



SAN IGNACIO DE LOYOLA – ESCUELA ISIL

TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN

**Turismo Vivencial y Salud Mental de los visitantes del hostel Samana Wasi –
Urubamba – Cusco – Año 2023**

TRABAJO DE INVESTIGACIÓN PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE

Bachiller en Dirección Hotelera

PRESENTADO POR:

Valencia Ramírez, Rocio - Dirección Hotelera

ASESOR:

Dra. Roxana Alexandra Albarracín Aparicio

(ORCID - 0000-0002-6930-3718)

LIMA – PERÚ

2023

ASESOR Y MIEMBROS DEL JURADO

ASESOR:

Dra. Roxana Alexandra Albarracín Aparicio

MIEMBROS DEL JURADO

Eduardo José Huertas Valladares

Carla Cristina Pera Fronda

Antonina Janet Tejada Caro

DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD

Yo, Rocio Valencia Ramírez, Identificado (a) con DNI N° 23894003 perteneciente al Programa de Dirección Hotelera, siendo mi asesor el Sr(a) Roxana Alexandra Albarracín Aparicio, identificado (a) con DNI N°: 41981490, y cuyo código ORCID es 0000-0002-6930-3718.

DECLARO BAJO JURAMENTO QUE:

a) Soy el autor del documento académico titulado

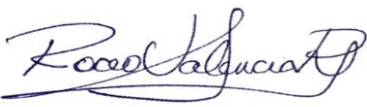
“Turismo vivencial y salud mental de los visitantes del hostel Samana Wasi-Urubamba – Cusco – Año 2023”

b) El trabajo de investigación es original y no ha sido difundido en ningún medio académico; por lo tanto, sus resultados son veraces y no es copia de ningún otro.

c) El trabajo de investigación cumplió con el análisis del sistema TURNITIN, el cual no excede del 25% de similitud. Se ha respetado el uso de las normas internacionales en cuanto a citas y referencias.

d) Declaro conocer las consecuencias legales y/o administrativas que puedan derivar si se verifica la falsedad total o parcial de la presente declaración, de acuerdo con lo previsto en el artículo 411 del código penal y el numeral 34.3 del artículo 34 del Texto Único Ordenado de la Ley del Procedimiento Administrativo General, aprobado por Decreto Supremo 004-2019-JUS.

Fecha: 24 de julio del 2023



Firma del autor



Firma del asesor

DEDICATORIA

A Dios por su infinito amor,

A ti mamita, te dedico esta tesis con todo mi corazón y gratitud, seguro que estarías más que feliz por este logro alcanzado.

Todo el trabajo realizado fue posible gracias al apoyo incondicional de Roberto Ataca, mi amado y tierno esposo, sin ti hubiera sido imposible lograr este caro sueño, eres una hermosa bendición. ¡¡TE AMO!!

¡Tiana Valentina, terminé mi tesis!

AGRADECIMIENTOS

A mis queridos amigos Silvia y Amaru Ponce de León que me apoyaron incondicionalmente e hicieron posible que este trabajo se realice con éxito.

A la Sra. Roxana Albarracín Aparicio, mi asesora de tesis, gracias por la orientación, el apoyo, la paciencia y

los conocimientos compartidos en este trabajo de investigación.

ÍNDICE

DEDICATORIA	4
AGRADECIMIENTOS	5
1 CAPÍTULO I: INFORMACIÓN GENERAL.....	18
1.1 Título del Proyecto.....	18
1.2 Área estratégica de desarrollo prioritario	18
1.3 Actividad económica en la que se aplicaría la investigación	18
1.4 Alcance de la solución.....	20
2 CAPÍTULO II: DESCRIPCIÓN DE LA INVESTIGACIÓN APLICADA	21
2.1 Descripción de la realidad problemática	21
2.1.1 Formulación del problema.....	25
2.1.2 Objetivos de investigación.....	26
2.1.3 Justificación de la investigación	26
2.1.4 Limitaciones de la investigación	27
2.1.5 Viabilidad de la investigación.....	28
3 CAPÍTULO III: MARCO REFERENCIAL	29
3.1 Antecedentes	29
3.1.1 Antecedentes nacionales.....	29
3.1.2 Antecedentes internacionales.....	32
3.2 Marco teórico	34
3.2.1 Turismo vivencial.....	34
Turismo.....	34
3.2.2 Salud Mental.....	39
Salud.....	39
3.3 Definición de términos básicos.....	48
4 CAPÍTULO IV: HIPOTESIS Y VARIABLES	49
4.1 Formulación de hipótesis principales y derivadas	49
4.1.1 Hipótesis principal.....	49
4.1.2 Hipótesis derivadas.....	49
4.1.3 Operacionalización de variables.....	49
5 CAPÍTULO V: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN.....	51
6 CAPÍTULO VI: DESARROLLO DE LA PROPUESTA DE INNOVACIÓN.....	84

6.4.1	Desarrollo del proyecto de innovación	86
6.4.2	<i>Presupuesto</i>	99
	CONCLUSIONES	101
	RECOMENDACIONES	102
	FUENTES DE INFORMACIÓN.....	104
	ANEXOS	110

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1	Tipos de turismo realizados en el Perú	35
Tabla 2	Tipos de salud	40
Tabla 3	¿Qué tan de acuerdo está usted con los hostales que respeten el impacto ambiental?.....	54
Tabla 4	¿Qué tan importante es para usted que el hostel siga las buenas prácticas relacionadas al cuidado del medio ambiente?	55
Tabla 5	¿Está de acuerdo que los alimentos sean preparados con insumos cosechados de manera orgánica del mismo hostel?.....	56
Tabla 6	¿Tiene usted alguna preferencia sobre la generación de energía eléctrica usando métodos solares, eólicos, etc.?	57
Tabla 7	¿Está de acuerdo en la reutilización del agua previamente procesada para el riego de los suelos?	58
Tabla 8	¿Está de acuerdo que la decoración de los ambientes sea realizada con material reciclado y de la zona del Urubamba?	59
Tabla 9	¿Qué tan de acuerdo está con la preservación de las costumbres andinas en el hostel?.....	60
Tabla 10	¿Le gustaría música folclórica ambiental en zonas comunes?	61
Tabla 11	¿Qué tan probable es que usted asista a eventos en el hostel relacionados a la cosmovisión andina?	62
Tabla 12	¿Con que frecuencia participaría usted en charlas en el hostel sobre historias ancestrales?.....	63

Tabla 13 ¿Estaría de acuerdo con la desconexión de servicios WiFi durante su estadía?	64
Tabla 14 ¿Le gustaría que el hotel este alejado de ruidos, sonidos y de la contaminación auditiva?	65
Tabla 15 ¿Participaría en actividades de sembrado y cosecha de los huertos del hostel?.....	66
Tabla 16 ¿Participaría en actividades cómo?	67
Tabla 17 ¿Estaría de acuerdo que el hostel cuente con un gimnasio?	68
Tabla 18 ¿Le gustaría participar en actividades externas al hostel como caminatas a las montañas?	69
Tabla 19 ¿Considera importante el participar en actividades grupales con otros visitantes?	70
Tabla 20 ¿Estaría de acuerdo en participar de visitas guiadas a otras comunidades?	71
Tabla 21 ¿Te gustaría que el hostel cuente con zonas y actividades para niños?	72
Tabla 22 ¿Estarías de acuerdo con que el hostel tenga espacios Pet Friendly?	73
Tabla 23 Correlación de variable 1 y 2.....	74
Tabla 24 Rho de Spearman para la primera hipótesis	77
Tabla 25 Rho Spearman para la segunda hipótesis	79
Tabla 26 Rho Spearman para la tercera hipótesis	81
Tabla 27 Planteamiento de la matriz FODA	84
Tabla 28 Presupuesto de la propuesta de innovación	99
Tabla 29 Presupuesto de la propuesta de difusión de servicios	100

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1	Hostales que respeten el medio ambiente.....	54
Gráfico 2	Buenas prácticas relacionadas al cuidado del medio ambiente.....	55
Gráfico 3	Alimentos preparados con insumos cosechados en el mismo hostel	56
Gráfico 4	Preferencia sobre generación de energía eléctrica	57
Gráfico 5	Reutilización del agua previamente procesada	58
Gráfico 6	Decoración con material reciclado de la zona del Urubamba.....	59
Gráfico 7	Preservación de costumbres andinas.....	60
Gráfico 8	Música folklórica ambiental en zonas comunes.....	61
Gráfico 9	Eventos relacionados a la cosmovisión andina	62
Gráfico 10	Charlas sobre historias ancestrales.....	63
Gráfico 11	Desconexión de servicios durante estadía	64
Gráfico 12	Contaminación auditiva	65
Gráfico 13	Actividades de sembrado y cosecha en huertos del hostel	66
Gráfico 14	Actividades varias en el hostel.....	67
Gráfico 15	El hostel cuenta con un gimnasio	68
Gráfico 16	Actividades externas como caminatas a las montañas	69
Gráfico 17	Actividades grupales con otros visitantes	70
Gráfico 18	Visitas guiadas a otras comunidades	71
Gráfico 19	Actividades para niños.....	72
Gráfico 20	Espacios pet friendly.....	73

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 Pirámide de Maslow	46
Figura 2 Tipos de menús saludables.....	87
Figura 3 Cartel sobre uso responsable del agua y dispensadores con contenidos naturales	88
Figura 4 Access point para reforzar la señal de Wifi	88
Figura 5 Juegos de salón	89
Figura 6 Colchonetas y cojines para psicoterapias y yoga.....	90
Figura 7 Máquinas que no usan energía eléctrica	90
Figura 8 Templo de Samana Wasi.....	91
Figura 9 Herramientas para el biohuerto.....	91
Figura 10 Tachos ecológicos	92
Figura 11 Contenedores para el agua de lluvia, productos de limpieza biodegradables	93
Figura 12	93
Figura 13 Paneles y terma solares.....	94
Figura 14 Procedimiento para la propuesta de mejora – Rediseño de espacios	95
Figura 15 Procedimiento para la propuesta de mejora – Difusión del Hostal.....	98
Figura 16 Procedimiento para la propuesta de mejora – Difusión del Hostal.....	98
Figura 17 Entrada al hostel Samana Wasi.....	123
Figura 18 Interiores del hostel.....	124
Figura 19 Habitaciones del hostel	125

Figura 20 Altar.....	126
Figura 21 Templo del hostel.....	127
Figura 22 Alimentos preparados con productos de la chacra y biohuerto.....	128
Figura 23 Piscina al aire libre	129
Figura 24 Áreas de descanso	130
Figura 25 Actividades terapéuticas en diferentes ambientes del hostel	131
Figura 26 Ceremonia de pago a la tierra.....	132
Figura 27 Cotización Community Manager	133

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1	MATRIZ DE CONSISTENCIA.....	110
Anexo 2	MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES.....	111
Anexo 3	INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS	112
Anexo 4	VALIDACIÓN DE EXPERTOS.....	120
Anexo 5	REPORTE DE SIMILITUD TURNITIN	122
Anexo 6	FOTOGRAFÍAS DEL HOSTAL SAMANA WASI	123

RESUMEN

El objetivo principal de esta investigación es determinar de qué manera el turismo vivencial influye en la salud mental de los visitantes del hostel Samana Wasi – Urubamba – Cusco – Año 2023.

Esta investigación siguió un enfoque de estudio cuantitativo, tipo aplicada, con diseño descriptivo observacional no experimental, de corte transversal. La población de estudio ha considerado a 78 personas, a quienes se les aplicó una encuesta de 20 preguntas para medir la influencia que tiene el turismo vivencial en la salud mental de los visitantes al hostel.

Con los resultados obtenidos se determinó un Rho de Spearman de 69.9 % y un coeficiente de correlación de 0.000 con lo cual se determina la validez de la hipótesis.

En resumen, basado en los resultados de la encuesta realizada, se presenta una propuesta de mejora para que el establecimiento logre adaptarse a las nuevas exigencias del mercado diseñando una mejora significativa a sus espacios, así como también de una nueva visión en la difusión de sus servicios orientados a captar más clientes.

Palabras claves: Turismo vivencial, salud mental, impacto ambiental, preservación cultural, actividades terapéuticas

ABSTRACT

The main objective of this research is to determine how experimental tourism influences the mental health of visitors to the Saman Wasi hostel – Urubamba – Cusco – Year 2023. This research followed a quantitative study approach, with a descriptive, non experimental, cross sectional observational design.

The population that was analyzed has considered 78 visitors to the hotel to whom a survey of 20 questions was applied to measure the influence that experimental tourism has on the mental health of visitors to the Samana Wasi.

We obtained as results a Spearman's Rho of 69.9% and a correlation coefficient of 0.000 were determined with which the validity of the hypothesis is determined.

In summary, based on the results of the survey carried out, an improvement proposal is presented so that the establishment can adapt to the new market demands by designing a significant improvement to its spaces, as well as a new vision in the dissemination of its services aimed at attracting more customers

Keywords: Experimental tourism, mental health, environmental impact, cultural preservation, therapeutic activities.

INTRODUCCIÓN

El turismo vivencial surge como una alternativa que busca revalorar la cultura desde sus orígenes, permitiendo tener una conexión con la naturaleza y el encuentro de personas de dos culturas, teniendo un impacto positivo no solo en la salud física sino también mental de los viajeros.

La presente investigación tiene como objetivo determinar de qué manera influye el turismo vivencial en la salud mental de los visitantes del hostel Samana Wasi – Urubamba - Cusco – Año 2023. Está compuesta por seis capítulos.

CAPÍTULO I: En esta parte del trabajo se presenta la información general, el área estratégica de desarrollo, la actividad económica y alcance de la solución y la localización.

CAPÍTULO II: Se encuentra la descripción de la investigación aplicada, la formulación del problema, objetivos, justificación, limitaciones y viabilidad de la investigación.

CAPÍTULO III: Se encuentra el detalle del marco referencial, los antecedentes, el marco teórico y la definición de los términos básicos.

CAPÍTULO IV: Se explica la formulación de la hipótesis principal y derivadas junto con la operacionalización de variables.

CAPÍTULO V: En este capítulo se detalla el diseño metodológico muestral, población, muestra, técnicas de recolección de datos estadísticos junto con los resultados.

CAPÍTULO VI: En este capítulo se encuentra el desarrollo de la propuesta de innovación, la descripción de la propuesta de innovación, procedimiento de la propuesta de mejora y el desarrollo del proyecto de innovación, tanto para el rediseño de espacios del hostel

como para la mejor difusión del establecimiento en redes sociales, además, se encuentran las conclusiones, recomendaciones, fuentes de información y anexos.

CAPÍTULO I: INFORMACIÓN GENERAL

1.1 Título del Proyecto

Turismo Vivencial y Salud Mental de los visitantes del hostel Samana Wasi – Urubamba – Cusco – Año 2023.

1.2 Área estratégica de desarrollo prioritario

El presente proyecto utilizará la línea de investigación modelo de Mejora de Procesos y Operaciones ya que está orientado al rediseño de espacios sostenibles y estrategias de gestión para una mejor difusión del establecimiento que contribuya al mejoramiento de la organización y generar mejores ingresos económicos.

1.3 Actividad económica en la que se aplicaría la investigación

La actividad económica en la cual se va a aplicar la investigación se realizará en el hostel Samana Wasi – Urubamba – Cusco, en el cual existe un modelo de operación sostenible con el medio ambiente, pero que, sin embargo, algunos espacios necesitan ser rediseñados para orientarlos a optimizar sus recursos.

El turismo vivencial es una excelente manera de difundir las riquezas de nuestro país, permite el intercambio de culturas, así como también, afianza el sentido de pertenencia. Pérez (2017) manifiesta: “El turismo vivencial consiste en realizar actividades e interesantes acciones en contacto con los pobladores locales” (p.1). Se entiende entonces que el turismo vivencial, así como la gastronomía tienen un efecto positivo porque hay un contacto directo con los comuneros, además es visto como un

instrumento de inclusión social ya que se favorece al consumo de ingredientes locales y a la inserción de comunidades alejadas y menos favorecidas.

Gómez (2019) citado por Pérez (2023) indica que:

El uso de prácticas médicas en el contexto turístico mundial además ofrece un análisis de los beneficios y riesgos del turismo de salud y su repercusión en la práctica médica. (...) Contrasta el impacto de la integración de medicina y turismo, ofreciendo un abordaje alternativo en el que se evidencian diversas problemáticas en los entornos médicos con relación al proceso de mercantilismo de la salud, la ética profesional y la creciente automedicación de la población mundial (p.19)

Hacer turismo mejora el estado físico de los viajeros, el ejercicio se ha vinculado al bienestar mental, por lo tanto, viajar aumenta la actividad física ya que se pueden realizar diferentes deportes rodeados de naturaleza, y en definitiva respirar aire puro contribuye a la disminución del estrés.

Zea (2019) citado por Lara (2023) indica que:

Busca descubrir cómo el turismo vivencial permite mejorar la calidad de vida de las familias de una determinada comunidad, siendo así que la información recopilada de su investigación fue por medio de fuentes bibliográficas y a través de un estudio de campo, demostrando que por medio del turismo vivencial se puede llegar a convivir y aprender unos de otros, enriqueciendo y cultivando la identidad cultural para que esta siga transmitiendo de generación en generación. (p.2)

El turismo vivencial dinamiza la economía de todos y cada uno de los hogares donde se practica, además otorga un empoderamiento que les permite vivir una vida más digna, y mejorar las relaciones interculturales.

1.4 Alcance de la solución

La siguiente investigación tiene como objetivo, proponer el rediseño de espacios sostenibles dentro del hostel para ofrecer mejores servicios, también se propondrá estrategias para una mejor difusión del establecimiento, mejorando el uso de las redes sociales. Lo que se busca es conseguir más reservas y por consiguiente mayores ventas.

Con estos objetivos se buscará posicionar a la empresa dentro del mercado de hostales que tienen como actividad principal el turismo vivencial.

La segmentación estará enfocada en hombres y mujeres de todo el mundo con un rango de edades entre 35 a 50 años, con un nivel socio económico A y B, con un perfil psicográfico enfocado al turismo y a la responsabilidad social.

CAPÍTULO II: DESCRIPCIÓN DE LA INVESTIGACIÓN APLICADA

2.1 Descripción de la realidad problemática

La actividad turística resulta muy importante desde el punto de vista económico, social, y cultural. Sin embargo, las economías de todos los países del mundo se están enfrentando a situaciones difíciles, por un lado, está la pandemia que provocó el quiebre de muchas empresas y como consecuencia una crisis, con una inflación galopante, desaceleración, e incertidumbre. Por otro lado, se incrementó la pobreza y muchas personas han visto afectada su salud física y mental.

Si bien es cierto, el año 2021 hubo un fuerte repunte en la economía mundial, actualmente están entrando en una desaceleración por los conflictos sociales, inseguridad, inflación, cierre de bancos, y la guerra entre Ucrania y Rusia, lo que está poniendo en peligro la recuperación de las economías a nivel mundial, y, por ende, al turismo en todas sus formas.

La incertidumbre provocada por el conflicto en Ucrania, el incremento de la inflación y los elevados precios de los combustibles siguen suponiendo a estas alturas un riesgo para la recuperación del turismo. (La Información, 2022). Este encarecimiento de los combustibles impacta directamente sobre el turismo debido a que los costos de boletos aéreos se han elevado, además, la incertidumbre que genera la guerra está afectando tanto la oferta como la demanda turística en todos los países de Europa. Con respecto a esto, García G. y García (2020) indican que:

Para la economía y con el retroceso sin precedentes que experimentará el PBI español durante 2020, entre 2 y 2,5 puntos pueden venir asociados al

turismo, en el corto plazo, el principal factor de preocupación debería ser la pérdida de empleo. (p.32)

Todos los países experimentaron caídas catastróficas en su PBI a causa del Covid 19 y España no fue la excepción, debido a que es un país que fundamentalmente vive del turismo, y es este sector el que se ha visto más afectado. Será todo un desafío conseguir que vuelvan a ser uno de los destinos más solicitados a pesar de la crisis que se está viviendo.

