



UNIVERSIDAD ESTATAL DE MILAGRO
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES, EDUCACIÓN COMERCIAL
Y DERECHO

TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR
PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE PSICOLOGA

TEMA: Los videojuegos en tiempos de Covid 19 y su incidencia en la ansiedad en los estudiantes de 18 a 29 años de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal de Milagro

Autores:

Srta. Haro Reyes María Sabrina

Srta. Agama Castro Silvia Jamilex

Tutor:

Mgr. Diana Pilamunga

Milagro, Marzo 2022

ECUADOR

DEDICATORIA

Dedico este proyecto a Dios por siempre estar ahí a cada paso que doy y no desmayar; a mis padres, hermana y mi esposo quien han sido mi pilar fundamental para salir adelante, gracias a ellos he logrado mis objetivos y no me daré por vencida gracias a mis maestros que me dieron conocimientos y tuvieron paciencia, gracias al apoyo de toda mi familia quien fueron las personas que confiaron en mí y he podido lograr una meta.

Silvia Agama

Dedico este proyecto a mis padres quienes con su amor, paciencia y esfuerzo me han permitido llegar a cumplir hoy un sueño más, gracias por inculcar en mí el ejemplo de esfuerzo y valentía, de no temer las adversidades porque Dios está conmigo siempre. A mis hermanos por su cariño y apoyo incondicional, durante todo este proceso, por estar conmigo en todo momento gracias. A toda mi familia porque con sus oraciones, consejos y palabras de aliento hicieron de mí una mejor persona y de una u otra forma me acompañan en todos mis sueños y metas

AGRADECIMIENTO

Quiero agradecer a todos mis maestros ya que ellos me enseñaron valorar los estudios y a superarme cada día, también agradezco a mis padres porque ellos estuvieron en los días más difíciles de mi vida como estudiante. Y agradezco a Dios por darme la salud. Estoy segura que mis metas planteadas darán fruto en el futuro y por ende me debo esforzar cada día para ser mejor en la universidad y en todo lugar sin olvidar el respeto que engrandece a la persona, no fue fácil esta meta, pero lo he logrado.

Silvia Agama

Agradezco a Dios por haberme otorgado una familia maravillosa, quienes han creído en mí siempre, dándome ejemplo de superación, humildad y sacrificio, enseñándome a valorar lo que tengo. A todos ellos dedico el presente trabajo, porque han fomentado en mí, el deseo de superación y de triunfo en la vida. Lo que ha contribuido a la consecución de este logro, espero contar siempre con su valioso e incondicional apoyo.

María Haro

ÍNDICE GENERAL

| | |
|---|-----|
| DEDICATORIA | ii |
| AGRADECIMIENTO | iii |
| ÍNDICE GENERAL | iv |
| ÍNDICE DE FIGURAS | iv |
| RESUMEN | 1 |
| ABSTRACT | 2 |
| CAPÍTULO 1 | 3 |
| 1. INTRODUCCIÓN | 3 |
| 1.1. Objetivos | 5 |
| 1.2. Justificación | 5 |
| 1.3. Marco Teórico | 7 |
| 2. METODOLOGÍA | 25 |
| 2.1 Tipo de Investigación. | 25 |
| 2.3 Población y Muestra | 26 |
| 2.4 Métodos y técnicas | 28 |
| 2.5 Estadístico de la Información | 31 |
| CAPÍTULO 3 | 32 |
| 3. RESULTADOS (ANÁLISIS O PROPUESTA) | 32 |
| 3.1 Análisis de las características sociodemográficas de la muestra | 32 |
| Bibliografía | 49 |
| ANEXOS | 53 |

ÍNDICE DE FIGURAS

| | |
|------------|----|
| Figura 1 | 29 |
| Figura 2 | 33 |
| Figura 3 | 34 |
| Figura 5. | 37 |
| Figura 6. | 38 |
| Figura 7. | 39 |
| Figura 8. | 40 |
| Figura 9. | 42 |
| Figura 10. | 43 |
| Figura 11. | 44 |

ÍNDICE DE TABLAS

| | |
|-----------------|----|
| Tabla 1 | 32 |
| Tabla 2 | 32 |
| Tabla 3 | 34 |
| Tabla 4 | 35 |
| Figura 5. | 36 |
| Tabla 6 | 37 |
| Tabla 7 | 39 |
| Tabla 8 | 40 |
| Tabla 9 | 41 |
| Tabla 10 | 43 |
| <i>Tabla 11</i> | 45 |

Título de Trabajo Integración Curricular: Los videojuegos en tiempos de Covid 19 y su incidencia en la ansiedad en los estudiantes de 18 a 29 años de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal de Milagro

RESUMEN

Los videojuegos siempre se les ha visto con una imagen negativa. Sin embargo, en esta crisis, los jugadores de alguna manera han sido beneficiados. Los videojuegos han abierto la puerta a un mundo paralelo, dando consuelo a los jugadores. El problema sería un abuso de estos los cuales podría interferir en las relaciones sociales en la vida cotidiana si no se tiene el debido autocontrol. El objetivo de este estudio es determinar el impacto de los videojuegos en tiempos de Covid 19 y su incidencia en la ansiedad en estudiantes de 18 a 29 años de la carrera de Psicología. La metodología utilizada es cuantitativa, de corte transversal, correlacional, descriptiva, la muestra utilizada corresponde a 155 estudiantes de 18 a 29 años de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal de Milagro. En los resultados de los cuestionarios, se puede observar que los jóvenes están haciendo demasiado uso de los videojuegos, lo que concluye que, si puede resultar perjudicial, porque todo tipo de actividades en exceso se considera inadecuada. Los niveles de ansiedad en la población estudiada son leves, por lo tanto, se concluye que no presentan dimensiones o niveles de ansiedad que estén afectando su salud emocional, es decir la ansiedad no es un rasgo presente en este grupo poblacional. Existe una relación moderada entre niveles de ansiedad y el uso de los videojuegos, esto significa que no existe una relación entre las variables que influya significativamente entre sí.

PALABRAS CLAVE: videojuegos, ansiedad, relación, Covid-19, pandemia.

ABSTRACT

Video games have always been seen with a negative image. However, in this crisis, the players have somehow benefited. Video games have opened the door to a parallel world, giving players solace. The problem would be an abuse of these which could interfere with social relationships in daily life if you do not have proper self-control. The objective of this study is to determine the impact of video games in times of Covid 19 and its incidence on anxiety in students aged 18 to 29 years of the Psychology degree. The methodology used is quantitative, cross-sectional, correlational, descriptive, the sample used corresponds to 155 students from 18 to 29 years of the Psychology degree at the State University of Milagro. In the results of the questionnaires, it can be seen that young people are making too much use of video games, which concludes that, if it can be harmful, because all kinds of activities in excess are considered inappropriate. The levels of anxiety in the population studied are mild, therefore, it is concluded that they do not present dimensions or levels of anxiety that are affecting their emotional health, that is, anxiety is not a trait present in this population group. There is a moderate relationship between anxiety levels and the use of video games, this means that there is no relationship between the variables that significantly influence each other.

KEY WORDS: video games, anxiety, relationship, Covid-19, pandemic.

CAPÍTULO 1

1. INTRODUCCIÓN

La pandemia del coronavirus (COVID-19) ha paralizado a todo el mundo, afectando a millones de personas a nivel global, según la Organización Mundial de la Salud (2020). Debido a esto muchas personas encontraron una manera de sobrellevarla, determinaremos los aspectos positivos que han traído algunos video juegos o juegos electrónicos en medio de esta pandemia global a las personas que han estado en confinamiento y como esto a su vez les ha sido de mucha utilidad para ellos , comenzando desde que han formado vínculos con otras personas, han descubiertos nuevos hobbies, promueve la competitividad de manera sana generando concursos para jugar y estos a su vez participen y ganen un reconocimiento.

La problemática que se originó debido al confinamiento por la pandemia del Covid 19 fueron múltiples, desde el aumento de la violencia, depresión, ansiedad, estrés, inclusive suicidios, estos problemas fueron más evidentes debido al confinamiento donde muchas personas pasaban en sus casas parando todo tipo de actividad cotidiana que realizaban como ir a sus trabajos, al gym, visitar a la familia, entre otras actividades.

Es ahí donde una gran cantidad de personas comenzaron a sumergirse en la tecnología, como las redes sociales y juegos, dado que las redes sociales muchas veces son para compartir momentos felices y nos comparamos, los juegos sirven para generar competitividad y una manera sana de relacionarse con personas creando momentos que los distraigan del confinamiento por el cual se afrontaba en esos momentos. (Zevallos, 2020)

Según la consultora Newzoo, la pandemia aumentó en un 65% el consumo de los videojuegos, además se estima que para el año 2023, se aumentará hasta llegar a 3.000 millones, esto significa que se triplicará, lo que indica que la tecnología ha avanzado en los

últimos años y el uso de los mismos es cada vez más frecuente, sobre todo en los jóvenes que son quienes manejan a la perfección estas herramientas y le dedican varias horas, diariamente a estas actividades (Dávalos, 2021).

En Perú el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2018), realizó un informe técnico en el año 2018, e informó que el 87.8% de la población que está conformada por jóvenes y niños, utilizan el internet con la finalidad de entretenerse, en donde se destaca que el uso de los videojuegos se encuentra entre sus preferencias, seguido de las películas, músicas y redes sociales, otros para investigar y obtener información.

A nivel nacional, la UNICEF, informó que 1 de cada 10 jóvenes del sexo masculino utilizan los juegos electrónicos o videojuegos como una de las actividades más frecuentes en Ecuador, se estima, que el 57% de los jóvenes menores de 18 años, entre sus opciones de ocio se encuentra principalmente el uso de juegos electrónicos y que las mujeres dejan de verlo como opción de entretenimiento a partir de los 15 años y empiezan a gustar o preferir otro tipo de actividades (Chugden Cabrera, 2021).

Los videojuegos siempre se les ha visto con una imagen negativa. Sin embargo, en esta crisis, los jugadores de alguna manera han sido beneficiados. Los videojuegos han abierto la puerta a un mundo paralelo, dando consuelo a los jugadores. Las personas pueden encontrar fácilmente la calma en el juego y escapar del sufrimiento de la realidad para aliviar la ansiedad psicológica y la depresión por lo que hizo que los videojuegos fueran una herramienta útil para mitigar algunos de los impactos negativos del COVID-19. (Salas, 2021).

El problema sería un abuso de estos los cuales podría interferir en las relaciones sociales en la vida cotidiana si no se tiene el debido autocontrol y en caso de los padres si estos no rigen un horario para que los menores no abusen de estos. Todo esto en la

comodidad de sus hogares, destacando mucho el área social que en medio de la pandemia se tenía reducidos, las personas que se mantenían entretenidas jugando moderadamente pudieron sobrellevar de mejor manera el confinamiento que aquellos que no se mantenían.

El jugar un juego interactivo en la comodidad del hogar en compañía de amigos que conocemos en el diario vivir e ir conociendo a más personas con los mismos gustos nos da un sentimiento de pertenencia de grupo debido a que las personas comienzan a relacionarse a partir de ese gusto en común.

1.1. Objetivos

1.1.1. Objetivo General

Determinar el impacto de los videojuegos en tiempos de Covid 19 y su incidencia en la ansiedad en los estudiantes de 18 a 29 años de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal de Milagro.

1.1.2. Objetivos Específicos

- Identificar los hábitos de consumo de videojuegos en los estudiantes.
- Analizar la prevalencia de ansiedad en los estudiantes de 18 a 29 años de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal de Milagro.
- Sistematizar la relación entre el uso de los videojuegos y su incidencia en la ansiedad de los estudiantes.

1.2. Justificación

El proyecto de investigación presente es considerado conveniente para ser realizado debido a que su importancia se basa en analizar la manera en que el uso de los videojuegos se ha incrementado en los tiempos de Covid-19, si bien cabe recalcar, que es un riesgo socializar con los pares debido a la presencia de Sars Covid-19 y que para frenar los riesgos de contagio, las autoridades han dispuesto que la mayoría de las actividades se

realizan de manera virtual, a causa de ello, muchos adolescentes se han sumergido en el uso excesivo de aparatos electrónicos, navegando, usando redes sociales y también haciendo uso de los famosos videojuegos.

Este proyecto está enfocado en determinar si el uso de los videojuegos ha resultado útil o perjudicial en los adolescentes que hacen uso de los mismos, además de ello, se intenta identificar si entre los problemas que se pueden presentar entre los adolescentes que pasan por un confinamiento y utilizan los videojuegos, presentan cuadros o niveles de ansiedad. El grupo que será beneficiario de esta investigación serán los estudiantes de 18 a 29 años de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal de Milagro.

