



New Trendsⁱⁿ
Qualitative
Research



VOLUME 18

Qualitative Research in Health

Investigação Qualitativa em Saúde
Investigación Cualitativa en Salud

DOI:

<https://doi.org/10.36367/ntqr.18.2023.e894>

Gladys Bernardita León Montoya

María Esther Saavedra Chinchayan

Data de submissão: 03/2023

Data de avaliação: 04/2023

Data de publicação: 09/2023

DIMENSIÓN PSICOLÓGICA DE LOS ESTILOS DE VIDA, EN ADULTOS MAYORES DE PERÚ: UNA MIRADA DESDE LAS VIVENCIAS Y LA CARACTERIZACIÓN

RESÚMEN

La investigación; tiene que ver con la expectativa y estilo de vida de la población peruana; la cual según data oficial ha cambiado en los últimos años; en 1970, era de 53 años; en el 2004, de 70 años y se estima que alcanzará los 75 años en el 2025; es decir habría más población adulta; por otro lado en el año 2016 se realizó un estudio sobre caracterización del estilo de vida de las personas adultas mayores de la comunidad de Huancas; encontrando que los estilos de vida en las dimensiones biológica y social son saludables no así en la dimensión psicológica; razón por la cual se realizó esta investigación que tuvo como Objetivos: Comprender el fenómeno de sentirse bien consigo mismos y con la vida que tienen las personas adultas mayores y determinar la dimensión psicológica de sus estilos de vida. Métodos: Investigación cualitativa de enfoque fenomenológico y cuantitativa descriptiva de corte transversal; la población fue de 25 adultos mayores que cumplieron con los criterios de inclusión y a quienes se les aplicó el formulario modificado tipo Escala de Likert sobre estilos de vida en su dimensión psicológica y una entrevista a profundidad. Resultados: En el análisis fenomenológico se encontró las siguientes categorías: 1) Se sienten agradecidos, contentos, felices y gozosos. 2) Con sentimientos encontrados entre tranquilos & preocupados y 3) Dios es la esencia de su vida; en los resultados cuantitativos: el 72.00% de los adultos mayores tienen su dimensión psicológica saludable, en comparación con el 28.00% que no es saludable. Conclusiones: las personas adultas mayores de la comunidad "16 de octubre", están "a veces con sentimientos encontrados, sin embargo, Dios es principio y fin en sus vidas"; asimismo tienen estilos de vida saludables en la dimensión psicológica.

Palabras Clave

Dimensión psicológica; Estilo de vida; Adulto mayor, Vivencias; Caracterización.

PSYCHOLOGICAL DIMENSION OF LIFESTYLES IN OLDER ADULTS IN PERU: A LOOK FROM THE EXPERIENCES AND CHARACTERIZATION

Abstract

The investigation; it has to do with the expectation and lifestyle of the Peruvian population; which according to official data has changed in recent years; in 1970, it was 53 years old; in 2004, 70 years old and it is estimated that he will reach 75 years in 2025; that is to say, there would be more adult population; On the other hand, in 2016, a study was carried out on the characterization of the lifestyle of the elderly in the community of Huancas; finding that the lifestyles in the biological and social dimensions are healthy but not in the psychological dimension; reason for which this research was carried out, which had as Objectives: Understand the phenomenon of feeling good about themselves and with the life that older people have and determine the psychological dimension of their lifestyles. Methods: Qualitative research with a phenomenological and quantitative descriptive cross-sectional approach; The population was 25 older adults who met the inclusion criteria and to whom the modified Likert Scale form on lifestyles in its psychological dimension and an in-depth interview were applied. Results: In the phenomenological analysis, the following categories were found: 1) They feel grateful, content, happy and joyful. 2) With mixed feelings between calm & worried and 3) God is the essence of his life. In the quantitative results: 72.00% of older adults have a healthy psychological dimension, compared to 28.00% that is not healthy. Conclusions: the elderly people of the "16 de Octubre" community are "sometimes with mixed feelings, however, God is the beginning and end of their lives"; They also have healthy lifestyles in the psychological dimension.

Keywords

Psychological dimension; Lifestyle; Elderly; Experiences; Characterization.