Según lo indicado por los autores se puede concluir que el sector turístico dinamiza las economías de algunos países, es por esta razón, que los gobiernos de estas regiones y de los demás países tomaron medidas para mitigar el impacto y así ayudar en su recuperación.

Risso y Moreda (2022) ante esta problemática detallan que:

El interés que tiene los turistas por visitar áreas protegidas en el mundo genera 6 billones de dólares al año, con lo que se puede lograr beneficios tanto económicos como en el de salud mental, además de escapar de entornos contaminados y vida muy estresante. (...). Entre el 2010 y 2019, los ingresos monetarios por turismo internacional en América Latina y el Caribe habían crecido un 71%, pero en un solo año (2020) estos ingresos cayeron un 63%, sin embargo, el turístico es un sector de alta resiliencia y ha comenzado una recuperación progresiva. (s.p)

La salud emocional y mental tiene que ver en el comportamiento de las personas, por esa razón, el desarrollo de actividades dentro de un entorno natural ayudará a equilibrar

las emociones y a responder de forma favorable ante situaciones que provoquen cuadros de estrés.

Desde el mes de diciembre del 2022, el país está enfrascado en una crisis social que pareciera no tener retorno, los manifestantes antigubernamentales están tomando los aeropuertos de las principales ciudades, impidiendo así el ingreso a lugares como Machupichu y las Líneas de Nazca. (FORBES, 2023). Este escenario es desalentador ya que no solo afecta al país en lo político sino en lo económico y social. Como consecuencia de estos graves problemas ha habido una considerable disminución de visitantes extranjeros. Debido a los últimos acontecimientos provocados por la pandemia, el rubro del turismo y otros se han visto seriamente afectados. Por esa razón, las diferentes autoridades de Cusco están promoviendo ofertas para reactivar el turismo. No solo los operadores serán los beneficiados sino también los turistas que están buscando salir de sus rutinas para disfrutar ambientes más sanos, amigables y menos estresantes.

Con respecto al hotel objeto de estudio, se puede afirmar que está considerado dentro de lo sostenible, es decir, “un hotel sostenible es aquél que está diseñado respetando el medio ambiente y cuyo funcionamiento no tiene un impacto negativo con el lugar donde se encuentra construido ni en su entorno” (OSTELEA, 2020, par.8). Este tipo de establecimientos tienden a optimizar el uso de sus recursos como son el agua, la energía y otros aspectos, para así poder colaborar con la reducción del impacto ambiental así también el disminuir la huella de carbono, y, sobre todo, un crecimiento sostenible de la industria hotelera y mejores condiciones de vida.

Para ello la ciudad del Cusco, especialmente el valle del Urubamba tiene diversas opciones de alojamientos para turistas nacionales y extranjeros, van desde hostales con

servicios básicos hasta grandes cadenas internacionales. No todos están interesados en ofrecer servicios de turismo vivencial, tampoco en ayudar a la preservación y protección del entorno, ni tampoco a la promoción de un desarrollo sostenible.

Sama Wasi, es un hostel ubicado a 1.5 kilómetros de la famosa iglesia de Torrechayoc, carretera Pumahuanca, denominado sector Ccatan -Urubamba-Cusco. Se encuentra a 67 kilómetros de Cusco aproximadamente a una hora de viaje en automóvil. Altitud de 2871 metros sobre el nivel del mar.

Es un hostel que se destaca por lo integrado en su entorno, no daña el medio ambiente, conserva tradiciones y es un fantástico lugar para realizar el turismo vivencial. Contribuye al progreso, mejora y conservación de la comunidad para un correcto desarrollo de la industria hotelera.

Debido a su buena ubicación, se puede contemplar las imponentes montañas del Valle Sagrado, inhalar aire puro y disfrutar de momentos de sosiego con beneficios positivos en la salud mental de los visitantes. Cuenta con habitaciones y bungalow con vistas a las montañas y bio huertos, otras a las chacras donde se siembra maíz, papas, legumbres, verduras y frutas. Tiene espacios de relajación, piscina al aire libre, jardines y un templo donde realizan sesiones de yoga y meditación, además de una biblioteca. El restaurante está diseñado para que los comensales puedan tener una vista panorámica 360° hacia las montañas, los alimentos son preparados utilizando vegetales orgánicos cosechados en el mismo hostel.

Las habitaciones están construidas de material noble, en los interiores se pueden encontrar cuadros y libros de su dueño, el Metafísico Antón Ponce de León Paiva, quién en 1984 inició su labor filantrópica en el centro de Samana Wasi (Casa de Reposo) donde junto a su esposa hicieron de este lugar un hogar para niños y ancianos abandonados. Más adelante se convirtió en un hostel donde ahora se practica el turismo vivencial, y una escuela denominada escuela de vida “Hermandad solar de los Intic Churincuna”. Ofrecen actividades como la psicoterapia, sesiones de regresión, charlas sobre la cosmovisión andina, talleres de sonidos sagrados, caminata a las montañas, espinología, talleres de danzas sagradas, acupresión, retiros y ofrendas a la Pachamama. Toda la propiedad goza de jardines y riachuelos, donde se puede descansar, se trata de un entorno altamente recomendado para recuperar energías y equilibrar estados de ánimo.

2.1.1 *Formulación del problema*

2.1.1.1 Problema general

¿De qué manera el turismo vivencial influye en la salud mental de los visitantes del hostel Samana Wasi? Urubamba – Cusco, Año 2023

2.1.1.2 Problemas específicos

PE1: ¿De qué manera el turismo vivencial influye en el bienestar emocional de los visitantes hostel Samana Wasi - Urubamba – Cusco, Año 2023?

PE2: ¿De qué manera el turismo vivencial influye en la disminución del estrés de los visitantes del hostel Samana Wasi - Urubamba – Cusco, Año 2023?

PE3: ¿De qué manera el turismo vivencial influye en el refuerzo de vínculos de los visitantes del hostel Samana Wasi - Urubamba – Cusco, Año2023?

2.1.2 *Objetivos de investigación*

2.1.2.1Objetivo general

Determinar de qué manera el turismo vivencial influye en la salud mental de los visitantes del hostel Samana Wasi - Urubamba – Cusco, Año 2023

2.1.2.2Objetivos específicos

O1: Determinar de qué manera el turismo vivencial influye en el bienestar emocional de los visitantes hostel Samana Wasi - Urubamba – Cusco, Año 2023

O2: Determinar de qué manera el turismo vivencial influye en la disminución del estrés de los visitantes del hostel Samana Wasi - Urubamba – Cusco, Año 2023

O3: Determinar de qué manera el turismo vivencial influye en el refuerzo de vínculos de los visitantes del hostel Samana Wasi - Urubamba – Cusco, 2023

2.1.3 *Justificación de la investigación*

2.1.3.1 Justificación teórica

La justificación es de tipo teórica porque se construye un nuevo conocimiento sobre el turismo vivencial y la salud mental del visitante, ya que existen sustentos bibliográficos sobre las dos variables de estudio y se puede comprobar que esta actividad es de beneficio tanto para el establecimiento como también para los huéspedes.

2.1.3.2 Justificación metodológica

El trabajo cuenta con la justificación metodológica ya que se aplicará el método científico lo cual permitirá tener información que ayudará a crear un nuevo instrumento para el análisis aplicando las herramientas, métodos válidos para la formulación de estrategias organizativas y confiables que aportarán datos estadísticos fidedignos.

2.1.3.3 Justificación práctica

Finalmente cuenta con una justificación de tipo práctica pues se buscará aplicar en la implementación del rediseño de espacios elementos necesarios para el cuidado del medio ambiente. Se brindará una solución a los problemas con estrategias y alternativas que puedan resolver los problemas planteados. Se cuenta con los recursos para que el estudio de la investigación sea factible.

2.1.4 Limitaciones de la investigación

La principal limitación de este estudio es la ubicación del objeto de estudio debido a que se encuentra en otro departamento del Perú, dicha limitación se encuentra

superada debido a que la investigadora conoce la infraestructura y servicios del hostel Samana Wasi.

Otra limitación es la escasez de antecedentes directos con respecto al tema de investigación y donde se incluyan las dos variables de estudio, turismo vivencial y salud mental. Esta limitación fue superada debido a que se encontraron antecedentes independientes para cada una de las variables mencionadas líneas arriba.

2.1.5 Viabilidad de la investigación

La investigación es viable debido a que la investigadora conoce ampliamente el tema de investigación, así como también tiene el contacto directo de los dueños del hostel para la recopilación de información directa para poder completar el proyecto con éxito. Por otro lado, se cuenta con acceso a documentos de investigación de internet suficientes para aportar conocimientos a este proyecto.

CAPÍTULO III: MARCO REFERENCIAL

3.1 Antecedentes

3.1.1 Antecedentes nacionales

Ingaroca (2019) desarrolló una tesis de título “El turismo sostenible y su influencia en la calidad de vida de los pobladores de los centros poblados de la provincia de Huancayo, región Junín-2019” para optar el título de “Licenciado en Turismo, Hotelería y Gastronomía”. La investigación tiene como objetivo principal “determinar la influencia del turismo sostenible en la calidad de vida de los pobladores de los centros poblados de Huancayo”. El autor está interesado en identificar esta influencia. La investigación es de enfoque cuantitativo, estudio 500 pobladores, la técnica, encuesta, instrumento ficha de cotejo de una escala politómica y su confiabilidad de 95% ($r=0,95$). Se aplicó la prueba de coeficiente de confiabilidad de Alfa de Conbrach, que indica confiabilidad. En la segunda variable, técnica, encuesta con ficha de cotejo, para lograr la confiabilidad de 95% ($r=0,95$) se aplicó la prueba de Alfa de Conbrach. Muestra 120 pobladores de Huancayo y sus aledaños. Se aplicó el estadístico de Rho de Spearman. Conclusión, “el turismo vivencial influye en la calidad de vida de los comuneros de esa region. Se demuestra con la prueba Rho de Spearman. 0,00.”

Reyes (2017) desarrolló una tesis de título “Situación actual del turismo rural comunitario desde la perspectiva de las familias emprendedoras en el distrito de Atuncolla-Puno, 2017” para optar el título de “Licenciado de Administración en Turismo y Hotelería” Esta investigación tiene como objetivo principal “determinar la situación actual del turismo rural comunitario desde la perspectiva de las familias de Atuncolla-

Puno, 2017". La autora está interesada en identificar la situación del turismo rural comunitario. La muestra se realizó a 18 familias dedicadas al turismo comunitario, datos que fueron analizados con el programa estadístico SPSS, versión 22. Como resultado se demostró que el distrito en mención está atravesando por buen momento debido a que hay un flujo de turismo interesados en conocer sobre la cultura de Atuncolla.

González (2021) desarrolló una tesis de título "El turismo vivencial como alternativa de desarrollo sostenible para la Comunidad nativa Alto Pucallpillo" para optar el título de "Licenciada en Administración, Turismo y Hotelería". Esta investigación tiene como objetivo "analizar el potencial del turismo como alternativa de desarrollo sostenible para la Comunidad Nativa Alto Pucallpillo". La autora está interesada en "analizar el potencial del turismo vivencial y la alternativa de ingresos para la comunidad". Cuestionario de 20 preguntas compartidas a través de google drive, la investigación es básica de diseño descriptivo correlacional. Se midió la relación a través de la correlación de Pearson. Escala ordinal de Likert contando con los pobladores de la comunidad nativa. Resultado una correlación de 0.805 con significancia estadística. Conclusión, esta forma de turismo es una alternativa de desarrollo sostenible para la comunidad en mención porque mejorará la calidad de vida permitiendo la sostenibilidad social, cultural.

Manrique (2017) desarrolló una tesis de título "Turismo vivencial y mejora de la calidad de vida de la comunidad de Caccacollo, distrito de Taray-provincia de Calca, departamento de Cusco 2017" para optar el título de "Licenciado en Turismo". La investigación tiene como objetivo principal "establecer la relación entre el turismo

vivencial y la mejora de la calidad de vida de los pobladores de dicha comunidad”. El autor está interesado en lograr que se pueda entender que la comunidad no cuenta con una gestión adecuada y tampoco planificación para mejorar la vida de los comuneros. Se aplicó la metodología aplicada de tipo cuantitativo-básico, nivel descriptivo correlacional con diseño descriptivo-analítico. Encuestas y entrevistas a comuneros de Ccaccacollo, con resultados favorables. Conclusión, 55% manifestaron que si había relación, además mejoraba la vida de los comuneros.

Riega (2022) desarrolló una tesis de título “Gestión estratégica para fomentar el turismo vivencial en la región Lima y su contribución al desarrollo nacional Periodo 2018-2020” para optar el título de “Maestro en Desarrollo y Defensa Nacional”. Esta investigación tiene como objetivo principal “determinar cómo la gestión estratégica en el fomento del turismo vivencial en la región contribuye al desarrollo nacional, periodo 2018-2020”. El autor está interesado en determinar cómo una gestión estratégica contribuirá al desarrollo nacional en el periodo antes mencionado. Estudio de enfoque cuantitativo, alcance descriptivo explicativo, diseño de investigación no experimental, se estudió a 119 funcionarios relacionados con la actividad turística, muestra 91 personas, cuestionario tipo Likert, prueba Chi cuadrado de Pearson. Se usó el programa estadístico SPSS 26.0, para demostración de hipótesis. Conclusión, “esta gestión si contribuye al desarrollo nacional periodo 2018-2020”.

3.1.2 Antecedentes internacionales

Chisag (2022) desarrolló una tesis de título “Práctica de la Pachamanca y el turismo vivencial en Llangahua” para optar el título de Licenciada en Turismo. La investigación tiene como objetivo principal, “conservar saberes andinos que fueron transmitidos como festividades, algunos rituales, gastronomía y medicina ancestral”. La autora está interesada en conservar dichos saberes para que no se pierdan. Se usó metodología cualitativa permitiendo describir a la pachamanca, y de caracterizar al turismo vivencial”. Se realizó mediante investigación de campo y bibliográfica, diseño no experimental transversal, enfocado en un alcance descriptivo, muestreo de nieve, aplicación de las fichas A4 del INPC y fichas de productos elaborados del ATLAS del patrimonio alimentario. Como conclusión, se resalta que el “turismo vivencial pertenece a la tipología del turismo alternativo o educativo, por tener mayor contacto con las comunidades receptoras y con un acercamiento directo”.

Díaz (2022) desarrolló la tesis de título “La medicina tradicional y el turismo vivencial en la parroquia de Cacha-Provincia de Chimborazo” para optar el título de Licenciada en Turismo. Esta investigación tiene como objetivo principal “conocer a profundidad la medicina tradicional y si puede influir en los turistas para que se realice un turismo vivencial en el lugar de estudio”. La autora está interesada en “estudiar a profundidad la medicina tradicional y si esta influye en los turistas que visitan Cacha”. Se utilizaron diferentes técnicas e instrumentos. Se encuestaron a 139 personas, una lista de chequeo y la ficha A4 del INPC. Se midió la fiabilidad del instrumento con ayuda de Alfa de Cronbach para definir su factibilidad. Se utilizó la escala de Likert, resultado

0,818, refleja que es un buen instrumento. Las encuestas se realizaron mediante Google forms. Como conclusión, la práctica de la medicina tradicional en dicha comunidad fue aminorando por el decrecimiento de la demanda turística, para tal caso la autora propone crear un mejor medio de difusión para motivar el turismo, contribuyendo al desarrollo, fortaleciendo y transmitiendo conocimientos culturales de dicho destino.

Cañero (2018) desarrolló una tesis de título "Impactos del turismo comunitario y sostenibilidad en comunidades rurales de Puerto Plata (República Dominicana), un análisis de la percepción de los residentes, para optar el título de Doctor en Ciencias Sociales y Jurídicas. Esta investigación tiene como objetivo principal "conocer la percepción de las comunidades de Puerto Plata donde se desarrolla el turismo de sol y playa. A los residentes se les aplicó un cuestionario de tres secciones donde se averigua la percepción de los impactos del turismo, además el apego al destino y el perfil sociodemográfico de los encuestados. Fueron 576 cuestionarios. Se usó la metodología del programa IBM SPSS19, y Smart Partial Least Square. Conclusión, El turismo genera el 10% del PBI mundial generando dinamismo y como fuente de erradicación de la pobreza porque mejora la calidad de vida de los ciudadanos, los residentes consideran que la actividad turística responde a un desarrollo sostenible, la población de Puerto Plata tiene apego a sus comunidades, el promedio supera el valor de 4 sobre un total de 5 puntos.

3.2 Marco teórico

3.2.1 Turismo vivencial

Turismo

El turismo, actividad económica importante con un impacto positivo en las economías de todos los países, se le considera como un fenómeno social, generador de empleos, fuente de recursos que permite mejorar la infraestructura de una localidad. “El turismo es un fenómeno social, cultural y económico que supone el desplazamiento de personas a países o lugares fuera de su entorno habitual por motivos personales, profesionales o de negocios” (Glosario de términos de turismo, 2008, s.p). Se entiende que el turismo está relacionado con varios motivadores, que son las razones por las que las personas viajan, en algunos casos pueden ser motivaciones culturales, de negocio, aventura, salud, o solo por ocio para satisfacción de necesidades y deseos netamente personales. En ese sentido, Gutiérrez (2020) comenta:

El turismo es un grupo de actividades desarrolladas por personas fuera de su lugar habitual de residencia, las cuales están, impulsadas por diferentes motivaciones y además se llevan a cabo por un tiempo que no supere al año; más aún genera beneficios al incorporar al sitio de visita inversión externa. (s.p)

Tomando en cuenta los conceptos de los autores, turismo se refiere al desplazamiento que se realiza fuera del lugar residencia, mínimo por un lapso de 24 horas que son impulsadas por diferentes clases de motivaciones, en cualquier caso, las motivaciones para el desplazamiento tienen que ser de carácter no lucrativo. Cualquiera que fuera la

motivación de los viajeros, todas las actividades se van a relacionar con servicios recibidos, lo cual significa que se llevará a cabo una oferta y demanda turística.

Se puede considerar a Gutiérrez (2020) quien hace el siguiente comentario:

Las nuevas formas de turismo que el Perú, está logrando en los últimos años ha llevado a distintas empresas, instituciones del gobierno, y a la población en general a involucrarse más con la actividad turística y disfrutar de los beneficios económicos que trae de la mano, estos beneficios en muchos casos han perjudicado la idiosincrasia de los pobladores hasta el punto de olvidar toda costumbre y tradición de su zona. (p.32)

A lo largo de los años la forma de hacer turismo en el Perú y en el mundo ha ido cambiando, esto debido a que han ido surgiendo nuevas necesidades, nuevos hábitos de consumo y generación de experiencias únicas.

Tipos de turismo que se realizan en el Perú

Dependiendo de las actividades que se realicen, el tiempo de duración, la motivación, el fin, y otros tantos factores, en el Perú, el turismo se clasifica en:

Tabla 1

Tipos de turismo realizados en el Perú

Turismo Cultural	Para conocer el arte y la cultura de un lugar. Museos, Nazca, Machupichu.
Turismo de aventura	Para salir de la rutina disfrutando de la adrenalina. Canotaje, puénting

Turismo gastronómico	Viajar para deleitarse con la comida una determinada región. Mistura
Ecoturismo	Turismo que tiene criterios de responsabilidad y sustentabilidad. Reserva del Manu, Paracas
Turismo vivencial	Para quienes prefieren vivir experiencias con otras poblaciones. Los Uros, Hacienda Porcón.

Nota: La tabla muestra los diferentes tipos de turismo que se hacen en Perú

Elaboración propia

Turismo vivencial en el Perú

El turismo vivencial en el Perú está considerado como sostenible ya que tiene como objetivo sensibilizar, compartir, y difundir mediante la convivencia la cultura y tradiciones de un determinado lugar. Se trata de algo más humano donde la preservación de las costumbres, el respeto a los pobladores, al medio ambiente y a su historia generará valores como la amistad, respeto y consideración. Por ello, Zavaleta (2020) indica que:

El turismo vivencial es una modalidad de turismo no convencional o alternativo que se desarrolla con éxito principalmente en la zona sur del Perú, impulsado por turistas que prefieren vivir una experiencia real, interactuando directamente con la población andina, en sus raíces y hábitat diario. (p.11)

Esta opción de turismo se está dando en el país desde hace un poco más de una década. Es una forma de conocer y apreciar de una manera distinta las costumbres de un determinado lugar con diversas actividades, aprenden costumbres, pernoctan en las viviendas, disfrutan de sus comidas, se hacen partícipes de sus rutinas y también muchas veces intervienen en las prácticas productivas como el sembrado de algunos alimentos. “El turismo en el Perú es marcadamente cultural y vivencial, alcanzando el 80% de la totalidad del mercado con un promedio de estadía de 19 días por persona, variable entre los servicios que escoja el visitante” (Manrique, 2017, p.6). Se puede considerar al turismo vivencial como más humano, donde se desarrollan actividades de manera coordinada y, sobre todo, sostenible para el beneficio de una determinada comunidad.

Aspectos positivos del turismo vivencial

En el turismo vivencial se desarrolla una relación de convivencia estrecha con cada uno de los visitantes y con las familias que se convierten en anfitriones. Ellos son los que les enseñarán y compartirán sus costumbres, su cultura, tradiciones, hábitos etc., con lo que generarán una retroalimentación y experiencias inolvidables. “El contacto entre el visitante o turista y los pobladores conduce a la aprehensión y experimentación en las prácticas productivas de las diferentes actividades que se realiza en un determinado lugar” (Curasma, Huamaní, 2021, p.26). Existen numerosas actividades que los turistas pueden hacer cuando deciden involucrarse en el turismo vivencial. Los autores consideran que el compartir costumbres y hábitos generará una retroalimentación y experiencias inolvidables tanto para el turista como para el anfitrión.

Las actividades con más afines al turismo vivencial según Laguna (2020) son:

- a) **Prácticas agrícolas cotidianas:** sembrar, cosechar, etc.;
- b) **Colaboración en actividades de ganadería;**
- c) **Cabalgatas;**
- d) **Danzas folklóricas;**
- e) **Degustación de la gastronomía;**
- f) **Aprendizaje a cerca de las plantas curativas;**
- g) **Organizar y participar en ferias;**
- h) **Visitar telares artesanales;**
- i) **Caminar a las lagunas, montañas y quebradas;**
- j) **Treking, ciclismo y camping.** (P.7)

Todas las actividades que cita el autor tienen que ver con costumbres y hábitos que se realizan durante los viajes de turismo vivencial, una tendencia que está contribuyendo al desarrollo y la conservación del medio ambiente de las poblaciones involucradas.

Aspectos negativos del turismo vivencial

Todas las actividades turísticas tienen algunos aspectos negativos, por un lado, cuando no se minimizan los impactos negativos que podría estar atentando contra no solo el patrimonio natural sino también humano de algún pueblo o comunidad, y, por otro lado, la infraestructura que muchas veces se suele modificar sin tener en cuenta la estética del medio ambiente. Se pueden detallar, además, algunos aspectos negativos del turismo vivencial que para Rodríguez, Feder, Aguinaldo (2015) son:

Los impactos ambientales negativos más evidentes de la actividad turística son los diferentes tipos de contaminación (agua, aire, sonora, visual) la sobrepoblación y el congestionamiento, los problemas del uso de la tierra, la ruptura ecológica, los daños a la naturaleza, la contaminación arquitectónica y el despojo inadecuado de los residuos. (s.p)

Según lo afirmado por los autores, existen aspectos negativos en el turismo vivencial que son muy relevantes, con efectos colaterales no deseables, lo que puede ocasionar consecuencias para cualquier destino turístico. Pero, por otro lado, se puede decir que “Desde el punto de vista territorial el turismo también deja su impronta cuando produce o transforma el espacio en productos orientados para la satisfacción de los visitantes” (Del Valle, 2017, s.p). La actividad turística que se realiza en estos tiempos muchas veces rompe con la fragilidad natural. A pesar de ello, no todos los tipos de turismo tienen un impacto negativo, sino más bien pueden mejorar la calidad de vida de los comuneros. Existen algunas condiciones para la práctica del turismo vivencial esta tiene que darse en escenarios naturales, flora y fauna diversa y políticas de protección respeto y cuidado a la naturaleza.

3.2.2 Salud Mental

Salud

La salud, estado en el que un ser humano o un organismo vivo no tiene lesiones, tampoco sufre de alguna enfermedad y como consecuencia puede ejercer y desarrollar con toda normalidad todas sus funciones ante ello, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022) señala que “la salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social y no solamente la ausencia de enfermedad o alguna afección” (OMS, 2022). La presente definición fue hecha en el año de 1948, a pesar de haber sufrido críticas, hasta el día de hoy es aceptada globalmente por la población y la comunidad sanitaria. Cabe señalar que, para que los seres humanos vivan en un estado de constante bienestar, se deben dar las siguientes condiciones:

Un bienestar físico: Ocurre cuando los órganos y las funciones del cuerpo no están deteriorados, el cuerpo funciona correctamente y su capacidad física puede responder a los retos de la actividad diaria.

Un bienestar mental: Un ser humano sabe de sus capacidades, afronta las vicisitudes de la vida, sabe discernir sobre sus creencias, también sobre sus valores, es capaz de tomar buenas decisiones, ponerlas en práctica y comprender la existencia de otras ideas.

Un bienestar social: Son factores que están presentes en el momento de determinar la calidad de vida de un individuo, lo que le dará la posibilidad de disfrutar una vida satisfecha y sin privaciones. Este factor está relacionado con los aspectos económicos, temas culturales, sin embargo, son estos son subjetivos, por esta razón, el individuo lo designará desde su propia experiencia (Hernández-Angulo, Bohórquez-Hernández, Caballero, Gonzáles-Torres, 2020).

La salud de un individuo dependerá en gran parte de su estilo de vida, es decir, de sus hábitos, y sus costumbres. Entender que la salud es esencial para lograr metas personales, por lo tanto, la salud no solo es una responsabilidad individual, sino también social; sin embargo, de un tiempo a esta parte la salud mental y física han pasado a ser asuntos más importantes y relevantes junto con temas de contaminación ambiental, cambio climático, y sostenibilidad del planeta (Siderias, 2022).

Cuando nos referimos a los tipos de salud, se está refiriendo a las diferentes dimensiones de la salud personal del ser humano que puede estar afectando su bienestar general. En el siguiente cuadro se encuentran los diferentes tipos de salud:

Tabla 2

Tipos de salud

Salud física	Alude al estado del cuerpo y su funcionamiento.
Salud mental	Alude al estado emocional, psicológico y social.
Salud emocional	Capacidad de reconocer, entender y manejar las emociones.
Salud social	Se refiere a la capacidad de poder interactuar y relacionarse con de manera saludable.
Salud espiritual	Se refiere a la conexión con algo más grande que nosotros, creencias, valores para vivir en armonía.
Salud ambiental	Se refiere a como el medio ambiente afecta nuestra salud.
Salud ocupacional	Seguridad, salud de colaboradores en lugares de labores
Salud económica	Se centra en como la salud afecta la economía y viceversa.

Nota: La tabla contiene los diferentes tipos de salud. Basado en Campos (2023)

Elaboración propia.

Se puede concluir que la salud es un estado homeopático, es decir, de bienestar general del cuerpo y en el cual, el individuo se siente estable física y emocionalmente.

Salud mental

La salud mental tiene que ver con las emociones, la psicología y la parte social de un individuo, también la forma en que actuamos y cómo nos enfrentamos ante un determinado problema. Así, la salud mental es un estado de bienestar en el cual cada individuo desarrolla su potencial, puede afrontar las tensiones de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera, y puede aportar algo a su comunidad (OMS, 2022). El hecho de que una persona pueda desarrollar su potencial para poder afrontar y manejar mejor los problemas tiene que ver con el bienestar emocional tanto psicológico y social que está atravesando.

Existen elementos que influyen en el bienestar que conllevan a un bienestar no solo físico sino también mental, sin embargo “La falta de salud mental implicaría graves consecuencias en la productividad de los individuos; dando como resultado un significativo problema de salud con carácter psicosocial urgente que resolver” (Príncipe, 2016, p.11). Como señala el autor la carencia de salud mental afectará la forma de como un individuo siente, piensa, reacciona y actúa, por esa razón, es importante reconocer cuando se está necesitando ayuda.

Desde la posición de García (2017):

La salud mental contribuye a todos los aspectos de la vida humana. Tiene valores sustanciales e insustanciales, o intrínsecos: para el individuo, la sociedad y la productividad de una sociedad y sus miembros, su valor se puede considerar en diversas formas relacionadas. (p.26)

En este sentido, a la salud mental se le debería considerar como base para el bienestar físico, psicológico, y espiritual de toda persona. Los viajes pueden ser una fuente de bienestar emocional ya que todas las nuevas experiencias que se puedan experimentar pueden ser positivas para estimular la mente y por consiguiente conservar una buena salud mental. “Los seres humanos están diseñados para vivir en la naturaleza, por ello, integrarse a ella es otro de los objetivos de la salud mental” (Melgosa, 2017, p.87)

El autor señala la repercusión que puede tener la naturaleza en la salud mental de un ser humano ya que este podrá beneficiar y tendrá preponderancia en el aspecto psicológico-social, y también en las funciones cognitivas de los individuos.

Relación entre salud mental y turismo

El equilibrio que debería haber entre la mente y el cuerpo puede aliviar el estrés, por esa razón, son innumerables los beneficios psicológicos que supone llevar a cabo un viaje, solos, con pareja, con amigos o en familia. El turismo para la salud mental es beneficioso porque busca que el viajero se aleje de los factores estresantes del trabajo y del día a día. Además, sirve para fomentar relaciones interpersonales, aprender otros idiomas, otras culturas, etc. Viajar también conecta con lugares y personas de otras partes del mundo, al mismo tiempo nos desconecta de los hábitos y las rutinas. Además, permite descansar, descubrir, conocer, aprender y valorar nuevas culturas. Vásquez (2017) señala:

La reducción del estrés parece el más evidente de los beneficios de viajar, aunque sea una salida breve y a un destino no muy lejano, dejar atrás la

rutina y el ritmo frenético de la vida en la ciudad permite dejar las angustias, desconectar y disfrutar del presente. (par. 2)

Una persona sana mentalmente no siempre es la que no tienen dificultades, sino es la que han logrado mantener un equilibrio entre sus responsabilidades y el cuidado de la parte emocional. El turismo se considera como una forma de esparcimiento que permite escapar de lo rutinario. “Viajar permite desconectar de los problemas y obligaciones cotidianas para conectarse con uno mismo, alejándonos de todas las fuentes que nos genera estrés” (Caribbean News Digital, 2021, par.17). El autor opina que el viajar es beneficioso porque no solo te desconecta de los problemas y obligaciones, sino también, se experimenta un mejor ánimo y disminuye el estrés. Además, mejora el estado de anímico, aumenta la creatividad y experimenta situaciones que lo hacen más consciente de la realidad, retrasa el proceso de envejecimiento y se aprovecha para mejorar la calidad de vida, experimentar emociones positivas brindan felicidad y atención plena entre los viajeros. En ese contexto, “El turismo satisface la necesidad humana básica de recuperar el bienestar mental y físico” (Rodríguez, 2023, par. 3).

El turismo genera sentimientos positivos y emociones diferentes ya que las experiencias vividas quedan como recuerdos imborrables que son capaces de estimular el funcionamiento neurológico del cerebro. Algunas cosas permanecen constantes en el tiempo, pero el disfrutar de nuevas locaciones, sentir el aire puro de la naturaleza no tiene comparación.

Psicología del Turista

La psicología del turista estudia todos los procesos que conduce a los individuos a tomar decisiones sobre sus comportamientos, tanto en el aspecto individual, así también como social. Además, estudia las conductas de los seres humanos en sus tiempos libres y en las actividades turísticas que realicen. Un turista decide viajar por varios motivos: a) Para visitar a un familiar; b) Pasar tiempo con amigos; c) Descubrir nuevas culturas; d) Nuevos climas y d) Para poder encontrarse a sí mismos. Así también, Piña (2020) señala que:

No solo se trata de comprender que quiere o a donde viaja el turista, o preparar nuevos atractivos para atraer a las masas, sino, desde un punto psicológico y antropológico, estudiar por qué toma la acción de viajar, y cuáles son sus motivaciones para hacerlo. (p.883)

Según lo presentado por el autor a cerca de las motivaciones que tiene un turista para realizar un viaje, este tiene que ver con motivaciones internas como el deseo de conocer un determinado lugar para poder escapar de alguna rutina. “La teoría describe que las motivaciones turísticas pueden ocurrir en cinco niveles, necesidad de relax, seguridad, relaciones, autoestima y desarrollo y de actualización y realización” (Moscardo & Pearce (1986) citado por Piña (2020). Cabe señalar que cada persona tiene sus propias motivaciones y preferencias para viajar, en opinión de algunos neurocientíficos, cuando una persona viaja, el cerebro se re cablea, esto quiere decir que las nuevas experiencias construyen nuevas vías neuronales en el cerebro, de esa forma un individuo se vuelve mucho más creativo en casi todos los aspectos de su vida.

Para entender mejor lo propuesto con anterioridad, el Portal de América (2023) Indica:

Abraham Maslow estudió el comportamiento humano y sus motivaciones llegando a la conclusión que las personas en la medida que satisfacen sus necesidades más básicas comienzan a desarrollar necesidades y deseos, la base de la pirámide, figura que eligió para graficar su teoría, son precisamente las necesidades básicas, y de allí la pirámide se va elevando y angostando en cada nivel. (par.1)

Figura 1

Pirámide de Maslow



Nota: La imagen representa la pirámide de necesidades básicas de Maslow en la cual se describen las necesidades y deseos de un individuo.

Elaboración propia

Si aceptáramos esta tesis, se vería que el turismo se encuentra en el eslabón número tres, pero su base fundamental está en el anterior, en la seguridad. Para satisfacer el deseo de realizar algún tipo de turismo, un individuo debe sentir seguridad y protección, contar con un lugar donde vivir, tener acceso a educación y algún seguro médico, y un razonable ingreso económico, el Portal de América (2021, pa.8)

El autor considera que para poder realizar algún tipo de turismo es necesario primero contar con aspectos que hará que una persona se sienta segura y sin miedo. Esta seguridad tiene que ver con la salud, el trabajo, una vivienda, y seguridad personal y social.

La OMT (1998) citado por Regalado (2018) hace referencia al turista como:

Una persona de mente abierta siendo un factor insustituible de tolerancia mutua, autoeducación y aprendizaje de diferencias entre pueblos, culturas, y su diversidad, donde el turista asimile y apoye en la conservación del entorno natural y pueda proteger la flora y fauna silvestre y su hábitat siendo para el turista una experiencia enriquecedora y transformadora teniendo en cuenta que el viaje realizado contribuye al desarrollo económico y social. (p.38)

De acuerdo con la autora, el turista debe ser de mente abierta, esto significa que deberá ser receptivo a nuevas formas de vida, respetar comportamientos diferentes, opiniones de otros individuos, y deberá ser culturalmente inteligente (capaz de relacionarse con personas de orígenes culturales distintos).

3.3 Definición de términos básicos

Turismo: Término que comprende y se refiere a las actividades que realizan los individuos cuando deciden realizar algún viaje, este debe ser durante un periodo de tiempo inferior a un año por razones de negocios, ocio, u otros.

Turismo vivencial: Turismo denominado de inmersión o más humano, enfocado a los viajes que se centran en experimentar una convivencia con personas de otras culturas.

Salud mental: Estado de equilibrio entre una persona y su entorno, bienestar en el cual el individuo es consciente de sus capacidades para poder afrontar las tensiones de la vida, puede trabajar y poder ser útil en la sociedad.

Bienestar: Significa el estado que se puede alcanzar cuando una persona se siente bien y puede desenvolverse adecuadamente. Desde el punto de vista psicológico-emocional, significa que el individuo está tranquilo y satisfecho.

Hotel para turismo vivencial: Alojamiento que brindará al huésped una experiencia inolvidable en un ambiente de calidez y naturaleza.

CAPÍTULO IV: HIPOTESIS Y VARIABLES

4.1 Formulación de hipótesis principales y derivadas

4.1.1 Hipótesis principal

El **Turismo vivencial** influye en la **salud mental de los visitantes** del **hostal Samana Wasi - Urubamba - Cusco - Año2023**

4.1.2 Hipótesis derivadas

H1: El Turismo vivencial influye en el bienestar emocional de los visitantes del **hostal Samana Wasi - Urubamba - Cusco - Año2023**

H2: El turismo vivencial influye en la disminución del estrés de los visitantes del **hostal Samana Wasi - Urubamba Cusco, 2023**

H3: El turismo vivencial influye en el refuerzo de vínculos afectivos de los visitantes del **hostal Samana Wasi - Urubamba Cusco, 2023**

4.1.3 *Operacionalización de variables*

Operacionalizando las variables intervinientes se tiene:

V1: Turismo Vivencial

Se define al turismo vivencial como turismo denominado de inmersión o más humano, enfocado a los viajes que se centran en experimentar una convivencia con personas de culturas diferentes. Está comprendida en tres dimensiones:

- Impacto ambiental
- Sostenibilidad empresarial
- Preservación cultural de la tradición

V2: Salud mental

Se define al estado mental como equilibrio entre una persona y su entorno, bienestar en el cual el individuo es consciente de sus capacidades para poder afrontar las tensiones de la vida, puede trabajar y poder ser útil en la sociedad. Está definido por tres dimensiones:

- Bienestar emocional
- Disminución del estrés
- Refuerzo de vínculos afectivos

CAPÍTULO V: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

5.1 Diseño metodológico

Tipo: El tipo de investigación es aplicada por que se buscará solucionar el problema encontrado.

Enfoque: El enfoque a trabajar será cuantitativo, porque cuantifica las variables que se ha propuesto por medio de una encuesta, con la finalidad de obtener un análisis estadístico que ayudará a sustentar las hipótesis planteadas en este trabajo.

Diseño: Se utilizará el diseño descriptivo debido a que se detalla con precisión lo que sucede en el entorno, así como también la información sobre la problemática.

Nivel: El nivel que se utilizará será el correlacional porque se buscará determinar la relación entre las variables, turismo vivencial y salud mental de los visitantes al hostel. mostrará la relación significativa entre ambas variables participantes.

5.2 Diseño muestral

5.3 Población

El presente trabajo de investigación ha escogido a los visitantes al hostel Samana Wasi, en el rango de un mes.

