TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

FACULTAD DE ENFERMERÍA

CARRERA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

"EFECTIVIDAD DE UN PROGRAMA EDUCATIVO EN EL NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE AUTOCUIDADO EN ADULTOS MAYORES DE UN CENTRO DE ATENCIÓN DE LIMA SUR, 2025"

Tesis para optar el título profesional de:

LICENCIADA EN ENFERMERÍA

Presentado por:

Yomira Fabiola Sanchez Loayza (0009-0001-8272-885X)

Brisa Alexandra Uribe Espinoza (0009-0008-2321-5510)

Asesor:

Denisse Geraldine Gonzales Alarcon (0000-0002-6887-2003)

Lima – Perú

2026

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

FACULTAD DE ENFERMERÍA

CARRERA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

"EFECTIVIDAD DE UN PROGRAMA EDUCATIVO EN EL NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE AUTOCUIDADO EN ADULTOS MAYORES DE UN CENTRO DE ATENCIÓN DE LIMA SUR, 2025"

Tesis para optar el título profesional de:

LICENCIADA EN ENFERMERÍA

Presentado por:

Yomira Fabiola Sanchez Loayza (0009-0001-8272-885X)

Brisa Alexandra Uribe Espinoza (0009-0008-2321-5510)

Asesor:

Denisse Geraldine Gonzales Alarcon (0000-0002-6887-2003)

Lima – Perú

2026

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

Lima, 08 de abril del 2026
Hora: 06:00 p.m.

Los integrantes del Jurado de tesis

Presidente: DRA. URSULA ELISA ELIAS BRAVO

Miembro1: DRA. CLEOPATRA HUAPAYA PIZARRO

Miembro2: MG. VIVIANA DE LOS ANGELES GALARZA

Se reúnen para evaluar la tesis titulada: **EFECTIVIDAD DE UN PROGRAMA EDUCATIVO EN EL NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE AUTOCUIDADO EN ADULTOS MAYORES DE UN CENTRO DE ATENCIÓN DE LIMA SUR, 2025.**

Presentada por la bachiller:

Bachiller: Sánchez Loayza, Yomira Fabiola

Bachiller: Uribe Espinoza,BrisaAlexandra

Para optar el Título Profesional de Licenciados en Enfermería, asesorada por la Mg. Denisse Gonzales Alarcón

Luego de haber evaluado el informe final de tesis y evaluado el desempeño de los estudiantes/bachilleres de la Carrera de Enfermería en la sustentación, concluyen de manera unánime (X) por mayoría simple ( ) calificar a:

Tesista: Sánchez Loayza, Yomira Fabiola			Nota (en letras): Diecisiete
Aprobado - Sobresaliente ( )	Aprobado - Muy buena (X)	Aprobado ( )	Desaprobado ( )

Tesista: Uribe Espinoza, Brisa Alexandra			Nota (en letras): Dieciocho
Aprobado - Sobresaliente ( )	Aprobado - Muy buena (X)	Aprobado ( )	Desaprobado ( )

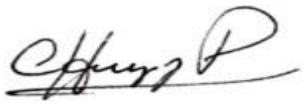
Siendo las 16:52 horas, el acto de sustentación ha concluido y los miembros del jurado firman en señal de conformidad.



DRA. URSULA ELISA ELIAS BRAVO
Presidente(a) del Jurado

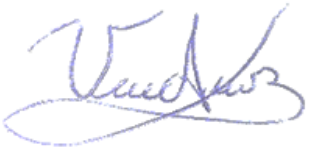


Mg.Denisse Gonzales Alarcón (Asesora)



DRA. CLEOPATRA HUAPAYA PIZARRO

Jurado 1



MG. VIVIANA DE LOS ANGELES GALARZA

Jurado2

ANEXO 21: FORMATO DE DECLARACIÓN DE ORIGINALIDAD DE CONTENIDO DE INFORME FINAL DE TESIS O TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

DECLARACIÓN DE ORIGINALIDAD DE CONTENIDO DE INFORME FINAL DE TESIS / TRABAJO DE INVESTIGACIÓN[1]

Lima, 11 de Abril de 2026

Señor,
Dr. Percy Mayta Tristan
Vicerrectorado de Investigación
Universidad Científica del Sur
Presente. –

De nuestra consideración,

Yo: Uribe Espinoza Brisa Alexandra y Sanchez Loayza Yomira Fabiola, egresadas de la Carrera de Enfermería de la Universidad Científica del Sur, en conjunto con la asesora de tesis Denisse Gonzales Alarcón, declaramos que este informe final de tesis titulado: Efectividad de un Programa Educativo en el Nivel de Conocimiento sobre Autocuidado en Adultos Mayores de un Centro de Atención de Lima Sur, 2025, sustentado para obtener el título de licenciada(o) en enfermería es original.

Es decir, no contiene plagio parcial ni total, cuando se utilizó información de fuentes externas se reconoció la autoría mediante la adecuada citación y los resultados obtenidos son producto entero de nuestra investigación y no han sido falseados ni fabricados. Todo esto en cumplimiento del Código de ética en la investigación, Reglamento del Comité de Integridad Científica, Reglamento de Propiedad Intelectual, Normas y procedimientos de los trabajos de investigación para la obtención de títulos profesionales y grados académicos [2], que afirmamos conocer en su totalidad.

Por ello, en caso de identificarse alguna situación de plagio, falsificación o fabricación de resultados, nos allanamos al proceso de investigación que establezca la Universidad y las posibles sanciones que pudieran surgir.