Este proyecto de tesis, se va a llevar a la práctica a través del uso de instrumentos calificados, como son las encuestas, las cuales nos permitirán medir en primer lugar la cantidad de horas que ocupan los adolescentes en esta actividad y si resulta perjudicial o beneficioso el uso de estos sistemas de entretenimiento, además se podrá medir también el nivel de ansiedad presente en la población mencionada, para posterior a ello establecer la relación entre estas dos variables y la forma en que influye en estos adolescentes.

Para la presentación teórica de las variables, se procederá a revisar de manera sistemática y ordenada información científica de fuentes confiables, disponibles en la web, es decir, se procederá a realizar una revisión bibliográfica con temas actualizados sobre la problemática en mención, utilizando lo relevante, importante y novedoso de la temática en cuestión.

Se considera que este proyecto es interesante en su realización puesto que la situación actual ha determinado que el número de niños, adolescentes y jóvenes que están inmersos en el mundo de los videojuegos es cada vez mayoritario, las redes sociales y los

medios de comunicación diariamente informan que los menores compiten entre sí y están creando adicción a esta actividad.

Es importante y relevante esta investigación, porque según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021), tras asamblea en mayo de 2021, incluyó a la adicción a los videojuegos en la lista de enfermedades mentales por primera vez, esto demuestra que se le está dando la debida importancia que amerita esta temática y que nuestra comunidad no es ajena a esta realidad.

Se considera de gran beneficio este proyecto investigativo, ya que contribuirá con datos estadísticos a la comunidad estudiantil, universitaria e investigativa, formando un precedente para futuras investigaciones o para crear propuestas enfocadas en mejorar la problemática que se ha determinado, como es la adicción o el uso excesivo de los videojuegos en los adolescentes.

Es factible, debido a que se ha contado con la disposición de las autoridades de la carrera de Psicología otorgando los permisos para encuestar a los estudiantes y ellos han contribuido con buena disposición a realizar las encuestas, también, se ha contado con la supervisión de tutores preparados profesionalmente, que han encaminado de manera favorable en esta investigación, y además existe amplia información en esta temática, lo cual fue accesible obtener información para completar el marco teórico.

1.3. Marco Teórico

1.4.1 Antecedentes Históricos

La historia de los videojuegos se remonta a los años 70, específicamente hacia el final de aquella época, donde estos se convirtieron los favoritos de la población infantil, aunque para algunos padres este tema era un poco preocupante puesto que algunos lo consideraban perniciosos o perjudiciales, ya en los 80 se introdujo un nuevo videojuego

que llegó a ser popular y de fama mundial, el Nintendo, este videojuego tuvo un mayor alcance entre los niños y adolescentes, entonces se empezaron a realizar numerosas investigaciones en torno a este aparato, debido a que se consideraba que los videojuegos podrían afectar físicamente a los niños y provocar “epilepsia, cambios de la presión sanguínea, del ritmo cardíaco, etc. Sin embargo, los trastornos serios de tipo fisiológico se limitan a un número reducido de jugadores” (Etxeberría, 1998).

Con el pasar del tiempo, según las investigaciones realizadas se llega a la conclusión que la mayoría de las sentencias reflejadas en base a el uso de los videojuegos en los niños, en periódicos y revistas carecían de fundamentación científica. Considerando que estas investigaciones por lo tanto no avalaban ningún tipo de mal o daño producto del uso de estos aparatos. Así pues, según el psicólogo Estallo (1995) citado por Cedeño (2020), no hay evidencia de problemas intelectuales, violencia, sexismo, etc. que pueda ser justificada desde el punto de vista científico.

El uso de videojuegos ha ido incrementándose a lo largo del tiempo, lo que ha despertado un mayor interés al realizar investigaciones sobre los efectos que ocasionan en los jugadores. Basado en la clasificación de los videojuegos según su género, se genera controversia acerca de los efectos positivos y negativos que pudieran manifestarse en los adolescentes jugadores de videojuegos. Al ser la adolescencia una etapa con cambios físicos y psicológicos repentinos, pueden conllevar una crisis a nivel emocional, personal, social y familiar (Cedeño, 2020).

El uso de los videojuegos tuvo auge y mayor acogida cuando aparecieron las primeras computadoras electrónicas, luego de los años se ha ido innovando la tecnología y esto ha permitido una expansión de los mismos, llegando a los hogares por medio de las consolas, máquinas en lugares públicos, y así de una u otra manera ha llegado a ser parte

de la mayoría de los niños y adolescentes, con el objetivo de servir de entretenimiento a la comunidad infantil y joven.

Según una investigación realizada por Miguel Tobal, y expuesta por Fernando García (2017), menciona que: "La ansiedad es una respuesta emocional, o patrón de respuestas, que engloba aspectos cognitivos desagradables, de tensión y aprensión; aspectos fisiológicos, caracterizados por un alto grado de activación del sistema nervioso autónomo y aspectos motores que suelen implicar comportamientos poco ajustados y escasamente adaptativos" (García, 2017).

De esta manera se obtiene que, la ansiedad es un estado emocional que puede ser pasajero y se puede presentar en cualquier etapa o momento en la vida de un adolescente, pero que es modificable, la adolescencia al ser una etapa de diferentes cambios y que se marcan por la interacción social, puede ocasionar ansiedad en los adolescentes, al percibir situaciones como peligrosas o amenazantes.

Un estudio que se llevó a cabo por aproximadamente 6 años a adolescentes, se determinó que cerca de un 10% presentaban síntomas por pasar varias horas dedicados a los videojuegos y que con el paso del tiempo empeoran, y que este grupo de jugadores comparten estas características en común, como la depresión, ansiedad, timidez, agresión y quienes son más vulnerables para esto son las personas con TDAH (Claire McCarthy, 2020).

Se considera que los videojuegos están siendo actualmente como problemas culturales de gran relevancia en todas las sociedades, el diseño de los videojuegos consta de muchas imágenes con movimientos y "sonidos emocionantes para brindar un mundo de emoción a los fanáticos, gracias a esta atracción, los jugadores llevan el alma y el cuerpo a un mundo de imaginación" realizan competencias con otros jugadores, pero esto también

les genera ansiedad, porque siempre están tratando de obtener los primeros lugares, y ganar, al ser derrocados, tienden a frustrarse (Carrillo, 2015).

1.4.2 Antecedentes referenciales

Según María T. González (2017), y su estudio sobre el uso problemático de los videojuegos y su relación con los problemas emocionales en los adolescentes, realizado en Valencia – España, cuyo objetivo era analizar “analizar el uso problemático de videojuegos en una muestra de adolescentes y determinar si existen diferencias entre jugadores online y offline, además de examinar su correlación con sintomatología ansiosa y depresiva”, tomo una muestra de 380 adolescentes y concluyo que el 7,4% de las chicas y el 30% de los chicos pueden considerarse jugadores problemáticos. Jugadores online tienen casi 12 veces más probabilidad de jugar con alta frecuencia en comparación con jugadores offline y que existe una marcada relación entre videojuegos y la ansiedad (González y otros, 2017).

Sandoval Eduardo (2020), en una investigación realizada en Colombia, sobre la caracterización del trastorno por videojuegos, utilizo una muestra conformada por población infanto-juvenil, Se utilizó una revisión sistemática de literatura, de corte analítico. Como eje de búsqueda se consideraron las categorías: (a) uso de las TIC, (b) videojuegos, (c) adicción y (d) trastorno por videojuegos, de acuerdo con estudios publicados en las bases de datos PubMed, Science Direct y Google Scholar, teniendo como referencia el DSM-V y CIE-11. Los resultados determinaron que las manifestaciones clínicas descritas para su uso adictivo son aún heterogéneas. También, se pudo observar que, cuanto más temprano se empieza, mayor será la frecuencia de su uso en edades posteriores, lo que aumenta las conductas de riesgo en el futuro y su incidencia en el tiempo de ocio y la recreación cotidiana.

Según los autores Fernández et al. (2017), en la investigación realizada y cuyo objetivo del presente estudio es describir los perfiles de adolescentes con Trastorno por

Juego en Internet (IGD). Para realizar este estudio se toma una muestra de 86 pacientes que han consultado en la Unidad de Conductas Adictivas de un hospital mediante los criterios del IGD, mediante el uso de una entrevista semiestructurada K-SADS-PL para los trastornos mentales y la Impresión Clínica Global (ICG) para la evolución del tratamiento. De estos, el 45,76% corresponderían a un perfil internalizante, presentando comorbilidades con Trastornos Afectivos (44,4%), Trastornos de Ansiedad (44,4%) y Trastornos de Personalidad (11,1%).

López et al (2022), se propusieron determinar el uso excesivo de los videojuegos y la adicción entre los deportistas, y su influencia en la sensibilidad y ansiedad, la muestra la conformaron deportistas de 19 – 51 años, entre los cuales participaron mujeres y varones, se aplicaron instrumentos descriptivos sobre sensibilidad y ansiedad, los resultados determinaron que la sensibilidad a la ansiedad social y física incide de manera indirecta en abusar de los juegos electrónicos, y se traduce en adicción a los mismos.

Otro estudio realizado por Rentería (2021), con el título “Niveles de ansiedad y preferencia por el tipo de videojuego en niños y adolescentes jugadores de Lima Metropolitana”, investigación realizada con la finalidad de determinar y establecer comparaciones en las preferencias de los tipos de videojuegos entre niños y adolescentes y además poder determinar el nivel de ansiedad – rasgo en los jugadores, la muestra constó de 80 niños y adolescentes , divididos por sexo, los resultados obtenidos indican que “no existe una diferencia significativa entre los niveles de Ansiedad-Estado o Ansiedad- Rasgo y el tipo de videojuego preferido en niños y adolescentes Lima Metropolitana”.

1.4.3 Fundamentación teórica

Definición y Tipos de Videojuegos

Definir a los videojuegos puede resultar complejo, puesto que cada uno posee características diferentes en su tipología, habilidades, destrezas, accesibilidad, etc. No

obstante, las investigaciones se centran en los efectos que estos pueden llegar a causar en quienes hacen uso de ellos, entre las primeras definiciones sobre el videojuego se cuenta la del teórico Johan Huizinga (1983), citado por Cedeño y Vélez (2020), quien menciona que “el juego ocurre fuera de la vida ordinaria de manera libre y consciente sin fines económicos, como una alternativa para formar grupos sociales” (Cedeño & Vélez, 2020).

En vista que la definición del juego no abarcaba con claridad a la nueva modalidad de videojuegos surgieron distintas apreciaciones. De Sanctis et al., (2017), mencionan que los videojuegos son aplicaciones interactivas, un buen uso puede beneficiar al jugador en mejorar sus habilidades sociales, cognitivas y dominio personal. Por otro lado, Wang y otros (2014), expresan que los videojuegos son juegos electrónicos, cuya experiencia depende en gran medida de la interacción hombre-máquina. Estos juegos suelen ser usados por las personas como forma de entretenimiento, interacción social, afrontamiento emocional y excitación, permitiendo así, que los jugadores a través de la virtualidad satisfagan sus necesidades o motivaciones (Cedeño & Vélez, 2020, p.288).

De acuerdo a esta cita y definición de estos autores sobre los videojuegos, se puede recalcar que efectivamente son medios, en los cuales la población adolescente, juvenil y en muchas ocasiones hasta adulta, usa como medio de interacción con otras personas y es un medio de entretenimiento y disfrute, además de otros beneficios se cuentan que permiten el desarrollo de habilidades y desarrollo cognitivo, debido a las estrategias que se utilizan para llevarlo a cabo.

Tipos de videojuegos

Cada juego es diferente y va a depender del gusto de cada persona, entre los principales se cuentan los siguientes tipos (Argilés Sans, 2019):

- **Aventura**

Este tipo de juego se basa en alcanzar hazañas y peligros. Este es un género muy popular en el que el protagonista del juego tiene que pasar diversos niveles, luchar contra enemigos y recolectar objetos valiosos. Suelen ser juegos de larga duración con tramas extensas.

Estrategia

- **Deportes**

Este es un videojuego que simula el campo de los deportes tradicionales. Estos videojuegos son muy populares y prácticamente todos los deportes populares se reproducen en videojuegos, incluidos el béisbol, el fútbol, el boxeo, la lucha libre, el cricket, el golf, el baloncesto, el hockey sobre hielo, los bolos, el rugby, la caza, la pesca, entre otros.

- **Simulación**

Un videojuego simulado recrea la sensación de que en realidad no sucede. Están diseñados para simular sensaciones físicas como velocidad, aceleración y percepción del entorno.