5.4 Muestra

Para determinar la muestra de la investigación se aplicará la fórmula de poblaciones finitas al universo de visitantes del hotel a lo largo de un mes.

$$n = \frac{N \cdot Z^2(p \cdot q)}{(N-1)E^2 + Z^2(p \cdot q)}$$

Dónde:

N: Población

Z: Nivel de confianza (95%:1.96)

p: Probabilidad de éxito (50%: 0.5)

q: Probabilidad de fracaso (50%: 0.5)

E: Error estándar (5%: 0.05)

$$n = (80 \times [1.96]^2 (0.5 \times 0.5)) / (80 \times 0.05^2 + [1.96]^2 (0.5 \times 0.5))$$

$$n = 80.6 / 3.76$$

$$n = 67$$

Entonces la cantidad de 67 huéspedes es la muestra mínima seleccionada para la investigación.

5.5 Técnica de recolección de datos

Para la investigación se utilizó las encuestas como técnica para recolectar datos, con la cual se podrá validar la influencia del turismo vivencial en la salud mental de los visitantes del hostel Samana Wasi - Urubamba, Cusco. Como herramienta se utilizó una encuesta conformada por 10 preguntas para la variable Turismo vivencial y 10 preguntas para la variable Salud Mental. Luego se trasladan las preguntas a Google Forms con lo cual se procederá al llenado de las mismas.

5.6 Técnicas estadísticas de procesamiento de la información

Posterior a la recolección, se tiene la base de datos resultante, con ella se procederá a la verificación de las respuestas y posterior procesamiento en el programa estadístico SPSS 29 de IBM que permitirá realizar el análisis descriptivo y la correlación de variables.

- Para la primera variable, turismo vivencial, se diseñó una encuesta conformada por 10 preguntas, las cuales buscan medir el impacto ambiental, la sostenibilidad empresarial y la preservación cultural de la tradición y mostrarlo como modelo de negocio sostenible.
- Para la segunda variable, salud mental, se diseñó una encuesta conformada por 10 preguntas, las cuales buscan medir el bienestar emocional, la disminución del estrés y el refuerzo de los vínculos afectivos de los visitantes del hostel.

5.7 Resultados

5.7.1 Análisis descriptivo

Tabla 3

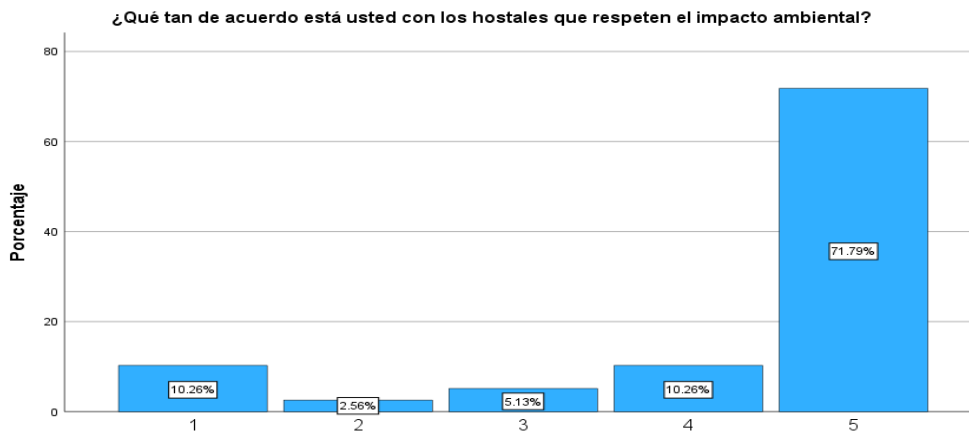
¿Qué tan de acuerdo está usted con los hostales que respeten el impacto ambiental?

	N	%
1	8	10.3%
2	2	2.6%
3	4	5.1%
4	8	10.3%
5	56	71.8%

Fuente: Valencia, R. (2023)

Gráfico 1

Hostales que respeten el medio ambiente



Fuente: Valencia, R. (2023)

En base a la encuesta realizada se tiene como resultado que el 71.79% de las personas que van a los hoteles están muy de acuerdo con que se respeten el impacto ambiental, consideran que es importante el cuidado del medio ambiente y esto se debe a que resulta fundamental mantener el equilibrio para dejar un mundo saludable a las futuras generaciones.

Tabla 4

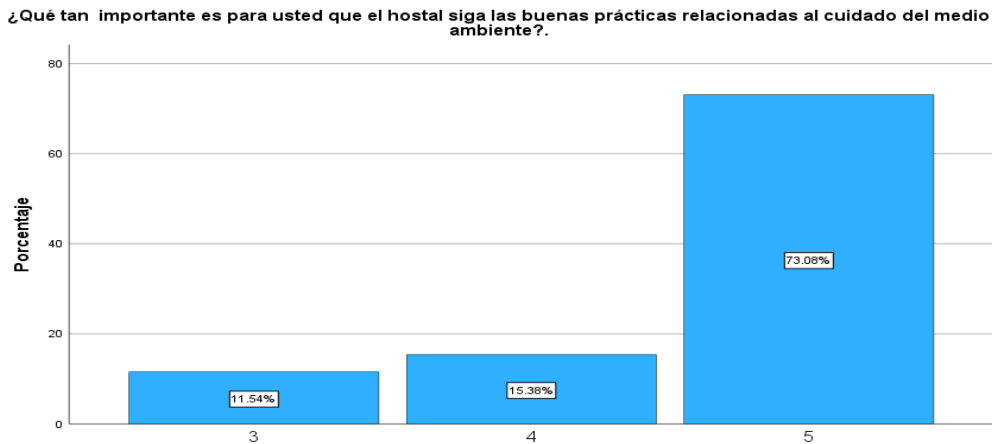
¿Qué tan importante es para usted que el hostel siga las buenas prácticas relacionadas al cuidado del medio ambiente?

	N	%
3	9	11.5%
4	12	15.4%
5	57	73.1%

Fuente: Valencia, R. (2023)

Gráfico 2

Buenas prácticas relacionadas al cuidado del medio ambiente



Fuente: Valencia, R. (2023)

De la encuesta realizada el 73.08% indica que es muy importante que el hostel siga las buenas prácticas relacionadas al cuidado del medio ambiente porque de esa manera se puede reducir el impacto ambiental, aumentar la conciencia y el conocimiento de las acciones que realizamos en la vida cotidiana y cómo estas tiene repercusión en el medio ambiente.

Tabla 5

¿Está de acuerdo que los alimentos sean preparados con insumos cosechados de manera orgánica del mismo hostel?

	N	%
1	3	3.8%
2	1	1.3%
3	23	29.5%
4	16	20.5%
5	35	44.9%

Fuente: Valencia, R. (2023)

Gráfico 3

Alimentos preparados con insumos cosechados en el mismo hostel



Fuente: Valencia, R. (2023)

De acuerdo con los resultados de la encuesta un 44.87% están muy de acuerdo que los alimentos sean preparados con insumos cosechados de manera orgánica del mismo hostel porque son productos frescos, de calidad y de alto valor nutricional, por otro lado, contribuirá al ahorro en la compra de alimentos y ayudará al medio ambiente.

Tabla 6

¿Tiene usted alguna preferencia sobre la generación de energía eléctrica usando métodos solares, eólicos, etc.?

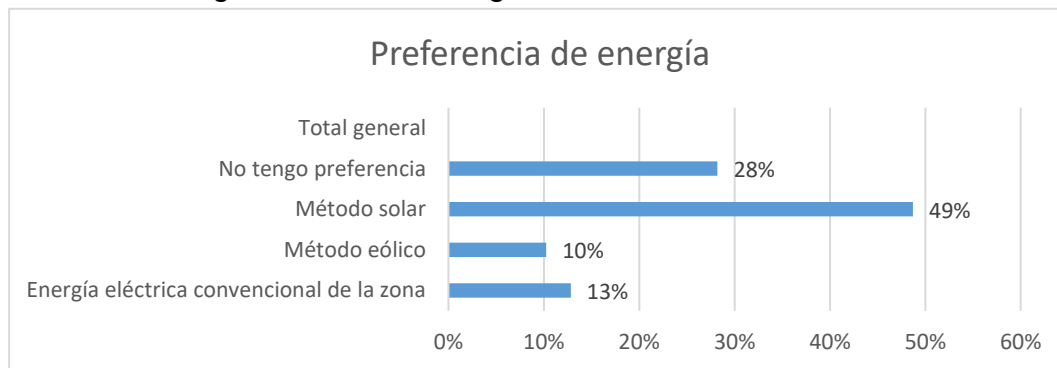
- Energía eléctrica convencional de la zona
- Método eólico
- Método solar
- No tengo preferencia

Preferencia de energía	F	%
Energía eléctrica convencional de la zona	10	13%
Método eólico	8	10%
Método solar	38	49%
No tengo preferencia	22	28%
Total, general	78	

Fuente: Valencia, R. (2023)

Gráfico 4

Preferencia sobre generación de energía eléctrica



Fuente: Valencia, R. (2023)

De la encuesta realizada el 49% prefiere los métodos solares como generación de energía, esto se debe a que no contamina el ambiente y contribuye al desarrollo sostenible.

Tabla 7

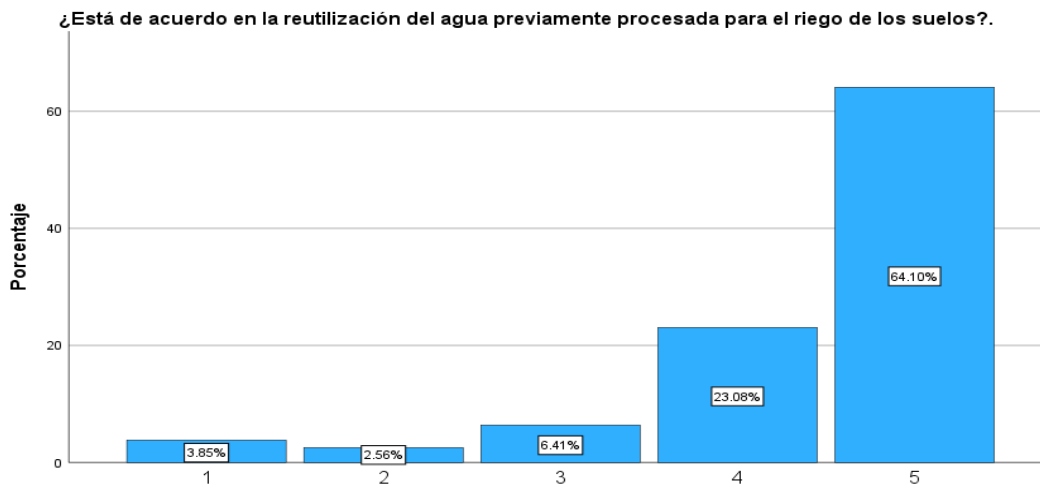
¿Está de acuerdo en la reutilización del agua previamente procesada para el riego de los suelos?

	N	%
1	3	3.8%
2	2	2.6%
3	5	6.4%
4	18	23.1%
5	50	64.1%

Fuente: Valencia, R. (2023)

Gráfico 5

Reutilización del agua previamente procesada



Fuente: Valencia, R. (2023)

De la encuesta realizada un 64.10% está muy de acuerdo con la reutilización del agua previamente procesada para el riego de suelos, se debe a los beneficios ambientales que ayudarán a reducir el desperdicio y consumo de agua y al ahorro que esta tendrá en la economía del hostel.

Tabla 8

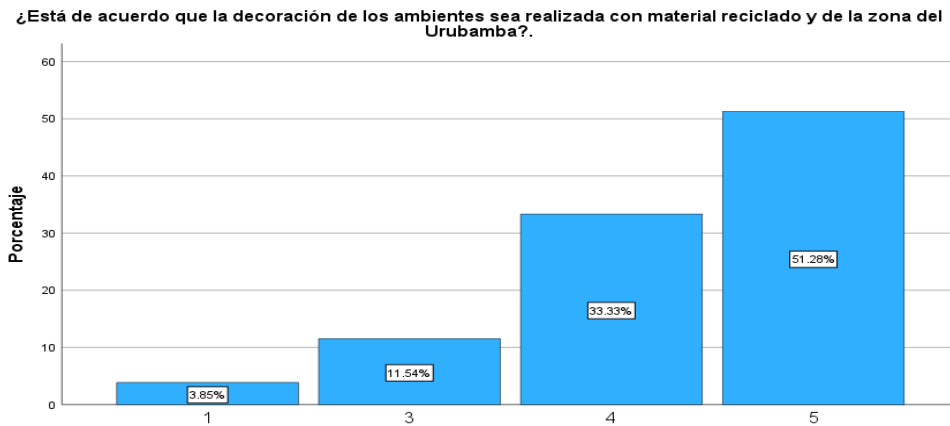
¿Está de acuerdo que la decoración de los ambientes sea realizada con material reciclado y de la zona del Urubamba?

	N	%
1	3	3.8%
3	9	11.5%
4	26	33.3%
5	40	51.3%

Fuente: Valencia, R. (2023)

Gráfico 6

Decoración con material reciclado de la zona del Urubamba



Fuente: Valencia, R. (2023)

De la encuesta realizada, el 51.28% está muy de acuerdo que la decoración de ambientes sea realizada con material reciclado de la zona del Urubamba de esta manera se contribuirá a la reducción de la contaminación, ahorro de materias primas reutilización de materiales y generación de empleos.

Tabla 9

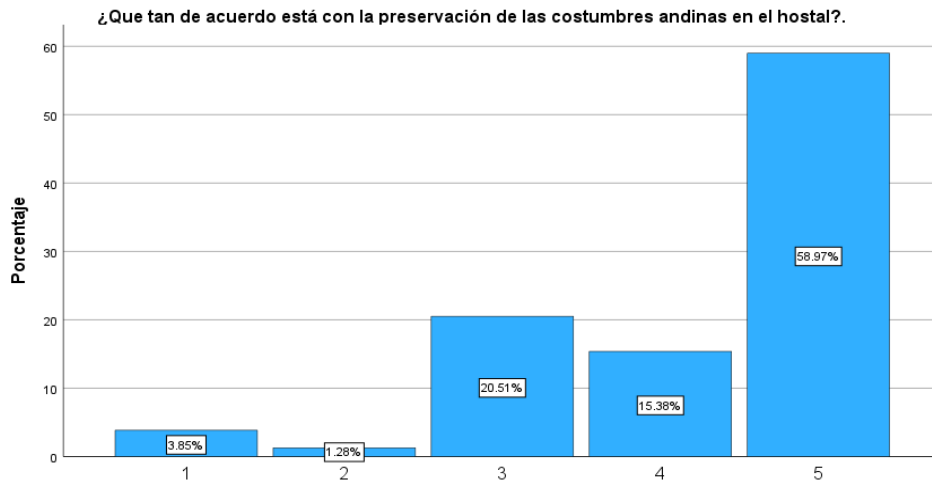
¿Qué tan de acuerdo está con la preservación de las costumbres andinas en el hostel?

	N	%
1	3	3.8%
2	1	1.3%
3	16	20.5%
4	12	15.4%
5	46	59.0%

Fuente: Valencia, R. (2023)

Gráfico 7

Preservación de costumbres andinas



Fuente: Valencia, R. (2023)

De la encuesta realizada el 58.97% están muy de acuerdo con la preservación de las costumbres andinas en el hostel ya que es la única forma de preservar la identidad y el patrimonio cultural para que no se pierda y sea heredada por la siguiente generación.

Tabla 10

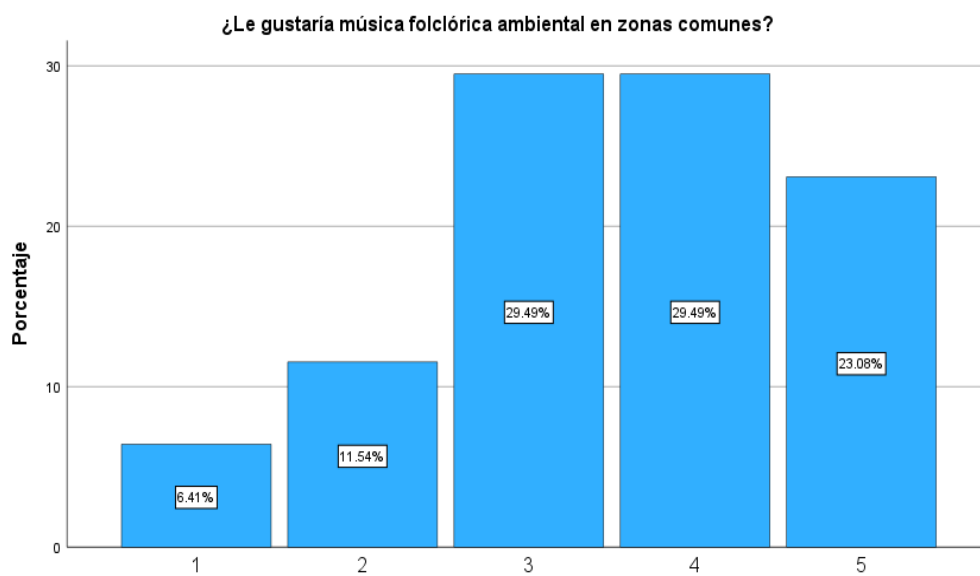
¿Le gustaría música folclórica ambiental en zonas comunes?

	N	%
1	5	6.4%
2	9	11.5%
3	23	29.5%
4	23	29.5%
5	18	23.1%

Fuente: Valencia, R. (2023)

Gráfico 8

Música folclórica ambiental en zonas comunes



Fuente: Valencia, R. (2023)

Más del 50% de los encuestados están de acuerdo en tener música folclórica ambiental en las zonas comunes del hostel.

Tabla 11

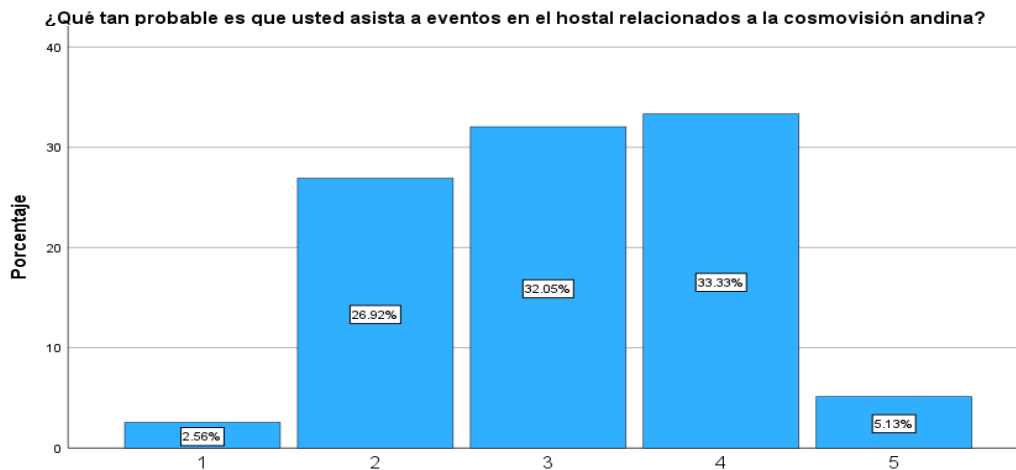
¿Qué tan probable es que usted asista a eventos en el hostel relacionados a la cosmovisión andina?