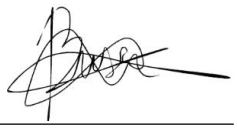
Firmamos en conformidad con lo declarado,



Firma Integrante 1
DNI: 72707017



Firma del asesor de tesis
Denisse Gonzales Alarcón
DNI: 43544649



Firma integrante 2
DNI: 73126364

[1] En conformidad con la Resolución del Consejo Directivo N° 084-2022-SUNEDU/CD
[2] Los documentos están en: https://investigacion.cientifica.edu.pe/reglamentos/

INFORME DE REVISIÓN DE ORIGINALIDAD

Título del documento evaluado. Efectividad de un programa educativo en el nivel de conocimiento sobre autocuidado en adultos mayores de un centro de atención de Lima sur, 2025

Autores. Yomira Fabiola Sanchez Loayza; Brisa Alexandra Uribe Espinoza

Mecanismo de revisión de originalidad. Evaluación con Turnitin (ID 2931278392)

Código de registro. PRE-20-2025-00023

Resultado de la evaluación. 9%

Revisado por. Magaly Kelly Guerrero Huaracallo.

Comentarios sobre la revisión. Filtros usados: excluir fuentes de menos de 12 palabras; excluir citas.



Efectividad de un programa

INFORME DE ORIGINALIDAD

9%	8%	2%	3%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.unac.edu.pe Fuente de Internet	1%
2	pmc.ncbi.nlm.nih.gov Fuente de Internet	<1%
3	Submitted to Universidad Tecnologica de los Andes Trabajo del estudiante	<1%
4	www.semeg.es Fuente de Internet	<1%
5	repositorio.uss.edu.pe Fuente de Internet	<1%
6	Submitted to Centro Universitario Cardenal Cisneros - LTI Trabajo del estudiante	<1%
7	worldwidescience.org Fuente de Internet	<1%

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

DEDICATORIA

A nuestros padres, por ser el soporte constante que nos sostuvo en cada etapa de este camino y por la confianza profunda que siempre depositaron en nosotras. Su apoyo y fe inquebrantable en nuestras capacidades fueron la luz y la fuerza que nos guiaron a lo largo de este camino.

Gracias por acompañarnos con paciencia, por brindarnos estabilidad en los momentos más exigentes, por cada palabra de aliento y por habernos enseñado el valor de la perseverancia, el trabajo duro y la educación.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

AGRADECIMIENTOS

A todas las personas que nos alentaron a seguir adelante y creyeron en nuestro esfuerzo. A todos los que, de distintas formas, nos ofrecieron su apoyo para la realización de este proyecto. Nuestro sincero agradecimiento por estar presentes en este proceso.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

RESUMEN

Introducción: El envejecimiento poblacional en Perú está acompañado de un incremento de enfermedades crónicas y limitaciones funcionales lo cual demanda intervenciones orientadas al fortalecimiento del autocuidado de la población adulto mayor. Durante la práctica en el Centro del Adulto Mayor Tayta Wasi se identificaron debilidades en alimentación e higiene, lo cual justifica el desarrollo de un programa educativo para mejorar estas capacidades. **Objetivo:** Determinar la efectividad de un programa educativo en el conocimiento sobre autocuidado de adultos mayores de un centro de atención en Lima sur 2025. **Materiales y métodos:** Estudio cuantitativo, cuasi experimental y de corte longitudinal. La muestra estuvo conformada por 42 adultos mayores; 35 completaron el programa, seleccionados por muestreo no probabilístico. Se aplicó un pre-test y pos-test utilizando un cuestionario sobre conocimientos validado de 17 ítems, además del SPMSQ de Pfeiffer para la selección de participantes. El análisis se realizó mediante estadística descriptiva y la prueba de McNemar. **Resultados:** Antes de la intervención, el 19.05% presentaba un nivel de conocimiento adecuado, después de la intervención, aumento a 77.14%. La diferencia fue estadísticamente significativa ($p<0.001$), evidenciando un incremento notable del puntaje promedio de conocimiento.

Conclusión: El programa educativo fue efectivo para mejorar el conocimiento sobre autocuidado en adultos mayores. La metodología participativa y el uso de materiales didácticos y accesibles facilitaron la comprensión y favorecieron la apropiación de prácticas saludables. Su implementación representa un aporte disciplinar relevante para la enfermera al fortalecer la autonomía y promover un envejecimiento saludable.

Palabras clave: Efectividad, autocuidado, conocimiento, adultos mayores, programa.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

ABSTRACT

Introduction: Population aging in Peru is accompanied by an increase in chronic diseases and functional limitations, which demands interventions aimed at strengthening the self-care of the elderly population. During the practice at the Tayta Wasi Elderly Center, weaknesses in nutrition and hygiene were identified, justifying the development of an educational program to improve these capacities. **Objective:** Determine the effectiveness of an educational program on the knowledge of self-care among older adults at a care center in South Lima in 2025. **Materials and methods:** Quantitative, quasi-experimental, and longitudinal study. The sample consisted of 42 older adults; 35 completed the program, selected through non-probabilistic sampling. A pre-test and post-test were applied using a validated 17-item knowledge questionnaire, in addition to Pfeiffer's SPMSQ for participant selection. The analysis was performed using descriptive statistics and the McNemar test. **Results:** Before the intervention, 20% presented an adequate level of knowledge; after the intervention, this increased to 77.14%. The difference was statistically significant ($p<0.001$), showing a notable increase in the average knowledge score.

Conclusion: The educational program was effective in improving self-care knowledge in older adults. The participatory methodology and the use of didactic and accessible materials facilitated understanding and encouraged the adoption of healthy practices. Its implementation represents a relevant disciplinary contribution for nurses by strengthening autonomy and promoting healthy aging.

Keywords: Effectiveness, self-care, knowledge, older adults, program

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis