

UNIVERSIDAD NACIONAL JORGE BASADRE GROHMANN

Facultad de Ciencias de la Salud

Escuela Profesional de Enfermería

**DEPENDENCIA A VIDEOJUEGOS Y EL ESTRÉS ACADÉMICO EN
ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL, TACNA – 2025**

TESIS

Presentada por:

Bach. Tirza Maria Isabel Meléndez Sucapuca

Para optar el Título Profesional de:

LICENCIADO EN ENFERMERÍA

TACNA – PERÚ

2026

UNIVERSIDAD NACIONAL JORGE BASADRE GROHMANN

Facultad de Ciencias de la Salud

Escuela Profesional de Enfermería

**DEPENDENCIA A VIDEOJUEGOS Y EL ESTRÉS ACADÉMICO EN
ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL,
TACNA – 2025**

TESIS

Presentada por:

Bach. TIRZA MARIA ISABEL MELÉNDEZ SUCAPUCA

Para optar el Título Profesional de:

LICENCIADO EN ENFERMERÍA

Aprobada por Ananimidad, ante el siguiente jurado


Dra. Silvia Cristina Quispe Prieto
Presidente


Dra. Matilde Aurelia Zúñiga Rodríguez
Miembro


Dra. Yolanda Paulina Torres Chavez
Miembro


Dra. Yolanda Paulina Torres Chavez
Asesora

CERTIFICADO DE SIMILITUD

Yo, Dra. **YOLANDA PAULINA TORRES CHAVEZ**, en mi condición de asesora acreditada por la Resolución de Facultad N.º 13870-2025-FACS-UNJBG de la tesis de investigación titulada: **DEPENDENCIA A VIDEOJUEGOS Y EL ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL, TACNA - 2025**, presentada por la Bachiller Tirza Maria Isabel Meléndez Sucapuca, para optar el título profesional de **Licenciado en Enfermería**.

Habiendo cumplido con lo establecido en el reglamento de originalidad y de similitud de trabajos de investigación y producción intelectual, considerando que según la revisión, evaluación y análisis realizado a través del software de similitud textual TURNITIN, cuenta con un nivel de similitud permitido cuyo resultado es de **9%**.

Por lo que **CERTIFICO LA SIMILITUD** de escala de similitud de tesis, que está de acuerdo a la **SIMILITUD BAJA: PERMITIDA**, para continuar con los trámites correspondientes y para su publicación en el repositorio institucional.

Se emite el presente certificado con fines de continuar con los trámites respectivos para su obtención de título profesional.



Dra. Yolanda Paulina Torres Chavez
Asesora





Bach. Tirza Maria Isabel Meléndez Sucapuca
Tesisista



DEDICATORIA

Al Todopoderoso, que ha sido mi fuente de sustento, mi ayuda, y que indudablemente me ha guiado por los diversos caminos de la existencia.

A mis estimados padres, por su amor inquebrantable, su paciencia y sacrificio sin límites, y por su apoyo constante para facilitar mi logro de metas y superar los desafíos de estos muchos años.

A mi estimada asesora, la Dra. Yolanda Paulina Torres Chavez, cuya paciencia, comprensión y aliento fueron fundamentales para guiarme a la conclusión de este esfuerzo de investigación.

Bach. Tirza Maria Isabel Meléndez Sucapuca

AGRADECIMIENTO

A mi Alma Mater, la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann a mis docentes de la Escuela Profesional de Enfermería, quienes cimentaron lo que constituye mi formación profesional.

A mi familia por siempre brindarme la fuerza y el apoyo incondicional me ha sido determinante y que me ha conducido hasta donde estoy y poder desarrollar mis metas.

A mis amigos y compañeros por su apoyo incondicional y la motivación que me ofrecieron para seguir adelante y proseguir realizando y culminando de esta forma mi tesis.

Al personal administrativo, a quienes considero muy importantes por haber agilizado los trámites para mi defensa y por ser un gran apoyo motivacional en este proceso largo y tedioso.

Finalmente agradecer a la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal donde realice la presente investigación.

Bach. Tirza Maria Isabel Meléndez Sucapuca

ÍNDICE

	Pág.
RESUMEN.....	xi
ABSTRACT.....	xii
INTRODUCCIÓN.....	xvi
 CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	
1.1. Descripción del problema.....	1
1.2. Formulación del problema.....	5
1.3. Objetivos	5
1.3.1. Objetivo general.....	5
1.3.2. Objetivos específicos.....	5
1.4. Justificación.	6
1.5. Hipótesis.....	10
1.5.1. Hipótesis alterna (H1)	10
1.5.2. Hipótesis nula (Ho)	10
1.6. Variables de estudio.....	10
1.6.1. Variable 01.....	10
1.6.2. Variable 02.....	10
1.7. Operacionalización de variables.....	11
 CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	
2.1. Antecedentes del estudio.....	14
2.2. Base teórica	18
2.2.1. Teoría de enfermería.....	18
2.2.2. Mapa conceptual	21