	N	%
1	2	2.6%
2	21	26.9%
3	25	32.1%
4	26	33.3%
5	4	5.1%

Fuente: Valencia, R. (2023)

Gráfico 9

Eventos relacionados a la cosmovisión andina



Fuente: Valencia, R. (2023)

El 33.33% de los encuestados consideran muy probable su asistencia a eventos en el hostel relacionados a la cosmovisión andina ya que interesa saber a cerca de la relación entre la naturaleza con los seres humanos y la pacha mama a quién consideran un ser vivo.

Tabla 12

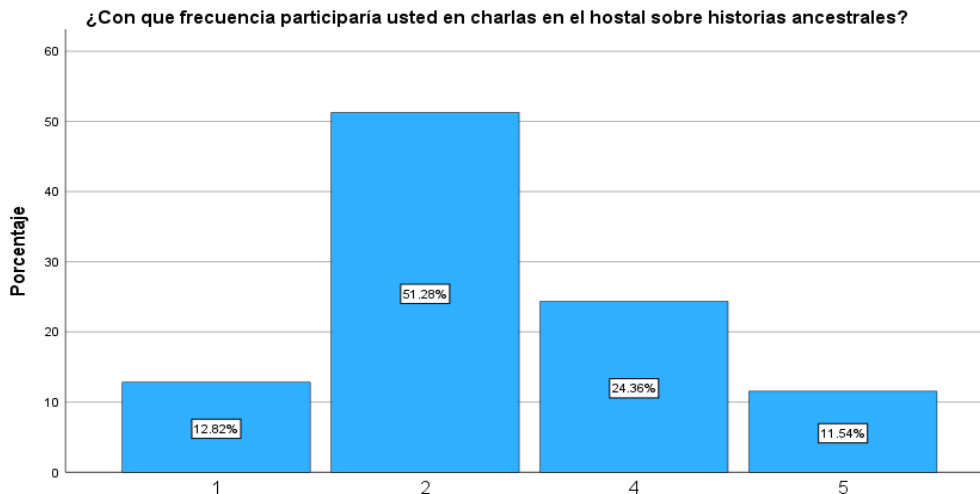
¿Con que frecuencia participaría usted en charlas en el hostel sobre historias ancestrales?

	N	%
1	10	12.8%
2	40	51.3%
4	19	24.4%
5	9	11.5%

Fuente: Valencia, R. (2023)

Gráfico 10

Charlas sobre historias ancestrales



Fuente: Valencia, R. (2023)

En base a la encuesta, un 51.28% consideran que participarían ocasionalmente de las charlas sobre historias ancestrales ya que les permitiría recordar costumbres y tradiciones que han dejado los antepasados a través del tiempo.

Tabla 13

¿Estaría de acuerdo con la desconexión de servicios WiFi durante su estadía?

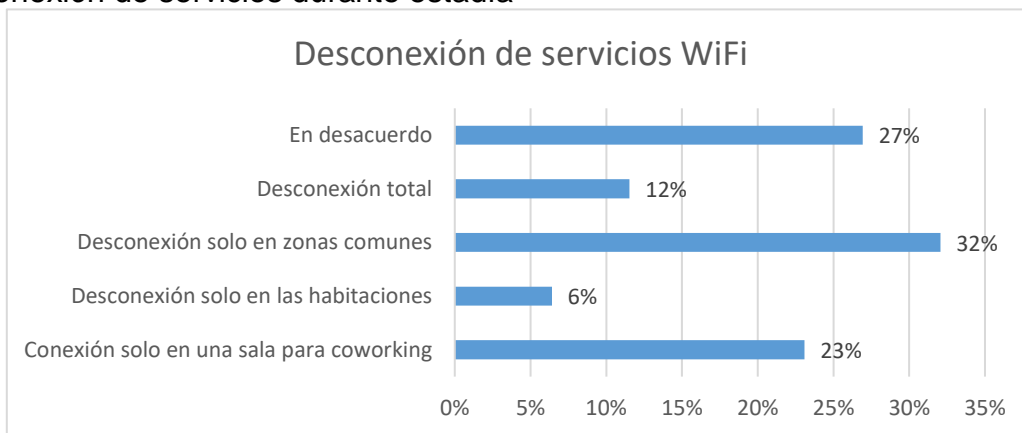
- Conexión solo en una sala para coworking
- Desconexión solo en las habitaciones
- Desconexión solo en zonas comunes
- Desconexión total
- En desacuerdo

Desconexión de servicios WiFi	F	%
Conexión solo en una sala para coworking	18	23%
Desconexión solo en las habitaciones	5	6%
Desconexión solo en zonas comunes	25	32%
Desconexión total	9	12%
En desacuerdo	21	27%
Total, general	78	

Fuente: Valencia R. (2023)

Gráfico 11

Desconexión de servicios durante estadía



Fuente: Valencia, R. (2023)

Más del 50% de encuestados está de acuerdo con la desconexión de servicios de Wi-fi en zonas comunes del hostel Samana Wasi.

Tabla 14

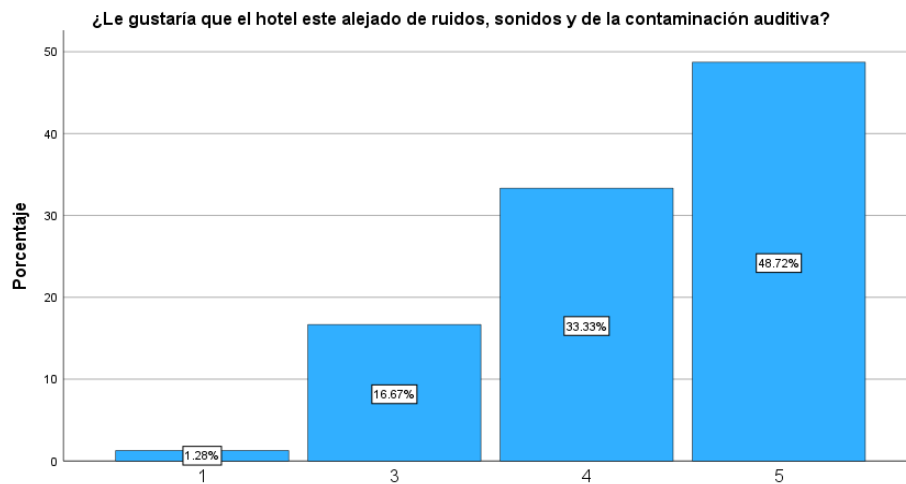
¿Le gustaría que el hotel este alejado de ruidos, sonidos y de la contaminación auditiva?

	N	%
1	1	1.3%
3	13	16.7%
4	26	33.3%
5	38	48.7%

Fuente: Valencia, R. (2023)

Gráfico 12

Contaminación auditiva



Fuente: Valencia, R. (2023)

El 48.72% indica que les gustaría que los ruidos, sonidos y contaminación auditiva estén alejados, eso les permitirá descansar mejor y disfrutar de los sonidos propios de la naturaleza.

Tabla 15

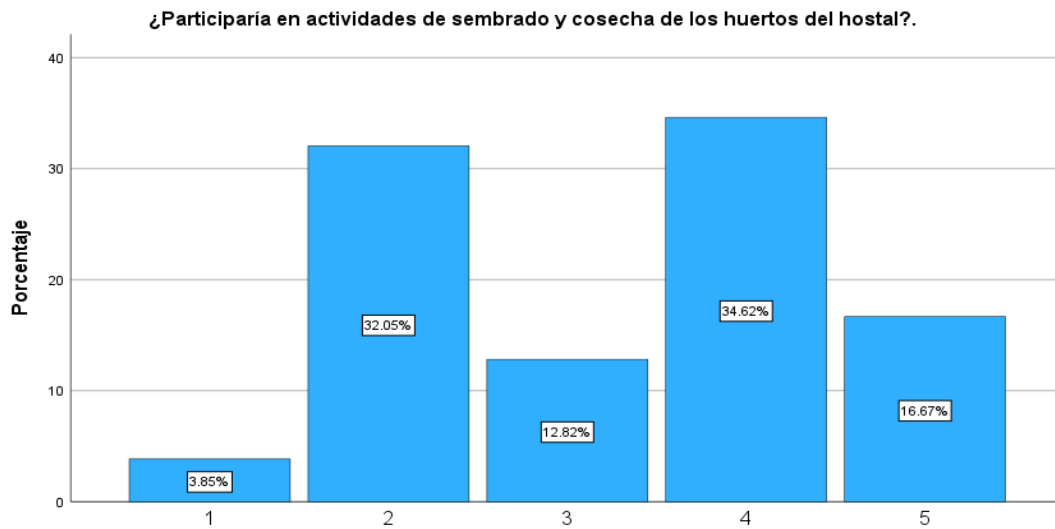
¿Participaría en actividades de sembrado y cosecha de los huertos del hostel?

	N	%
1	3	3.8%
2	25	32.1%
3	10	12.8%
4	27	34.6%
5	13	16.7%

Fuente: Valencia, R. (2023)

Gráfico 13

Actividades de sembrado y cosecha en huertos del hostel



Fuente; Valencia, R. (2023)

En base a la encuesta, el 34.62% participaría frecuentemente en las actividades de siembra y cosecha, mientras que el 32.05% lo haría solo ocasionalmente.

Tabla 16

¿Participaría en actividades cómo?

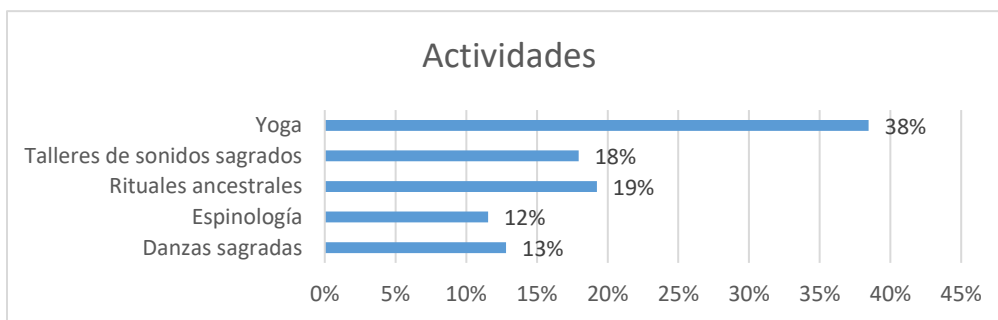
- Danzas sagradas
- Espinología
- Rituales ancestrales
- Talleres de sonidos sagrados
- Yoga

Actividades	F	%
Danzas sagradas	10	13%
Espinología	9	12%
Rituales ancestrales	15	19%
Talleres de sonidos sagrados	14	18%
Yoga	30	38%
Total, general	78	

Fuente: Valencia, R. (2023)

Gráfico 14

Actividades varias en el hostal



Fuente: Valencia, R. (2023)

La encuesta indica que un 38% participaría en actividades como yoga, esto les permitirá mejorar su confianza, reducir la ansiedad y el estrés, mientras que un 19% en rituales ancestrales de sanación en la salud mental.

Tabla 17

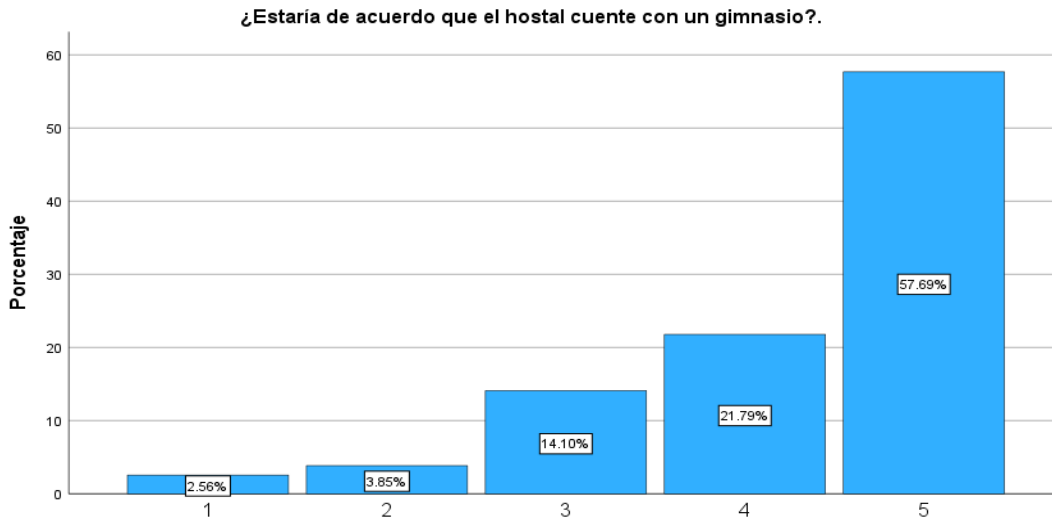
¿Estaría de acuerdo que el hostel cuente con un gimnasio?

	N	%
1	2	2.6%
2	3	3.8%
3	11	14.1%
4	17	21.8%
5	45	57.7%

Fuente: Valencia, R. (2023)

Gráfico 15

El hostel cuente con un gimnasio



Fuente: Valencia, R. (2023)

Los encuestados indican que para ellos es importante que el hostel cuente con un gimnasio, se destaca que el 57.69% están muy de acuerdo, mientras que el 21% algo de acuerdo.

Tabla 18

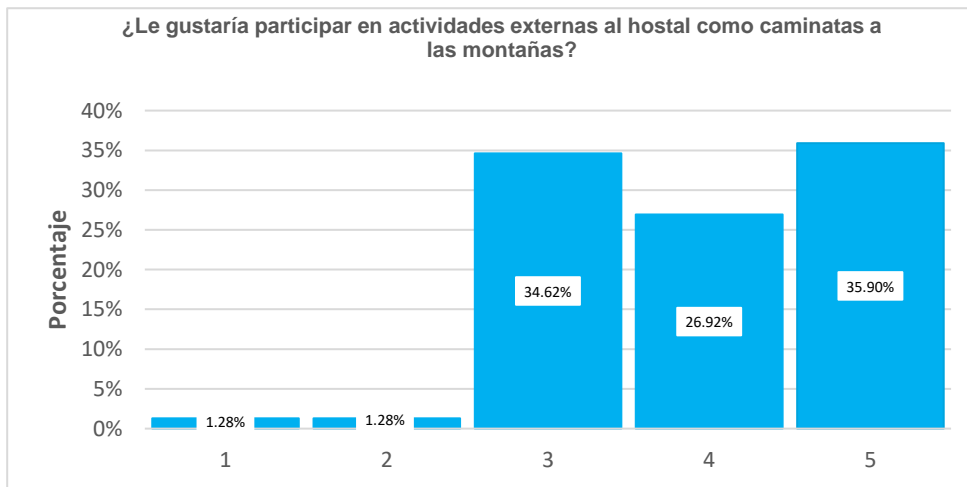
¿Le gustaría participar en actividades externas al hostel como caminatas a las montañas?

	N	%
1	1	1.3%
2	1	1.3%
3	27	34.6%
4	21	26.9%
5	28	35.9%

Fuente: Valencia, R. (2023)

Gráfico 16

Actividades externas como caminatas a las montañas



Fuente: Valencia, R. (2023)

De las encuestas realizadas se puede identificar que un 36.36% les gustaría participar en actividades externas como caminatas a las montañas, y un 36.06% consideran que solo lo harían a veces

Tabla 19

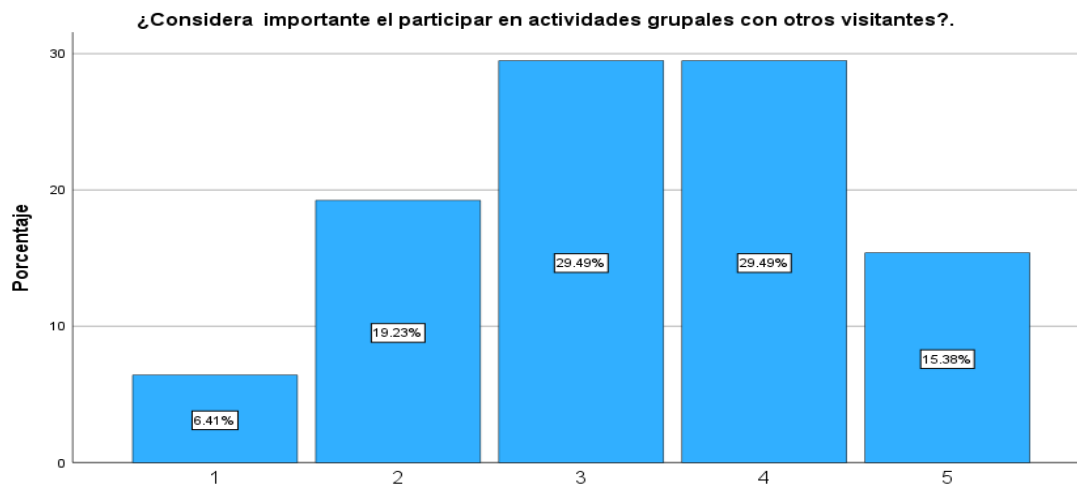
¿Considera importante el participar en actividades grupales con otros visitantes?

	N	%
1	5	6.4%
2	15	19.2%
3	23	29.5%
4	23	29.5%
5	12	15.4%

Fuente: Valencia, R. (2023)

Gráfico 17

Actividades grupales con otros visitantes



Fuente: Valencia, R. (2023)

El 93% de encuestados considera participar en actividades grupales con otros visitantes, que les será de mucha utilidad para poder relacionarse.

Tabla 20

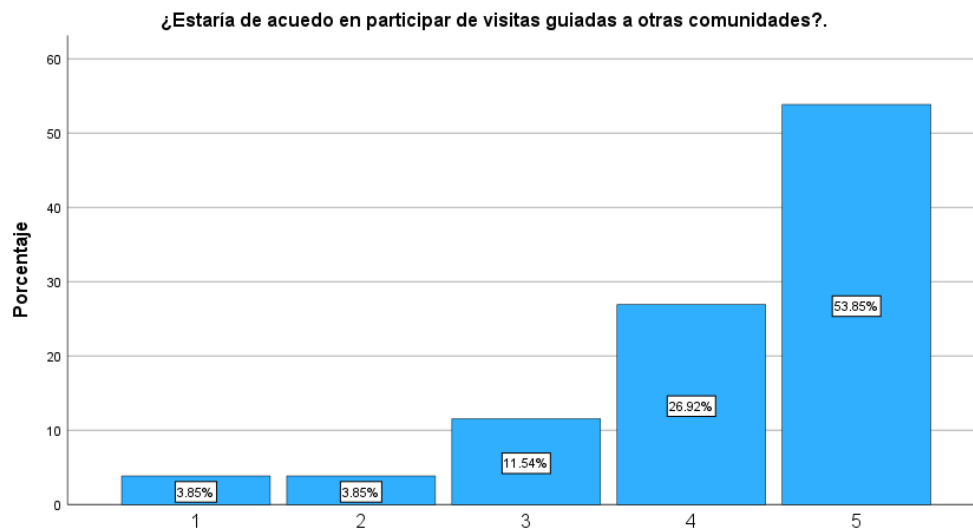
¿Estaría de acuerdo en participar de visitas guiadas a otras comunidades?

	N	%
1	3	3.8%
2	3	3.8%
3	9	11.5%
4	21	26.9%
5	42	53.8%

Fuente: Valencia, R. (2023)

Gráfico 18

Visitas guiadas a otras comunidades



Fuente: Valencia, R. (2023)

Un 53.85% de los encuestados estaría de acuerdo en participar de visitas guiadas a otras comunidades, mientras que el 26.92% consideran solo algo de acuerdo

Tabla 21

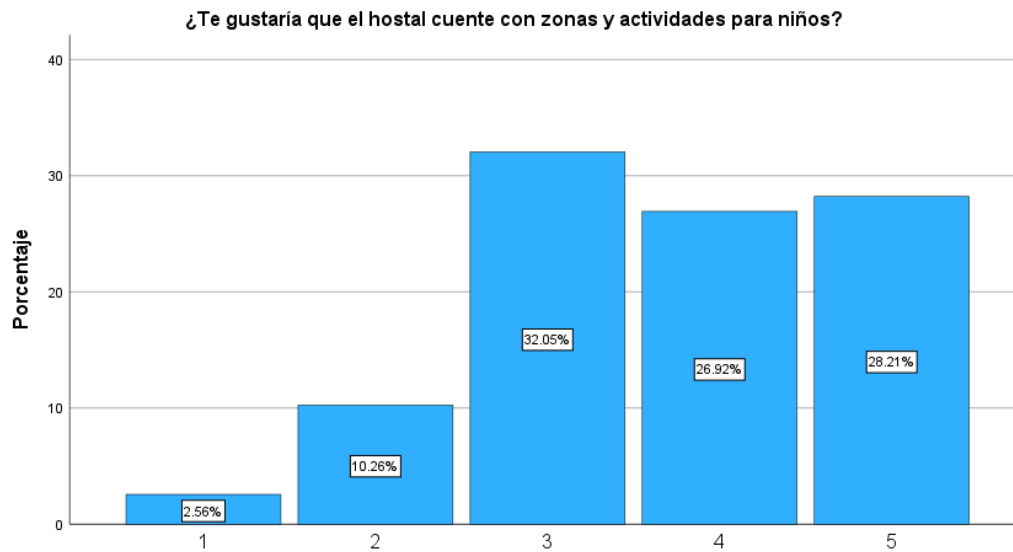
¿Te gustaría que el hostel cuente con zonas y actividades para niños?

	N	%
1	2	2.6%
2	8	10.3%
3	25	32.1%
4	21	26.9%
5	22	28.2%

Fuente: Valencia, R. (2023)

Gráfico 19

Actividades para niños



Fuente: Valencia, R. (2023)

Del total de encuestados un 32.05% les gustaría que el hostel cuente con zonas y actividades para niños ya que los visitantes no ven a un hostel solo como un lugar donde descansar sino también como un lugar donde entretenerse con los niños.

Tabla 22

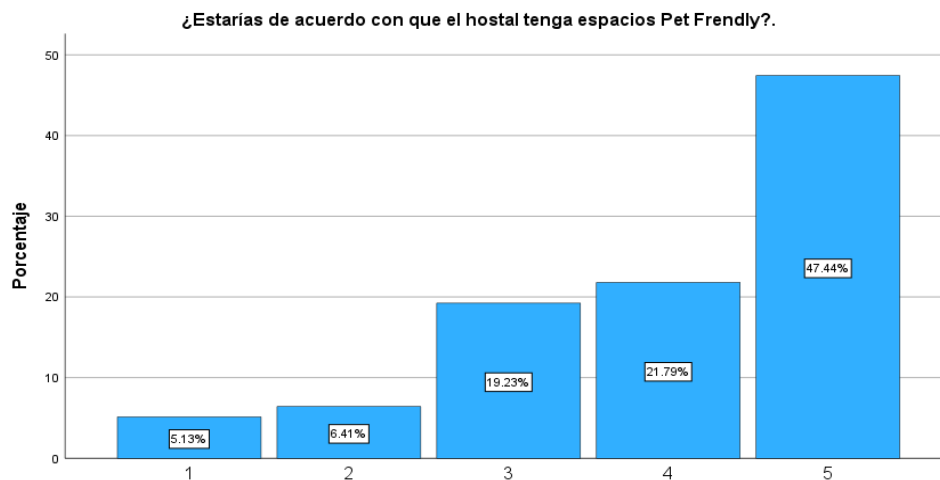
¿Estarías de acuerdo con que el hostel tenga espacios Pet Friendly?

	N	%
1	4	5.1%
2	5	6.4%
3	15	19.2%
4	17	21.8%
5	37	47.4%

Fuente: Valencia, R. (2023)

Gráfico 20

Espacios pet friendly



Fuente: Valencia, R. (2023)

La encuesta indica que un 47.44% estaría muy de acuerdo con que el hostel tenga espacios pet friendly porque les gustaría pasar tiempo no solo con sus hijos sino también con sus mascotas, mientras que un 21.79% estarían solo algo de acuerdo.

5.7.1.1 Análisis ligados a las hipótesis

Contrastación de hipótesis general

Para validar las hipótesis en la presente investigación se aplicó el Ritual de significancia estadística propuesta por Albarracin (2019) en su tesis de maestría que a continuación se detallará:

a) Plantear la hipótesis

H1: El turismo vivencial influye en la salud mental de los visitantes del hostel Samana Wasi - Urubamba - Cusco – Año 2023

H0: El turismo vivencial no influye en la salud mental de los visitantes del hostel Samana Wasi – Urubamba – Cusco – Año 2023

b) Determinar el nivel de significancia

Para la presente investigación, el nivel de Significancia que se tomó en consideración para contrastar la hipótesis es de (Alfa) $\alpha = 0.05$ (5%)

c) Estadísticos de prueba: Rho Spearman

Tabla 23

Correlación de variable 1 y 2

			Correlaciones	
			Turismo Vivencial	Salud mental
Rho de Spearman	¿Qué tan importante es que el hostel siga las buenas prácticas relacionadas al cuidado del medio ambiente?	Coefficiente de correlación	1,000	,699**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	78	78

¿Estaría de acuerdo con la desconexión de servicios tecnológicos durante su estadía?	Coeficiente de correlación	,699**	1,000
	Sig. (bilateral)	,000	.
	N	78	78

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: Elaboración propia

d) Analizar p-valor

- Si p-valor < 0.05, se acepta H1 y se rechaza H0
- Si p-valor > 0.05, se acepta H1 y se rechaza H0

Interpretación:

El p-valor = 0.000, da pruebas suficientes para no rechazar la hipótesis planteada en esta investigación, lo cual permite confirmar la existencia de una relación directa entre aquellas variables propuestas.

e) Analizar el índice de correlación

Rho Spearman = 0.699 = 69.9%

Interpretación:

En este estudio el Rho de Spearman determinó el nivel de correlación entre las variables, si la correlación resulta menor a 0.05 entonces podemos considerarla válida. El resultado obtenido de la prueba de Rho de Spearman arroja un resultado de 0.699, es decir 69.9% y una significancia bilateral de Sig=0.000. Si se toma en cuenta la escala del coeficiente de correlación, se obtuvo lo siguiente:

0.00 – 0.20 Relación muy baja

0.21 – 0.40 Relación baja

0.41 – 0.60 Relación moderada

0.61 – 0.80 Relación significativa

0.81 – 1.00 Relación muy significativa

Se demostró que existe una relación significativa entre el turismo vivencial y la salud mental de los visitantes del hostel el turismo vivencial y la salud mental de los visitantes del hostel Samana Wasi - Urubamba - Cusco – Año 2023

5.7.1.2 Contrastación de la segunda hipótesis específica

Contrastación de la primera hipótesis específica

Para validar las hipótesis de esta investigación se aplicó el Ritual de significancia que a continuación se detalla:

a) Plantear la hipótesis

H1: El turismo vivencial influye en el bienestar emocional de los visitantes del hostel Samana Wasi - Urubamba Cusco, 2023

H0: El turismo vivencial no influye significativamente en el bienestar emocional de los visitantes del hostel Samana Wasi - Urubamba Cusco, 2023

b) Determinar el nivel de significancia

Para la presente investigación, el nivel de Significancia que se tomó en consideración para contrastar la hipótesis es de (Alfa) $\alpha = 0.05$ (5%)

c) Estadístico de prueba: Rho Spearman

Tabla 24

Rho de Spearman para la primera hipótesis

Correlaciones

			Turismo Vivencial	Bienestar emocional
Rho de Spearman	¿Qué tan de acuerdo está usted con los hostales que respeten el impacto ambiental?	Coeficiente de correlación	1,000	,422**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	78	78
	¿Participaría en actividades de sembrado y cosecha en los huertos del hostel?	Coeficiente de correlación	,422**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	78	78

**. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: Elaboración propia

d) Analizar p-valor

- Si $p\text{-valor} < 0.05$, se acepta H1 y se rechaza H0
- Si $p\text{-valor} > 0.05$, se acepta H0 y se rechaza H1

Interpretación:

El $p\text{-valor} = 0.000$, da pruebas para no proceder a rechazar la hipótesis planteada en la investigación, lo cual permite confirmar la existencia de una relación directa entre las variables propuestas.

e) Analizar índice de correlación

En el estudio el Rho Spearman determinó el nivel de correlación entre las variables, si la correlación resulta menor a 0.5 entonces podemos considerarla válida. El resultado obtenido de la prueba arroja un resultado de 0.422, es decir, 4.22% y una significancia bilateral de Sig=0.000.

Si se toma en cuenta la escala del coeficiente de correlación, se obtuvo lo siguiente:

0.00 – 0.20 Relación muy baja

0.21 – 0.40 Relación baja

0.41 – 0.60 Relación moderada

0.61 – 0.80 Relación significativa

0.81 – 1.00 Relación muy significativa

Se demostró que existe una relación moderada entre el turismo vivencial y bienestar emocional de los visitantes al hostel Samana Wasi- Urubamba – Cusco – Año 2023

Contrastación de la segunda hipótesis específica

Para validar las hipótesis en la presente investigación se aplicó el Ritual de significancia que a continuación se detalla:

a) Plantear la hipótesis

H2: El turismo vivencial influye en la disminución del estrés de los visitantes del hostel Samana Wasi - Urubamba Cusco, Año 2023

H0: El turismo vivencial no influye en la disminución del estrés de los visitantes del hostel Samana Wasi - Urubamba Cusco, 2023

b) Determinar el nivel de significancia

Para cuestiones de la presente investigación, el nivel de Significancia que se tomó en consideración para contrastar la hipótesis es de (Alfa) $\alpha = 0.05$ (5%)

c) Estadístico de prueba: Rho Spearman

Tabla 25

Rho Spearman para la segunda hipótesis

			Turismo vivencial	Disminución del estrés
Rho de Spearman	¿Le gustaría música folklórica ambiental en zonas comunes?	Coeficiente de correlación	1,000	,393**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	78	78
	¿Estaría de acuerdo que el hostal cuente con un gimnasio?	Coeficiente de correlación	,393**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	78	78

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: Elaboración propia

d) Analizar p-valor

- Si p-valor < 0.05, se acepta H1 y se rechaza H0
- Si p-valor > 0.05, se acepta H1 y se rechaza H0

Interpretación:

El p-valor = 0.000, da pruebas para no proceder a rechazar la hipótesis planteada en la investigación, lo cual permite confirmar la

existencia de una relación baja entre las variables propuestas.

e) Analizar índice de correlación

Rho Spearman = 0.393 = 39.3%

Interpretación

El siguiente estudio de Rho Spearman determinó el nivel de correlación entre las variables, si la correlación resulta menor a 0.05 podemos considerarla como válida.

El resultado obtenido de la prueba nos arroja un resultado de 0.393, es decir 39.3% y una significancia bilateral de Sig=0.000. Si se toma en cuenta la escala del coeficiente de correlación, se obtuvo lo siguiente:

0.00 – 0.20 Relación muy baja

0.21 – 0.40 Relación baja

0.41 – 0.60 Relación moderada

0.61 – 0.80 Relación significativa

0.81 – 1.00 Relación muy significativa

Se demostró que existe una relación baja entre el turismo vivencial y la disminución del estrés de los visitantes al hostel Samana Wasi – Urubamba – Cusco- Año 2023

Contrastación de la tercera hipótesis específica

Para validar las hipótesis en la presente investigación se aplicó el Ritual de significancia estadística que a continuación se detalla:

a) Plantear la hipótesis

H3: El turismo vivencial influye en el refuerzo de vínculos afectivos de los visitantes del hostel Samana Wasi - Urubamba Cusco, Año 2023

H0: El turismo vivencial no influye en el refuerzo de vínculos afectivos de los visitantes del hostel Samana Wasi - Urubamba Cusco, Año 2023

b) Determinar el nivel de significancia

Para la presente investigación, el nivel de Significancia que se tomó en consideración para contrastar la hipótesis es de (Alfa) $\alpha = 0.05$ (5%)

c) Estadístico de prueba: Rho Spearman

Tabla 26

Rho Spearman para la tercera hipótesis

Correlaciones

			Turismo vivencial	Refuerzo de vínculos afectivos
Rho de Spearman	¿Qué tan de acuerdo está con la preservación de las costumbres andinas en el hostal?	Coefficiente de correlación	1,000	,412**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	78	78
	¿Con qué frecuencia participaría usted en charlas en el hostel sobre historias ancestrales?	Coefficiente de correlación	,412**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	78	78

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: Elaboración propia

d) Analizar p-valor

- Si p-valor < 0.05, se acepta H1 y se rechaza H0
- Si p-valor > 0.05, se acepta H1 y se rechaza H0

Interpretación:

El p-valor = 0.000, da pruebas para no rechazar la hipótesis planteada en la investigación, lo cual permite confirmar la existencia de una relación directa entre las variables propuestas.

e) Analizar índice de correlación

Rho Spearman = 0.412 = 41.2%

Interpretación

En el siguiente estudio el Rho de Spearman determinó el nivel de correlación entre las variables, si la correlación resulta menor a 0.05 entonces podemos considerarla válida. El resultado obtenido de la prueba nos arroja un resultado de 0.412 es decir 41.2% y una significancia bilateral de Sig=0.000. Si se toma en cuenta la escala del coeficiente de correlación, se obtuvo lo siguiente:

0.00 – 0.20 Relación muy baja

0.21 – 0.40 Relación baja

0.41 – 0.60 Relación moderada

0.61 – 0.80 Relación significativa

0.81 – 1.00 Relación muy significativa

Se demostró que existe una relación moderada entre el turismo vivencial y el refuerzo de vínculos afectivos de los visitantes del hostel Samana Wasi - Urubamba Cusco, 2023.

CAPÍTULO VI: DESARROLLO DE LA PROPUESTA DE INNOVACIÓN

6.1 Alcance esperado

El presente trabajo de investigación busca mejorar los ambientes del hostel, por esa razón se está recomendando rediseñar los ambientes con la finalidad de beneficiar positivamente la reducción del impacto ambiental y se cree mejores y más cómodos espacios para disfrutar. Con las recomendaciones brindadas sobre cómo mejorar la difusión del establecimiento en redes sociales, se espera un mejor posicionamiento y captación de más clientes.

6.2 Descripción de la propuesta de innovación

Este proyecto describe la manera como el hostel debe adaptarse a los nuevos requerimientos del cliente. La base de las propuestas de mejora, son el resultado de una encuesta realizada a un grupo representativo de personas.

La propuesta de mejora busca que el hotel logre adaptarse a las nuevas exigencias del mercado diseñando una mejora significativa a los espacios del hostel, así como también de una nueva visión en la difusión de sus servicios.

6.3 Diagnóstico situacional

Análisis FODA

Tabla 27

Planteamiento de la matriz FODA

FORTALEZAS	OPORTUNIDADES
<ul style="list-style-type: none">Atención personalizada por parte de los propietarios	<ul style="list-style-type: none">Potencialidad del Perú como destino turísticoUbicación privilegiada

<ul style="list-style-type: none"> • Recursos humanos motivados y contentos • Buena ubicación, con gran cantidad de espacios verdes • Ambientes limpios y cómodos • Servicio de limpieza y lavandería 	<ul style="list-style-type: none"> • Cercanía a zonas arqueológicas • Fiestas y ferias todo el año • Creciente interés por temas relacionados con el cuidado del medio ambiente.
<p>DEBILIDADES</p> <ul style="list-style-type: none"> • Problemas financieros a raíz de la pandemia • Poca difusión de marca en redes sociales • Equipos de cómputo desactualizados • Página web desactualizada 	<p>AMENAZAS</p> <ul style="list-style-type: none"> • No goza de mucha notoriedad en el sector • Deficiente promoción de los servicios ofrecidos • Fuerte competencia • Aumento de precios • Conflictos políticos y sociales

Nota: Análisis FODA que permite la identificación de los factores internos y externos de la empresa.

Elaboración propia.

La matriz FODA que se ha realizado, ayudará a poder visualizar la situación externa e interna de la organización, para así poder formular estrategias y sobre todo entender las tendencias de fluctuación del mercado.

6.4 Procedimiento para la propuesta de mejora

6.4.1 Desarrollo del proyecto de innovación

Fase 1: Trabajo de investigación

Revisión teórica: Para este trabajo de investigación se realizó una revisión teórica de conceptos, antecedentes nacionales e internacionales, la descripción del problema, objetivos, justificación, limitaciones y la viabilidad del proyecto que será de importancia para las propuestas elaboradas.

Diseño metodológico: Diseño muestral, elaboración de una encuesta y su respectiva validación, y recopilación de resultados.

Análisis de resultados: Elaboración de gráficos, interpretación de resultados de las encuestas, conclusiones y recomendaciones.

Fase 2: Diseño y propuestas de innovación

a) REDISEÑO DE ESPACIOS

❖ Restaurante:

Los visitantes del hostal son clientes que cuidan mucho su alimentación, es por ese motivo que se propone la propuesta de crear tres tipos de menús saludables diarios. Estos menús tratan de abarcar todos requerimientos de los huéspedes:

- Menú de la casa
- Vegetariano
- Hipocalórico

Como segunda iniciativa se propone que estas opciones se publiquen desde las 9 am en el counter del hostel para que los huéspedes puedan solicitarlo hasta las 11 am. De esta manera aplicaremos metodologías como las del just in time que permitirá reducir al mínimo los desperdicios de alimentos.

Figura

2

Tipos de menús saludables



Fuente: Elaboración propia

❖ Habitaciones:

Como una buena práctica de protección de medio ambiente se propone la implementación de un buen plan de comunicación en las habitaciones, de tal manera que el cliente se entere desde que ingresa por primera vez a la habitación sobre el cambio de toallas y sábanas solo cuando él lo solicite. Esto nos permitirá un importante ahorro.

Otra iniciativa no menos interesante e importante que estará alineada con los objetivos del hostel es reemplazar los amenities en recipientes grandes con dispensadores, de tal manera de éstos sean fabricados con productos naturales y artesanales.

Cartel sobre uso responsable del agua y dispensadores con contenidos naturales



Fuente: Elaboración propia

❖ **Áreas comunes: Refuerzo de Wifi**

De la encuesta realizada se observa que los clientes quieren usar los servicios de WiFi en las zonas comunes. Por este motivo, se reforzará las señales de Wi-fi en estos lugares específicos. Todas las habitaciones tendrán cableado estructurado para poder instalar rápidamente un access point, de tal manera que los clientes que deseen contar con este servicio en sus habitaciones se les puede atender rápidamente, pero con un costo adicional.

Figura 4 Access point para reforzar la señal de Wifi



Fuente: Elaboración propia

❖ Área de recreación:

El hostel tiene una sala de juegos de salón para el entrenamiento y esparcimiento de los clientes. La propuesta es incrementar estos juegos, pero principalmente del tipo naipes para proponer juegos grupales. Y para los que deseen, en las noches de los fines de semana los juegos grupales como Bingo, Monopolio, Scrabble, para promover la integración de los clientes.

Figura

5

Juegos de salón



Fuente: Elaboración propia

❖ Áreas de Terapias:

La pandemia ha dejado muchas secuelas, las personas son conscientes de este problema y están necesitando apoyo para superar las pérdidas. Para ello y como uno de los principales objetivos de este proyecto es la implementación de salas multiusos que permitan ofrecer a los clientes servicios de psicoterapias, yoga, también se ofrecen servicios de talleres de sonidos y salas para poder ofrecerles servicios de espinoología. Solo se necesitará hacer las reservas para las coordinaciones correspondientes.

Figura 6 Colchonetas y cojines para psicoterapias y yoga



Fuente: Elaboración propia

❖ **Gimnasio:**

Como parte del cuidado de la salud física y mental, la encuesta nos indica que un considerable número de clientes quiere un gimnasio, para ello se considerará la implementación con máquinas que no usen energía eléctrica.

Figura

7

Máquinas que no usan energía eléctrica



Fuente: Elaboración

❖ **Templo:**

Uno de las zonas más importantes y consideradas del hotel es el templo, allí se llevan a cabo servicios específicos como meditaciones y yoga que ayudará al visitante

en su salud mental. Para complementar este servicio se propone equiparlo con un sistema de audio de alta calidad, sin considerar ninguna edificación estructural.

Figura

8

Templo de Samana Wasi



Fuente: Elaboración propia

❖ Huertos:

Uno de los servicios más valorados del hostel, es que en la cocina se emplean insumos orgánicos, debido a que el hostel cuenta con una chacra y un biohuerto. Lo que se propone es incrementar su tamaño y la variedad de los productos, además de implementar sistema de riego por goteo para hacerlo más eficiente. Una buena propuesta del hostel es fomentar la participación de los huéspedes en el mantenimiento de este biohuerto, siempre acompañado por nuestro especialista. Pero para esta propuesta se requiere adquirir un paquete de herramientas de cultivo para clientes que participen.

Figura

9

Herramientas para el biohuerto



Fuente: Elaboración propia

❖ **Sistemas de residuos:**

Una propuesta de mejora para el hostel es dotar un grupo de contenedores para diferentes tipos de desechos (orgánicos, papeles, plástico y vidrio) de tal manera que se pueda organizar y reutilizar la parte orgánica en los huertos del mismo hostel. Pero esta primera propuesta debe ir acompañada con un plan de comunicación con los clientes para recordarles que el hostel está preparado para la separación de los desechos.

Figura

10

Tachos ecológicos



Fuente: Elaboración propia

❖ **Tratamiento de agua:**

Para cumplir con el objetivo de cuidado del medio ambiente, una de las principales variables es el uso adecuado y óptimo del agua. También permitirá un ahorro de costos

en energía y de fertilizantes. Para ello, la recomendación es implementar un sistema de tratamiento de agua de tal manera que se elimine los componentes nocivos para el riego agrícola que nos permita el riego de las zonas verdes y para uso de inodoros. Como un complemento de la propuesta anterior se plantea la implementación de un sistema de recolección de aguas de lluvias.

Adicionalmente, se propone el uso de productos inocuos en la limpieza y mantenimiento del hostel, limpiadores no corrosivos, detergentes biodegradables, con microorganismos que se degraden más fácilmente y, por lo tanto, no contaminen.

Figura

11

Contenedores para el agua de lluvia, productos de limpieza biodegradables



Fuente: Elaboración propia

Figura 12



Tratamiento de aguas grises y su

reutilización

Fuente: Elaboración propia

❖ **Generación de Energía Eléctrica:**

Otra propuesta para estar alineados con la conservación del medio ambiente es la de repotenciar los sistemas de celdas solares con los que cuenta el hostel, de tal manera que pueda ser utilizado como el sistema principal de alumbrado nocturno y de calentamiento de las termas. Teniendo al sistema de energía eléctrica convencional como el sistema respaldo para estos servicios. Esta propuesta debe estar acompañada con el reemplazo de todos los puntos de alumbrado por elementos LED de bajo consumo.

Figura

13

Paneles y terma solares



Fuente: Elaboración propia

Fase 3: Medición de resultados - Rediseño de espacios:

Para medir los resultados se diseñará una “medición de la satisfacción del cliente directo” por medio de una encuesta con las siguientes preguntas:

- En general, ¿cómo califica la experiencia en nuestro hostel?
- ¿Recomendarías el hostel a tus amigos y familiares?
- ¿Cuál es el beneficio más importante que usted ha recibido durante su estancia en el hostel?

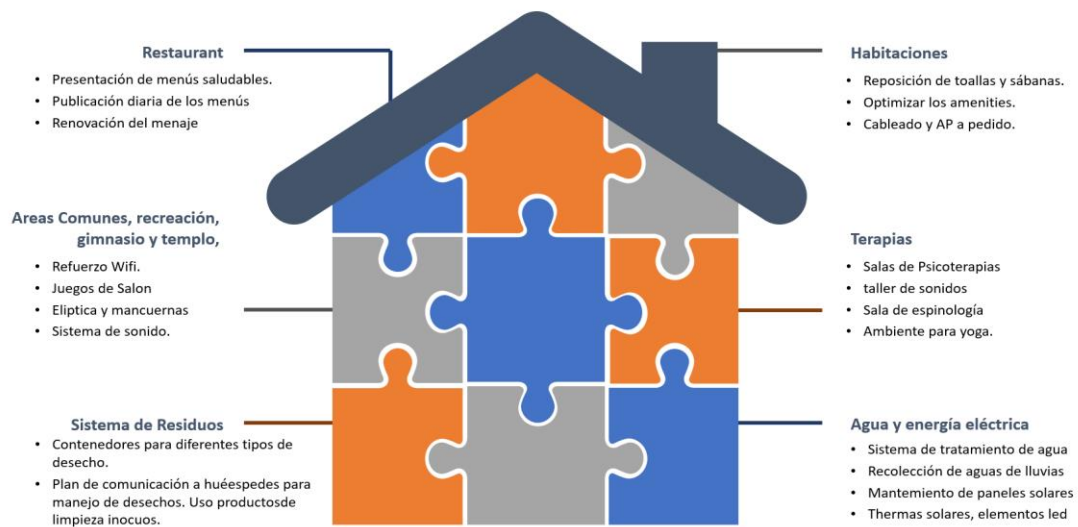
- ¿Nos sigue en redes sociales? En caso de ser afirmativa su respuesta, ¿cuáles son las plataformas en las que nos sigue?
- ¿A través de qué canal se enteró de nuestros servicios?
- ❖ Adicionalmente, se espera una reducción de un 5% de gastos operativos mensuales debido a las recomendaciones de uso responsable de agua, energía y amenities.

Figura

14

Procedimiento para la propuesta de mejora – Rediseño de espacios

PROCEDIMIENTO PARA LA PROPUESTA DE MEJORA – REDISEÑO DE ESPACIOS



Fuente: Elaboración propia

b) DIFUSIÓN DEL HOSTAL

Fase 1: Procedimiento de la propuesta de mejora

1. Definición de objetivos

Las propuestas de mejora están enmarcadas en dos objetivos:

- Difundir al hostel en redes sociales como un paraíso de aprendizaje, descanso y bienestar que brinda un excelente servicio. Además de su propuesta de respeto al medio ambiente.
- Tener buena calificación en las Agencias de Viajes Online (OTA).

2. Rediseño de la web

- La página web actual del hostel está diseñada solo para ser vista desde un computador, la recomendación inmediata es hacerla más amigable y adaptativa, considerando que los equipos móviles se han convertido en el dispositivo preferido de los turistas.
- El contenido de la web debe ser claro y preciso, con elementos en los que los viajeros ponen más atención, como son precios, calificaciones, fotografías del hostel y alrededores y las actividades que se pueden realizar para lograr una mejor experiencia de usuario en el sitio web del hostel

3. Base de datos

- La base de datos debe estar acompañada de modernas herramientas de gestión como “Sales navigator” que permitirá incrementar la búsqueda de prospectos en redes sociales, especialmente en LinkedIn donde residen los potenciales clientes.
- Incorporar otra herramienta de gestión como “Waalaxy Pro” que permitirá crear y gestionar acciones de forma automatizada y lograr las conversiones de los potenciales clientes.

- Establecer un buen engagement y generar programas loyalty para fidelizar a los clientes.

4. Gestión en redes sociales

Las redes sociales permiten a las empresas conectarse directamente con sus clientes de manera más rápida y efectiva, obteniendo una retroalimentación instantánea, con lo cual crean relaciones más cercanas, por esa razón se está proponiendo que la gestión en redes sociales este a cargo de un Community Manager de una empresa especializada que brindará los servicios de:

- Generación de contenido
- Gestión de herramienta para conseguir clientes
- Gestión de envío de mensajes personalizados y automatizar acciones
- Para la estrategia de captación de clientes, el contrato con la empresa especializada será de 6 meses.

Fase 2: Medición de resultados

Para medir los resultados se tendrá en consideración dos parámetros:

- **Parámetro 1:** Incremento de reservas del 10% en los primeros 6 meses de implementadas las recomendaciones de mejora.
- **Parámetro 2:** Incremento de ventas de habitaciones en un 8% mensual, esto debido a que en los 6 primeros meses se realizarán promociones y descuentos para difusión del hostel.

Procedimiento para la propuesta de mejora – Difusión del Hostal

PROCEDIMIENTO PARA LA PROPUESTA DE MEJORA – MEJORAR LA DIFUSIÓN DEL HOSTAL



Fuente: Elaboración propia

Procedimiento para la propuesta de mejora – Difusión del Hostal

PROCEDIMIENTO PARA LA PROPUESTA DE MEJORA – MEJORAR LA DIFUSIÓN DEL HOSTAL
Táctica



Fuente: Elaboración propia

6.4.2 Presupuesto

Tabla

28

Presupuesto de la propuesta de innovación

Restaurant	Cantidad	P. Unit	P Total
Renovación de menaje por huésped	30	500	15,000
Habitaciones			
Cableado de habitaciones	14	150	2,100
Amenities	14	70	980
Áreas Comunes			
Cableado estructurado	5	200	1,000
Access Point	5	120	600
Área de recreación			
Juegos de mesa	1	150	150
Áreas de Terapias			
Colchonetas de masajes	5	50	250
Cojines varios	20	30	600
Gimnasio			
Máquina elíptica	1	259	259
Mancuernas	1	250	250

Templo			
Sistema de Sonido	1	299	299
Auditorio			
Decoración	1	200	200
Huerto			
Kit de herramientas	15	35	525
Guantes	15	10	150
Sistema de residuos			
Tachos ecológicos	4	90	360
Tratamiento de Aguas para riego			
Bomba de agua	1	399	399
Tanque de agua	1	600	600
Generación de energía eléctrica			
Terma solar	1	1,350	1,350
Costo Total			25,072

Nota: Los costos están expresados en nuevos soles e incluyen impuestos

Tabla

29

Presupuesto de la propuesta de difusión de servicios

Marketing móvil para el hostel	Cantidad	P. Unit	P Total
Mejoras de página WEB adaptativa	1	1,500	1,500
Estrategia para captación de clientes			
Generación de contenido	1	-	-
Gestión de herramienta para conseguir clientes	1	-	-
Gestión de envío de mensajes personalizados y automatizar acciones	1	-	-
Community Manager	1	-	-
Sub Total	1	12,000	12,000
Costo Total			13,500

Nota: Los costos están expresados en nuevos soles e incluyen impuestos.

*Se ha considerado en el presupuesto un contrato de 6 meses con una agencia especializada para la estrategia de captación de clientes.

CONCLUSIONES

Como conclusión general, se llegó a comprobar que en efecto existe una influencia entre el turismo vivencial y salud mental de los visitantes del hostel Samana Wasi.

Posterior a la recolección se tuvo la base de datos resultante, con ella se procedió a la verificación de las respuestas y posterior procesamiento en el programa estadístico SPSS 29 de IBM que permitió realizar el análisis descriptivo y la correlación de variables. Los resultados de la prueba estadística de Spearman con coeficiente de correlación = 69.9% y una significancia bilateral de Sig 0.000 demostrando que hay una relación significativa entre el turismo vivencial y salud mental de los visitantes al hostel.

Respecto a la primera hipótesis específica, el resultado es que existe una correlación moderada entre el turismo vivencial y el bienestar emocional, ya que el coeficiente de Spearman es mayor a 0.5.

Con relación a la segunda hipótesis existe una correlación baja entre el turismo vivencial y la disminución del estrés ya que el coeficiente de Spearman es mayor a 0.5.

Con relación a la tercera hipótesis específica, existe una correlación moderada entre el turismo vivencial y el refuerzo de vínculos afectivos ya que el coeficiente de Spearman es mayor a 0.5.

RECOMENDACIONES

El establecimiento tiene un valor diferencial con respecto a su competencia ya que no solo funciona como un hostel donde se practica el turismo vivencial sino también como un lugar donde se realizan terapias, retiros y talleres.

Se recomienda adaptarse a los nuevos requerimientos del cliente con una propuesta de mejora que se realizarán en los diferentes ambientes del hostel, cuidando siempre el impacto ambiental y la conservación de las tradiciones que tan celosamente guardan los propietarios.

Para el restaurant se recomienda la compra de menaje y la elaboración de menús saludables a pedido, así se evitará el desperdicio de alimentos. En el counter se podrá hacer las reservaciones correspondientes.

En las habitaciones se recomienda que el cambio de sábanas y toallas sea solo a pedido del cliente y optimizar amenities.

En las áreas comunes reforzamiento de Wifi, colchonetas y cojines varios para las áreas de terapia, juegos de mesa para las áreas de recreación, un sistema de sonido para el templo y la implementación de un gimnasio con accesorios que no requieran el uso de energía eléctrica.

Mantenimiento de paneles solares para la generación de energía eléctrica y la compra de una terma solar. Tratamiento de agua y riego por goteo, y compra de herramientas para el cultivo y uso de elementos led en todo el establecimiento.

Teniendo en cuenta que la base de datos es uno de los activos más importantes de la empresa se recomienda actualizarla, además diseñar una página web amigable y adaptativa. Se recomienda el uso de modernas herramientas de gestión como Sales navigator y Waalaxi Pro para conseguir más clientes en la red social LinkedIn y de esa manera conseguir más notoriedad para el hostel, además, generar mejores ingresos económicos. Se recomienda también la contratación de un Community Manager para que pueda ser el responsable de construir y administrar la comunidad on line y mejorar la imagen de la marca.

FUENTES DE INFORMACIÓN

Cañero, P. (2018) *Impactos del turismo comunitario y sostenibilidad en comunidades rurales de Puerto Plata República Dominicana. Un análisis de la percepción de los residentes.* [Tesis doctoral, Universidad de Córdova]
<https://helvia.uco.es/xmlui/bitstream/handle/10396/16677/2018000001781.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Caribbean News (2021) La importancia de los viajes y el turismo para la salud mental
<https://www.caribbeannewsdigital.com/es/turismo/la-importancia-de-los-viajes-y-el-turismo-para-la-salud-mental>

Chisag, X. (2022) *Práctica de la Pachamanca y el turismo vivencial en Llangahua.* [Tesis para obtener la Licenciatura en Turismo, Universidad Técnica de Ambato]
https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/35674/1/Tesis_chisag-signed.pdf

Curasma, G. y W, Huamaní (2021) Potencialidad del turismo vivencial de la comunidad de Huachocolpa, Huancavelica, 2020. [Tesis para obtener la Licenciatura en Ciencias de la Educación, Universidad Nacional de Huancavelica].
<http://repositorio.unh.edu.pe/handle/UNH/3615>

Del Valle Pérez Colmenares, S. (2017). La planificación y prevención de los impactos ambientales del turismo como herramienta para el desarrollo sostenible: Caso de estudio Timotes, Venezuela. *Revista interamericana de ambiente y turismo*, 13(2), 164-183. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-235X2017000200164>

Díaz, D. (2022) La medicina tradicional y el turismo vivencial en la parroquia de Cachapal, Provincia de Chimborazo. [Tesis para obtener la Licenciatura en Turismo, Universidad Técnica de Ambato]. https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/35251/1/D%c3%8dAZ%20DAYANA%20_TESIS%20FINAL-signed%202-signed-signed.pdf

García, J. (2017). Influencia de la desintegración familiar en la salud mental de los adolescentes de la institución educativa experimental Antonio Guillermo Urrelo, Cajamarca, 2016. [Tesis para obtener el Grado Académico de Bachiller, Universidad Nacional de Cajamarca] https://repositorio.unc.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14074/1101/T016_47098490_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y

González, Z. (2021) El turismo vivencial como alternativa de desarrollo sostenible para la Comunidad nativa Alto Pucallpillo. [Tesis para obtener el Título Profesional de Licenciada en Turismo. Universidad César Vallejo] https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/71553/Gonzales_LZE-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Gutiérrez, E. (2020) Turismo vivencial para diversificar la oferta turística en la comunidad de Picchamarca del distrito de Limatambo Provincia de Antta, Cusco. [Tesis para obtener el Título Profesional de Licenciada en Turismo. Universidad Andina del Cusco]https://repositorio.uandina.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12557/4397/Edith_Tesis_bachiller_2021.pdf?sequence=1&isAllowed=

Hernández-Angulo, C. A., Bohórquez-Hernández, M. J., Caballero Nieto, I., & González-Torres, H. J. (2020). Clúster de turismo en salud: Contexto global de este modelo. *AVFT – Archivos Venezolanos De Farmacología Y Terapéutica*, 39(1). Retrieved from http://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev_aavft/article/view/18703

Ingaroca, M. (2019) El turismo sostenible y su influencia en la calidad de vida de los pobladores de la provincia de Huancayo, región Junín, 2019. [Tesis para obtener el Título Profesional de Licenciada en Turismo. Universidad Alas Peruanas] <https://repositorio.uap.edu.pe/handle/20.500.12990/10950?show=full>

Lagua, M. (2020) Turismo vivencial y el desarrollo socioeconómico. [Tesis para obtener la Licenciatura en Turismo, Universidad Técnica de Ambato]. <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/31716/1/LAGUA%20MAYRA%20TRABAJO%20DE%20TITULACI%C3%93N%20%283%29.pdf>

Manrique, F. (2017) Turismo vivencial y mejora de la calidad de vida de la comunidad de Caccacollo, distrito de Taray-provincia de Calca, departamento de Cusco 2017. [Tesis para obtener el Grado Académico de Bachiller en Turismo. Universidad

Andina del Cusco]

https://repositorio.uandina.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12557/1679/Carlos_Tesis-bachiller_2017.pdf?sequence=1

La información (2022) La inflación y la crisis reducirán el peso del turismo en el PIB

<https://www.lainformacion.com/economia-negocios-y-finanzas/inflacion-crisis-reduciran-eso-turismo-pib-mas-alla-2023/2873602/>

Menacho, E. (2020) Propuesta de mejora para incentivar el turismo en la comunidad de

Picchumarca del distrito de Limatambo. Cusco. [Tesis para obtener el Título Profesional en Turismo. Universidad Andina del Cusco].

https://repositorio.uandina.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12557/4397/Edith_Tesis_bachiller_2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y

OMS (2022) Por qué la salud mental debe ser una prioridad al adoptar medidas

relacionadas con el cambio climático. <https://www.who.int/es/news/item/03-06-2022-why-mental-health-is-a-priority-for-action-on-climate-change#:~:text=La%20OMS%20define%20la%20salud,aportar%20algo%20a%20su%20comunidad%C2%BB>

Piña, J. (2020). Psicología del turista y el origen de la necesidad del viaje.

<https://www.eumed.net/actas/20/desarrollo-empresarial/60-psicologia-del-turista.pdf>

Príncipe, C. (2016) Salud mental y riesgo suicida en adolescentes de una institución educativa pública de la ciudad de Chimbote. [Tesis para obtener el Título Profesional de Licenciada en Psicología. Universidad César Vallejo]. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/410/pr%c3%adncip_e_vc.pdf?sequence=1&isAllowed=

Reyes, M. (2017) Situación actual del turismo rural comunitario desde la perspectiva de las familias emprendedoras en el distrito de Atuncolla-Puno, 2017. [Tesis para obtener el Título Profesional de Licenciada en Turismo. Universidad César Vallejo] https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/16445/Reyes_PMG.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Portal de América (2021) La pirámide de Maslow y el turismo. <https://www.portaldeamerica.com/index.php/columnistas/luis-alejandro-rizzi/item/31110-la-piramide-de-maslow-y-elturismo#:~:text=El%20Test%20de%20Maslow>

Riega, P. (2022) Gestión estratégica para fomentar el turismo vivencial en la región Lima y su contribución al desarrollo nacional, Periodo 2018-2020. [Tesis para obtener el Grado Académico de Maestro en Desarrollo y Defensa Nacional. Centro de Altos Estudios Nacionales].

Rodrigues Mari|ns, Simony, Feder Mayer, Verônica, & Fratucci, Aguinaldo Cesar. (2015). Impactos percibidos del turismo: Un estudio comparativo con residentes y trabajadores del sector en Rio de Janeiro -Brasil. *Estudios y perspectivas en turismo*, 24(1), 115-134.

Recuperado en 25 de julio de 2023, de
http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1851-17322015000100007&lng=es&tlng=es.

Rodríguez, M. (2023) La relación entre la salud y el turismo.
<https://www.entornoturistico.com/la-relacion-entre-la-salud-y-el-turismo/>

Siderias, L. (2022) Auge del turismo de salud.
https://repositorio.unican.es/xmlui/bitstream/handle/10902/26065/TFG_LAS.pdf?sequence=1

Zavaleta, M. (2020) Condiciones básicas para el desarrollo del turismo vivencial en el caserío de Cotra, distrito de Salpo, provincia de Otuzco La Libertad 2020. [Tesis para obtener el Título Profesional de Licenciada en Turismo. Universidad Privada del Norte]. <https://hdl.handle.net/11537/24065>

ANEXOS

Anexo 1

MATRIZ DE CONSISTENCIA

MATRIZ DE CONSISTENCIA					
TÍTULO: Turismo Vivencial y Salud Mental de los visitantes del hostel Samana Wasi – Urubamba – Cusco – Año 2023					
PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLE 1: Turismo Vivencial		
Problema Principal	Objetivo General	Hipótesis General	Dimensiones	Indicadores	Cuestionario
¿De qué manera el Turismo Vivencial influye en la salud mental de los visitantes del hostel Samana Wasi - Urubamba - Cusco - Año - 2023?	Determinar de qué manera el Turismo vivencial influye en la salud mental de los visitantes del hostel Samana Wasi - Urubamba - Cusco - Año 2023	El Turismo vivencial influye en la salud mental de los visitantes del hostel Samana Wasi - Urubamba - Cusco - Año2023	Impacto ambiental	Huella Ecológica	¿Qué tan de acuerdo esta usted con los hostales que respeten el impacto ambiental?
				Cantidad de energía eléctrica consumida	¿Qué tan importante es para usted que el hotel siga las buenas practicas relacionadas al cuidado del medio ambiente? ¿Está de acuerdo que los alimentos sean preparados con insumos cosechados de manera orgánica del mismo hostal?
			Sostenibilidad empresarial	Emissiones de CO2	¿Tiene usted alguna preferencia sobre la generación de energía eléctrica usando métodos solares, eólicos, etc.?
				Cantidad de materiale reciclados	¿Está de acuerdo en la reutilización del agua previamente procesada para el riego de los suelos?
				Calidad de los productos usados	¿Está de acuerdo que la decoración de los ambientes sea realizada con material reciclado y de la zona del Urubamba?
			Preservación cultural de la tradición	Porcentaje de áreas verdes	
				Total de actividades culturales	¿Que tan de acuerdo está con la preservación de las costumbres andinas en el hostal? ¿Le gustaría música folclórica ambiental en zonas comunes?
				Reforzamiento de la sensibilidad hacia lo tradicional	¿Que tan probable es que usted asista a eventos en el hostal relacionados a la cosmovisión andina? ¿Con que frecuencia participaría usted en charlas en el hostal sobre historias ancestrales?
				Participación en actividades culturales	
			Problemas específicos	Objetivos específicos:	Hipótesis específicas:
¿De qué manera el turismo vivencial influye en el bienestar emocional de los visitantes del hostel Samana Wasi - Urubamba - Cusco - 2023?	Determinar de qué manera el turismo vivencial influye en el bienestar emocional de los visitantes del hostel Samana Wasi - Urubamba - Cusco, 2023	El Turismo vivencial influye en el binestar emocional de los visitantes del hostel Samana Wasi - Urubamba - Cusco - Año2023	Bienestar emocional	Actividades comunitarias	¿Estaría de acuerdo con la desconexión de servicios tecnológicos durante su estadía? ¿Le gustaría que el hotel este alejado de ruidos, sonidos y de la contaminación auditiva?
				Nivel de bienestar	¿Participaría en actividades de sembrado y cosecha de los huertos del hostal?
				Actividades físicas	¿Participaría en actividades como: Yoga, talleres de sonidos sagrados, danzas sagradas, rituales ancestrales y espinología?
				Satisfacción general del visitante	¿Estaría de acuerdo que el hostal cuente con un gimnasio?
¿De qué manera el turismo vivencial influye en la disminución del estrés de los visitantes del hostel Samana Wasi - Urubamba - Cusco - 2023?	Determinar de qué manera el turismo vivencial influye en la disminución del estrés de los visitantes del hostel Samana Wasi - Urubamba - Cusco, 2023	El turismo vivencial influye en la disminución del estrés de los visitantes del hostel Samana Wasi - Urubamba Cusco, 2023	Disminucion del estrés	Buenos hábitos	¿Le gustaría participar en actividades externas al hostal como caminatas a las montañas?
				Actividades físicas	¿Considera importante el participar en actividades grupales con otros visitantes?
¿De qué manera el turismo vivencial influye en el refuerzo de vínculos de los visitantes del hostel Samana Wasi - Urubamba - Cusco - 2023?	Determinar de qué manera el turismo vivencial influye en el refuerzo de vínculos de los visitantes del hostel Samana Wasi - Urubamba - Cusco, 2023	El turismo vivencial influye en el refuerzo de vínculos afectivos de los visitantes del hostel Samana Wasi - Urubamba Cusco, 2023	Refuerzo de vínculos afectivos	Relaciones sociales	¿Le gustaría que el hostal cuente con zonas y actividades para niños?
				Experiencia general de vida	¿Estaría de acuerdo en participar de visitas guiadas a otras comunidades?
					¿Estarías de acuerdo con que el hostal tenga espacios Pet Friendly

Anexo 2

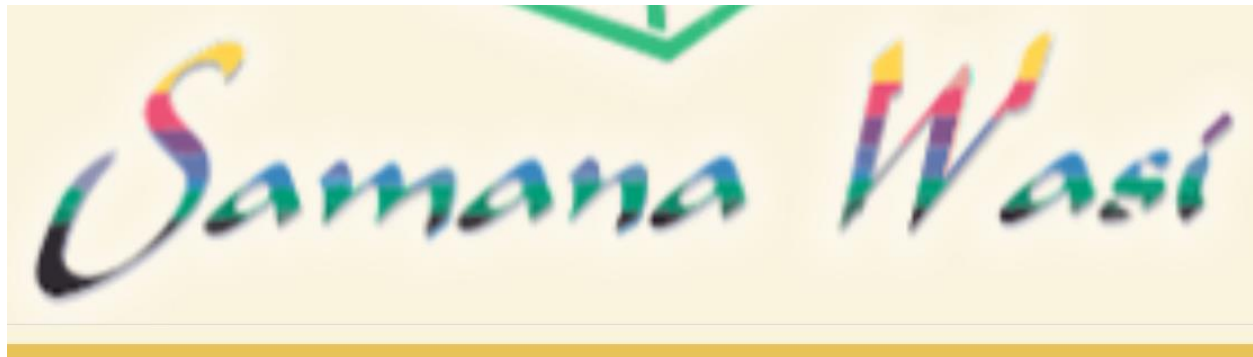
MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES																		
VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN	ITEMS	INST	ESCALAS										
								1	2	3	4	5						
VI: Turismo vivencial	Turismo denominado de inmersión o más humano, enfocado a los viajes que se centran en experimentar una convivencia con personas de otras culturas.	Operacionalmente hace referencia a la práctica de un tipo turismo enfocado en experimentar la convivencia con personas de otras culturas. Se define por 3 dimensiones: Impacto ambiental, Sostenibilidad empresarial, y Preservación cultural de la tradición.	Impacto ambiental	¿Qué tan de acuerdo esta usted en los hostales que respeten el impacto ambiental?	ORDINAL	1	CUESTIONARIO VI	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE						
				¿Qué tan importante es para usted que el hotel siga las buenas practicas relacionadas al cuidado del medio ambiente?		2												
				¿Está de acuerdo que los alimentos sean preparados con insumos cosechado de manera orgánica del mismo hostel?		3												
			Sostenibilidad empresarial	¿Tiene usted alguna preferencia sobre la generación de energía eléctrica usando métodos solares, eólicos, etc.?		4												
				¿Está de acuerdo en la reutilización del agua previamente procesada para el riego de los suelos?		5												
				¿Está de acuerdo que la decoración de los ambientes sea realizada con material reciclado y de la zona del Urubamba?		6												
			Preservación cultural de la tradición	¿Que tan de acuerdo está con la preservación de las costumbres andinas en el hostel?		7												
				¿Le gustaría música folclórica ambiental en zonas comunes?		8												
				¿Qué tan probable es que usted asista a eventos en el hostel relacionados a la cosmovisión andina?		9												
				¿Que tan de acuerdo está con la preservación de las costumbres andinas en el hostel?		10												
V2: Salud mental de los vivistantes	Estado de equilibrio entre una persona y su entorno, bienestar en el cual el individuo es consciente de sus capacidades para poder afrontar las tensiones de la vida, puede trabajar y poder ser útil en la sociedad.	Operacionalmente se entiende que la salud mental de un individuo tiene que ver con la forma de enfrentarse a los desafíos diarios de la vida, trabajar y ser útil a la sociedad. Se orientan a 3 dimensiones: Bienestar emocional, Disminución del estrés, y Refuerzo de vínculos afectivos	Bienestar emocional	¿Estaría de acuerdo con la desconexión de servicios tecnológicos durante su estadía?	ORDINAL	11	CUESTIONARIO VI	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE						
				¿Le gustaría que el hotel este alejado de ruidos, sonidos y de la contaminación auditiva?		12												
				¿Participaría en actividades de sembrado y cosecha de los huertos del hostel?		13												
				¿Participaría en actividades como: Yoga, talleres de sonidos sagrados, danzas sagradas, rituales ancestrales y espinología?		14												
			Disminución del estrés	¿Estaría de acuerdo que el hostel cuente con un gimnasio?		15												
				¿Le gustaría participar en actividades externas al hostel como caminatas a las montañas?		16												
				Considera importante el participar en actividades grupales con otros visitantes?		17												
				¿Le gustaría que el hostel cuente con zonas y actividades para niños?		18												
				¿Estaría de acuerdo en participar de visitas guiadas a otras comunidades?		19												
				¿Estarías de acuerdo con que el hostel tenga espacios Pet Friendly?		20												

Anexo 3

INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

Modelo de Formulario creada en Google Forms para la encuesta:



Samana Wasi Hostal

La información que presente es totalmente anónima y se mantendrá una absoluta confidencialidad sobre la misma. Este instrumento forma parte de un trabajo para una investigación sobre el hostal Samana Wasi - Uurubamba - Cusco.

¿Qué tan de acuerdo está usted con los hostales que respeten el impacto ambiental? *

- Total desacuerdo
- En desacuerdo
- Neutral
- Algo de acuerdo
- Muy de acuerdo

¿Qué tan importante es para usted que el hotel siga las buenas prácticas relacionadas al cuidado del medio ambiente?.

- Muy importante
- Importante
- Moderadamente importante
- De poca importancia

¿Está de acuerdo que los alimentos sean preparados con insumos cosechados de manera orgánica del mismo hostel?.

- Totalmente en desacuerdo
- En desacuerdo
- Neutral
- Algo de acuerdo
- Muy de acuerdo

¿Tiene usted alguna preferencia sobre la generación de energía eléctrica usando métodos solares, eólicos, etc?.

- Método solar
- Método eólico
- Método por combustión de petróleo
- Energía eléctrica convencional de la zona
- No tengo preferencia

¿Está de acuerdo en la reutilización del agua previamente procesada para el riego de los suelos? *

- Total desacuerdo
- En desacuerdo
- Neutral
- Algo de acuerdo

¿Está de acuerdo que la decoración de los ambientes sea realizada con material reciclado y de la zona del Urubamba? *

- Total desacuerdo
- En desacuerdo
- Neutral
- Algo de acuerdo
- Muy de acuerdo

¿Que tan de acuerdo está con la preservación de las costumbres andinas en el hostel? *

- Total desacuerdo
- En desacuerdo
- Neutral
- Algo de acuerdo
- Muy de acuerdo

¿Le gustaría música folclórica ambiental en zonas comunes? *

- Me encantaría
- Me gustaría
- Sería bueno
- Me es indiferente
- No me gustaría

¿Qué tan probable es que usted asista a eventos en el hostel relacionados a la cosmovisión andina? *

- Siempre
- Muy probable
- Probable
- Ocasionalmente

¿Con que frecuencia participaría usted en charlas en el hostel sobre historias ancestrales? *

- Muy frecuentemente
- Frecuentemente
- Ocasionalmente
- Esporádicamente
- Nunca

¿Estaría de acuerdo con la desconexión de servicios tecnológicos durante su estadía?. *

- Desconexión total
- Desconexión solo en zonas comunes
- Desconexión solo en las habitaciones
- Conexión solo en una sala para coworking
- En desacuerdo

¿Le gustaría que el hotel este alejado de ruidos, sonidos y de la contaminación auditiva? *

- Nunca
- Casi nunca
- A veces
- Casi siempre
- Siempre

¿Participaría en actividades de sembrado y cosecha de los huertos del hostel?. *

- Muy frecuentemente
- Frecuentemente
- Ocasionalmente
- Raramente
- Nunca

¿Participaría en actividades como?: *

- Yoga
- Talleres de sonidos sagrados
- Danzas sagradas
- Rituales ancestrales
- Espinología

¿Estaría de acuerdo que el hostel cuente con un gimnasio? *

- Total desacuerdo
- En desacuerdo
- Neutral
- Algo de acuerdo
- Muy de acuerdo

¿Le gustaría participar en actividades externas al hostel como caminatas a las montañas? *

- Nunca
- Casi nunca
- A veces
- Casi siempre
- Siempre

¿Considera importante el participar en actividades grupales con otros visitantes?. *

- Muy importante
- Importante
- Moderadamente importante
- De poca importancia
- Sin importancia

¿Estaría de acuerdo en participar de visitas guiadas a otras comunidades?. *

- Total desacuerdo
- En desacuerdo
- Neutral
- Algo de acuerdo
- Muy de acuerdo

¿Te gustaría que el hostel cuente con zonas y actividades para niños? *

- Me encantaría
- Me gustaría
- Sería bueno
- Me es indiferente
- No me gustaría

¿Estarías de acuerdo con que el hostel tenga espacios Pet Friendly? *

- Total desacuerdo
- En desacuerdo
- Neutral
- Algo de acuerdo
- Muy de acuerdo

Anexo 4

VALIDACIÓN DE EXPERTOS

INFORME DE JUICIO DE EXPERTOS DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES:

1.1. Apellidos y Nombres del experto:	Dra. Roxana Alexandra Albarracin Aparicio
Cargo e institución del experto:	Docente – ISIL - UNMSM
1.3. Nombre del instrumento:	Encuesta
1.4. Autor del instrumento:	Valencia Ramírez Rocío
1.5. Título de la investigación	TURISMO VIVENCIAL Y SALUD MENTAL DE LOS VISITANTES DEL HOSTAL SAMANA WASI – URUBAMBA – CUSCO - 2023

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN:

CRITERIOS	INDICADORES	Deficiente	Regular	Buena	Muy buena	Excelente
		00-20%	21-40%	41-60%	61-80%	81-100%
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado y específico.					x
2. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables.					x
3. ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia y tecnología.					x
4. ORGANIZACIÓN	Existe organización lógica					x
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad.					x
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar aspectos de las estrategias.					x
7. CONSISTENCIA	Basados en aspectos teóricos-científicos					x
8. COHERENCIA	Entre los índices, indicadores y dimensiones.					x
9. METODOLOGÍA	La estrategia responde al propósito del diagnóstico.					x
10. PERTINENCIA	El instrumento es funcional para el propósito de la investigación.					x
PROMEDIO DE VALIDACIÓN						x

PERTINENCIA DE LOS ÍTEMS O REACTIVOS DEL INSTRUMENTO


INSTRUMENTO	SUFICIENTE	MEDIANAMENTE SUFICIENTE	INSUFICIENTE
Item 1	x		
Item 2	x		
Item 3	x		
Item 4	x		
Item 5	x		
Item 6	x		
Item 7	x		
Item 8	x		
Item 9	x		
Item 10	x		

III. PROMEDIO DE VALORACIÓN:

IV. 85 %. V: OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

) El instrumento puede ser aplicado, tal como está elaborado

) El instrumento debe ser mejorado antes de ser aplicado.



Lugar y fecha: Lima, 19/07/2023

Firma del experto

DNI N° 41981490

Anexo 5

REPORTE DE SIMILITUD TURNITIN

Similarity Report

PAPER NAME

TESIS-Rocio Valencia Ramirez .docx

AUTHOR

ROCIO VALENCIA RAMIREZ

WORD COUNT

16082 Words

CHARACTER COUNT

88591 Characters

PAGE COUNT

133 Pages

FILE SIZE

13.1MB

SUBMISSION DATE

Jul 19, 2023 5:10 PM GMT-5

REPORT DATE

Jul 19, 2023 5:13 PM GMT-5

● 8% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

- 8% Internet database
- 1% Publications database
- Crossref database
- Crossref Posted Content database
- 6% Submitted Works database

● Excluded from Similarity Report

- Bibliographic material
- Quoted material



Anexo 6

FOTOGRAFÍAS DEL HOSTAL SAMANA WASI

Figura 17

Entrada al hostel Samana Wasi



Figura 18

Interiores del hostel



Figura 19

Habitaciones del hostel



Figura 20

Altar



Figura 21

Templo del hostel



Figura 22

Alimentos preparados con productos de la chacra y biohuerto



Figura 23

Piscina al aire libre



Figura 24

Áreas de descanso



Figura 25

Actividades terapéuticas en diferentes ambientes del hostel



Figura 26

Ceremonia de pago a la tierra



Figura 27

Cotización Community Manager



 Presupuesto mensual

	Propuesta	Incluye:
Generación de contenidos	✓	- Mantenimiento de cuenta Google ads.
Gestión de LinkedIn Sales Navigator	✓	- Community manager para perfil de linkedin
Gestión de Waalaxy Pro	✓	- Publicación de contenido en linkedin.
Community manager	✓	- Automatización de prospección.
Fee mensual de Agencia	S/.1,650 + IGV	

