

ANEXO 1: FORMATO CUESTIONARIOS SOC- 13 Y WHOQOL- Bref

El objetivo de los siguientes cuestionarios, es conocer el sentido de coherencia y la calidad de vida que tienen las personas mayores de 65 años, que pueden o no estar en situación de dependencia. Los datos que usted suministre serán confidenciales y en ningún caso serán comunicados a nadie de manera personal, sólo serán utilizados para los fines de la investigación.

DATOS GENERALES

1. **Edad** _____

2. **Sexo**

Mujer ☐ Hombre ☐

3. **Estado civil**

Soltero/a ☐ Divorciado/a ☐ Casado/a ☐ Viudo/a ☐ con pareja ☐

4. **¿Estudios que ha realizado usted?**

Primarios ☐ Secundarios ☐ Técnicos ☐ Universitarios ☐

5. **Recibe ayudas**

Públicas ☐ familiares ☐

6. **De los siguientes colectivos de quien recibe apoyo**

Familia ☐ Amigos ☐

7. **¿Cuántos años lleva asistiendo a la asociación de vecinos Manuel Viola?** _____

8. **¿Qué actividades desempeña dentro de la asociación?**

9. **¿Considera que los hábitos que ha aplicado durante su vida, son saludables?**

SI ☐ NO ☐

CUESTIONARIO DE ORIENTACIÓN ANTE LA VIDA (SOC-13)

Aquí se presentan una serie de preguntas referentes a varios aspectos de nuestras vidas. Cada pregunta tiene 7 posibles respuestas. Por favor, marque el número que mejor exprese su opinión, siendo los números 1 y 7 los extremos de cada pregunta. Si usted opina de manera diferente marque, por favor, el número que mejor exprese o más se aproxime a su opinión. Por favor, marque sólo una respuesta en cada pregunta.

1. **¿Tiene la impresión de que realmente no le importa lo que pase a su alrededor?**

1	2	3	4	5	6	7
☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Muy rara vez						Muy a menudo o nunca

2. ¿Le ha ocurrido alguna vez que le sorprenda la conducta de alguien cuando pensaba que le conocía bien?

1	2	3	4	5	6	7
☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Nunca me ha pasado						Siempre me ha pasado

3. ¿Le han decepcionado algunas personas en las que confiaba?

1	2	3	4	5	6	7
☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Nunca me ha pasado						Siempre me ha pasado

4. Hasta ahora su vida:

1	2	3	4	5	6	7
☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
No ha tenido objetivos, metas o interese claros						Tiene metas muy claras

5. ¿Tiene la impresión de que ha sido tratado injustamente?

1	2	3	4	5	6	7
☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Muy a menudo						Nunca o muy rara vez

6. ¿Tiene la impresión de encontrarse en una situación poco familiar y de no saber qué hacer?

1	2	3	4	5	6	7
☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Muy a menudo						Nunca o muy rara vez

7. El llevar a cabo sus actividades día a día constituye:

1	2	3	4	5	6	7
☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Una fuente de satisfacción y placer profundo						Una fuente de dolor y aburrimiento

8. ¿Tiene sentimientos/ideas muy confusas?

1	2	3	4	5	6	7
☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Muy a menudo						Casi nunca o nunca

9. ¿Le ocurre a usted tener sentimientos que preferiría no tener?

1	2	3	4	5	6	7
☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Muy a menudo						Casi nunca o nunca

10. Muchas personas -incluso aquellas con un carácter fuerte- algunas veces se vienen abajo y se sienten perdedoras en algunas situaciones. ¿Con qué frecuencia se ha sentido así en el pasado?

1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	5 ☐	6 ☐	7 ☐
Nunca						Muy a menudo

11. Cuando ha ocurrido algo, usted generalmente ha encontrado que:

1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	5 ☐	6 ☐	7 ☐
Les ha dado excesiva o escasa importancia						Has visto las cosas en su proporción adecuada

12. ¿Con qué frecuencia tiene la impresión de que las cosas que hace en su vida cotidiana tienen poco sentido?

1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	5 ☐	6 ☐	7 ☐
Muy a menudo						Casi nunca o nunca

13. ¿Con qué frecuencia tiene la impresión de que no está seguro de poder actuar bajo control?

