.

3.7. Aspectos Éticos

La investigación se adhirió en todo momento a los principios éticos fundamentales para el trabajo con seres humanos.

Se garantizó el **respeto a la dignidad humana**, asegurando que la participación no implicara ningún riesgo para el bienestar de los adultos mayores.
Se cumplió con el principio de **autonomía**, aplicando el Consentimiento Informado y dejando claro el carácter voluntario de la participación.

Se aseguró la **confidencialidad y el anonimato** de los participantes, utilizando los datos exclusivamente para los fines académicos de la investigación, en cumplimiento de los principios de **beneficencia y no maleficencia**.

IV: RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. Resultados

En el presente capítulo se exponen los resultados obtenidos tras la aplicación del cuestionario "Percepción de los beneficios de la risoterapia en adultos mayores" a la muestra de 50 participantes del centro de salud Pampa Grande.

Tabla 1. Percepción de los beneficios de la risoterapia por el adulto mayor del centro de salud Pampa Grande, Tumbes 2024, en la Dimensión Emotiva

Ítem	Nunca / Casi Nunca (%)	A Veces (%)	Casi Siempre / Siempre (%)
1. ¿Le ayuda a mantener su atención?	40.0%	32.0%	28.0%
2. ¿Experimenta alegría?	14.0%	46.0%	40.0%
3. ¿Siente más ganas de hablar y compartir?	26.0%	24.0%	50.0%
4. ¿Percibe cambios positivos de ánimo?	18.0%	34.0%	48.0%

Fuente: Elaboración propia a partir del análisis en SPSS.

Los hallazgos de la dimensión emotiva indican una percepción mayoritariamente positiva. Se destaca que el **50%** de los participantes manifestó sentir "Casi siempre" o "Siempre" más ganas de hablar y compartir después de las sesiones. De igual manera, un **48%** reportó percibir cambios positivos en su estado de ánimo. El beneficio relacionado con la experimentación de alegría también fue altamente valorado, con un **40%** en las categorías más altas de la escala. En contraste, el ítem con la percepción menos favorable fue el relacionado con la capacidad de mantener la atención, donde un **40%** de los encuestados indicó que la risoterapia "Nunca" o "Casi nunca" le ayuda en este aspecto.

Tabla 2. Percepción de los beneficios de la risoterapia por el adulto mayor del centro de salud Pampa Grande, Tumbes 2024, en la Dimensión Física

Ítem	Nunca / Casi Nunca (%)	A Veces (%)	Casi Siempre / Siempre (%)
5. ¿Le motiva a levantarse de la cama?	32.0%	32.0%	36.0%
6. ¿Siente más energía para deambular?	28.0%	34.0%	38.0%
7. ¿Percibe alivio para el dolor físico?	34.0%	36.0%	30.0%
8. ¿Se siente más rejuvenecido/a?	40.0%	28.0%	32.0%
9. ¿Cree que previene problemas cardíacos?	32.0%	38.0%	30.0%

Fuente: Elaboración propia a partir del análisis en SPSS.

En la dimensión física, la percepción de los beneficios fue más moderada. Los efectos más reconocidos fueron el aumento de la energía para deambular, con un 38% de los participantes reportándolo "Casi siempre" o "Siempre", y la motivación para levantarse de la cama, con un 36%. Por otro lado, la sensación de rejuvenecimiento fue el beneficio menos percibido, ya que un 40% de los adultos mayores indicó que "Nunca" o "Casi nunca" considera que la risoterapia le hace sentir de esa manera.

Esta dimensión midió la percepción de los beneficios en la interacción y participación social. Los resultados, presentados, muestran una tendencia marcadamente positiva.

Tabla 3. Percepción de los beneficios de la risoterapia por el adulto mayor del centro de salud Pampa Grande, Tumbes 2024, en la Dimensión Social

Ítem	Nunca / Casi Nunca (%)	A Veces (%)	Casi Siempre / Siempre (%)
10. ¿Mejora la interrelación?	28.0%	22.0%	50.0%
11. ¿Motiva a actividades recreativas?	18.0%	30.0%	52.0%
12. ¿Incentiva la actividad física?	32.0%	34.0%	34.0%
13. ¿Anima a actividades culturales?	42.0%	32.0%	26.0%
14. ¿Mejora la capacidad de comunicación?	12.0%	22.0%	66.0%

Fuente: Elaboración propia a partir del análisis en SPSS.

La dimensión social arrojó los resultados más positivos del estudio. Se destaca de manera sobresaliente que un **66%** de los participantes siente que la risoterapia mejora su capacidad de comunicación "Casi siempre" o "Siempre", siendo este el beneficio más altamente percibido de toda la investigación. Asimismo, un **52%** reportó sentirse más motivado para participar en actividades recreativas y un **50%** indicó una mejora en su interrelación con otras personas.

Tabla 4. Percepción de los beneficios de la risoterapia por el adulto mayor del centro de salud Pampa Grande, Tumbes 2024, consolidado por cada Dimensión

Dimensión	Media (M)	Desviación Estándar (DE)	Mínimo	Máximo
Emotiva	13.00	3.37	5	18
Física	14.96	3.79	8	22
Social	16.48	3.64	9	22

Fuente: Elaboración propia a partir del análisis en SPSS.

Para obtener una visión global y comparar la percepción de los beneficios entre las tres dimensiones, se calcularon los estadísticos descriptivos de los puntajes totales de cada una.

El análisis comparativo revela una clara jerarquía en la percepción de los beneficios. Como se ilustra en la Figura 4, la **dimensión Social** fue la más valorada (M=16.48), seguida de la **dimensión Física** (M=14.96) y, finalmente, la **dimensión Emotiva** (M=13.00).

Estos resultados globales sugieren que, si bien la risoterapia es percibida como una intervención integral que aporta beneficios en todas las áreas, su impacto más significativo y consistentemente reconocido por los adultos mayores del centro de salud Pampa Grande se manifiesta en el fortalecimiento de los lazos sociales y la mejora de la comunicación.

4.2. Discusión

El presente capítulo tiene como finalidad realizar una interpretación profunda de los resultados obtenidos en el estudio, contrastándolos con la literatura científica y el marco teórico previamente establecidos. Se analizan las implicaciones de los hallazgos para la práctica de la enfermería comunitaria, se reconocen las limitaciones inherentes al diseño del estudio y, finalmente, se proponen recomendaciones para futuras líneas de investigación.

El objetivo central de esta investigación fue determinar la percepción de los adultos mayores del centro de salud Pampa Grande sobre los beneficios de la risoterapia. Los resultados cuantitativos revelan una percepción general favorable, aunque con matices significativos entre las dimensiones evaluadas. El hallazgo más contundente es la clara jerarquía en la percepción de los beneficios, siendo la dimensión social la más valorada, seguida por la dimensión física y, finalmente, la emotiva.