Una de sus funciones es brindar una experiencia auténtica de lo que no sucedió para no poner en peligro la vida.

- **De Rol**

Los juegos de roles implican el jugar con uno o varios personajes con diferentes habilidades las cuales van mejorando en el transcurso de sus habilidades.

El uso y abuso de los videojuegos, como causantes de dependencia

“Cuando se habla del uso se refiere a la relación eventual que tiene el adolescente con la tecnología, por lo que es capaz de interrumpir el juego en el momento que él u otra persona lo solicite, sin que ello le produzca consecuencias negativas” (Chahín Pinzón, 2018, p. 7), con respecto al abuso, este se produce cuando la relación entre el jugador y el

videojuego supera los límites de la normalidad y el uso es inadecuado, lo que se traduce como abandono de las actividades diarias para dedicar excesivamente tiempo a este juego.

Cuando se hace referencia a dependencia, es cuando no existen límites de ningún tipo para frenar el pasar tiempo frente al videojuego, aun cuando, esta actividad se convierta peligrosa y perjudicial, incrementando la cantidad de tiempo en el uso de estos dispositivos, de hecho, la OMS en la Revisión de la Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE-11), incluye a la adicción a los videojuegos como “un patrón de comportamiento de juego persistente o recurrente, que puede ser en línea o fuera de línea” (Estévez, 2021, p. 683).

Entre las principales características que presentan las personas que se están convirtiendo en adictas a los videojuegos se cuentan:

- Bajo rendimiento escolar.
- Problemas en el desempeño escolar
- Conductas de ira y agresividad
- Ansiedad
- Estrés
- Poca socialización con los pares
- Perdida del tiempo

Efectos de los videojuegos

Los efectos que pueden causar el uso de los videojuegos, según algunos autores puede ser negativo, pero para otros el uso de este suele tener un efecto positivo.

Efectos positivos

Debido a la situación mundial causada por Covid-19 el impacto de los videojuegos en estos tiempos, en el cual los adolescentes y jóvenes utilizan este medio como actividad recreativa, les permite socializar de manera virtual con personas de diferentes partes del

mundo, Aranda y otros (2016), “sostienen que los videojuegos mejoran la vida personal y social, puesto que permite espacios de relajación y goce, como también proporciona un aprendizaje debido a las diferentes modalidades del juego”.

Además, se manifiesta también que el uso de los videojuegos sirve como un soporte emocional y permite el desarrollo de habilidades que disminuyen los niveles de ansiedad; debido al nivel de emotividad que generan, pueden ser fuentes de relajación y tranquilidad en quienes lo usan, también se cuenta que, entre los beneficios, está el bienestar psicológico y el desarrollo cognitivo de los jugadores.

Activa los niveles de concentración en las personas, ya que el jugador necesita máxima concentración para poder superar niveles, o para poder lograr los objetivos planteados en el juego, lo que le impide tener pensamientos negativos, regulando los niveles de estrés, ansiedad y convirtiéndose en un escape ante ciertas situaciones negativas de la vida.

Efectos negativos

Al igual que existen efectos positivos, el juego también puede generar efectos negativos, en los distintos niveles de la vida, psicológico y social. Incluso algunos autores, consideran que los adolescentes pueden ser víctimas de “phishing o suplantación de identidad”, que es una forma de estafa, en el cual se utiliza la informática, para poder adquirir información de origen confidencial con el fin de estafar o robar.

La personalidad es un factor de riesgo en los adolescentes, puesto que, su personalidad no se ha formado completamente en esta etapa aún permanecen en la búsqueda de identidad y, por ende, se mantiene en desarrollo, sin embargo, asociando este factor a los casos de estafas en el uso de videojuegos, se puede considerar que para ellos no resulta fácil detectar cuando una persona pretende

realizar una estafa considerándolos como una población vulnerable en este tipo de situaciones (Davey Retuerto, 2022, p. 35).

Además de la estafa, entre los efectos negativos principales se cuenta, el aislamiento social, aunque estos juegos son compartidos en línea con otros internautas, promueven el aislamiento físico, ya que, los adolescentes por pasar tiempos excesivos conectados, pierden la capacidad de socializar con los pares, no participan de actividades de ocio y recreativas físicas.

En cuanto al aprendizaje, algunos autores asocian al uso de los videojuegos con el bajo rendimiento escolar, debido a que el adolescente enfoca su atención y concentración en el juego, lo que le hace perder el interés por las actividades curriculares, además se tornan violentos se relacionan con la agresividad, “la cual es definida como un comportamiento de un individuo dirigido a otro con la intención de causar daño” (Pino-Juste, 2019).

Los objetivos del juego son siempre alcanzar una meta, el afán por superar a otros internautas, o así mismo, genera en los adolescentes estrés, niveles de ansiedad, insomnio, frustración, sumando el hecho de que pasan demasiado tiempo frente al dispositivo, y no les permiten llevar hábitos pocos saludables (Hernández-Horta, 2018).

Ansiedad

La ansiedad es un sentimiento de temor, e inquietud. Puede presentar síntomas como sudoraciones, sentirte inquieto y nervioso, y tener palpitaciones del corazón. Esta puede ser una respuesta normal al estrés. Por ejemplo, puede una persona sentirse ansiosa, antes de tener un trabajo complicado, hacer un examen o tomar una decisión importante. Si bien la ansiedad puede ayudar a sobrellevar la situación, además de energizarlo o ayudarlo a concentrarse, para las personas con trastornos de ansiedad, el miedo no es temporal y puede ser abrumador (Sigüenza Campoverde, 2021).

Entre las primeras causas de la ansiedad se cuentan factores genéticos, factores biológicos y químicos, en donde influyen de manera directa el estrés y el entorno, quienes se cuentan como víctimas de ansiedad son todo tipo de personas que conservan ciertos rasgos como la personalidad, el ser tímido, retraído, situaciones diferentes a las cotidianas, eventos de traumas, entre otros (Aguinaga, 2021).

Trastorno de Ansiedad

El término de ansiedad se origina del latín *anxietas*, cuyo significado según la Real Academia Española “estado de agitación, inquietud o zozobra del ánimo”, se establece que existe similitud entre ansiedad y angustia, aunque parecieran terminologías diferentes, la realidad de estos términos es que son iguales, pero utilizados en diferentes aspectos, por ejemplo, el psicoanálisis y el humanismo utilizan el término angustia, y la psicología científica prefiere el uso de ansiedad (Díaz Kuaik, 2019).

La ansiedad se define como un sentimiento de temor, miedo o inquietud, en la cual la persona puede llegar a tener síntomas fisiológicos asociados a este sentimiento, como palpitaciones, temblores, sudoraciones, taquicardias, dolores estomacales, esto suele ocurrir cuando el individuo se ve sometido a situaciones complejas, estresantes y consideradas complicadas (Escobar, 2019).

El estado emocional que permite a las personas poder enfrentar las situaciones estresantes que se desarrollan en la cotidianidad del día a día es la ansiedad a razón que muchas a que esta provoca que distintas situaciones puedan percibirse como un peligro que no permite cumplir con lo que se tiene como meta u objetivo. Por esta razón se ha considerado la ansiedad como una necesidad básica en la vida par que el ser humano se pueda desarrollar, de esto se puede llegar a obtener diversas ventajas como en ser más creativo y asertivos para dar soluciones (Enriquez Ludeña, 2022).

Según la investigación de Perilla Portilla et al., manifestó que a nivel mundial el 25% de la población en países subdesarrollados y desarrollados son afectados con problemas mentales, a diferencia en el año del 2015 se mostró que la población mundial presentaba un 3,6 % problemas con la ansiedad. Y esta enfermedad igual que la depresión es más frecuente en mujeres que hombres (Perilla Portilla F. E., 2021).

La ansiedad es también considerada como una respuesta normal a un peligro o cambio que presenta una persona se manifiesta comúnmente por: un aumento de palpitaciones en el corazón; sudoración; temblores (comúnmente en las manos); náuseas; escalofríos; miedo a morir; Parestesias (sensación de hormigueo); entre otros. Cabe mencionar que la ansiedad es natural en el ser humano lo que la hace patológica es la duración y la intensidad con la que se manifiesta (Navas Orozco & Vargas Baldares, 2012).

Los trastornos de ansiedad se encuentran en la Clasificación Internacional de enfermedades decima revisión (CIE-10) dentro de la codificación de F40 y F41 siendo una sub categoría de los Trastornos neuróticos, trastornos relacionados con el estrés y trastornos somatomorfos (F40-F48) (Cisneros, 2019).

Causas de los Trastornos de Ansiedad

Según la El Hospital Clínic de Barcelona, (2020), los factores de riesgo en los trastornos de ansiedad se dividen en dos grandes grupos:

- **Factores de riesgo predisponentes:**

Antecedentes familiares. El desarrollo de ciertos trastornos de ansiedad está ligado a factores familiares, lo que significa que, si una persona tiene alguno de estos trastornos, es más probable que sus familiares también lo tengan. Esto no significa que los hijos de personas con trastornos de ansiedad lo desarrollen. mujer embarazada

Tóxicos en el embarazo

Ciertas condiciones o la exposición a determinadas sustancias durante el embarazo como problemas nutricionales severos, consumo de alcohol, tabaquismo y otras drogas, ciertos medicamentos, o niveles altos de cortisol, etc.) pueden predisponer a ciertas condiciones, incluidos los trastornos de ansiedad. mujer con bebe en brazos

Estilo de crianza

Factores relacionados con el estilo de crianza pueden contribuir a la tendencia a desarrollar trastornos de ansiedad. Los lazos inseguros entre el bebé y su cuidador (p. ej., la falta de satisfacción de las necesidades del niño cuando el niño lo pide, la crianza conflictiva o la falta de seguridad y amor incondicionales) y los estilos de crianza demasiado autoritarios o sobreprotectores se asocian con una mayor susceptibilidad a estas enfermedades.

- **Factores de riesgo desencadenantes**

Estrés

Las situaciones estresantes, como las derivadas del trabajo, la familia o los problemas de relaciones sociales, favorecen los síntomas de ansiedad. Dos caras de la misma persona, una feliz y otra triste, simbolizando cambios en las emociones.

Personalidad

Otro factor que puede ayudar a desarrollar trastornos de ansiedad es el "estilo de ser" de una persona. Las personas con tendencias inhibidas y tímidas pueden tener más probabilidades de desarrollar trastornos de ansiedad. Sin embargo, hay que recordar que ningún factor de riesgo por sí solo es determinante en la aparición de estas enfermedades.

Consecuencias de la ansiedad

- **Consecuencias físicas**

Si no se trata, la ansiedad puede tener una serie de consecuencias físicas que ponen en grave riesgo la salud a largo plazo. Estos efectos o consecuencias de la ansiedad están íntimamente relacionados con sus propios síntomas. Cuando se observa síntomas como taquicardia, mareos o dificultad para respirar, pueden dar pistas sobre hacia dónde se dirigen las consecuencias de la ansiedad (González y otros, 2018).

Consecuencias psicológicas

La ansiedad también puede hacer que se desarrollen otros tipos de trastornos psicológicos u de ansiedad que son menos comunes que los trastornos de ansiedad generalizada, como el trastorno obsesivo-compulsivo, el trastorno de pánico o las fobias. Todo ello puede afectar gravemente a la vida social, laboral y familiar (Lara Caba y otros, 2019).

Trastornos de la ansiedad

F40. Trastornos fóbicos de ansiedad

Es una respuesta a situaciones que producen miedos irracionales, este grupo de personas, suelen expresar extrema angustia y presiones, en momentos de extremo miedo, puede llegar a transformarse en pánico.

F40.0 Agorafobia

Este trastorno de ansiedad, se caracteriza por pánico o miedo a estar en lugares públicos o tener que socializar con otras personas, sintiéndose avergonzadas, indefensas o sin argumentos, además tienen miedo a estar en espacios abiertos o cerrados, y al someterse a estas situaciones pueden experimentar todos los síntomas fisiológicos que se asocian a la sintomatología de la ansiedad.

F40.1 Fobia social

Este tipo de fobia comúnmente se considera que es generado por la baja autoestima. Se enfoca en el miedo a ser criticado y juzgado por los demás por esta razón se buscan evitar las relaciones sociales. Los síntomas de este tipo de ansiedad pueden llegar a generar ataques de pánico.

F40.2 Fobia específica

Son fobias que se encuentran limitadas a ciertas situaciones o acontecimientos como es el miedo a un animal determinado, a la oscuridad, a espacios cerrados, orinar en baños públicos, entre otras. La situación desencadenante puede ser sutil los efectos que esta provoca al sujeto puede generar pánico con similitud a la agorafobia y fobia social.

F41. Otros trastornos de ansiedad.

Trastorno en el que la ansiedad es el síntoma predominante, sin limitarse a situaciones específicas del entorno, pueden presentarse síntomas depresivos u obsesivo-compulsivos, incluidos algunos componentes de la ansiedad fóbica, siempre que estos síntomas sean significativamente menos graves.

F41.1 Trastorno de ansiedad generalizada

Su característica básica es una ansiedad persistente y generalizada que no está limitada por condiciones ambientales específicas, incluso en algunas epidemias fuertes. Los síntomas principales varían, pero incluyen tensión permanente, temblores, tensión muscular, sudoración, mareos, palpitaciones y molestias en la parte superior del abdomen. Los pacientes a menudo expresan su miedo a una enfermedad o accidente inminente y que ellos o un miembro de la familia pronto sufrirán.

F41.2 Trastorno mixto de ansiedad y depresión.

Esta categoría debe usarse cuando existen síntomas de ansiedad y depresión, pero no son claramente dominantes y no tienen intensidad suficiente para justificar un diagnóstico. Se debe separar la ansiedad severa con depresión leve que requiere el uso de cualquier categoría de trastorno de ansiedad o ansiedad fóbica.

Causas y efecto

Entre las principales causas o detonantes de ansiedad se cuentan el someterse a situaciones complicadas, de miedo y situaciones estresantes, por ejemplo: miedo al actuar en público, miedo a estar separado de los padres, miedo a la muerte, miedo o temor a insectos, animales o situaciones. Entre los efectos de la ansiedad, se definen las alteraciones orgánicas tales como:

- Fatiga intensa
- Trastornos de origen cardiovascular
- Desordenes gastrointestinales
- Sudoraciones
- Dolencias
- Malestares
- Imposibilidad para realizar las actividades.

Diagnóstico y Tratamiento

La persona encargada de diagnosticar este trastorno, son los especialistas en salud mental, como médicos, psiquiatras y psicólogos, el diagnóstico se realiza luego de una exploración física con la finalidad de revisar si esta anexada a el uso de medicamentos o

con enfermedades no diagnosticadas, también se hacen valoraciones por medio de test y cuestionarios, luego se asocian los síntomas a los criterios del manual DSM o CIE-10 y se identifica la ansiedad y su tipo.

El tratamiento para la ansiedad va a depender muchísimo del profesional a cargo del paciente, es decir es el terapeuta quien decida lo más conveniente y beneficioso para la persona en cuestión, entre los principales tratamientos para la ansiedad se cuentan los siguientes:

- **Psicoterapia:** También se conoce como terapia psicológica, la cual consiste en el trabajo de un profesional de la psicología, aplicando técnicas y estrategias para mejorar y disminuir los síntomas, depende también de este profesional utilizar alguno de los tipos de terapias psicológicas existentes o utilizar varios.
- **Medicamentos:** en algunas situaciones cuando el tratamiento psicológico no está dando resultado, el paciente es derivado a profesionales médicos o psiquiatras para que estos hagan uso de medicina para ayudar a calmar los síntomas asociados a ansiedad, entre los medicamentos se cuentan los antidepresivos, que se consideran como un grupo de medicamentos inhibidores de serotonina y norepinefrina, catalogados como farmacológicos de primera línea.

Relación entre videojuegos y ansiedad

La ansiedad y los videojuegos están relacionados de manera positiva y también de manera negativa, la relación positiva entre sí, se da cuando las personas canalizan su ansiedad con el uso de estos, inclusive pueden ser recomendados como alternativas de tratamiento, para que la persona olvide su realidad y entretenga su mente en una actividad diferente, también se recomiendan en niños o personas con déficit de atención e hiperactividad (López-Gómez, 2022)

La asociación negativa se produce cuando causan problemas de salud o crean adicción en quienes lo usan, los problemas de salud físicos y trastornos emocionales, que se relacionan con el uso de los videojuegos son obsesión con el mismo, cuando alguien intenta poner límites, estas personas tienden a ponerse tristes, ansiosos, irascibles, ya no disfrutan de otras actividades, los estudiantes pueden bajar sus calificaciones, algunos jugadores empiezan a mentir sobre la cantidad de tiempo que dedican a esta actividad, el pasar demasiadas horas frente a los dispositivos jugando, pueden desarrollar pérdidas de la visión, dolores de cabeza, sonambulismo, insomnio y trastornos del sueño (Torres Fernández, 2021).

CAPÍTULO 2

2. METODOLOGÍA

2.1 Tipo de Investigación.

El presente proyecto de investigación es de tipo cuantitativo, puesto que este tipo de investigación permitió evaluar las condiciones reales del uso de videojuegos y su incidencia en el nivel de ansiedad de los estudiantes universitarios, con el objetivo de medir, recopilar, analizar y comprobar los datos obtenidos y establecer relación entre las variables.

2.2 Diseño de Investigación

El diseño utilizado es de carácter descriptivo porque este diseño de investigación es un método científico que consiste en observar y describir el comportamiento de un sujeto sin influir en él de ninguna manera y correlacional, debido a que la finalidad de esta investigación es analizar la relación entre el uso de videojuegos y la ansiedad, es de corte transversal porque los datos fueron tomados en un solo periodo de tiempo, es de tipo observacional debido a que se observó y registro la información.

No experimental

Porque se basa en categorías, conceptos, variables, eventos, comunidades o contextos que ocurrieron sin la intervención directa del investigador, es decir, sin que el investigador cambiara a los encuestados

Correlacional

Tiene como objetivo analizar la relación o relación entre variables de un fenómeno interviniente. No se pretende establecer causalidad en una relación, sólo describirla.

2.3 Población y Muestra

Población

La población general son los 1255 estudiantes de la carrera de Psicología modalidad presencial de la Universidad Estatal de Milagro, la población específica de referencia para elaborar esta investigación, son los estudiantes de 18 a 29 años de edad, entre hombres y mujeres de la Universidad Estatal de Milagro, siendo un total de 181, a quienes fueron aplicados los siguientes criterios de inclusión y exclusión:

Criterios de Inclusión:

- Estudiantes de la carrera de Psicología
- Estudiantes con matrículas legalizadas en el periodo vigente
- Estudiantes de 18 – 29 años
- Estudiantes de sexo femenino y masculino

Criterios de Exclusión

- Estudiantes no matriculados
- Estudiantes menores de 18 años
- Estudiantes mayores de 29 años
- Estudiantes de otras carreras
- Estudiantes que no pertenezcan a Universidad Estatal de Milagro

Muestra

La presente investigación es probabilística, a razón de ser una muestra finita se procedió a reducir la muestra mediante fórmula, lo cual se determinó que el total de estudiantes que serán objetos de estudio son 155 estudiantes de 18 a 29 años de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal de Milagro.

Datos de fórmula

n = Tamaño de muestra buscado

N = Tamaño de la población o universo

Z_a = Parámetro estadístico que depende el nivel de confianza

e = Error de estimación máxima

p = Probabilidad de que ocurra el evento estudiado

q = (1-p) Probabilidad de que no ocurra el evento estudiado

El universo de la población es de 160 personas, el parámetro estadístico que depende el nivel de confianza es del 95 % el error máximo permitido es del 3 %.

Datos

$$N = 181$$

$$Z_a = 95 \% = 1,96$$

$$p = 5\% = 0,50$$

$$q = 5\% = 0,50$$

$$e = 3\% = 0,03$$

$$n = \frac{N \times Z_a^2 \times p \times q}{e^2 \times (N-1) + Z_a^2 \times p \times q}$$

$$n = \frac{181 \times 1,96^2 \times 0,50 \times 0,50}{0,03^2 \times (181-1) + 1,96^2 \times 0,50 \times 0,50}$$

$$n = \frac{181 \times 3,8416 \times 0,50 \times 0,50}{0,0009 \times 180 + 3,8416 \times 0,50 \times 0,50}$$

$$n = \frac{173,8324}{0,162 + 0,9604}$$

$$n = \frac{173,8324}{1,1224}$$

$$n = 154,875$$

$$n = 155$$

2.4 Métodos y técnicas

Métodos

El método utilizado es el método hipotético deductivo es uno de los modelos que describen el método científico, el cual se basa en el ciclo inducción-deducción- para establecer hipótesis y probarlas o refutarlas.

Técnicas

La técnica usada en este trabajo es la Encuesta la que utiliza un conjunto estandarizado de procedimientos de investigación mediante los cuales se recopila y analiza una serie de datos de una muestra de casos que representan una población o universo más amplio, con el objetivo de explorar, describir, predecir y/o explicar una característica.

La encuesta permite obtener y elaborar datos de modo rápido y eficaz, mediante el uso de instrumentos como cuestionarios, para medir la variable uso de los videojuegos, en tiempos de Covid -19, se utiliza el “Cuestionario sobre hábitos de consumo de los videojuegos”, y para medir la variable ansiedad se utiliza la Escala de Ansiedad y Depresión de Beck.

Instrumento 1 Cuestionario sobre hábitos de consumo de los videojuegos

“Cuestionario sobre hábitos de consumo de los videojuegos”, este cuestionario consiste en 24 preguntas, repartidos de la siguiente forma: 19 ítems tipo escala Likert con 5 alternativas de respuesta que van desde «Nada de acuerdo» (1) hasta «Totalmente de acuerdo» (5); y 5 ítems con cinco alternativas de respuesta cada uno.

Validación externa

La aplicación externa de este cuestionario, fue realizada por Becerra (2012), este cuestionario fue aplicado a 316 alumnos de tercer ciclo de Educación Primaria la fiabilidad de este instrumento fue obtenido por Alpha de Cronbach que informa que la fiabilidad del cuestionario es de 0,915. El Alpha del factor 1 supera el 0,80 y el de los factores 2, 3, y 4 se sitúa entre 0,65 y 0,80. Los Alpha de Cronbach de cada uno de los factores se resumen en la Tabla 3. Tabla 3: Coeficientes Alpha de Cronbach para los distintos factores Factor Alpha 0,903 0,767 0,740 0,696 6.

Validación Interna

Estadísticas de fiabilidad

| Alfa de Cronbach | N de elementos |
|------------------|----------------|
| ,968 | 24 |

Alfa de Cronbach realizado por Haro María y Agama Silvia (2022)

Instrumento 2 Inventario de Ansiedad de Beck

Este inventario fue elaborado por el Aaron T. Beck A. Steer y su propósito es medir los niveles de ansiedad es de tipo hetero aplicable lo que refiere que el investigador aplica las preguntas de forma oral dándole opciones de respuesta las cuales son di es una escala de liker este cuestionario tiene una duración de entre los 5 y 10 minutos, Adaptación española fue por J. Sanz y Dpto. I+D Pearson Clinical & Talent Assessment - noviembre 2011

La escala de ansiedad de Beck es considerada como una herramienta muy útil para evaluar los síntomas físicos de la ansiedad. El cuestionario posee 21 preguntas, con un rango de calificación de 0 a 63. Cada ítem se puntúa de 0 a 3, 0 puntos corresponden a "nada", 1 punto corresponde a "un poco, leve ", 2 puntos corresponden a "moderado, que existe, pero

puede soportarlo "y la puntuación 3 es" grave". La puntuación total es la suma de todos los elementos. Los síntomas se refieren a la última semana y al momento actual.

Figura 1

| Ansiedad Mental | Ansiedad Física |
|--|--------------------------------|
| Torpe o entumecido | Con sensación de bloqueo |
| Acalorado | Con temblores en las manos |
| Con temblor en las piernas | Inquieto, inseguro |
| Incapaz de relajarse | Con miedo a perder el control |
| Con temor a que ocurra lo peor | Con sensación de ahogo |
| Mareado, o que se le va la cabeza | Con temor a morir |
| Con latidos del corazón fuertes y acelerados | Con miedo |
| Inestable | Con problemas digestivos |
| Atemorizado o asustado | Con desvanecimientos |
| Nervioso | Con rubor facial |
| | Con sudores, fríos o calientes |

Validación Externa

Este instrumento fue evaluado externamente en un estudio realizado por Vizioli (2020), en una muestra Argentina, se calcularon el alfa y el omega ordinales para el único factor que conforma la totalidad del inventario. Se obtuvieron α ordinal =0,93, ω ordinal = 0,95. En cuanto a la confiabilidad compuesta, se obtuvo ρ =0,92.se determina que puede detectar y cuantificar de forma fiable los síntomas de ansiedad en diferentes poblaciones

Validación Interna

Estadísticas de fiabilidad

| Alfa de Cronbach | N de elementos |
|------------------|----------------|
| ,960 | 21 |

Alfa de Cronbach realizado por Haro María y Agama Silvia (2022)

2.5 Estadístico de la Información

En primera instancia los instrumentos han sido validados externa e internamente para su fiabilidad, los cuestionarios se aplicaron mediante Formularios de Google, los cuales fueron enviados a los estudiantes a través de los grupos de WhatsApp de cada curso y también por medio de los correos electrónicos, previa autorización de dirección de carrera, posterior a ello, luego de obtener la información necesaria, se procesaron los datos mediante el paquete estadístico de software SPSS V-25.

CAPÍTULO 3

3. RESULTADOS (ANÁLISIS O PROPUESTA)

3.1 Análisis de las características sociodemográficas de la muestra

Tabla 1

Análisis estadístico de la variable edad

| Estadísticos | | |
|--------------|----------|-------|
| Edad | | |
| N | Válido | 155 |
| | Perdidos | 0 |
| Media | | 25,79 |
| Mediana | | 19,00 |
| Moda | | 18 |

Análisis: Como se puede observar en la siguiente tabla la media de la edad de las personas objeto de estudio fue de 25,79; la mediana fue de 19 y la moda fue de 18

Tabla 2

Análisis estadístico de la variable semestre

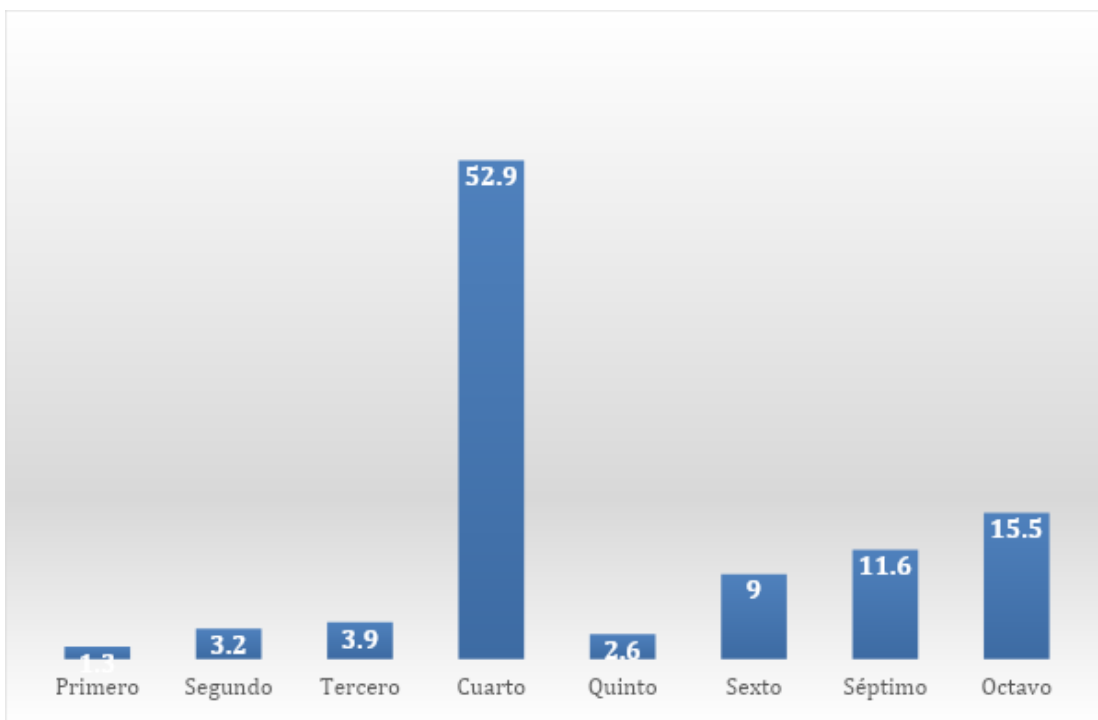
| Semestre | | | | | |
|----------|---------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| | | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
| Válido | Primero | 2 | 1,3 | 1,3 | 1,3 |
| | Segundo | 5 | 3,2 | 3,2 | 4,5 |
| | Tercero | 6 | 3,9 | 3,9 | 8,4 |
| | Cuarto | 82 | 52,9 | 52,9 | 61,3 |
| | Quinto | 4 | 2,6 | 2,6 | 63,9 |
| | Sexto | 14 | 9,0 | 9,0 | 72,9 |
| | Séptimo | 18 | 11,6 | 11,6 | 84,5 |
| | Octavo | 24 | 15,5 | 15,5 | 100,0 |
| | Total | 155 | 100,0 | 100,0 | |

Nota: Datos obtenido de la encuesta aplicada a los estudiantes de 18 a 29 años de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal de Milagro.

Análisis: En la investigación se trabajó con los estudiantes de 18 a 20 años de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal de Milagro que pertenecían a diferentes niveles siendo el más alto el de cuarto semestre con 52,9 % seguido por octavo el cual presento un 15, 5 %; continuando on séptimo que presento un 11, 6 %; sexto con 9 %; tercero 3,9 %; segundo con 3,2 %; quinto con 2,6 % y primer semestre con un 1,3 %.

Figura 2

Datos Estadísticos en Porcentajes de la Variable Semestre



Nota: Datos obtenido en SPSS de encuesta aplicada a los estudiantes de 18 a 29 años de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal de Milagro

Interpretación: el porcentaje total de estudiantes que corresponde al 100%, el 52,9% pertenecen al cuarto semestre, mientras que el 15,5% cursan el octavo y el 11,6% pertenecen a séptimo semestre.

Tabla 3

Datos Estadísticos Frecuencia de la Variable Sexo

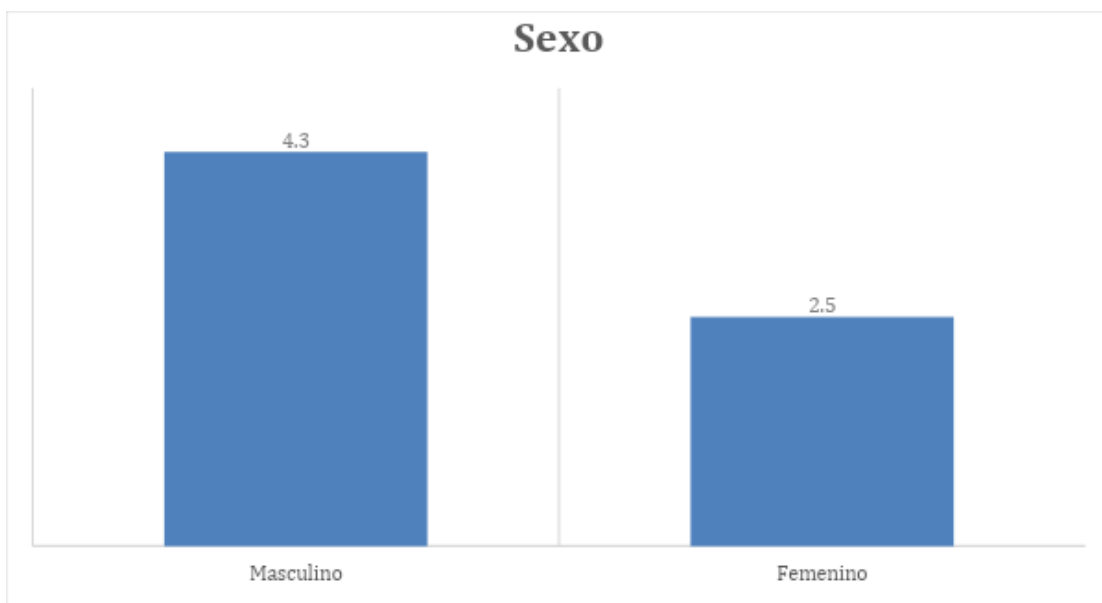
| | | Sexo | | | Porcentaje acumulado |
|--------|-----------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| | | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | |
| Válido | Masculino | 59 | 38,1 | 38,1 | 38,1 |
| | Femenino | 96 | 61,9 | 61,9 | 100,0 |
| Total | | 155 | 100,0 | 100,0 | |

Nota: Datos obtenido en SPSS de encuesta aplicada a los estudiantes de 18 a 29 años de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal de Milagro

Análisis: En la siguiente tabla se puede ver que dentro de este estudio se trabajó con una población del 61,9 % perteneciente al sexo femenino mientras que tan solo un 38,1 % es del sexo masculino

Figura 3

Datos Estadísticos en Porcentajes de la Variable Sexo



Nota: Datos obtenido en SPSS de encuesta aplicada a los estudiantes de 18 a 29 años de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal de Milagro

Interpretación: del total de personas encuestadas el 4,3% corresponden al sexo masculino, mientras que el 2,5% pertenecen al femenino.

Objetivo 1: *Identificar los hábitos de consumo de videojuegos en los estudiantes.*

Tabla 4

Estadísticos descriptivos

| Estadísticos descriptivos | | |
|---|-----|----------|
| | N | Varianza |
| Me gusta jugar a los videojuegos | 155 | 2,140 |
| Juego habitualmente a los videojuegos | 155 | 1,705 |
| He jugado a muchos videojuegos | 155 | 1,709 |
| Conozco muchos videojuegos | 155 | 1,728 |
| Me considero bueno jugando a los videojuegos | 155 | 1,652 |
| Los videojuegos me parecen divertidos | 155 | 1,976 |
| Cuando juego a los videojuegos se me pasa el tiempo volando | 155 | 2,145 |
| Dedico más tiempo a los videojuegos que a otras actividades | 155 | ,963 |
| Dedico más tiempo a jugar videojuegos que al deporte | 155 | 1,558 |
| Me acuesto tarde y me levanto temprano para seguir jugando | 155 | ,927 |
| Dedico más tiempo a los videojuegos que estar con mi familia | 155 | 1,166 |
| Busco información sobre videojuegos en revistas, TV o internet | 155 | 1,512 |
| Me gusta competir a los videojuegos y ser el mejor | 155 | 1,746 |
| Ahorro mi dinero para gastarlo en videojuegos | 155 | ,795 |
| Hablo con mis amigos de videojuegos | 155 | 1,780 |
| Siempre que veo una tienda de videojuegos entro | 155 | 1,107 |
| Antes de hacer tareas, juego a los videojuegos | 155 | ,861 |
| Dedico más tiempo a los videojuegos que a hacer las tareas del cole | 155 | ,706 |
| Olvido cosas importantes mientras juego | 155 | 1,133 |
| Juego a los videojuegos desde hace | 155 | 2,908 |
| Dedico a los videojuegos | 155 | 1,607 |
| Número de videojuegos que conozco | 155 | 1,788 |
| Número de videojuegos que he jugado | 155 | 1,803 |
| Frecuencia a la que juego | 155 | 1,679 |
| N válido (por lista) | 155 | |

Nota: Datos obtenido en SPSS de encuesta aplicada a los estudiantes de 18 a 29 años de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal de Milagro

Análisis: Los datos estadísticos descriptivos del Cuestionario de hábitos de consumo de videojuegos, contiene cuatro factores dirigidos a responder este objetivo.

Figura 5.

Datos Estadísticos de la dimensión Grado de atracción de los videojuegos

Grado de atracción de los videojuegos

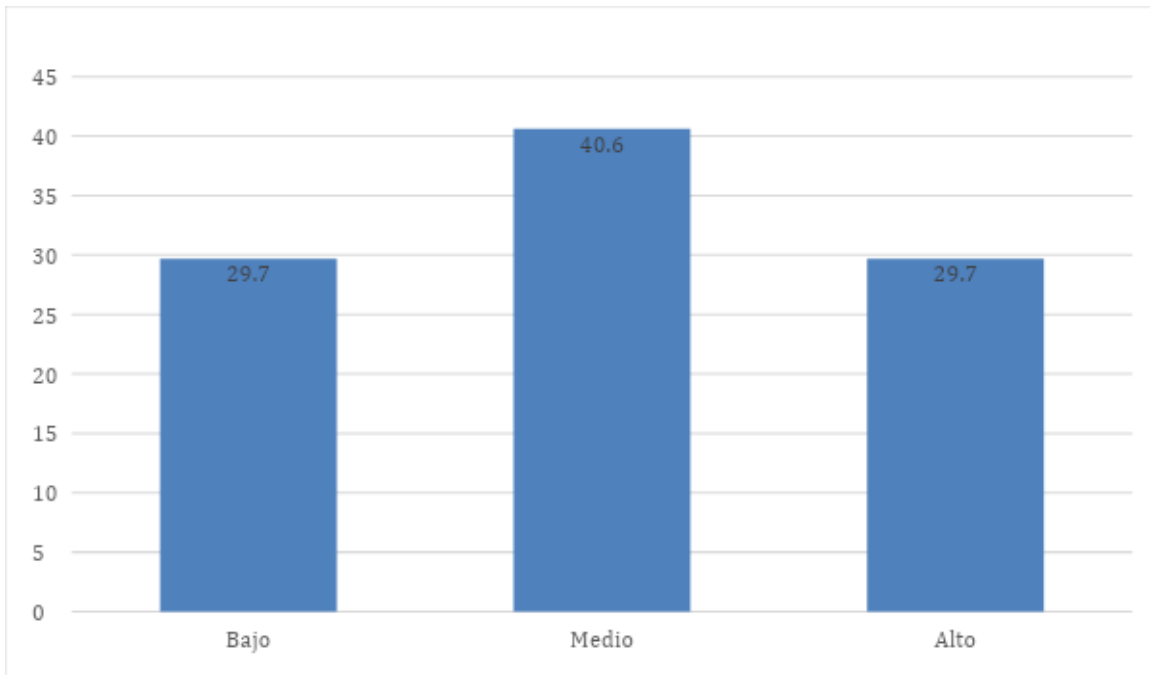
| | | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|--------|-------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Válido | Bajo | 46 | 29,7 | 29,7 | 29,7 |
| | Medio | 63 | 40,6 | 40,6 | 70,3 |
| | Alto | 46 | 29,7 | 29,7 | 100,0 |
| | Total | 155 | 100,0 | 100,0 | |

Nota: Datos obtenido en SPSS de encuesta aplicada a los estudiantes de 18 a 29 años de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal de Milagro

Análisis: cómo se puede observar en la siguiente tabla donde se manifiesta el grado de interés de las personas encuestadas se determina que un 40,6 % presenta un interés moderado o medio; un 29,7% de manera baja y otro 29,7 % de manera alta.

Figura 5.

Datos Estadísticos en porcentajes de la dimensión Grado de atracción de los videojuegos



Nota: Datos obtenido en SPSS de encuesta aplicada a los estudiantes de 18 a 29 años de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal de Milagro

Interpretación: los estudiantes de la carrera de psicología, tienen niveles medios de agrado o interés por los videojuegos, seguido de niveles altos y bajos, lo que indica que su interés es relativamente medio.

Tabla 6

Datos Estadísticos de la dimensión Interferencia de los videojuegos con otras actividades

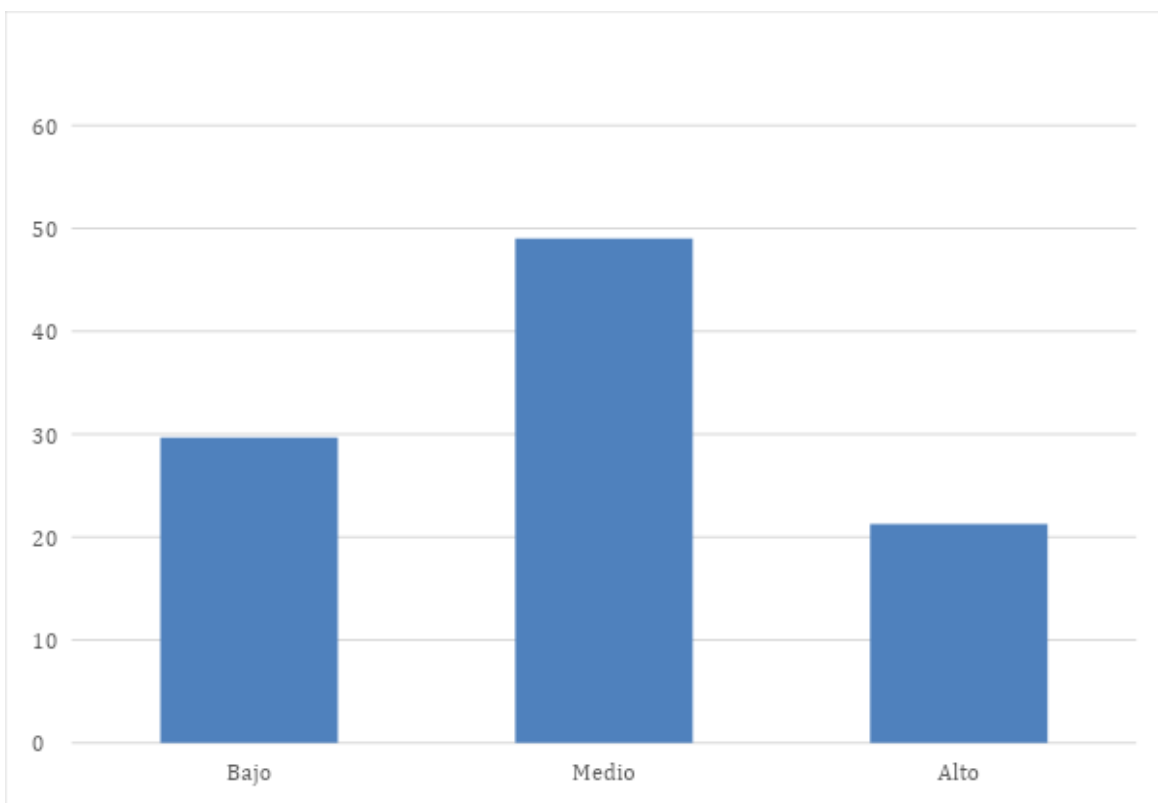
| Interferencia de los videojuegos con otras actividades | | | | | | |
|--|-------|------------|------------|-------------------|--|----------------------|
| | | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | | Porcentaje acumulado |
| Válido | Bajo | 46 | 29,7 | 29,7 | | 29,7 |
| | Medio | 76 | 49,0 | 49,0 | | 78,7 |
| | Alto | 33 | 21,3 | 21,3 | | 100,0 |
| | Total | 155 | 100,0 | 100,0 | | |

Nota: Datos obtenido en SPSS de encuesta aplicada a los estudiantes de 18 a 29 años de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal de Milagro

Análisis: Como se puede observar en la tabla a un 49,0 % interfiere de manera moderada los videojuegos en sus actividades; un 29,7 % presento un nivel bajo; y un 21,3 % un nivel alto.

Figura 6.

Datos Estadísticos en porcentaje de la dimensión Interferencia de los videojuegos con otras actividades



Nota: Datos obtenido en SPSS de encuesta aplicada a los estudiantes de 18 a 29 años de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal de Milagro

Interpretación: los datos estadísticos en porcentaje de la dimensión Interferencia de los videojuegos con otras actividades, refieren niveles medio, lo que es indicador que los estudiantes

Tabla 7

Datos Estadísticos de la dimensión Nivel de inquietud respecto a los videojuegos

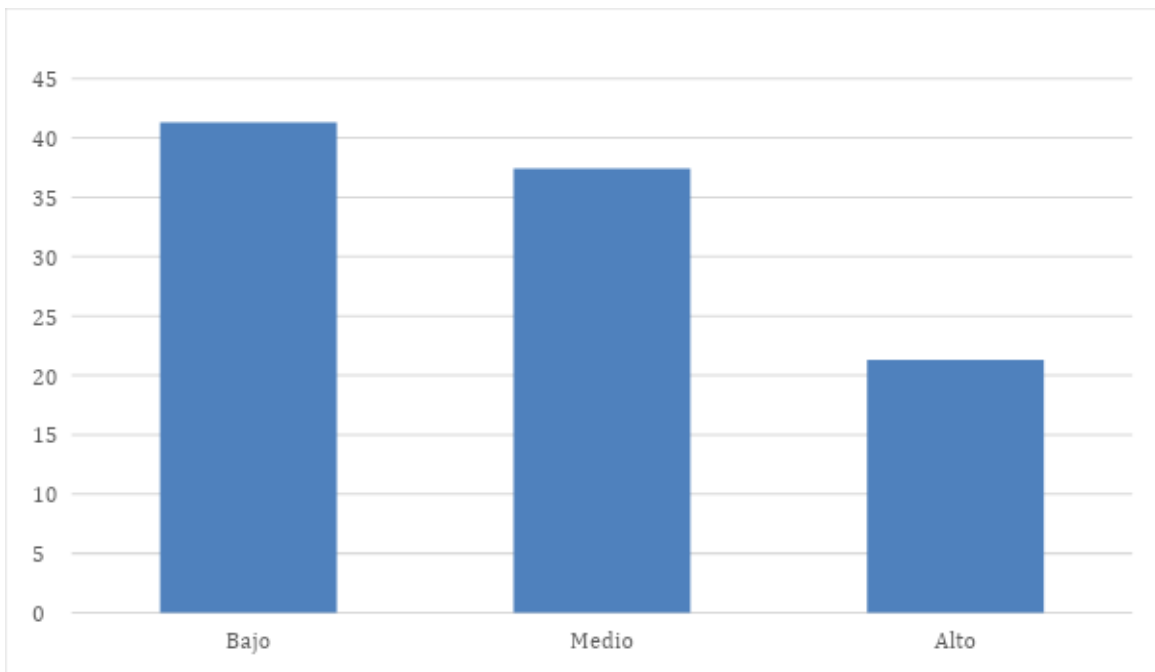
| Nivel de inquietud respecto a los videojuegos | | | | | |
|---|-------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| | | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
| Válido | Bajo | 64 | 41,3 | 41,3 | 41,3 |
| | Medio | 58 | 37,4 | 37,4 | 78,7 |
| | Alto | 33 | 21,3 | 21,3 | 100,0 |
| | Total | 155 | 100,0 | 100,0 | |

Nota: Datos obtenido en SPSS de encuesta aplicada a los estudiantes de 18 a 29 años de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal de Milagro

Análisis: Como se puede observar en la tabla se muestra que un 41,3 % de la población presenta una baja interferencia por parte de los videojuegos; un 37,4 % un nivel medio y un 21,3 % un nivel alto.

Figura 7.

Datos Estadísticos en porcentajes de la dimensión Nivel de inquietud respecto a los videojuegos



Nota: Datos obtenido en SPSS de encuesta aplicada a los estudiantes de 18 a 29 años de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal de Milagro

Tabla 8

Datos Estadísticos de la dimensión Interferencia de los videojuegos con las actividades académicas

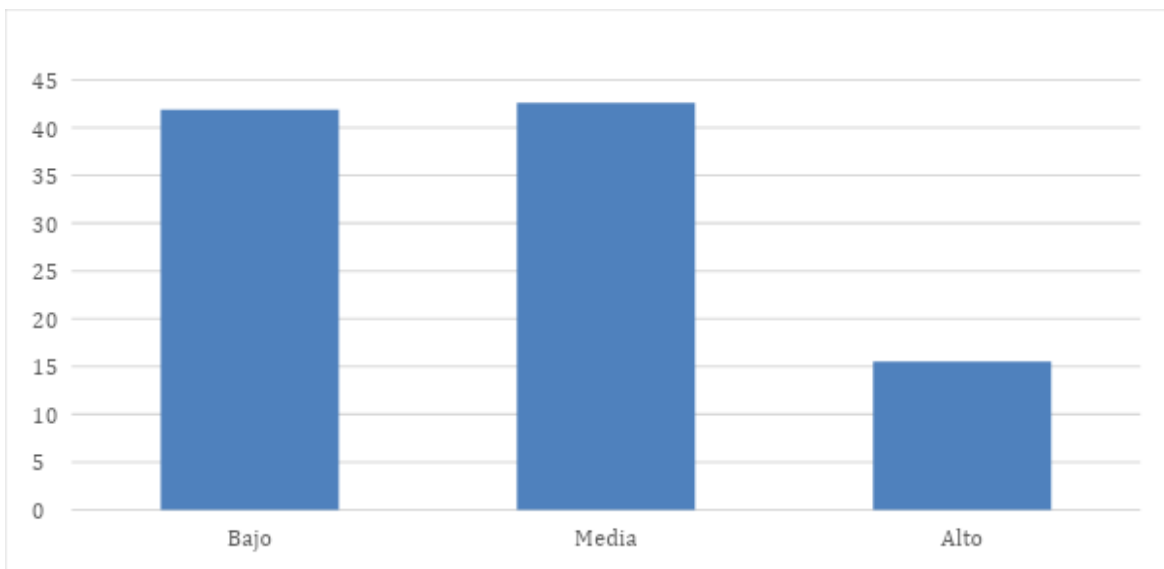
| Interferencia de los videojuegos con las actividades académicas | | | | | |
|---|-------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| | | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
| Válido | Bajo | 65 | 41,9 | 41,9 | 41,9 |
| | Media | 66 | 42,6 | 42,6 | 84,5 |
| | Alto | 24 | 15,5 | 15,5 | 100,0 |
| Total | | 155 | 100,0 | 100,0 | |

Nota: Datos obtenido en SPSS de encuesta aplicada a los estudiantes de 18 a 29 años de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal de Milagro

Análisis: Como se puede observar en la tabla donde se muestra si hay interferencia videojuegos con las actividades académicas se determina que el 42,6 % de la muestra de población le interfieren en un nivel medio en sus actividades; un 41,9 % en un nivel bajo; y 15,5 % de manera alta.

Figura 8.

Datos Estadísticos en porcentajes de la dimensión Interferencia de los videojuegos con las actividades académicas



Nota: Datos obtenido en SPSS de encuesta aplicada a los estudiantes de 18 a 29 años de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal de Milagro

Interpretación: es evidente que existe interferencia entre los juegos y las actividades académicas, pero los niveles solo apuntan a medios, lo que indica que los estudiantes si postergan ciertas actividades por darle prioridad a los videojuegos.

Objetivo 2: Analizar la prevalencia de ansiedad en los adolescentes de 18 a 29 años de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal de Milagro.

Tabla 9

Datos Estadísticos descriptivos del Inventario de ansiedad de Beck

| Estadísticos descriptivos | | |
|--|-----|----------|
| | N | Varianza |
| Torpe o entumecido | 155 | ,534 |
| Acalorado | 155 | ,692 |
| Con temblor en las piernas | 155 | ,550 |
| Incapaz de relajarse | 155 | ,908 |
| Con temor a que ocurra lo peor | 155 | 1,071 |
| Mareado, o que se le va la cabeza | 155 | ,651 |
| Con latidos del corazón fuertes y acelerados | 155 | ,741 |
| Inestable | 155 | ,897 |
| Atemorizado o asustado | 155 | ,806 |
| Nervioso | 155 | ,898 |
| Con sensación de bloqueo | 155 | ,905 |
| Con temblores en las manos | 155 | ,761 |
| Inquieto, inseguro | 155 | ,903 |
| Con miedo a perder el control | 155 | ,903 |
| Con sensación de ahogo | 155 | ,815 |
| Con temor a morir | 155 | ,872 |
| Con miedo | 155 | ,862 |
| Con problemas digestivos | 155 | ,784 |
| Con desvanecimientos | 155 | ,613 |
| Con rubor facial | 155 | ,628 |
| Con sudores, fríos o calientes | 155 | ,768 |
| N válido (por lista) | 155 | |

Nota: Datos obtenido en SPSS de encuesta aplicada a los estudiantes de 18 a 29 años de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal de Milagro

Análisis: estadístico descriptivo para la variable ansiedad, formado de ítems de preguntas destinados a medir niveles de ansiedad en los estudiantes de 18 a 29 años de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal de Milagro

Figura 9.

Datos Estadísticos de los tipos de ansiedad

| Niveles de los tipos de ansiedad | | | | | |
|---|----------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| | | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
| Mental | Baja | 110 | 71,0 | 71,0 | 71,0 |
| | Moderada | 41 | 26,5 | 26,5 | 97,4 |
| | Severa | 4 | 2,6 | 2,6 | 100,0 |
| Total | | 155 | 100,0 | 100,0 | |

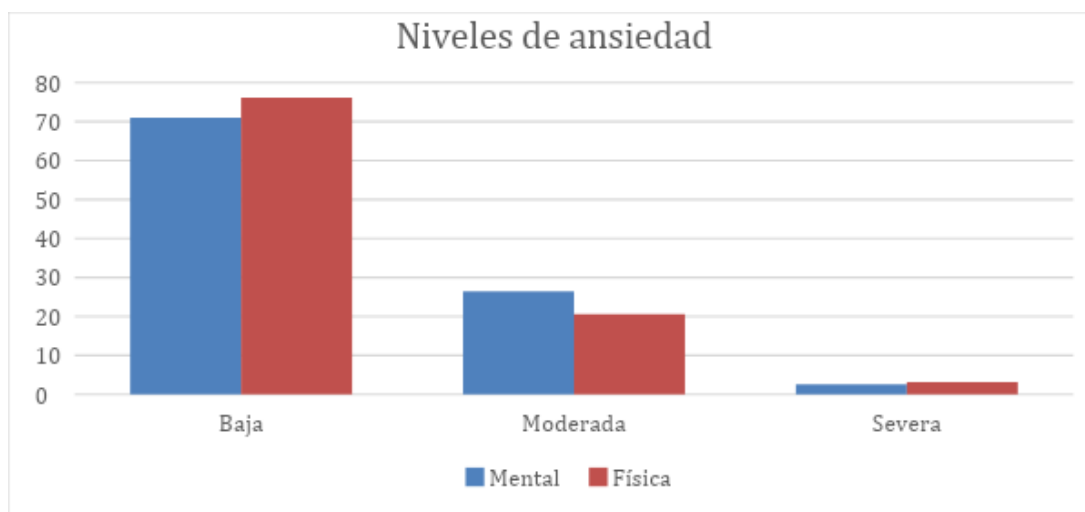
| | | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|--------|--------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Física | Bajo | 118 | 76,1 | 76,1 | 76,1 |
| | Medio | 32 | 20,6 | 20,6 | 96,8 |
| | Severo | 5 | 3,2 | 3,2 | 100,0 |
| Total | | 155 | 100,0 | 100,0 | |

Nota: Datos obtenidos en SPSS de encuesta aplicada a los estudiantes de 18 a 29 años de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal de Milagro

Análisis: Como se puede observar en la tabla existe un menor nivel de ansiedad mental que física.

Figura 10.

Datos estadísticos en porcentajes de la dimensión tipos de ansiedad



Nota: Datos obtenido en SPSS de encuesta aplicada a los estudiantes de 18 a 29 años de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal de Milagro

Interpretación: los niveles de ansiedad en relación los tipos se obtiene que los estudiantes de la carrera de Psicología, presentan niveles bajos en el porcentaje mayoritario, seguido de moderados y severos en mínimas cantidades.

Tabla 10

Datos Estadísticos de la variable ansiedad

Nivel de ansiedad

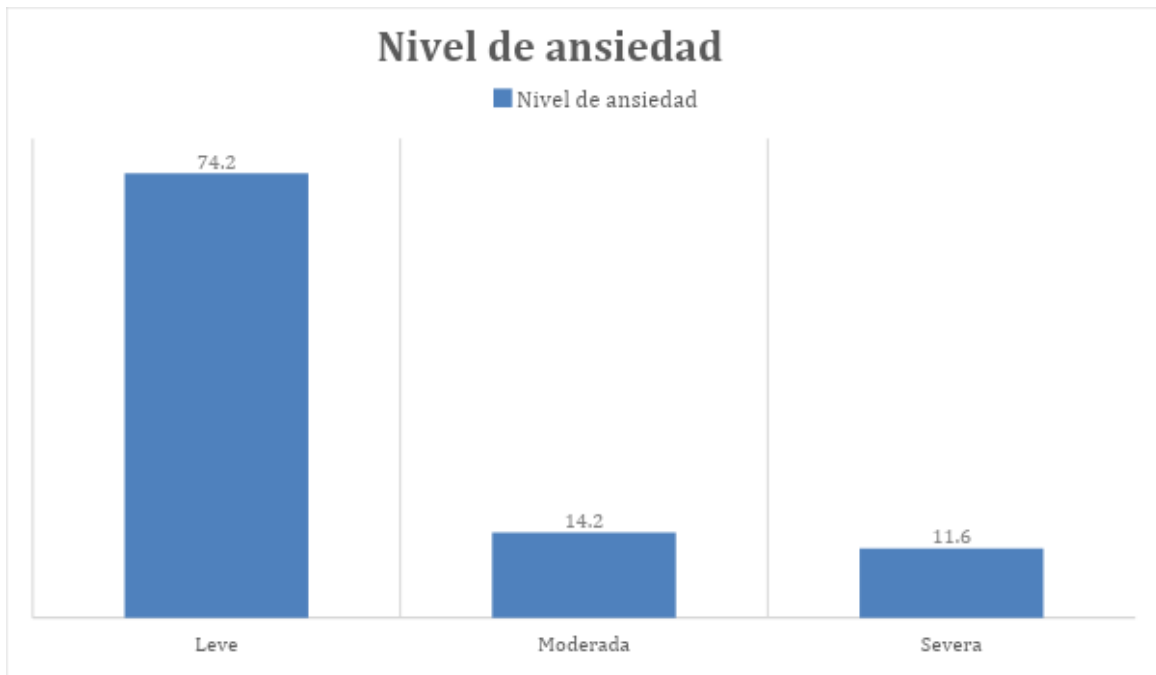
| | | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|--------|----------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Válido | Leve | 115 | 74,2 | 74,2 | 74,2 |
| | Moderada | 22 | 14,2 | 14,2 | 88,4 |
| | Severa | 18 | 11,6 | 11,6 | 100,0 |
| Total | | 155 | 100,0 | 100,0 | |

Nota: Datos obtenido en SPSS de encuesta aplicada a los estudiantes de 18 a 29 años de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal de Milagro

Análisis: En la tabla se refleja los niveles de ansiedad donde, se observa que un 74,2% posee un nivel leve de ansiedad, un 14,2 % posee un nivel moderado de ansiedad; un 11,6 % posee un nivel severo de ansiedad.

Figura 11.

Datos Estadísticos en porcentajes de la variable ansiedad



Nota: Datos obtenido en SPSS de encuesta aplicada a los estudiantes de 18 a 29 años de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal de Milagro

Interpretación: Los niveles de ansiedad que se detectaron en la población estudiada, que son los estudiantes de 18 a 29 años de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal de Milagro, refieren niveles leves.

Tabla 11

Datos descriptivos de la Correlación de Pearson entre factores de las variables

| | | Correlaciones | | | | | |
|---|------------------------|-----------------|-----------------|---------------------------------------|--|---|---|
| | | Ansiedad Mental | Ansiedad Física | Grado de atracción de los videojuegos | Interferencia de los videojuegos con otras actividades | Nivel de inquietud respecto a los videojuegos | Interferencia de los videojuegos con las actividades académicas |
| Ansiedad Mental | Correlación de Pearson | 1 | .846** | 0.073 | 0.152 | 0.050 | 0.153 |
| | Sig. (bilateral) | | 0.000 | 0.365 | 0.060 | 0.537 | 0.057 |
| | N | 155 | 155 | 155 | 155 | 155 | 155 |
| Ansiedad Física | Correlación de Pearson | .846** | 1 | -0.001 | 0.101 | 0.019 | .163* |
| | Sig. (bilateral) | 0.000 | | 0.990 | 0.211 | 0.816 | 0.043 |
| | N | 155 | 155 | 155 | 155 | 155 | 155 |
| Grado de atracción de los videojuegos | Correlación de Pearson | 0.073 | -0.001 | 1 | .799** | .759** | .573** |
| | Sig. (bilateral) | 0.365 | 0.990 | | 0.000 | 0.000 | 0.000 |
| | N | 155 | 155 | 155 | 155 | 155 | 155 |
| Interferencia de los videojuegos con otras actividades | Correlación de Pearson | 0.152 | 0.101 | .799** | 1 | .759** | .743** |
| | Sig. (bilateral) | 0.060 | 0.211 | 0.000 | | 0.000 | 0.000 |
| | N | 155 | 155 | 155 | 155 | 155 | 155 |
| Nivel de inquietud respecto a los videojuegos | Correlación de Pearson | 0.050 | 0.019 | .759** | .759** | 1 | .655** |
| | Sig. (bilateral) | 0.537 | 0.816 | 0.000 | 0.000 | | 0.000 |
| | N | 155 | 155 | 155 | 155 | 155 | 155 |
| Interferencia de los videojuegos con las actividades académicas | Correlación de Pearson | 0.153 | .163* | .573** | .743** | .655** | 1 |
| | Sig. (bilateral) | 0.057 | 0.043 | 0.000 | 0.000 | 0.000 | |
| | N | 155 | 155 | 155 | 155 | 155 | 155 |

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

* . La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Análisis: Como se puede observar en la tabla existe una correlación entre los factores Ansiedad mental e Interferencia de los videojuegos con las actividades académicas siendo una relación bilateral significativa al 0.05 y con un valor r de Pearson de 0.157 considerada como leve; así mismo se encuentra una relación significativa entre la variable Ansiedad Física y la Interferencia de los videojuegos con las actividades académicas con un valor r de Pearson 0.163 y una relación bilateral significativa al 0,04. Lo que refiere que el consumo elevado de los videojuegos, no incide con la ansiedad.

CONCLUSIONES

- En los resultados del cuestionario Hábitos de consumo de videojuegos que analiza el nivel de consumo de los videojuegos, se determina que tienen un grado de atracción moderada hacia el consumo de los videojuegos, siendo que estos interfieren en actividades académicas y no académicas, lo que concluye que, puede resultar perjudicial, porque todo tipo de actividades en exceso se considera inadecuada.
- Con el Inventario de Ansiedad de Beck, con el cual se determinó los niveles de ansiedad física y mental determino que en la población estudiada los niveles de ansiedad se encontraron leves, por lo tanto, se concluye que no presentan niveles de ansiedad que estén afectando su salud emocional, es decir la ansiedad no es un rasgo presente en este grupo poblacional.
- Con la aplicación de la Correlación de Pearson se determinó que existe una relación leve entre niveles de ansiedad y el uso de los videojuegos, debido a que existe un consumo moderado de los videojuegos y unos niveles de ansiedad leve lo que hace referencia que no hay una relación entre las variables que influya significativamente entre sí.

RECOMENDACIONES

En base a las conclusiones extraídas de este proyecto de investigación se recomienda lo siguiente:

- Se recomienda aplicar estrategias que permitan que los jóvenes realicen actividades deportivas o didácticas para bajar el uso de los videojuegos
- Se considera que en futuras investigaciones se debe determinar que otros tipos de trastornos emocionales son frecuentes o se pueden desencadenar cuando han desarrollado adicciones a los videojuegos.
- Implementar una propuesta enfocada en estrategias y técnicas para canalizar emociones y adicciones.

Bibliografía

- Aguinaga, Í. H.-F. (2021). Factor protector de las estrategias de afrontamiento y la cohesión de grupo sobre el bienestar psicológico ante situaciones de ansiedad competitiva en futbolistas. *Cuadernos de Psicología del deporte*, 21(1), 86 - 101.
- Argilés Sans, M. &. (2019). Videojuegos de acción como herramienta para mejorar las habilidades visuales. *Gaceta de optometría y óptica oftálmica*, 52 - 55.
- Arias-Gómez, J., Villasís-Keever, M. Á., & Miranda Novales, M. G. (2016). ez, Jesús; Villasís-Keever, Miguel Ángel; Miranda Novales, María Guadalupe. *Revista Alergia México*, 201-206. <https://www.redalyc.org/pdf/4867/486755023011.pdf>
- Betancourt-Peña, J. A.-L.-R.-V. (2021). Comparación de variables clínicas, capacidad funcional, ansiedad/depresión y calidad de vida en pacientes con EPOC de acuerdo a la clasificación GOLD 2018. *Fisioterapia*, 43(1), 19 - 29.
- Calderón, M. C. (2022). Los Efectos Negativos del Poder y la Teoría de Juegos. *Revista Multiverso*, 2(2), 35 - 42.
- Carrillo, J. A. (2015). *La dimensión social de los videojuegos "online": de las comunidades de jugadores a los E-sports*. Catalunya: Universitat Oberta de Catalunya.
- Chugden Cabrera, G. &. (2021). *Dependencia a videojuegos y habilidades sociales en estudiantes de una Institución Cajamarca*.
- Cisneros, G. E. (2019). Prevalencia de los trastornos de ansiedad en las personas mayores de 65 años: una revisión sistemática. *Revista Española de Geriatria y Gerontología*, 34 - 48.
- Claire McCarthy, M. F. (2020). *Cuando los videojuegos causan problemas de salud: lo que los padres pueden hacer para prevenirlos*. American Academy of Pediatrics .
- Dávalos, N. (2021). *El consumo mundial de videojuegos aumentó un 65% por la pandemia*. México: Primicias.
- Díaz Kuaik, I. (2019). Ansiedad: Revisión y Delimitación Conceptual. *Summa Psicológica UST*, 42 - 50.
- Enriquez Ludeña, R. L. (2022). Disfuncionalidad familiar en la ansiedad y rendimiento escolar, en una institución educativa, en época de Covid-19 Lima, 2021.
- Escobar, D. S. (2019). El control de la ansiedad somática en atletas escolares de taekwondo (Revisión). *Revista científica Olimpia*, 210 - 222.
- García, P. (2018). Historia de los videojuegos feminizados. *Enlace*, 11, 00.

- Gómez Gonzalvo, F. D. (2020). El tiempo de uso de los videojuegos en el rendimiento académico de los adolescentes. *Comunicar: revista científica iberoamericana de comunicación y educación*.
- Gomez, S. (2012). *Metodología de la investigación*. México: Ma. Eugenia Buendía López.
- González, C. M., C. E., Zambrano, L. M., & López, J. R. (2018). Ansiedad y calidad de vida en mujeres con cáncer de mama: una revisión teórica. *Psicología y Salud*, 155-165.
- González, M. T., Espada, J. P., & Tejeiro, R. (2017). El uso problemático de videojuegos está relacionado con problemas emocionales en adolescentes. *Adicciones*, 180 - 185.
- Hernández-Horta, I. A.-R.-G. (2018). Aprendizaje mediante juegos basados en principios de gamificación en instituciones de educación superior. *Formación universitaria*, 31 - 40.
- Huarcaya-Victoria, J. (2020). Consideraciones sobre la salud mental en la pandemia de COVID-19. *Revista peruana de medicina experimental y salud pública*, 37, 327 - 334.
- INEI. (2018). *Informe Técnico N° 2-junio 2018: Estado de la niñez y adolescencia*. Perú.
- Lara Caba, E. Z., Zapata Boluda, R. M., Bretones Callejas, C., & Alarcón, R. (2019). Depresión y ansiedad en mujeres víctimas de violencia en la relación de pareja. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 1-8.
- López, P. (2004). POBLACIÓN MUESTRA Y MUESTREO. *Punto Cero*.
http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1815-02762004000100012
- López-Gómez, S. R. (2022). Contribuciones y efectos de los videojuegos en la atención a la diversidad. *Revista Colombiana de Educacion*, 1 - 25.
- Macías-Villacreses, T. L.-A.-P.-R. (2022). Emergencia Sanitaria y su Incidencia Socioeconómica en los Agricultores de la Parroquia la Unión, Cantón Jipijapa. *Dominio de las Ciencias*, 8(1).
- Monterrosa-Castro, Á. D.-R.-M.-S.-L.-M. (2020). Estrés laboral, ansiedad y miedo al COVID-19 en médicos generales colombianos. *MedUNAB*, 23(2), 195 - 213.
- Navas Orozco, W., & Vargas Baldares, M. J. (2012). Trastornos de ansiedad: revisión dirigida para atención primaria. *Revista medica de costa rica y centroamerica lxi* , 1-11. <https://www.binasss.sa.cr/revistas/rmcc/604/art11.pdf>
- Oberti, A. &. (2021). Metodología de la Investigación.
- OMS. (2021). *La adicción a los videojuegos declarada enfermedad mental por la OMS*. Guayaquil: Expreso Ec.

- Otzen, T., & Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *Int. J. Morphol.*
https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-95022017000100037
- Ozamiz-Etxebarria, N. D.-S.-G.-M. (2020). Niveles de estrés, ansiedad y depresión en la primera fase del brote del COVID-19 en una muestra recogida en el norte de España. *Cadernos de Saúde Pública*(36).
- Pedrero-Pérez, E. J.-S.-M.-L.-A.-A.-G. (2018). Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC): uso problemático de internet, videojuegos, teléfonos móviles, mensajería instantánea y redes sociales mediante el MULTICAGE-TIC. *Adicciones*, 19 -32.
- Perilla Portilla, F. E. (2021). Enfermería, una mirada en los tiempos de COVID-19. *16 de Abril*, 1454.
- Perilla Portilla, F. E., Castro Galván, D. A., Hernández Blandón, K. M., Rincón Silva, M. F., Jaimes Chaustre, J. A., & Alba León, M. A. (2020). Depresión, ansiedad y estrés: una situación en estudiantes de Enfermería en una Universidad Pública. http://www.rev16deabril.sld.cu/index.php/16_4/article/view/1002.
- Pino-Juste, M. R.-P.-C. (2019). Análisis entre índice de agresividad y actividad física en edad escolar. *Journal of Sport & Health Research*.
- Ruiz-García, A. A.-M.-Á.-C.-F.-A. (2018). Población y metodología del estudio SIMETAP: Prevalencia de factores de riesgo cardiovascular, enfermedades cardiovasculares y enfermedades metabólicas relacionadas. *Clínica e Investigación en Arteriosclerosis*, 30(5), 197 - 208.
- Sánchez-Domínguez, J. P.-T.-A. (2021). Descripción del uso y dependencia a videojuegos en adolescentes escolarizados de Ciudad del Carmen. *Health & Addictions/Salud y Drogas*, 21(1).
- Segado-Boj, F. &.-C. (2020). Las redes sociales y sus intersecciones con la libertad de expresión, la libertad de información y la privacidad. Un análisis.
- Sigüenza Campoverde, W. G. (2021). Aumento de los niveles de ansiedad en estudiantes universitarios durante la época de pandemia de la COVID-19. *Revista Cubana de Medicina Militar*.
- Sousa, V., Driessnack, M., & Costa, I. (2007). Revisión de diseños de investigación resaltantes para enfermería. Parte 1: diseños de investigación cuantitativa. *Latino-am Enfermagem*.
<https://www.scielo.br/j/rlae/a/7zMf8XypC67vGPrXVrVFGdx/?format=pdf&lang=es#:~:text=Dise%C3%B1os%20de%20investigaci%C3%B3n%20cuantitativos%2C%20generalmente,o%20influyen%20en%20los%20resultados>.

Torres Fernández, D. B. (2021). Inmersión y activación de estados emocionales con videojuegos de realidad virtual. *Revista de Psicología (PUCP)*, 351 - 551.

Universidad de la República de Uruguay. (2020). Etapa de la investigación bibliográfica. <https://www.fenf.edu.uy/wp-content/uploads/2020/12/14dediciembrede2020Etapasdela-investigacionbibliografica-1.pdf>

Venegas Ramos, A. (2021). Historia y videojuegos: la Segunda Guerra Mundial en la cultura y la sociedad digital contemporánea. *Proyecto de investigación*.

ANEXOS

| Cuestionario sobre hábitos de consumo de los videojuegos | |
|---|--|
| 1 | Me gusta jugar los videojuegos. |
| 2 | Juego habitualmente a los videojuegos |
| 3 | He jugado a muchos videojuegos. |
| 4 | Conozco muchos videojuegos |
| 5 | Me considero bueno jugando videojuegos |
| 6 | Los videojuegos me parecen divertidos |
| 7 | Cuando juego video juegos se me pasa el tiempo volando |
| 8 | Dedico más tiempo a los videojuegos que a mis amigos |
| 9 | Dedico más tiempo a los videojuegos que al deporte |
| 10 | Me acuesto tarde y me levanto temprano para seguir jugando |
| 11 | Dedico más tiempo a los videojuegos que a estar con mi familia |
| 12 | Busco información sobre videojuegos en revistas, tv o internet |
| 13 | Me gusta competir en los videojuegos y ser el mejor. |
| 14 | Ahorro mi dinero para gastarlo en videojuegos. |
| 15 | Hablo con mis amigos sobre videojuegos |
| 16 | Siempre que veo una tienda de videojuegos entro. |
| 17 | Antes de hacer los deberes juego a los videojuegos |
| 18 | Dedico más tiempo a los videojuegos que a hacer las tareas del cole. |
| 19 | Olvido cosas importantes mientras juego (hacer los deberes....) |
| 20 | Juego video juegos desde hace: |
| 21 | Dedico a los videojuegos: |
| 22 | Numero de videojuegos que conozco: |
| 23 | Numero de videojuegos que he jugado: |
| 24 | Frecuencia a la que juego: |

BAI

| | |
|----|--|
| 1 | Torpe o entumecido |
| 2 | Acalorado |
| 3 | Con temblor en las piernas |
| 4 | Incapaz de relajarse |
| 5 | Con temor a que me ocurra algo |
| 6 | Mareado, o que se le va la cabeza |
| 7 | Con latidos del corazón fuertes y acelerados |
| 8 | Inestable |
| 9 | Atemorizado o asustado |
| 10 | Nervioso |
| 11 | Con sensación de bloqueo |
| 12 | Con temblores en las manos |
| 13 | Inquieto, inseguro |
| 14 | Con miedo a perder el control |
| 15 | con sensación de a hogo |
| 16 | Con temor a morir |
| 17 | Con miedo |
| 18 | Con problemas digestivos |
| 19 | Con desvanecimiento |
| 20 | Con rubor facial |
| 21 | Con sudores, fríos o calientes |