1. Introducción

El envejecimiento es en sí mismo, un proceso cuya calidad está directamente relacionada con la forma como la persona satisface sus necesidades a través de todo su ciclo vital. La persona es un ser de necesidades múltiples e interdependientes, por ello las necesidades humanas deben entenderse como un sistema en que las mismas se interrelacionan e interactúan y se satisfacen en tres contextos: en relación con uno mismo, en relación con el grupo social y en relación con el medio ambiente. Sarabia refiere que; la satisfacción de las necesidades de la especie humana, es lo que condiciona la llamada "Calidad de Vida" y esta es, a su vez el fundamento concreto del bienestar social. Cabe indicar que, en el presente trabajo de investigación estas satisfacciones de las necesidades humanas estarán orientadas a la dimensión psicológica de las personas adultas mayores.

Para Ramírez y Agreda, los estilos de vida se identifican por patrones de comportamiento reconocibles que pueden tener un efecto sobre la salud de una persona y que se relacionan con varios aspectos que reflejan las actitudes, valores y comportamientos en la vida de un Ser humano; por ejemplo, en los años 80 se observó que la dislipidemia, la hipertensión arterial y la hiperglicemia, eran condiciones frecuentemente asociadas a un inadecuado estilo de vida. En la actualidad existen evidencias de la relación de los estilos de vida con el cáncer, SIDA, etc. En este marco, los autores antes mencionados refieren que; conocer los estilos de vida y su impacto sobre la salud, cobran valor a pesar que, en la literatura actual se evidencie una gran laguna en la aplicación de instrumentos que estiman este componente. Cid y Merino, realizaron un estudio de investigación titulado: Factores biológicos y psicosociales predictores del estilo de vida del promotor de salud en Chile, encontrando que; sólo la mitad de la muestra estudiada tenían un estilo de vida saludable; estos estilos de vida se enfocan en tres dimensiones: biológica, social y psicológica, siendo esta última el motivo de la presente investigación.

Para ello se utilizó la investigación cualitativa – cuantitativa, es decir una metodología mixta; debido a que, cómo remarcan Ramírez y Agreda líneas arriba; en la actualidad hay relación directa entre los estilos de vida y las enfermedades psicosomáticas sin embargo hay una laguna en la aplicación de instrumentos; razón por la cual esta investigación fue abordada desde la metodología cualitativa a través del enfoque fenomenológico, utilizando la Escuela fenomenológica de Edmund Husserl (la que persigue un acercamiento metodológico, a través del análisis descriptivo de los fenómenos) y cuantitativa de corte transversal; descriptiva; debido a que se cree que, las enfermedades psicosomáticas se deben abordar desde el Ser y Hacer de la persona. Es por ello que se revisó literatura y no se encontró mucha información sobre los métodos mixtos; por lo que se tuvo que innovar diseños de análisis, articulación y triangulación, constituyendo al inicio un problema metodológico, especialmente en el uso de las técnicas y herramientas por ser una investigación mixta. El enfoque fenomenológico fue idóneo para trabajar con la población de estudio; debido a que a través de la fenomenología se comprendió las vivencias de las personas adultas mayores a quienes les satisface mucho conversar y justamente la técnica utilizada fue la entrevista a profundidad, fue una experiencia enriquecedora debido a que fue muy fácil llegar a comprender el sentir de cada uno de ellos y ellas.

Actualmente se vive una revolución de longevidad, donde la dimensión psicológica es la menos estudiada. En ese sentido Leytón y Gómez indican que; se calcula que la población total del mundo está creciendo a una tasa de 1,2 anual, mientras que la población de personas adultas mayores crecerá 3,1% en el periodo 2010 – 2015, siendo el aumento mayor en los países en desarrollo. Entre 2000 y 2050, la proporción de los habitantes del planeta mayores de 60 años se duplicará, pasando del 11% al 22%. En números absolutos, este grupo de edad pasará de 605 millones a 2000 millones en el transcurso de medio siglo. Es un acontecimiento sin precedentes en la historia que la mayoría de las personas de edad madura e incluso mayores tengan unos padres vivos, como ya ocurre en nuestros días. Ello significa que una cantidad mayor de los niños conocerán a sus abuelos e incluso sus bisabuelos, en especial sus bisabuelas. En efecto, las mujeres viven por término medio entre 6 y 8 años más que los hombres. (OMS).