En relación con la Dimensión Social, los resultados fueron sobresalientes y confirman que el mayor impacto de la risoterapia, desde la perspectiva de los participantes, reside en su capacidad para fortalecer el tejido social. El hecho de que un 66% de los encuestados reportara una mejora en su capacidad de comunicación y un 52% se sintiera más motivado para participar en actividades recreativas, valida de manera contundente la Teoría del Apoyo Social. Esta teoría, fundamental en gerontología, postula que las interacciones sociales y el sentido de pertenencia son factores protectores cruciales contra el aislamiento, la depresión y el deterioro cognitivo en la vejez. Estos hallazgos son consistentes con los de la investigación en una casa hogar de Lima (7), donde encontraron una mejora significativa en el estado de ánimo, un componente estrechamente ligado a la calidad de la interacción social. La risoterapia, al ser una actividad grupal, se consolida en este estudio como una intervención de enfermería eficaz para crear redes de apoyo y satisfacer la necesidad fundamental de conexión en esta población.

En relación con la Dimensión Física**,** la percepción de los beneficios fue más moderada y centrada. Si bien se observaron efectos positivos, como el aumento de la energía para deambular (38% en las categorías altas), los beneficios relacionados

con el alivio del dolor físico (30%) y la sensación de rejuvenecimiento (32%) no fueron percibidos de manera tan consistente. Este resultado es interesante y puede tener varias explicaciones. Primero, es posible que los efectos fisiológicos de la risoterapia, aunque documentados en el estudio de Trujillo (8), requieran una mayor frecuencia o duración de las sesiones para ser percibidos de forma clara y unánime. Segundo, la percepción del bienestar físico es altamente subjetiva y puede estar influenciada por condiciones de salud crónicas preexistentes en la población. La distribución de respuestas en torno al punto medio sugiere que, si bien los beneficios físicos existen, su manifestación es menos inmediata o universal que la de los beneficios sociales (8).

En relación con la Dimensión Emotiva, los resultados, aunque positivos, mostraron la mayor variabilidad. La alta percepción de "alegría" (40% en categorías altas) y "cambios positivos de ánimo" (48%) respalda la hipótesis de la liberación de endorfinas, que propone que la risa desencadena una respuesta neuroquímica de bienestar. Sin embargo, el hallazgo de que un 40% de los participantes no percibiera una mejora en su capacidad de atención es significativo. Esto sugiere que, si bien la risoterapia es efectiva para modular el estado de ánimo general, su impacto en funciones cognitivas específicas como la atención puede ser limitado o más dependiente de factores individuales. Esta variabilidad, como señala la revisión realizada en España (33), es un área que requiere mayor exploración, posiblemente a través de métodos cualitativos que puedan profundizar en las experiencias subjetivas de los participantes (33).

En conjunto, los hallazgos de las tres dimensiones respaldan firmemente el Modelo Biopsicosocial de la Salud. Demuestran que una intervención aparentemente simple como la risoterapia puede generar beneficios integrales, abordando al adulto mayor no solo como un paciente con necesidades físicas, sino como un ser humano con necesidades emocionales y sociales interconectadas.

Los resultados de este estudio tienen implicaciones directas y valiosas para la práctica de la enfermería comunitaria: La Risoterapia como Intervención de Enfermería: Se demuestra que la risoterapia puede ser considerada una intervención de enfermería válida y basada en la evidencia para la promoción de la salud en adultos mayores, especialmente en el ámbito de la salud mental y social.

Estrategia contra el Aislamiento Social: Dado el fuerte impacto en la dimensión social, los profesionales de enfermería pueden utilizar la risoterapia como una herramienta estratégica y de bajo costo para combatir el aislamiento, uno de los principales "gigantes de la geriatría".

Enfoque Holístico en la Práctica: Este estudio refuerza la necesidad de que la enfermería adopte un enfoque de cuidado holístico, integrando terapias complementarias que, como la risoterapia, aborden simultáneamente las necesidades físicas, emocionales y sociales de los pacientes.

Para una interpretación rigurosa de los hallazgos, es fundamental reconocer las limitaciones de la presente investigación: Muestreo: Se utilizó un muestreo no probabilístico por conveniencia, lo que impide la generalización de los resultados a toda la población de adultos mayores de Tumbes. Los hallazgos son específicos y representativos de la muestra estudiada. Diseño de Investigación: El diseño transversal del estudio permite describir la percepción en un momento específico, pero no establecer relaciones de causa y efecto. No es posible determinar si una mayor participación en los talleres intensificaría la percepción de los beneficios. Subjetividad de la Medición: El instrumento se basa en la autopercepción de los participantes. No se incluyeron mediciones fisiológicas objetivas (como niveles de cortisol o presión arterial) que pudieran triangular y fortalecer los hallazgos.

V: CONCLUSIONES

Basándose en el análisis de los datos recopilados de los 50 adultos mayores del centro de salud Pampa Grande, se establecen las siguientes conclusiones:

1. Respecto a la percepción de los adultos mayores sobre los beneficios de la risoterapia esta es predominantemente positiva y multidimensional. Existe una clara jerarquía en esta percepción: la dimensión social es la más altamente valorada y consistentemente reconocida, seguida por la dimensión física con una percepción moderada, y la dimensión emotiva con una percepción positiva pero más heterogénea entre los participantes.

2. En la dimensión emotiva, se concluye que la risoterapia es percibida como una herramienta eficaz para mejorar el estado de ánimo, generar alegría y fomentar la extroversión (ganas de hablar y compartir). Sin embargo, su beneficio en la capacidad para mantener la atención no es percibido de manera consistente por la mayoría de los participantes, siendo el aspecto menos valorado de esta dimensión.

3. En la dimensión física, la percepción de los beneficios es moderada. Se concluye que los efectos más reconocidos por los adultos mayores son el aumento de la energía para deambular y la motivación para las actividades de la vida diaria, como levantarse de la cama. Beneficios como el alivio del dolor físico y la sensación de rejuvenecimiento son percibidos de forma menos constante en la muestra estudiada.

4. En la dimensión social, la percepción de los beneficios es sobresaliente y constituye el hallazgo más significativo del estudio. Se concluye que la risoterapia es una intervención altamente efectiva para mejorar la capacidad de comunicación, fortalecer la interrelación con otras personas y motivar la participación en actividades recreativas, consolidándose como una potente herramienta para combatir el aislamiento social en la población estudiada.

VI. RECOMENDACIONES

A la luz de las conclusiones expuestas, se formulan las siguientes recomendaciones:

1. Para el Centro de Salud Pampa Grande y Gestores de Salud, Institucionalizar y Promocionar el Programa: Se recomienda incorporar el taller de risoterapia como una actividad regular y permanente dentro del programa de atención integral al adulto mayor. Dada su alta valoración, bajo costo y accesibilidad, representa una intervención de alto impacto. Para su promoción, se sugiere enfatizar sus probados beneficios sociales, ya que este es el aspecto más valorado por los participantes y puede servir como el principal motivador para atraer a nuevos miembros.