2.2.3. Variables de estudio.....	22
2.3. Definición conceptual de términos.....	30

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. Enfoque de la investigación.....	32
3.2. Tipo de investigación.....	32
3.3. Método.....	33
3.4. Población.....	33
3.4.1. Criterios de inclusión	34
3.4.2. Criterios de exclusión.....	34
3.5. Muestra.....	34
3.5.1. Tamaño de la muestra.....	34
3.5.2. Muestreo	34
3.6. Unidad de análisis.....	35
3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	35
3.8. Validez y confiabilidad.....	36
3.9. Procedimientos de recolección de datos.....	38
3.10. Técnicas de procesamiento y análisis de datos.....	39
3.11. Consideraciones éticas.....	39
3.11.1. Principio de autonomía.....	39
3.11.2. Consentimiento informado.....	39
3.11.3. Confidencialidad de los datos.....	41
3.11.4. Principio de beneficencia.....	40
3.11.5. Evaluación de los beneficios del estudio y sus destinatarios.....	41

3.11.6. Protección de grupos vulnerables.....	41
3.11.7. Principio de justicia.....	41
3.11.8. La selección de seres humanos sin discriminación.....	42
3.11.9. Los beneficios potenciales serán para los individuos y los conocimientos para la sociedad.....	42

CAPÍTULO IV: RESULTADOS Y DISCUSIÓN DE DATOS

4.1. Presentación de resultados en tablas y descripción.....	43
4.2. Prueba de hipótesis.....	48
4.3. Discusión de resultados.....	51

CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones.....	59
5.2. Recomendaciones.....	60

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANEXOS

ÍNDICE DE TABLAS

		Pág.
TABLA N°01	Nivel de dependencia a los videojuegos en los estudiantes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, Tacna- 2025.	43
TABLA N°02	Nivel de estrés académico en los estudiantes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, Tacna- 2025.	45
TABLA N°03	Relación dependencia a los videojuegos y el estrés académico en los estudiantes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, Tacna- 2025.	47

ÍNDICE DE GRÁFICOS

		Pág.
GRÁFICO N°01	Nivel de dependencia a los videojuegos en los estudiantes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, Tacna- 2025.	44
GRÁFICO N°02	Nivel de estrés académico en los estudiantes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, Tacna- 2025.	46
GRÁFICO N°03	Relación dependencia a los videojuegos y el estrés académico en los estudiantes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, Tacna- 2025.	48

RESUMEN

El presente estudio tiene como **Objetivo**, determinar la relación entre la dependencia a los videojuegos y el estrés académico en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal Tacna-2025. **Metodología**, de investigación empleada fue de naturaleza cuantitativa, caracterizada por un diseño descriptivo, correlacional y transversal. La muestra estuvo conformada por 234 estudiantes, a quienes se les aplicó un cuestionario estructurado como instrumento para la recolección de datos. La técnica utilizada fue una encuesta, apegándose a los principios éticos de confidencialidad, anonimato y consentimiento informado. **Resultados**, revelaron que 65,8% de los estudiantes exhibieron baja dependencia a videojuegos, 29,1% demostró dependencia promedio, y 5,1% indicó alta dependencia, con lo que ilustra un compromiso moderado con los videojuegos entre adolescentes. En cuanto a los niveles de estrés académico, se observó que 60,7% de los estudiantes experimentaron “estrés severo”, 36,8% presentó estrés moderado, y 2,6% enfrentó estrés leve. Además, al establecer la relación entre la adicción a videojuegos y los niveles de estrés académico, se calculó un valor Chi-Square ($X^2 = 20,949$; $gl = 4$; $p = 0,236 > 0,05$), lo que significa que no existe una relación estadísticamente significativa entre las dos variables. **Conclusión**, a pesar de la presencia de niveles elevados de estrés académico y compromiso moderado con los videojuegos, no se identificó asociación significativa entre estas variables, lo que dio como resultado la aceptación de la hipótesis nula.

Palabras clave: Dependencia a los videojuegos, estrés académico, adolescentes.

ABSTRACT

The present study has as its **Objective** to determine the relationship between video game dependence and academic stress in secondary-level students from the Fortunato Zora Carvajal Educational Institution, Tacna–2025. **Methodology** of the research was quantitative, with a descriptive, correlational, and cross-sectional design. The sample consisted of 234 students, and a structured questionnaire was applied as the data collection instrument. The technique used was the survey, respecting the ethical principles of confidentiality, anonymity, and informed consent. **Results** showed that 65,8% of the students presented low video game dependence, 29,1% moderate dependence, and 5,1% high dependence, indicating a moderate use of video games among adolescents. Regarding the level of academic stress, it was observed that 60,7% of the students presented severe stress, 36,8% moderate stress, and 2,6% mild stress. Furthermore, when examining the relationship between video game dependence and academic stress level, a Chi-square value was obtained ($X^2 = 20,949$; $df = 4$; $p = 0,236 > 0,05$), indicating that there is no statistically significant relationship between the two variables. **Conclusion** indicates that although high levels of academic stress and moderate use of video games were found, no significant association was observed between these variables; therefore, the null hypothesis is accepted.