Según el censo/estimaciones de 1970, realizado por el INEI; la población adulta mayor del Perú constituía el 5.54% del total nacional; en el censo de 1993, alcanzó el 6.34%; por tanto, en 23 años la población de adultos mayores creció en menos de 1%. El ritmo de crecimiento se viene incrementando desde hace una década, ya que se calcula que hacia fines del 2004 esta población representará el 7.55% y en el 2025, el 13.27%. Esto significa que en los próximos 20 años la población de adultos mayores llegará casi a duplicarse. Estamos así siendo testigos de un rápido proceso de transición demográfica, por lo que debemos estar preparados para afrontar los cambios y sus consecuencias. Según el Ministerio de salud, de Perú, la expectativa de vida de la población peruana ha cambiado en los últimos años; en 1970, era de 53 años; en el 2004, es de 70 años y se estima que alcanzará los 75 años en el 2025.

Escobedo refiere que; en la ciudad de Chachapoyas, Región de Amazonas; desde Julio del 2015, a través de la municipalidad provincial se apertura el programa del Centro Integral de Atención del Adulto Mayor (CIAM) "Más allá de las Canas", para ofrecer más servicios específicos a las personas de 60 años a más, donde se ejecutarán una serie de intervenciones para promover la salud física, mental, el micro emprendimiento y la inclusión social, para que los adultos mayores del distrito de Chachapoyas, gocen de un proceso de envejecimiento digno, activo, productivo y saludable.

2. Material y Métodos

Investigación cualitativa de enfoque fenomenológico y cuantitativa descriptiva, transversal; que tuvo como objetivos: comprender el fenómeno de sentirse bien consigo mismos y con la vida que tienen actualmente las personas adultas mayores; así mismo determinar la dimensión psicológica de los estilos de vida de la población de la comunidad "16 de octubre" de Chachapoyas con una población muestral que estuvo conformada por todas las personas adultas mayores de la comunidad, que fueron en número de 25, que cumplieron con los criterios de inclusión, (es decir firmaron el consentimiento informado) y los criterios de exclusión (adultos mayores que estaban ausentes al momento de la visita a sus domicilio). Estas entrevistas a profundidad fueron aplicadas por la autora 1, el tiempo de duración fue en aproximadamente 1 hora y se desarrollaron en una sola visita al domicilio de cada uno de Ellos.

Se tuvo en cuenta el rigor científico, a través de los principales criterios enunciados por Noreña et. al, como: la credibilidad (Se les indicó a cada uno de los entrevistados que respondieran la verdad de su sentir, que no tengan ningún temor en decirla; debido a que se manejaría de manera anónima), transferibilidad (La entrevista fue a profundidad, esta se garantizó con la pregunta adicional de: ¿qué más?, esta pregunta garantizó la profundidad de sus respuestas, las que fueron cada vez con más detalles), la consistencia (para el análisis e interpretación, se trató siempre de identificar única y exclusivamente las unidades de significado de los investigados evitando en todo momento contaminarlas con el sentir de las investigadoras), conformabilidad (se transcribió textualmente de manera transparente el audio de cada investigado) relevancia (se comprendió el fenómeno en toda su magnitud, lo que permitió dar recomendaciones y la propuesta de nuevos planteamientos teóricos o conceptuales; como por ejemplo que para el adulto mayor hablar de la dimensión psicológica es hablar de la presencia de Dios en su vida) y la adecuación teórico-epistemológica (una vez obtenidos los resultados cualitativos se contrastaron con los resultados cuantitativos).

El método aplicado, para el enfoque fenomenológico se realizó a través de la descripción fenomenológica, (donde se identifican las unidades de significado de cada una de las entrevistas; llamadas también unidades fenomenológicas) la reducción fenomenológica (donde las unidades de significado se ordenan de acuerdo a: convergencias e idiosincrasias) y la comprensión (donde se comprende el fenómeno en toda su magnitud); para ello se utilizó como técnica la entrevista a profundidad y cómo instrumento un cuestionario con una sola pregunta abierta: ¿Se siente bien con usted mismo (a) y con la vida que tiene actualmente?; este procesamiento y/o codificación fue realizada por una sola investigadora; las entrevistas se aplicaron hasta que empezaron a repetirse las respuestas de los adultos mayores esto nos indicó que se llegó a la saturación; la que se dio en la entrevista número 13 ; mientras que para la recolección cuantitativa se utilizó un instrumento estandarizado en los Estados Unidos por Walker, Sechrist y Pender y validado por Aguilar en Perú, obteniendo como resultado 0.01, lo que indica un grado de concordancia significativo.

Los resultados cualitativos se presentaron a través de la figura 1. comprensión del fenómeno, el cual es producto de la identificación de las categorías: convergencias, divergencia e idiosincrasias y la información cuantitativa obtenida fue procesada en una base de datos del programa estadístico de Excel y el SPSS versión 20, empleando la distribución de frecuencias absolutas y porcentuales. Se realizó un paseo a Kuelap con todos Ellos (as), como estrategia para llegar a la confianza mutua y de esa manera sean más verídicas las respuestas a ambos instrumentos tanto al cualitativo como al cuantitativo.

3. Resultados

Frente a la pregunta de investigación ¿Se siente bien con usted mismo (a) y con la vida que tiene actualmente?; en el análisis cualitativo se encontró; convergencias (agradecidos, gozosos, contentos y felices), divergencias (Bien & mal, tranquilidad & estrés; tranquilidad & preocupación) y como idiosincrasias las siguientes:(preparados para ir a Dios cuando Él lo decida; Dios quiere tenerlos así; Dios les da la vida y agradecen a Dios por los esposos y los hijos buenos); de todo lo antes mencionado se identifican las siguientes categorías:

- 1) Se sienten agradecidos, contentos, felices y gozosos.
- 2) Sentimientos encontrados entre tranquilos & preocupados y
- 3) Dios es la esencia de su vida; llegando así a la comprensión del fenómeno; descrito de la siguiente manera: "A VECES CON SENTIMIENTOS ENCONTRADOS, SIN EMBARGO, DIOS ES PRINCIPIO Y FIN EN SUS VIDAS".