2. Crear Espacios Adecuados: Se sugiere adecuar un espacio físico en el centro de salud que sea cómodo, seguro y acogedor para la realización de las sesiones de risoterapia, maximizando así la participación y el confort de los adultos mayores, tal como se desprende de la literatura sobre los factores que condicionan la terapia.

3. Para los Profesionales y Estudiantes de Enfermería, Capacitación en Terapias Complementarias: Se recomienda que el personal de enfermería que trabaja con adultos mayores busque capacitación formal en terapias complementarias como la risoterapia. Los resultados validan esta técnica como una intervención de enfermería basada en la evidencia que se alinea con un enfoque de cuidado holístico y humanizado.

4. Aplicación como Herramienta de Cuidado Integral: Se sugiere que los profesionales de enfermería no solo apliquen la risoterapia en talleres grupales, sino que integren conscientemente el humor y la risa en la interacción diaria con el paciente adulto mayor. Esto puede fortalecer la relación enfermero-paciente, mejorar la comunicación y aliviar la tensión emocional durante los procedimientos de cuidado.

5. Para Futuras Investigaciones, Profundizar con Metodología Mixta: Se recomienda realizar futuras investigaciones que complementen el enfoque cuantitativo con metodologías cualitativas (entrevistas en profundidad, grupos focales). Esto permitiría explorar las experiencias subjetivas y entender las razones detrás de la variabilidad encontrada en la percepción de los beneficios emotivos y físicos.

6. Realizar Estudios de Mayor Rigor y Alcance: Para establecer una relación causal más fuerte y evaluar la sostenibilidad de los beneficios a largo plazo, se sugiere diseñar estudios longitudinales (con seguimiento de varios meses) y cuasiexperimentales que incluyan un grupo de control. Asimismo, sería valioso replicar este estudio con una muestra más grande y diversificada, utilizando un muestreo probabilístico para aumentar la capacidad de generalización de los resultados a otras poblaciones de la región.

VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. World Health Organization. Ageing and health [Internet]. Geneva: WHO; 2022 [citado el 3 de diciembre de 2024]. Disponible en: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health
2. Pan American Health Organization. Laughter therapy in older adults [Internet]. Washington, D.C.: PAHO; 2023 [citado el 3 de diciembre de 2024]. Disponible en: https://www.paho.org/en
3. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Situación de la Población Adulta Mayor Abril-Mayo 2024 [Internet]. Lima: INEI; 2024. Disponible en: https://www.gob.pe/institucion/inei/informes-publicaciones/6040000-situacion-de-la-poblacion-adulta-mayor-abril-mayo-junio-2024
4. Samboní C, et al. La Risoterapia: Una terapia Alternativa para el Estado de Ánimo de los Pacientes Oncológicos. Rev Cien Multid [Internet]. 2024; 8(4):931-941. Disponible en: https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i4.12332
5. López J, Meneses A, Suárez C. Beneficios de la terapia de la risa en los niveles de depresión en niños diagnosticados con cáncer: estudio de caso. Rev Esp Sal Pub [Internet]. 2023; 97. Disponible en: https://www.scielosp.org/article/resp/2023.v97/e202308069/
6. Elsayed M, Nagy E. Effectiveness of Aerobic Exercise with Laughter Therapy on Functional, Cognitive, and Psychological Well-Being in The Elderly: A Randomized Controlled Clinical Trial. Egypt J Hosp Med [Internet]. 2023; 90(1), 241–247. Disponible en: https://doi.org/10.21608/ejhm.2023.279528
7. Romero E, Sanchez H. Efecto de la risoterapia en el estado de ánimo de los adultos mayores de la casa hogar Más vida, San Miguel– Lima 2022 [Internet, tesis], Lima: Universidad César Vallejo; 2022. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/115665
8. Mendoza J. Programa de risoterapia y autoestima del adulto mayor de Trujillo Metropolitano, 2020 [Internet, tesis], Trujillo: Universidad César Vallejo; 2021. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/60633

9. Shi H, Wu Y, Wang L, Zhou X, Li F. Effects of laughter therapy on improving negative emotions associated with cancer. Oncology [Internet]. 2023; 102(4), 343-353. Disponible en: https://doi.org/10.1159/000533690
10. Sánchez J, Pizarro S. Risoterapia en la mejora del estado de ánimo de pacientes con cáncer: Revisión de la literatura. Medicina Naturista [Internet]. 2024; 17(2): 49-55. Disponible en: https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9004262
11. Souto, J. Reír es un asunto serio. La risoterapia como intervención de enfermería. Enfermeir@ S [Internet]. 2024; 42. Disponible en: https://openurl.ebsco.com/EPDB%3Agcd%3A12%3A5466348/detailv2?sid=ebsco%3Aplink%3Ascholar&id=ebsco%3Agcd%3A175354482&crl=c
12. Batista, F. A Risoterapia na promoção de saúde. [Sede web]. RIAGE-Revista Ibero-Americana de Gerontologia. [Internet]; 2024; 3:126-127. Disponible en: https://doi.org/10.61415/riage.51
13. Carmo M, Garcia A. O benefício da risoterapia durante a hospitalização. Revistas Publicadas FIJ-até 2022. [Internet]. 2024; 1(3):17-24. Disponible en: https://portal.fundacaojau.edu.br:4433/journal/index.php/revistasanteriores/article/view/419
14. Muinck, et al. Terapia do riso em adultos e idosos hospitalizados: revisão integrativa. Revista Recien-Revista Científica de Enfermagem. [Internet]. 2024; 11(33):139-148. Disponible en: https://doi.org/10.24276/rrecien2021.11.33.139-148
15. Mendes E, Saraiva R. “Risoterapia”: rir é o melhor remédio?. Brazilian Journal of Health Review. [Internet]. 2021; 3(1):785-796. Disponible en: https://doi.org/10.34119/bjhrv3n1-062
16. Glória M, de Souza A, de Aguiar G, Lima K, Guelpeli A. Projeto de extensión “Um sorriso pela vida”: A prática da risoterapia na humanização da atenção à saúde. Revista Conexão UEPG. [Internet]. 2022; 17(1):1-12. Disponible en: https://doi.org/10.5212/Rev.Conexao.v.17.17403.27
17. Olympiou A, Ahmed S. Laughter interventions to improve psychological well-being/quality of life in cancer patients: A mini systematic review. SAGE Open. [Internet]. 2024;14(1):1-11. Disponible en: https://doi.org/10.1177/21582440241300561

18. Videira, I y Martins, R. Terapia do riso: benefícios no humor e na felicidade dos profissionais de saúde [Sede web]. Gestão e Desenvolvimento. [actualizado 2023, consultado septiembre 2024];(31):103-121. Disponible en: https://doi.org/10.34632/gestaoedesenvolvimento.2023.11845
19. Santos et al. A pedagogia do riso a partir da contação de histórias: caminhos possíveis de aprendizagem na educação infantil. Revista Philologus. [Internet]. 2021; 27(80):27-40. Disponible en: https://www.revistaphilologus.org.br/index.php/rph/article/view/589
20. Gómez C, García-Ferrer T, Muñoz-Alcón M, Cabrera-León A, Casado-García A. The role of laughter therapy in adults: life satisfaction and anxiety control. A systematic review with meta-analysis. J Happiness Stud. [Internet] 2025; 26(2):1-18. Disponible en: https://doi.org/10.1007/s10902-025-00934-z
21. Stonkuvienė I, Stonkus R. Effect of laughter therapy on the psychological and physiological state of a person. Psichologija [Internet]. 2024; 65:26-39. Disponible en: https://doi.org/10.15388/Psichol.2024.71.7
22. Kim J, Park M, Lee H. Relationship between client laughter and session outcomes in metaverse counseling. BMC Psychol. [Internet]. 2024;12(1):314. Disponible en: https://doi.org/10.1186/s40359-024-02260-0
23. Sharma B. Practice to relax your mind and soul: Laughing therapy. Asian J Nurs Educ Res. [Internet]. 2023; 13(2):107–110. Disponible en: https://doi.org/10.52711/2454-2660.2023.00060
24. Pérez S, Nieto N, González-González N, Ramírez-Raymundo T, García-García RE. Level of knowledge about laughter therapy in nursing professionals. AG Salud [Internet]. 2025; 3: 122. Disponible en: https://doi.org/10.62486/agsalud2025122
25. Uğuz, Ö. The effect of laughter therapy/yoga on physical and mental health: A review of nursing graduate theses. Kastamonu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi [Internet]. 2023, 2(3), 148-161. Disponible en: https://doi.org/10.59778/sbfdergisi.1352483

26. Eraydin C, Alpar E. The effect of laughter therapy on nursing students' anxiety, satisfaction with life, and psychological well-being during the COVID-19 pandemic: Randomized controlled study. Advances in Integrative Medicine [Internet]. 2022; 9(3), 173-179. Disponible en: https://doi.org/10.1016/j.aimed.2022.06.006
27. Jang S, Oh E, Jeon S. Effects of simulated laughter therapy using a breathing exercise: a study on hospitalized pulmonary tuberculosis patients. International journal of environmental research and public health [Internet]. 2022; 19(16), 10191. Disponible en: https://doi.org/10.3390/ijerph191610191
28. Moon H, Lee S. Effect of laughter therapy on mood disturbances, pain, and burnout in terminally ill cancer patients and family caregivers. Cancer Nursing [Internet]. 2023, 47(1), 3-11. Disponible en: https://journals.lww.com/cancernursingonline/fulltext/2024/01000/effect_of_laughter_therapy_on_mood_disturbances,.2.aspx%C2%A0
29. Ozturk O, Acikgoz I. The effect of laughter therapy on happiness and self-esteem level in 5th grade students. Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing [Internet]. 2023, 35(1), 52-59. Disponible en: https://doi.org/10.1111/jcap.12347
30. Kramer K, Leitao B. Laughter as medicine: A systematic review and meta-analysis of interventional studies evaluating the impact of spontaneous laughter on cortisol levels. Plos one [Internet]. 2023; 18(5), e0286260. Disponible en: https://ebsina.or.id/journals/index.php/jkki/article/view/155
31. Freanti P, Susanto T, Kurdi F. Application of Laughter Therapy for the Quality of Life of the Elderly: Literature Review. Journal Kesehatan Komunitas Indonesia [Internet]. 2023; 3(2): 201-216. Disponible en: https://doi.org/10.58545/jkki.v3i2.155
32. Solano M, Valderrama G. Influencia de la Risoterapia en la Salud Mental de Familias Disfuncionales en Buenos Aires Centro, 2021 [tesis de licenciatura] Lima: Universidad César Vallejo; 2021. Disponible en: https://hdl.handle.net/20.500.12692/88964

33. Alcántara M. Intervenciones en sentido del humor y risa en personas mayores: una revisión. Jaén: Universidad de Jaén; 2021. Disponible en: https://crea.ujaen.es/bitstream/10953.1/12145/1/Alcntara_Castro_Miriam_TFM_PSICOLOGIAPOSITIVA.pdf
34. Heidari M, Borujeni G, Rezaei P, Abyaneh K, Heidari K. Effect of laughter therapy on depression and quality of life of the elderly living in nursing homes [Sede web]. The Malaysian Journal of Medical Sciences: MJMS [Internet]. 2021; 27(4): 119. Disponible en: https://doi.org/10.21315/mjms2020.27.4.11
35. Huayapa I, Zurita N. Nivel de conocimiento de risoterapia del personal de enfermería del policlínico Alerta Médica de Lima en el año 2023. [tesis de grado] Lima: Universidad César Vallejo; 2023. Disponible en: https://hdl.handle.net/20.500.12692/127702
36. Flores A, Díaz V. Intervención De Enfermería Con Risoterapia Para La Disminución De La Depresión En Adultos Mayores Del Asilo Lira Arequipa 2019. [tesis de licenciatura] Arequipa: Universidad Nacional De San Agustín De Arequipa; 2021. Disponible en: http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/10984
37. Liza E, Odar B. La Risoterapia como estrategia para disminuir el estrés en los trabajadores asistenciales de un Centro de Salud de Ferreñafe [tesis de licenciatura] Lambayeque: Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo; 2021. Disponible en: https://hdl.handle.net/20.500.12893/9715
38. Mendoza J. Programa de risoterapia y autoestima del adulto mayor de Trujillo Metropolitano, 2020 [tesis de licenciatura] Trujillo: Universidad César Vallejo; 2021. Disponible en: https://hdl.handle.net/20.500.12692/60633
39. Romero J, Sánchez H. Efecto de la risoterapia en el estado de ánimo de los adultos mayores de la casa hogar “Más vida, San Miguel” – Lima 2022 [tesis de licenciatura] Lima: Universidad César Vallejo; 2022. Disponible en: https://hdl.handle.net/20.500.12692/115665

ANEXOS

A continuación, se presentan los documentos complementarios que sirvieron de base para la planificación, validación y ejecución de la presente investigación, así como la matriz de consistencia que resume la coherencia interna del estudio.

Anexo 1: Instrumento de Recolección de Datos

CUESTIONARIO: PERCEPCIÓN DE LOS BENEFICIOS DE LA RISOTERAPIA EN ADULTOS MAYORES

Instrucciones:

A continuación, encontrará una serie de preguntas relacionadas con su experiencia con la risoterapia. Por favor, seleccione la opción que mejor describa su percepción de los beneficios que ha experimentado. Las opciones de respuesta son:

- (1) Nunca
- (2) Casi nunca
- (3) A veces
- (4) Casi siempre
- (5) Siempre

Dimensión 1: Emotividad

1. ¿La risoterapia le ayuda a mantener su atención durante las actividades realizadas?
2. ¿Experimenta alegría después de participar en las sesiones de risoterapia?
3. ¿Siente más ganas de hablar y compartir con otros tras las sesiones de risoterapia?
4. ¿Percibe cambios positivos en su estado de ánimo o humor después de la risoterapia?

Dimensión 2: Física

5. ¿La risoterapia le motiva a levantarse de la cama con mayor facilidad?
6. ¿Siente que le ayuda a deambular con más energía o entusiasmo?
7. ¿Percibe la risoterapia como un alivio para el dolor físico?
8. ¿Considera que la risoterapia le hace sentir más rejuvenecido/a?
9. ¿Cree que la práctica de risoterapia podría prevenir problemas cardíacos, como el infarto?

Dimensión 3: Social

10. ¿Siente que la risoterapia mejora su interrelación con otras personas?
11. ¿Le motiva a participar en actividades recreativas?
12. ¿Le incentiva a realizar actividad física con regularidad?
13. ¿Se anima a participar en actividades culturales después de las sesiones de risoterapia?
14. ¿Siente que la risoterapia mejora su capacidad de comunicación con otras personas?

Anexo 2: Formato de Consentimiento Informado

Título del estudio: “Percepción de los beneficios de la risoterapia por el adulto mayor del centro de salud Pampa Grande, Tumbes 2025”.

Yo, ..., acepto participar en la investigación antes mencionada. Siendo realizada por la bachiller MENDOZA, Verónica de pregrado de la Universidad Nacional de Tumbes, teniendo como objetivo general:

Determinar la percepción de los beneficios de la risoterapia por el adulto mayor del centro de salud Pampa Grande, Tumbes 2025.

Por lo tanto, acepto mi participación en la encuesta que será realizada por la investigadora, asumiendo que la información será solamente de conocimiento de la investigadora y su asesor, quienes garantizan el secreto respecto a mi privacidad, estando consciente que el resultado será publicado sin mencionar nombres de los participantes.

Tumbes, octubre 2025.

_____

Firma del participante

Anexo 3: Fichas de Validación por Juicio de Expertos

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE ENFERMERÍA

C. CONTENIDO:

ITEM	Título: Percepción de los beneficios de la risoterapia por el adulto mayor del centro de salud Pampas de Hospital, Tumbes 2025										**Observaciones** (si debe eliminarse o modificarse un ítem por favor indique)
	Claridad en la redacción		Coherencia interna		Inducción a la respuesta (Sesgo)		Lenguaje adecuado con el nivel del informante		Mide lo que pretende		
	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	
¿La risoterapia le ayuda a mantener su atención durante las actividades realizadas?	✓		✓		✓		✓		✓		ninguno
¿Experimenta alegría después de participar en las sesiones de risoterapia?	✓		✓		✓		✓		✓		ninguno
¿Siente más ganas de hablar y compartir con otros tras las sesiones de risoterapia?	✓		✓		✓		✓		✓		ninguno
¿Percibe cambios positivos en su estado de ánimo o humor después de la risoterapia?	✓		✓		✓		✓		✓		ninguno
¿La risoterapia le motiva a levantarse de la cama con mayor facilidad?	✓		✓		✓		✓		✓		ninguno

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE ENFERMERÍA

¿Siente que le ayuda a deambular con más energía o entusiasmo?	✓		✓		✓		✓		✓		Ninguno
¿Percibe la risoterapia como un alivio para el dolor físico?	✓		✓		✓		✓		✓		Ninguno

ASPECTOS GENERALES	Si	No	
El instrumento contiene instrucciones claras y precisas para responder el cuestionario	✓		
Los ítem permiten el logro del objetivo de la investigación	✓		
Los ítem están distribuidos en forma lógica y secuencial	✓		
El número de ítem es suficiente para recoger la información. En caso de ser negativa su respuesta, sugiera los ítem a añadir	✓		

VALIDEZ			
APLICABLE	X	NO APLICABLE	
APLICABLE ATENDIENDO A LAS OBSERVACIONES			

VALIDADO POR: Carlos Alberto Coronado Zapata	C.I: CPSP 10950	FECHA: 03/09/25
FIRMA:	TELEFONO: 995356441	E-MAIL: Carco637@hotmail.com

Dr. Carlos Alberto Coronado Zapata
PSICÓLOGO
C.P.S.P.N° 10850

C. CONTENIDO:

ITEM	Título: Percepción de los beneficios de la risoterapia por el adulto mayor del centro de salud Pampas de Hospital, Tumbes 2025										**Observaciones** (si debe eliminarse o modificarse un ítem por favor indique)
	Claridad en la redacción		Coherencia interna		Inducción a la respuesta (Sesgo)		Lenguaje adecuado con el nivel del informante		Mide lo que pretende		
	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	
¿La risoterapia le ayuda a mantener su atención durante las actividades realizadas?	/		/		/		/		/		Ninguno
¿Experimenta alegría después de participar en las sesiones de risoterapia?	/		/		/		/		/		Ninguno
¿Siente más ganas de hablar y compartir con otros tras las sesiones de risoterapia?	/		/		/		/		/		Ninguno
¿Percibe cambios positivos en su estado de ánimo o humor después de la risoterapia?	/		/		/		/		/		Ninguna
¿La risoterapia le motiva a levantarse de la cama con mayor facilidad?	/		/		/		/		/		Ninguna

¿Siente que le ayuda a deambular con más energía o entusiasmo?	/		/		/		/		/		Ninguna
¿Percibe la risoterapia como un alivio para el dolor físico?	/		/		/		/		/		Ninguna

ASPECTOS GENERALES	Si	No	
El instrumento contiene instrucciones claras y precisas para responder el cuestionario	/		
Los ítem permiten el logro del objetivo de la investigación	/		
Los ítem están distribuidos en forma lógica y secuencial	/		
El número de ítem es suficiente para recoger la información. En caso de ser negativa su respuesta, sugiera los ítem a añadir	/		

VALIDEZ			
APLICABLE	X	NO APLICABLE	
APLICABLE ATENDIENDO A LAS OBSERVACIONES			

VALIDADO POR: Enrique Soldaño Garcia	C.I: 31204	FECHA: 03/09/23
FIRMA:	TELEFONO: 968318093	E-MAIL: solho1975@hotmail.com

Enrique Soldaño Garcia
PEDIATRA
C.M.P. N° 31204

C. CONTENIDO:

ITEM	Titulo: Percepción de los beneficios de la risoterapia por el adulto mayor del centro de salud Pampas de Hospital, Tumbes 2025										Observaciones (si debe eliminarse o modificarse un ítem por favor indique)
	Claridad en la redacción		Coherencia interna		Inducción a la respuesta (Sesgo)		Lenguaje adecuado con el nivel del informante		Mide lo que pretende		
	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	
¿La risoterapia le ayuda a mantener su atención durante las actividades realizadas?	✓		✓		✓		✓		✓		Ninguna
¿Experimenta alegría después de participar en las sesiones de risoterapia?	✓		✓		✓		✓		✓		Ninguna
¿Siente más ganas de hablar y compartir con otros tras las sesiones de risoterapia?	✓		✓		✓		✓		✓		Ninguna
¿Percibe cambios positivos en su estado de ánimo o humor después de la risoterapia?	✓		✓		✓		✓		✓		Ninguna
¿La risoterapia le motiva a levantarse de la cama con mayor facilidad?	✓		✓		✓		✓		✓		Ninguna

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE ENFERMERÍA

¿Siente que le ayuda a deambular con más energía o entusiasmo?	✓		✓		✓		✓		✓		Ninguna
¿Percibe la risoterapia como un alivio para el dolor físico?	✓		✓		✓		✓		✓		Ninguna

ASPECTOS GENERALES	Si	No	
El instrumento contiene instrucciones claras y precisas para responder el cuestionario	X		
Los ítem permiten el logro del objetivo de la investigación	X		
Los ítem están distribuidos en forma lógica y secuencial	X		
El número de ítem es suficiente para recoger la información. En caso de ser negativa su respuesta, sugiera los ítem a añadir	X		

VALIDEZ			
APLICABLE	X	NO APLICABLE	
APLICABLE ATENDIENDO A LAS OBSERVACIONES			

VALIDADO POR: Diana Stheffany Zamora Bazán	C.I: 23964	FECHA: 06/09/25
FIRMA:	TELEFONO: 971625955	E-MAIL: dianazamorabazan@gmail.com

Lic. Ps. Diana Zamora Bazán
PSICOLOGÍA
C.Ps.P 23964

Anexo 4: Resolución Decanal

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
Creada por Ley N° 24894-11 de Octubre de 1988.
Ciudad Universitaria – Pampa Grande – Tumbes Perú

RESOLUCIÓN DECANAL N° 153- 2025/ UNTUMBES – FCS

Tumbes 29 de abril de 2025.

En uso de las atribuciones conferidas al señor Decano de la Facultad de Ciencias de la Salud con cargo a dar cuenta al consejo de facultad.

SE RESUELVE:

ARTICULO 1°. – RECONOCER, como **ASESOR** al – **Mg. EDINSON ALEMÁN MADRID** Docente Ordinario del programa de estudio de enfermería de la Facultad de Ciencias de la Salud para el Proyecto de Tesis **"Percepción de los beneficios de la risoterapia por el adulto mayor del centro de salud Pampa Grande, Tumbes 2024"**; Presentado por la estudiante Mendoza Moran, Veronica Tabita, del programa de estudios de Enfermeria de la Facultad de Ciencias de la Salud

ARTICULO 2º.- CONSIDERAR, el tiempo que debe de labor de Asesor, como parte de su carga no lectiva.
Dado en la Facultad de Ciencias de la Salud, a los veintinueve días del mes de abril del dos mil veinticinco.
REGÍSTRESE Y COMUNÍQUESE. - (FDO) Dr. MAURO PABLO MEZA OLIVERA - DECANO DE LA FCS. /Mg. JOSE MIGUEL SILVA RODRIGUEZ - SECRETARIA ACADEMICA DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD DE LA UNTUMBES.

CC.
DECANATO – URT – ASUNTOS ACADEMICOS
Interesado/ Archivo
JMSR- SECR. ACAD.

RESOLUCIÓN DECANAL N° 153- 2025/ UNTUMBES – FCS

Tumbes 29 de abril de 2025.

VISTO: La solicitud de fecha 29 de abril del 2025, presentado por la estudiante Mendoza Moran, Veronica Tabita, del programa de estudios de Enfermería, quien solicita Reconocimiento de Asesor para la presentación de su Proyecto de Tesis denominado **"Percepción de los beneficios de la risoterapia por el adulto mayor del centro de salud Pampa Grande, Tumbes 2024".**

CONSIDERANDO:

En el estatuto de la UNTUMBES en el CAPÍTULO II. DE LAS FACULTADES en su Artículo 26. Las Facultades son unidades de formación académica, profesional y de gestión. En ellas se estudia una o más disciplinas según la afinidad de sus contenidos y objetivos. Tiene como finalidad el fomento de la cultura, del arte y el deporte; la formación científica y humanística, la producción de bienes y/o prestación de servicios, y la responsabilidad social universitaria.

Que en el artículo 52° del nuevo REGLAMENTO DE TESIS DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES, Aprobado con Resolución N° 0714-2023/UNTUMBES-CU del 25 de mayo de 2023, señala que "El asesor es docente ordinario de la Facultad a la que pertenece el tesista con grado académico de doctor o maestro, con experiencia en el área de investigación que se desarrolla el proyecto de tesis, el mismo que será reconocido mediante resolución decanal…"

Que, la solicitud de fecha 29 de abril del 2025, presentado por la estudiante Mendoza Moran, Veronica Tabita del programa de estudios de enfermería de la Facultad de Ciencias de la Salud, quien solicita Reconocimiento de Asesor para la presentación de su Proyecto de Tesis denominado **"Percepción de los beneficios de la risoterapia por el adulto mayor del centro de salud Pampa Grande, Tumbes 2024";".**

Que, con certificación del **Mg. Edinson Alemán Madrid;** en calidad de asesor– Docente Ordinario del programa de estudios de Enfermería de la Facultad de Ciencias de la Salud, certifica que el Proyecto de Tesis denominado **"Percepción de los beneficios de la risoterapia por el adulto mayor del centro de salud Pampa Grande, Tumbes 2024".** ha sido asesorado y revisado por su persona, por lo tanto, que da autorizado su presentación de la escuela profesional de Enfermería de la Facultad de Ciencias de la Salud para su revisión y aprobación.

Que en razón de lo anterior y teniendo en cuenta la solicitud y certificación para el acto resolutivo, ha sido expedida en virtud a los considerandos.

