

Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco

Facultad de Derecho y Ciencias Sociales

Escuela Profesional de Psicología



**“Estilos de Vida y Deterioro Cognitivo en Adultos Mayores del Distrito de
Ocongate, Provincia de Quispicanchi, Cusco – 2020”**

Tesis Presentada por:

Bach. Adela Nina Cutipa

Para Optar al Título Profesional de:

Licenciada en Psicología

Asesor:

Mgt. Ps. Juan Segismundo Durand Guzmán

Cusco – Perú

2021

RESUMEN

Los estilos de vida saludables ayuda a que el funcionamiento cognitivo no se declive aceleradamente en los adultos mayores, pese a su normal desgaste conforme va avanzando la edad. El deterioro cognitivo, planteado por la OMS, es la decadencia de las funciones superiores. El presente estudio es de enfoque cuantitativo, de tipo correlacional descriptivo, con diseño no experimental, el objetivo fue identificar la relación que existe entre estilos de vida y deterioro cognitivo en adultos mayores del distrito de Ocongate, provincia de Quispicanchi, Cusco – 2020; se trabajó con una muestra de 226 adultos mayores, fue importante utilizar el Test Fantástico de Duglas M. C. y Mini Mental State Examination de Folstein, McHugh y Fanjiang, establecido mediante tipo de muestreo probabilístico aleatorio. De acuerdo a la prueba de hipótesis Rho de Spearman existe relación entre las variables de estudio, se tiene que el “p” valor es de -0.62 indica la correlación negativa, a mayor práctica de estilos de vida es menor el deterioro cognitivo y viceversa, afortunadamente el estadístico nos da la seguridad de bilateralidad, es decir que puede ser de la siguiente forma; si tienen un deterioro cognitivo acelerado es porque practican estilos de vida poco saludables.

Palabras clave: *estilos de vida, deterioro cognitivo y adultos mayores*