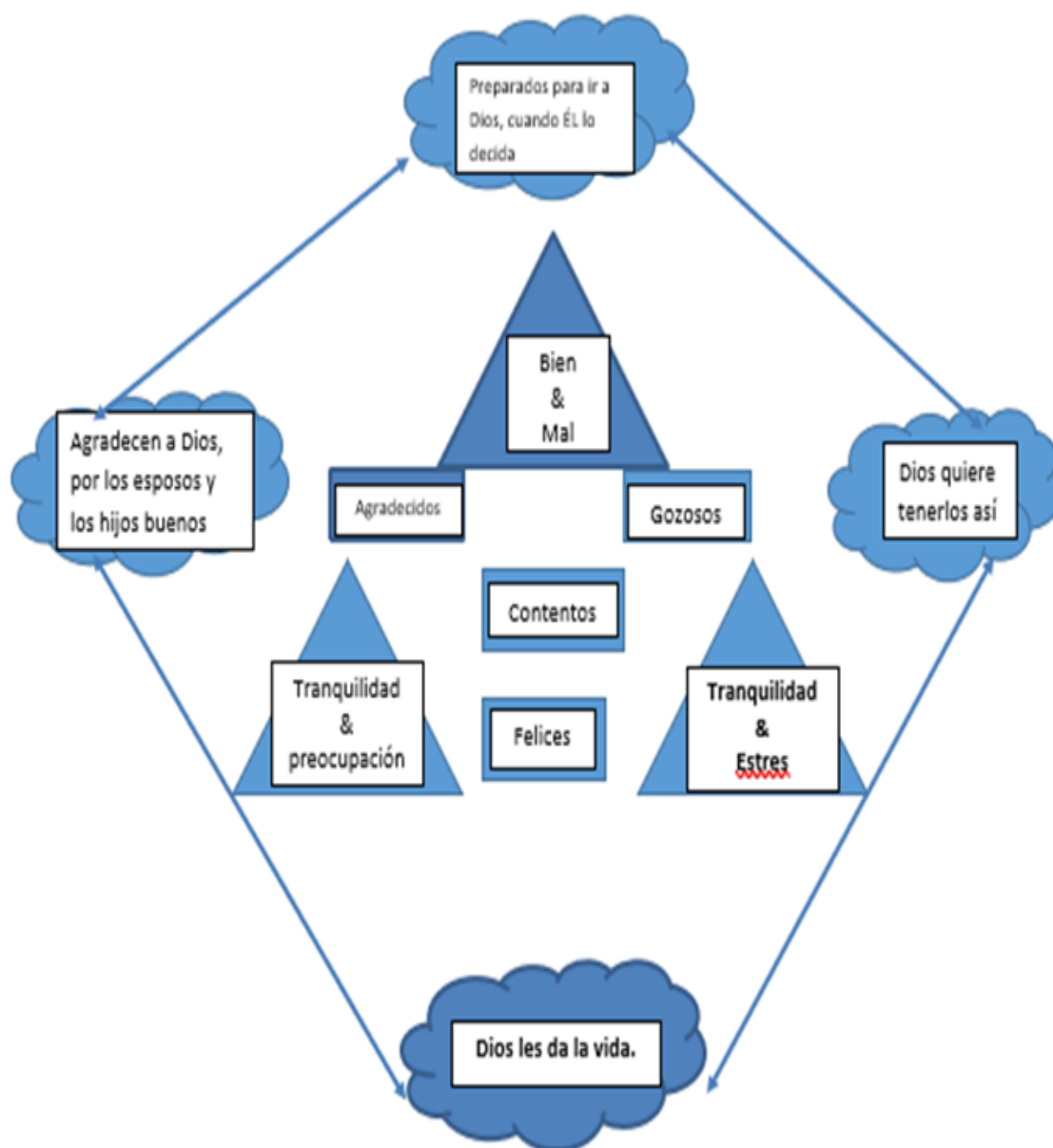


Figura 1. Aproximación del fenómeno

Tabla 1: Estilo de vida en la dimensión psicológica de las personas adultas mayores de la comunidad 16 de octubre, Chachapoyas, 2017.

Estilos de vida dimensión Psicológica		
Estilos de vida	Número	Porcentaje
Saludables	18	72,00%
No saludables	07	28,00%
TOTAL	25	100,00

Las variables que fueron parte del cuestionario para determinar si los estilos eran saludables o no; fueron las siguientes: Identifican situaciones que les preocupan en su vida; utilizan métodos para afrontar el estrés; desahogan de manera positiva sus tensiones; realizan siesta después de sus comidas como parte de relajación; se concentran en pensamientos agradables a la hora de acostarse; practican ejercicios de respiración como parte de una relajación; se encuentran satisfechos con lo que han realizado durante su vida; se encuentran satisfechos con las actividades que actualmente realizan; se cuidan y se quieren a sí mismo; siendo el resultado final el que se muestra en la presente tabla el 72% de las personas adultas mayores tienen estilos de vida saludables en la dimensión psicológica.

Tabla 2: Características de las personas adultas mayores de la comunidad 16 de octubre, Chachapoyas, 2017

Grupo Etario	Número	Porcentaje
60 a 70 años	11	44,00
71 a 80 años	10	40,00
81 a más	04	16,00
Sexo		
Masculino	09	36,00
Femenino	16	64,00
Grado de Instrucción		
Analfabeto	04	16,00
Primaria incompleta	12	48,00
Primaria completa	06	24,00
Secundaria incompleta	02	8,00
Técnico	01	4,00
Estado civil		
Casados	14	56,00
convivientes	03	12,00
Viudos(as)	05	20,00
Solteros(as)	02	8,00
Divorciado	01	4,00
Trabaja		
Si	05	20,00
No	20	80,00

4. Discusión

En la comprensión del fenómeno de; sentirse bien consigo mismos y con la vida que tienen; se identificó que: en las convergencias; las personas adultas mayores se sienten: agradecidas, gozosas, contentas, felices con Dios y con los integrantes de su familia (esposa o esposo e hijos, hijas). En las divergencias, se encontró que; se sienten: bien & mal; tranquilas & estresadas, tranquilas & preocupadas; es decir si bien es cierto, tienen una familia la que hace que se sientan bien, sin embargo tienen momentos donde se sienten mal, sobre todo cuando se dan cuenta de algunas carencias: afectivas, económicas, etc.; preocupándolas y estresándolas, sin embargo luego se tranquilizan; así mismo se identificaron las idiosincrasias como: "se encuentran preparados para ir con Dios cuando Él lo decida"; "agradecen al todopoderoso por los esposos y los hijos buenos"; "Dios quiere tenerlos así " finalmente "Dios es quien les da la vida". Al comprender el fenómeno se puede decir que; las personas adultas mayores de la comunidad 16 de octubre "A veces se sienten con sentimientos encontrados, sin embargo, Dios es principio y fin en sus vidas".

Al contrastar estos resultados con la bibliografía existente, se encontró información similar de Guerrero et, al en personas adultas hospitalizadas; Gómez, et. al encontró lo mismo en personal adultas que presenta una enfermedad crónica; Couttolenc, indica también que; a mayor edad sus creencias se consolidan más. Demostrando así con esta investigación que los resultados cuantitativos que existen son similares a los cualitativos que se encontraron en la presente investigación; ambos se ratifican desde dos miradas diferentes (cualitativa y cuantitativa).

En la tabla 1; referente al estilo de vida de las personas adultas mayores de la comunidad de 16 de octubre, en su dimensión psicológica se encontró que; el 72% son saludables en esta dimensión; en contradicción con los resultados encontrados por Aguilar, que encontró que tan solo el 38% son saludables y León & Saavedra; encontraron que en la dimensión psicológica, el 50% son saludables; probablemente se deba entre otros factores a que en el momento de la aplicación del instrumento, los adultos mayores pertenecían de manera activa al club del adulto mayor; evidenciándose de esta manera que; el tenerlos en reuniones constantes; donde realizan diferentes actividades físicas; mejoran su estilo de vida, sobre todo en la dimensión psicológica. Estos resultados también coinciden con los encontrados por Shan Li; et al; en Taiwán encontraron que la actividad física tiene un impacto significativo en la satisfacción con la vida de las personas de mediana edad y mayores; de la misma manera Martins; et al, en Brasil encontraron que; las condiciones adversas de salud física y mental pueden influir en la satisfacción con la vida de los ancianos.

5. Consideraciones Finales o Conclusiones

- Esta investigación por ser mixta tuvo 02 resultados; el cualitativo y el cuantitativo; el primero con enfoque fenomenológico donde se comprendió el fenómeno de: sentirse bien consigo mismos y con la vida que tienen; en las personas adultas mayores de la comunidad 16 de octubre; que fueron en número adecuado para la presente investigación. Este fenómeno comprendido fue: "a veces están con sentimientos

encontrados, sin embargo, Dios es principio y fin en sus vidas". Destacando la fe en todo momento y que es muy importante para Ellas y Ellos; les da paz, tranquilidad y sosiego pese a las dificultades que tienen, ya sea con sus esposos (as) e hijos(as), Vivencian que están preparados (as) para partir en cualquier momento.

- Con la fenomenología, se comprendió el fenómeno de sus vivencias las cuales al ser contrastadas con la literatura actual se confirmó el conocimiento cuantitativo a través de lo cualitativo dando así un aporte importante a la comunidad científica; remarcando que; la investigación cualitativa aporta en la generación de conocimientos; razón por la cual se debe impartir en las cátedras universitarias, en las investigaciones y en las intervenciones de responsabilidad social universitaria a nivel de pre y posgrado.
- Referente a los resultados cuantitativos se encontró que; los estilos de vida en su dimensión psicológica, de las personas adultas mayores; son saludables. En su mayoría pertenecen al sexo femenino, se encuentran entre 60 y 80 años de edad, tienen primaria incompleta o son analfabetas, están casadas (os) y no trabajan.
- Con ambos enfoques (Cualitativo y cuantitativo), se encontró que; si la dimensión psicológica de los adultos mayores es saludable; estos se van a encontrar: Gozosos, contentos, felices, a veces con sentimientos encontrados y sobre todo agradecidos con la voluntad de Dios; es decir un 72% saludables.
- Dentro de las limitaciones encontradas está, la ausencia de trabajos cuali-cuantitativos, que sirvan como referentes para los investigadores que deseen hacer investigación mixta.

6. Referencias

Aguilar, G. (2014). Estilo de vida del adulto mayor que asiste al Hospital Materno Infantil villa maría del triunfo. [tesis para optar el grado de licenciada en enfermería]. UNMSM. Perú <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/3579#:~:text=En%20cuanto%20a%20los%20es%20filos,esti%20de%20vida%20no%20saludable>.

Cid, P., Merino, J. (2006). Factores biológicos y psicosociales predictores del estilo de vida promotor de salud. [Revista en internet]. Chile; [Citado 2013 mayo. 18]. [9 páginas]. https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-98872006001200001

Couttolenc, J. (2019). Prácticas religiosas, importantes en la vida de adultos mayores. UV. México. <https://www.uv.mx/prensa/general/practicas-religiosas-importantes-en-la-vida-de-adultos-mayores/>

Escobedo; M. (2015) Se apertura el programa centro integral de atención del adulto mayor "más allá de las canas". <https://www.munichachapoyas.gob.pe/.../se-apertura-el-programa-centro-integr...>

Gómez, I; Cantillo, D; Coronado, M; López, A & Vergara, Y; (2016). Espiritualidad y religiosidad en adultos mayores con enfermedad crónica. http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0120-53072016000200002&script=sci_arttext&lng=es

Guerrero, R; García, A; Aguilar, P. & Albañil, S. (2021) Significado de la espiritualidad en la vivencia del adulto mayor hospitalizado. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03192021000400010

Inel (2015) Esperanza de vida de población peruana aumentó en 15 años en las últimas cuatro décadas <https://m.inei.gob.pe/prensa/noticias/esperanza-de-vida-de-poblacion-peruana-aumento-en-15-anos-en-las-ultimas-cuatro-decadas-8723/>

Leiton, Z., Gómez, M. (2012). El cuidado singular durante el envejecimiento y la vejez. 1era edición. Editorial universitaria de la UNT. Perú

León, G; Saavedra, M. (2017) caracterización de los estilos de vida de las personas adultas mayores de la comunidad de huancas, Amazonas - Perú

Martins, J; Fontaine, A; & Liberalesso, A. (2016). The influence of physical and mental health on life satisfaction is mediated by self-rated health: A study with Brazilian elderly <https://doi.org/10.1016/j.archger.2016.03.009>

Minsa (2014). Informe de gestión 2014. Perfil del adulto mayor. Perú – Intra II -2014 <https://www.minsa.gob.pe/Recursos/OTRANS/12GestInstitucional/Informes/2014/InfGes2014.pdf>

Noreña, A; Alcaraz, N; Rojas, J; & Rebolledo, D. (2012) Aplicabilidad de los criterios de rigor y éticos en la investigación cualitativa. <http://www.scielo.org.co/pdf/aqui/v12n3/v12n3a06.pdf>

OMS (2022) Envejecimiento y salud. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>


Ramírez, R; Agreda, R. (2012), Fiabilidad y validez del instrumento "Fantástico" para medir el estilo de vida en adultos colombianos. <http://www.scielo.org.co/pdf/rsap/v14n2/v14n2a04.pdf>

Shan, P; Jung, Ch; Ling, Y; Ting, Y; & Yu, Ch. (2023). Tawan.The effect of research on life satisfaction in middle-aged and older adults: physical disability and physical activity as a parallel and serial mediation analysis. <https://link.springer.com/content/pdf/10.1186/s12877-023-03873-7.pdf>

Sarabia; C. (2009). Envejecimiento exitoso y calidad de vida. Su papel en las teorías del envejecimiento. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1134-928X2009000400005.

Gladys Bernardita León Montoya


Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas, Perú

 <https://orcid.org/0000-0003-0578-5030>

✉ gladys.leon@untrm.edu.pe

María Esther Saavedra Chinchayan

Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas, Perú

 <https://orcid.org/0000-0001-6177-9482>

✉ maria.saavedra@untrm.edu.pe