1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	5 ☐	6 ☐	7 ☐
Muy a menudo						Casi nunca o nunca

CUESTIONARIO DE CALIDAD DE VIDA (WHOQOL-BREF)

Este cuestionario sirve para conocer su opinión acerca de su calidad de vida, su salud y otras áreas de su vida. Por favor, conteste a todas las preguntas. Si no está seguro qué respuesta dar a una pregunta, escoja la que le parezca más apropiada. A veces, ésta puede ser su primera respuesta.

Tenga presente su modo de vivir, expectativas, placeres y preocupaciones. Le pedimos que piense en su vida durante las últimas dos semanas.

Por favor lea cada pregunta, valore sus sentimientos y haga un círculo en el número de la escala de cada pregunta que sea su mejor respuesta.

	Muy mal	Poco	Lo normal	Bastante bien	Muy bien
1 ¿Cómo puntuaría su calidad de vida?					
2 ¿Cuán satisfecho está con su salud?					

Las siguientes preguntas hacen referencia a cuánto ha experimentado ciertos hechos en las últimas dos semanas

	Nada	Un poco	Lo normal	Bastante	Extremadamente
3 ¿Hasta que punto piensa que el dolor (físico) le impide hacer lo que necesita?					
4 ¿Cuánto necesita de cualquier tratamiento médico para funcionar en su vida diaria?					
5 ¿Cuánto disfruta de la vida?					
6 ¿Hasta que punto siente que su vida tiene sentido?					
7 ¿Cuál es su capacidad de concentración?					
8 ¿Cuánta seguridad siente en su vida diaria?					
9 ¿Cuán saludable es el ambiente físico a su alrededor?					

Las siguientes preguntas hacen referencia a “cuan totalmente” usted experimenta o fue capaz de hacer ciertas cosas en las últimas dos semanas.

	Nada	Un poco	Modera- do	Bastante	Totalmente
10 ¿Tiene energía suficiente para su vida diaria?					
11 ¿Es capaz de aceptar su apariencia física?					
12 ¿Tiene suficiente dinero para cubrir sus necesidades?					
13 ¿Qué disponible tiene la información que necesita en su vida diaria?					
14 ¿Hasta qué punto tiene oportunidad para realizar actividades de ocio?					

	Nada	Un poco	L o normal	Bastante	Extremadamente
15 ¿Es capaz de desplazarse de un lugar a otro?					

Las siguientes preguntas hacen referencia a “cuan satisfecho o bien” se ha sentido en varios aspectos de su vida en las últimas dos semanas

	Poco satisfecho	Poco	Lo normal	Bastante satisfecho	Muy satis- fecho
16 ¿Cuán satisfecho está con su sueño?					
17 ¿Cuán satisfecho está con su habilidad para realizar sus actividades de la vida diaria?					
18 ¿Cuán satisfecho está con su capacidad de trabajo?					
19 ¿Cuán satisfecho está de sí mismo?					
20 ¿Cuán satisfecho está con sus relaciones personales?					
21 ¿Cuán satisfecho está con su vida sexual?					
22 ¿Cuán satisfecho está con el apoyo que obtiene de sus amigos?					
23 ¿Cuán satisfecho está de las condiciones del lugar donde vive?					
24 ¿Cuán satisfecho está con el acceso que tiene a los servicios sanitarios?					
25 ¿Cuán satisfecho está con su transporte?					

La siguiente pregunta hace referencia a la frecuencia con que Ud. Ha sentido o experimentado ciertos sentimientos en las últimas dos semanas?

	Nunca	Rara- mente	Medianamente	Frecuente- mente	Siempre
26 ¿Con que frecuencia tiene sentimientos negativos , tales como tristeza, desesperanza, ansiedad, depresión?					

ANEXO 2: ANÁLISIS DEL CUESTIONARIO DE DATOS GENERALES

TERCERA EDAD

CÓDIGO	Edad	Sexo	Estado civil	Estudios	Ayudas/apoyo	Años que llevan asistiendo al centro	Hábitos saludables a lo largo de la vida		
1	65	Femenino	Casada	Secundarios	Publicas y familia	10		Si	
2	80	Femenino	Casada	Primarios	Familia	8		Si	
3	65	Femenino	Casada	Primarios	Familia	5		Si	
4	65	Femenino	viuda	Primarios	Familia	1		Si	
5	72	Femenino	viuda	Primarios	Familia	1		si	
6	76	Femenino	Soltero	Primarios	Familia	20		si	
7	69	Femenino	casada	Secundarios	familia	7		si	
8	72	Femenino	viuda	Primarios	Públicas	1		Si	
Medias		70,5				6,63			

CUARTA EDAD

CÓDIGO	Edad	Sexo	Estado civil	Estudios	Ayudas/apoyo	Años que llevan asistiendo al centro	Hábitos saludables a lo largo de la vida		
1	88	Masculino	Casado	Primarios	Familiares	5		si	
2	90	Femenino	Soltera	Primarios	Familiares	2		Si	
3	90	Femenino	Viuda	Primarios	Familiares	2		si	
4	99	Femenino	Viuda	Primarios	No tiene familia	4		Si	
5	86	Masculino	Casado	Primarios	Familiares	5		Si	
6	96	Femenino	Viuda	Primarios	Familiares	3		Si	
7	90	Masculino	Soltero	Secundarios	Familiares	6		Si	
8	88	Femenino	Viuda	Primarios	Familiares	3		Si	
Medias		90,875				3,75			

ANEXO 3: PUNTUACIONES DEL CUESTIONARIO DEL SENTIDO DE COHERENCIA (SOC-13)

Codificación de los ítems

La siguiente tabla muestra los ítems que se atribuyen a cada subescala del SOC: **C= Comprensibilidad** **MA= Manejabilidad** **ME= Significatividad**.

La puntuación en una subescala y la puntuación total para SOC se puede calcular sumando los puntos marcados para cada ítem en el cuestionario, aunque hay que tener cuidado con la puntuación de los ítems. Si el ítem se puntúa positivamente, entonces el valor marcado se tomará como valor nominal. Por ejemplo, un ítem valorado positivamente con una puntuación de “2”, se marcará con dos puntos. Pero el ítem es de puntuación inversa, el valor más bajo marcado (p. ej. 1) deberá convertirse en el valor más alto (7). Con este método, un 2 serán 6 puntos; un 3, 5 puntos y así sucesivamente.

Valores de la puntuación inversa						
1=7 puntos	2=6 puntos	3=5 puntos	4=4 puntos	5=3 puntos	6=2 puntos	7=1 puntos

Nº DE ÍTEM	SOC SUBESCALA	PUNTUACIÓN ÍTEM	ITEMS SOC 13
1	C	Puntuación inversa	
2	MA	Puntuación positiva	
3	C	Puntuación positiva	
4	ME	Puntuación inversa	SOC 13
5	C	Puntuación inversa	SOC 13
6	MA	Puntuación inversa	SOC 13
7	ME	Puntuación inversa	
8	ME	Puntuación positiva	SOC 13
9	MA	Puntuación positiva	SOC 13
10	C	Puntuación positiva	
11	ME	Puntuación inversa	
12	C	Puntuación positiva	SOC 13
13	MA	Puntuación inversa	
14	ME	Puntuación inversa	
15	C	Puntuación positiva	
16	ME	Puntuación inversa	SOC 13
17	C	Puntuación positiva	
18	MA	Puntuación positiva	
19	C	Puntuación positiva	SOC 13
20	MA	Puntuación inversa	
21	C	Puntuación positiva	SOC 13
22	ME	Puntuación positiva	
23	MA	Puntuación inversa	
24	C	Puntuación positiva	
25	MA	Puntuación inversa	SOC 13
26	C	Puntuación positiva	SOC 13
27	MA	Puntuación inversa	
28	ME	Puntuación positiva	SOC 13
29	MA	Puntuación positiva	SOC 13

CUESTIONARIO DEL SENTIDO DE COHERENCIA- SOC 13: TERCERA EDAD

SOC 13

Valores de la puntuación inversa											
1=7 puntos 2=6 puntos 3=5 puntos 4=4 puntos 5=3 puntos 6=2 puntos 7=1 puntos											
Código			1	2	3	4	5	6	7	8	
Nº DE ITEM	SOC SUBESCALA	PUNTUACIÓN ITEM	Puntuación	Puntuación	Puntuación	Puntuación	Puntuación	Puntuación	Puntuación	Puntuación	
1	ME	Puntuación inversa	7	5	5	6	7	2	7	7	
2	C	Puntuación inversa	3	7	3	3	4	6	5	3	
3	MA	Puntuación inversa	3	7	2	3	7	6	5	3	
4	ME	Puntuación positiva	7	7	2	5	5	6	7	4	
5	MA	Puntuación positiva	7	7	2	7	7	6	1	7	
6	C	Puntuación positiva	7	7	2	7	7	6	7	7	
7	ME	Puntuación inversa	7	4	7	6	7	4	7	5	
8	C	Puntuación positiva	7	7	1	6	7	5	7	7	
9	C	Puntuación positiva	7	7	2	5	7	5	3	7	
10	MA	Puntuación inversa	3	1	1	3	7	6	5	4	
11	C	Puntuación positiva	7	4	3	6	7	4	7	4	
12	ME	Puntuación positiva	7	7	4	5	7	7	3	3	
13	MA	Puntuación positiva	7	7	3	5	7	6	7	6	Medias
Comprensibilidad			31	32	11	27	32	26	29	28	27
Manejabilidad			20	22	8	18	28	24	18	20	19,75
Singnificatividad			28	23	18	22	26	19	24	19	22,375
PUNTUACIÓN TOTAL			79	77	37	67	86	69	71	67	69,125

ANEXO 4 PUNTUACIONES DEL CUESTIONARIO DE CALIDAD DE VIDA- WHOQOL Bref

Facetas incorporadas en los dominios

Salud física

1. Actividades de la vida diaria
2. Dependencia de medicamentos y ayuda médica
3. Energía y fatiga
4. Movilidad
5. Dolor y disconformidad
6. Sueño y descanso
7. Capacidad de trabajo

Psicológico

1. Imagen y apariencia física
2. Sentimientos negativos
3. Sentimientos positivos
4. Autoestima
5. Creencias personales, religiosas y espirituales
6. Pensamiento, aprendizaje, memoria y concentración

Relaciones interpersonales

1. Relaciones personales
2. Apoyo social
3. Actividad sexual

Entorno

1. Recursos económicos
2. Libertad y seguridad física
3. Accesibilidad y calidad de cuidados de salud y sociales
4. Entorno en el hogar
5. Oportunidades de adquirir nueva información y habilidades
6. Participación y oportunidades de recreación y ocio
7. Entorno físico (Polución, ruido, tráfico, clima)
8. Transporte

Cálculo del puntaje

Para calcular, se debe seguir el siguiente algoritmo:

1. Chequear los 26 ítems de la evaluación, que tienen un puntaje de 1 a 5
2. Revertir 3 preguntas evaluadas negativamente: P3, P4 y P26 (Si Resp=1, entonces Resp=5; si R=2 > R=4 y si R=3 > R=3)
3. Calcular puntajes por dominio:

$$\text{DOM1} = \text{SUM} (P3, P4, P10, P15, P16, P17, P18)*4$$

$$\text{DOM2} = \text{SUM} (P5, P6, P7, P11, P19, P26)*4$$

$$\text{DOM3} = \text{SUM} (P20, P21, P22)*4$$

$$\text{DOM4} = \text{SUM} (P8, P9, P12, P13, P14, P23, P24, P25)*4$$

(SUM = Sumatoria)

Realizar la equivalencia con la tabla de equivalencias de puntaje bruto a puntajes transformados.