CC.
DECANATO – URT – ASUNTOS ACADEMICOS
Interesado/ Archivo
JMSR- SECR. ACAD.

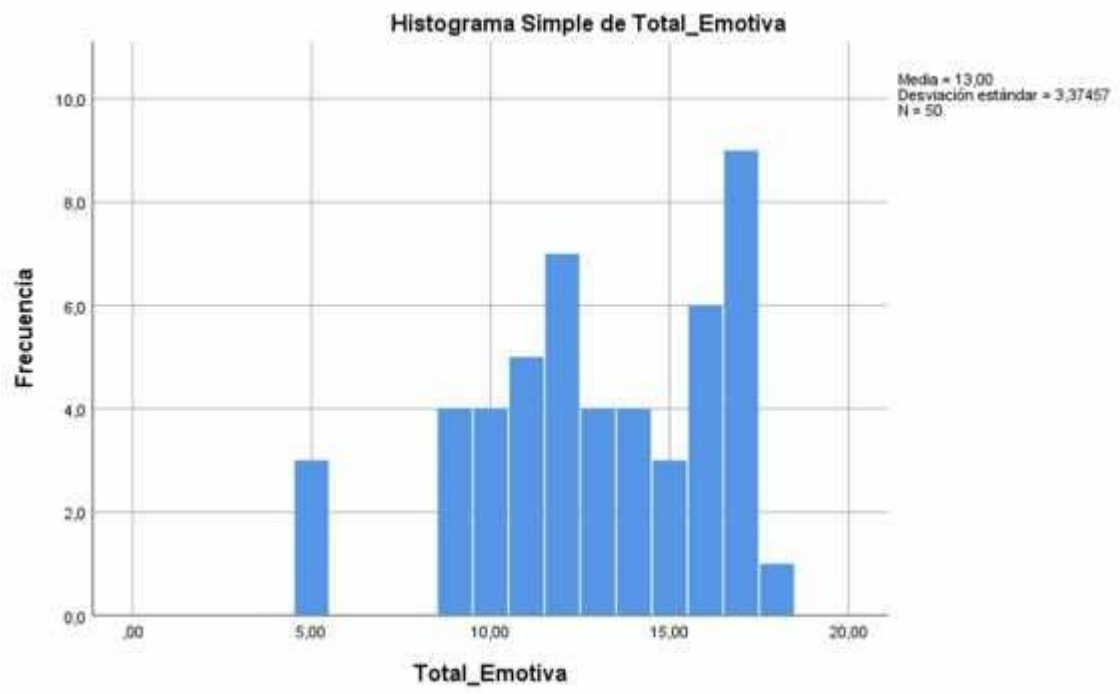
Anexo 5: Matriz de Consistencia

La matriz de consistencia es una herramienta que resume la coherencia y alineación lógica entre los componentes clave de la investigación.

PROBLEMA	OBJETIVOS	VARIABLES INDICADORES	METODOLOGÍA	INSTRUMENTO
General: **¿Cuál es la percepción de los beneficios de la risoterapia por el adulto mayor del centro de salud de Pampa Grande, Tumbes, 2025?**	General: Determinar la percepción de los beneficios de la risoterapia por el adulto mayor del centro de salud Pampa Grande, Tumbes, 2025.	**Variable:** Percepción de los beneficios de la risoterapia. Dimensiones: 1. Emotiva 2. Física 3. Social Indicadores: Atención, Alegría, Ganas de hablar, Cambios de humor, Motivación para levantarse, Energía, Alivio del dolor, Rejuvenecimiento, Prevención cardíaca, Interrelación, Actividad recreativa, Actividad física, Actividad cultural, Comunicación.	**Enfoque:** Cuantitativo. **Tipo:** Descriptivo simple. **Diseño:** No experimental, de corte transversal. **Población y Muestra:** 50 adultos mayores del centro de salud Pampa Grande. **Muestreo:** No probabilístico por conveniencia.	**Técnica:** Encuesta. **Instrumento:** Cuestionario estructurado con 14 ítems y escala de Likert de 5 puntos.
Específicos: **1. ¿Cuál es la percepción en la dimensión emotiva?** **2. ¿Cuál es la percepción en la dimensión física?** **3. ¿Cuál es la percepción en la dimensión social?**	Específicos: 1. Identificar la percepción en la dimensión emotiva. 2. Identificar la percepción en la dimensión física. 3. Identificar la percepción en la dimensión social.			

Anexo 6:

Figura 1. Percepción de los beneficios de la risoterapia por el adulto mayor del centro de salud Pampa Grande, Tumbes 2024, en la Dimensión Emotiva

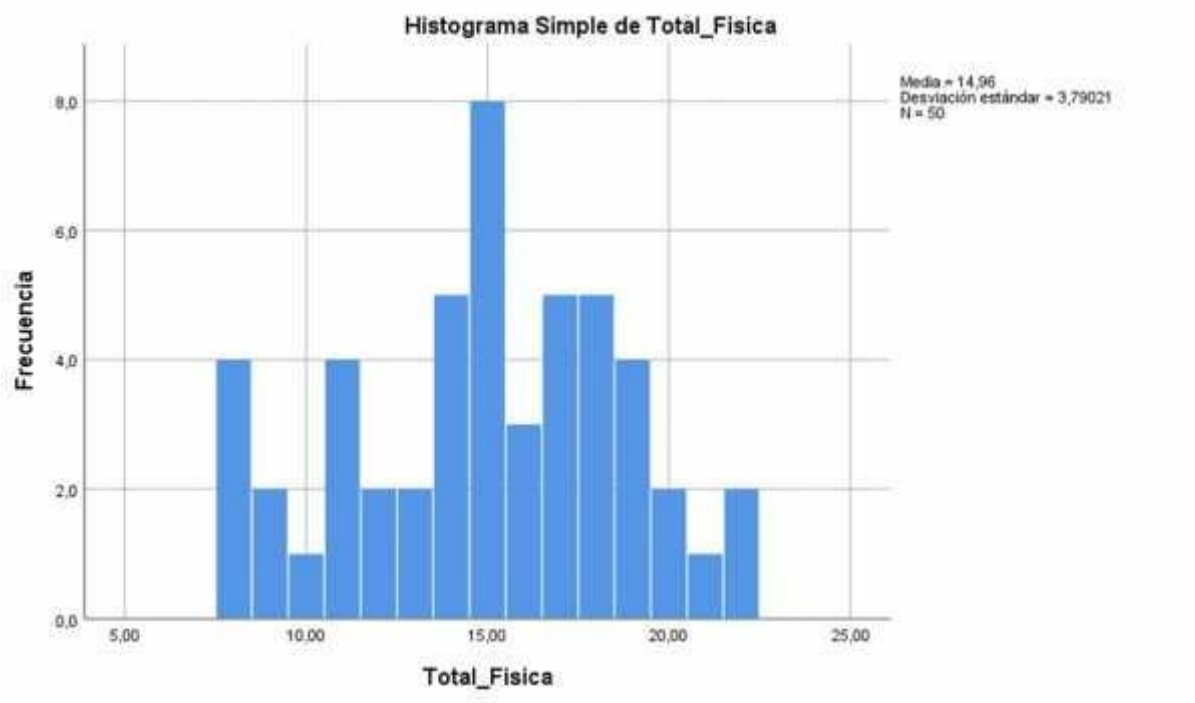


Fuente: Elaboración propia a partir del análisis en SPSS.

Esta dimensión se centró en la percepción de los beneficios fisiológicos y de bienestar corporal. La Tabla 3 resume los resultados de los cinco ítems evaluados.

Los hallazgos de la dimensión emotiva indican una percepción mayoritariamente positiva. Se destaca que el **50%** de los participantes manifestó sentir "Casi siempre" o "Siempre" más ganas de hablar y compartir después de las sesiones. De igual manera, un **48%** reportó percibir cambios positivos en su estado de ánimo. El beneficio relacionado con la experimentación de alegría también fue altamente valorado, con un **40%** en las categorías más altas de la escala. En contraste, el ítem con la percepción menos favorable fue el relacionado con la capacidad de mantener la atención, donde un **40%** de los encuestados indicó que la risoterapia "Nunca" o "Casi nunca" le ayuda en este aspecto.

Figura 2. Percepción de los beneficios de la risoterapia por el adulto mayor del centro de salud Pampa Grande, Tumbes 2024, en la Dimensión Física

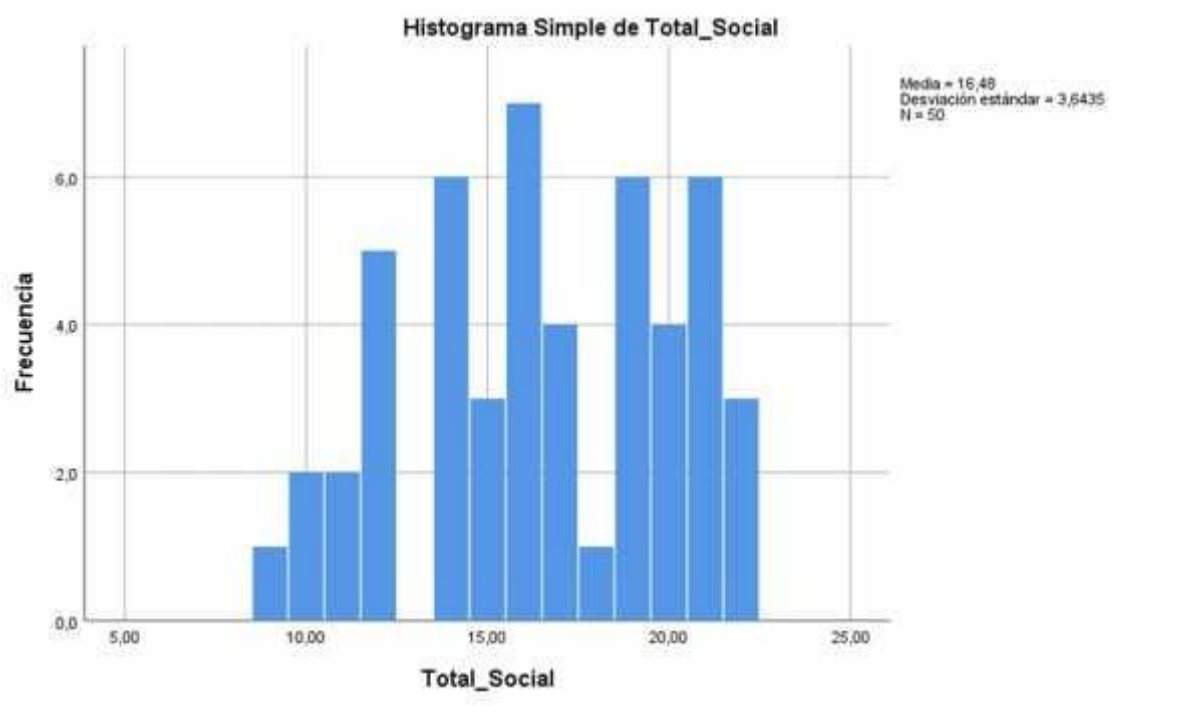


Fuente: Elaboración propia a partir del análisis en SPSS.

En la dimensión física, la percepción de los beneficios fue más moderada. Los efectos más reconocidos fueron el aumento de la energía para deambular, con un **38%** de los participantes reportándolo "Casi siempre" o "Siempre", y la motivación para levantarse de la cama, con un **36%**. Por otro lado, la sensación de rejuvenecimiento fue el beneficio menos percibido, ya que un **40%** de los adultos mayores indicó que "Nunca" o "Casi nunca" considera que la risoterapia le hace sentir de esa manera.

Esta dimensión midió la percepción de los beneficios en la interacción y participación social.

Figura 3. Percepción de los beneficios de la risoterapia por el adulto mayor del centro de salud Pampa Grande, Tumbes 2024, en la Dimensión Social



Fuente: Elaboración propia a partir del análisis en SPSS.

La dimensión social arrojó los resultados más positivos del estudio. Se destaca de manera sobresaliente que un **66%** de los participantes siente que la risoterapia mejora su capacidad de comunicación "Casi siempre" o "Siempre", siendo este el beneficio más altamente percibido de toda la investigación. Asimismo, un **52%** reportó sentirse más motivado para participar en actividades recreativas y un **50%** indicó una mejora en su interrelación con otras personas.

Figura 4. Percepción de los beneficios de la risoterapia por el adulto mayor del centro de salud Pampa Grande, Tumbes 2024, consolidado por cada Dimensión

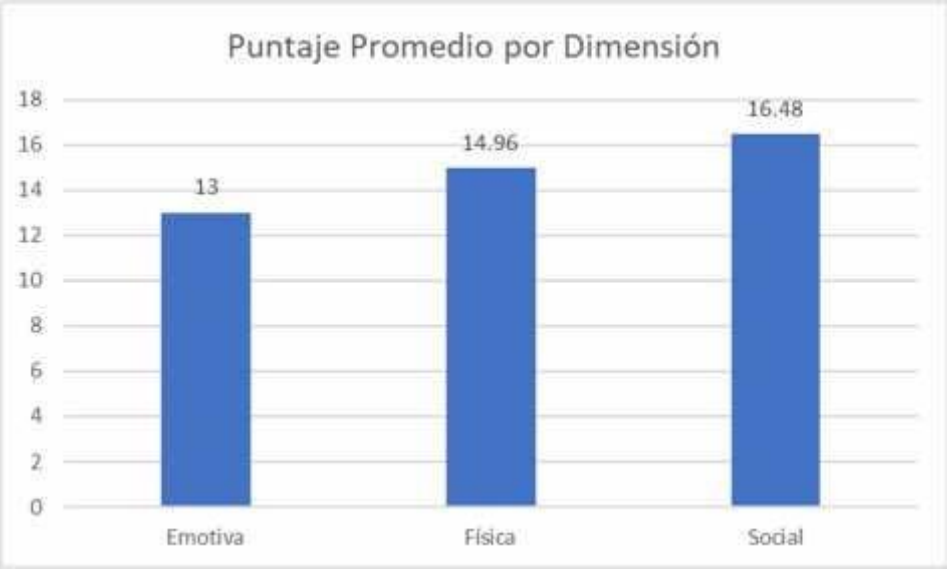


Figura 4. Comparación de las Medias de Percepción por Dimensión

Fuente: Elaboración propia a partir del análisis en SPSS.

Estos resultados globales sugieren que, si bien la risoterapia es percibida como una intervención integral que aporta beneficios en todas las áreas, su impacto más significativo y consistentemente reconocido por los adultos mayores del centro de salud Pampa Grande se manifiesta en el fortalecimiento de los lazos sociales y la mejora de la comunicación.