ECUACIONES PARA CALCULAR LOS RESULTADOS		PUNTAJE BRUTO	PUNTAJE TRANSFORMADO	
DOMINIO 1	$(6-Q3) + (6-Q4) + Q10 + Q15 + Q16 + Q17 + Q18$ $\square + \square + \square + \square + \square + \square + \square$	=	4-20	0-100
DOMINIO 2	$Q5 + Q6 + Q7 + Q11 + Q19 + (6-Q26)$ $\square + \square + \square + \square + \square + \square$	=		
DOMINIO 3	$Q20 + Q21 + Q22$ $\square + \square + \square$	=		
DOMINIO 4	$Q8 + Q9 + Q12 + Q13 + Q14 + Q23 + Q24 + Q25$ $\square + \square + \square + \square + \square + \square + \square + \square$	=		

Método para la conversión de las puntuaciones brutas a las puntuaciones transformadas

DOMINIO 1		
Puntaje Bruto	Puntaje Transformado	
	4-20	0-100
7	4	0
8	5	6
9	5	6
10	6	13
11	6	13
12	7	19
13	7	19
14	8	25
15	9	31
16	9	31
17	10	38
18	10	38
19	11	44
20	11	44
21	12	50
22	13	56
23	13	56
24	14	63
25	14	63
26	15	69
27	15	69
28	16	75
29	17	81
30	17	81
31	18	88
32	18	88
33	19	94
34	19	94
35	20	100

DOMINIO 2		
Puntaje Bruto	Puntaje Transformado	
	4-20	0-100
6	4	0
7	5	6
8	5	6
9	6	13
10	7	19
11	7	19
12	8	25
13	9	31
14	9	31
15	10	38
16	11	44
17	11	44
18	12	50
19	13	56
20	13	56
21	14	63
22	15	69
23	15	69
24	16	75
25	17	81
26	17	81
27	18	88
28	19	94
29	19	94
30	20	100

DOMINIO 3		
Puntaje Bruto	Puntaje Transformado	
	4-20	0-100
3	4	0
4	5	6
5	7	19
6	8	25
7	9	31
8	11	44
9	12	50
10	13	56
11	15	69
12	16	75
13	17	81
14	19	94
15	20	100

DOMINIO 4		
Puntaje Bruto	Puntaje Transformado	
	4-20	0-100
8	4	0
9	5	6
10	5	6
11	6	13
12	6	13
13	7	19
14	7	19
15	8	25
16	8	25
17	9	31
18	9	31
19	10	38
20	10	38
21	11	44
22	11	44
23	12	50
24	12	50
25	13	56
26	13	56
27	14	63
28	14	63
29	15	69
30	15	69
31	16	75
32	16	75
33	17	81
34	17	81
35	18	88
36	18	88
37	19	94
38	19	94
39	20	100
40	20	100

CUESTIONARIO DE CALIDAD DE VIDA WHOQOL-Bref: TERCERA EDAD

WHOQOL BREF

Valores de la puntuación inversa									
1=5puntos 2=4 puntos 3=3 puntos 4=2puntos 5=1 puntos									
Código		1	2	3	4	5	6	7	8
Nº DE ITEM	Dominio	Puntuación	Puntuación	Puntuación	Puntuación	Puntuación	Puntuación	Puntuación	Puntuación
1	P. general	4	3	4	4	3	4	4	3
2	P. general	4	3	4	4	4	3	5	3
3 inversa	Dominio 1	5	3	3	4	4	4	5	3
4 inversa	Dominio 1	5	4	4	3	3	3	4	5
5	Dominio 2	4	4	3	4	5	4	4	3
6	Dominio 2	5	3	4	3	4	4	4	4
7	Dominio 2	3	4	3	2	3	3	4	3
8	Dominio 4	4	4	4	3	3	3	4	3
9	Domino 4	4	4	4	3	3	3	4	3
10	Dominio 1	5	3	4	4	3	4	4	5
11	Dominio 2	5	4	4	4	3	4	4	5
12	Domino 4	3	3	3	3	2	3	4	3
13	Domino 4	5	4	3	3	4	4	5	3
14	Dominio 4	5	3	4	4	4	4	5	3
15	Dominio 1	5	3	4	4	4	4	4	4
16	Dominio 1	5	3	2	2	3	2	5	5
17	Dominio 1	5	4	4	5	3	4	4	5
18	Dominio 1	5	3	4	4	3	3	1	4
19	Dominio 2	5	4	4	4	3	3	1	4
20	Dominio 3	5	4	4	4	4	4	4	5
21	Domino 3	3	1	3	2	2	1	3	4
22	Domino 3	4	3	3	4	4	4	4	5
23	Dominio 4	5	3	3	4	4	5	1	5
24	Dominio 4	5	4	2	4	4	4	4	4
25	Dominio 4	5	4	3	4	4	4	4	3
26 inversa	Dominio 2	4	3	3	5	5	4	5	3

Puntuación dominio 1: Salud física									MEDIA
puntuación bruta	35	23	25	26	23	24	27	31	26,75
puntuación transformada 0-100	100	56	63	69	56	63	69	88	70,5
Puntuación dominio 2: Psicológico									
puntuación bruta	26	22	21	22	23	22	22	22	22,5
puntuación transformada 0-100	81	69	63	69	69	69	69	69	69,75
Puntuación dominio 3: Relaciones interpersonales									
puntuación bruta	12	8	10	10	10	9	11	14	10,5
puntuación transformada 0-100	75	44	56	56	56	50	69	94	62,5
Puntuación dominio 4: Entorno									
puntuación bruta	36	29	26	28	28	30	31	27	29,375
puntuación transformada 0-100	88	69	56	63	63	69	75	63	68,25

CUESTIONARIO DE CALIDAD DE VIDA WHOQOL-Bref: CUARTA EDAD

WHOQOL BREF

Valores de la puntuación inversa									
1=5puntos 2=4 puntos 3=3 puntos 4=42puntos 5=1 puntos									
Código		1	2	3	4	5	6	7	8
Nº DE ITEM	Dominio	Puntuación	Puntuación	Puntuación	Puntuación	Puntuación	Puntuación	Puntuación	Puntuación
1	P. general	3	4	4	4	4	4	3	4
2	P. general	4	3	4	4	3	4	3	4
3 inversa	Dominio 1	5	5	5	5	3	4	4	3
4 inversa	Dominio 1	3	4	3	2	3	4	3	3
5	Dominio 2	3	4	4	3	3	3	3	3
6	Dominio 2	3	4	4	4	3	3	3	3
7	Dominio 2	3	4	4	3	2	3	3	4
8	Dominio 4	3	4	4	4	3	3	3	3
9	Domino 4	3	4	5	4	4	4	4	4
10	Dominio 1	4	4	4	4	3	3	3	3
11	Dominio 2	4	4	4	4	3	4	3	4
12	Domino 4	5	5	5	5	5	3	3	5
13	Domino 4	4	4	4	4	4	4	4	4
14	Dominio 4	3	4	4	3	3	3	3	4
15	Dominio 1	1	4	4	2	2	1	1	3
16	Dominio 1	4	4	4	2	4	4	4	4
17	Dominio 1	2	4	4	1	4	3	3	4
18	Dominio 1	1	1	1	1	1	1	1	1
19	Dominio 2	3	4	4	4	4	3	4	4
20	Dominio 3	3	4	4	4	4	4	4	4
21	Domino 3	1	1	1	1	1	1	1	1
22	Domino 3	3	4	4	2	4	4	4	4
23	Dominio 4	4	4	4	4	4	4	4	4
24	Dominio 4	4	4	4	4	4	4	4	4
25	Dominio 4	1	4	3	4	4	4	4	4
26 inversa	Dominio 2	4	3	3	4	4	3	3	3

Puntuación dominio 1: Salud física									MEDIA
puntuación bruta	20	26	25	17	20	20	19	21	
puntuación transformada 0-100	44	69	63	38	44	44	44	50	49,5
Puntuación dominio 2: Psicológico									20,75
puntuación bruta	20	23	23	22	19	19	19	21	
puntuación transformada 0-100	56	69	69	69	56	56	56	63	61,75
Puntuación dominio 3: Relaciones interpersonales									8,5
puntuación bruta	7	9	9	7	9	9	9	9	
puntuación transformada 0-100	31	50	50	31	50	50	50	50	45,25
Puntuación dominio 4: Entorno									30,75
puntuación bruta	27	33	33	32	31	29	29	32	
puntuación transformada 0-100	63	81	81	75	75	69	69	75	73,5