Keywords: Video game dependence, academic stress, adolescents.

INTRODUCCIÓN

La investigación tiene como objetivo principal determinar la relación entre la dependencia a los videojuegos y el estrés académico en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, Tacna – 2025.

La motivación para abordar esta investigación se origina a raíz del creciente uso de los videojuegos por parte de la población estudiantil sobre todo en la etapa de la adolescencia, una práctica que ha acaparado la atención en estos años, ya que se lee como un medio de entretenimiento lúdico, de evasión afectiva. Pero su uso excesivo puede provocar comportamientos de tipo adictivo que repercuten en rendimiento académico, en la salud mental y en las relaciones sociales. Paralelamente, el estrés académico se ha convertido en un problema común en estudiantes de nivel secundario al manifestarse a través de ansiedad, agotamiento y bajo desempeño escolar. Por ello, resulta pertinente analizar si existe relación entre ambas variables, ya que los videojuegos pueden desempeñar tanto la función de distracción como la de alivio frente a las demandas escolares.

La elección de la “Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal”, se realizó por ser una institución representativa de la ciudad de Tacna, la cual cuenta con una población estudiantil diversa en edades, sexo y grado académico. En el mes de setiembre ya que se encuentran en el último ciclo académico, en la cual se observó que muchos estudiantes dedican una parte considerable de su tiempo libre al uso de videojuegos, lo cual genera preocupación si esta práctica influye en los niveles de estrés académico.

En este contexto, el estudio permite obtener información relevante sobre los hábitos tecnológicos y el bienestar emocional de los estudiantes,

constituyendo evidencia útil para futuras investigaciones educativas y de salud mental.

La investigación se delinea en cinco capítulos:

Capítulo I, comprende la articulación del enunciado del problema; una elucidación del problema en relación con la formulación del tema; los objetivos que se han examinado; la justificación que sustentó la investigación; la formulación de hipótesis; las variables de estudio, junto con la operacionalización de dichas variables.

Capítulo II, se aclara el marco teórico, junto con el contexto internacional, nacional y regional de la investigación pertinente a la materia, además de los fundamentos teóricos y las definiciones conceptuales de términos clave.

Capítulo III, se delinea la metodología de investigación; abarcando el enfoque, el tipo y método de investigación, la población, la muestra y unidad de análisis, las técnicas e instrumentos empleados para la recolección de datos, los procedimientos para la recolección de datos, así como consideraciones de validez y confiabilidad.

Capítulo IV, se presentan las tablas y gráficos de los resultados obtenidos mediante la recopilación de datos, permitiendo evaluar el cumplimiento de los objetivos de la investigación. También se incluye la discusión de los resultados y el análisis de la prueba de hipótesis.

Capítulo V, se articulan las conclusiones, se ofrecen recomendaciones, y posteriormente se presentan las referencias bibliográficas y los anexos requeridos.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

El estrés académico se ha convertido en un fenómeno cada vez más habitual en la franja de los escolares de secundaria, sobre todo para aquellos que en particular están próximos a la meta final del ciclo escolar. Este es el contexto en el que los escolares deben cumplir con exigencias más estrictas en el plano académico, pero también deberán enfrentarse a toda una serie de presiones personales, familiares y sociales que afectan notablemente su bienestar emocional.

Al cerrar el año académico permite a los escolares llegar a la presentación de las evaluaciones finales, acoplarse al hecho de tener que terminar las tareas de curso (es decir, cuadernos ejercicios, recuperar distintas asignaturas, etc.), preocupa el hecho de tener que hacer frente a su rendimiento académico y, en este sentido, provoca en los escolares signos de ansiedad, preocupación o, incluso, agotamiento. Es así, pues, que esta etapa es habitualmente considerada como un periodo de crisis en el que los adolescentes deben responder a tantísimas demandas concentradas en un periodo lo más breve posible y, por lo tanto, superar su capacidad de superación.

A su vez en la sociedad moderna se consideran a los videojuegos como uno de los fenómenos de entretenimiento digital con mayor consumo entre los adolescentes. Su accesibilidad a través de los distintos dispositivos electrónicos y la propia naturaleza inmersiva del videojuego hace que esta actividad influya en la vida cotidiana de muchos jóvenes. Ofrecen sin duda

beneficios tanto a nivel social como a nivel personal en el desarrollo de habilidades como la interacción social en el consumo de "videojuegos"; no obstante, su uso excesivo, extremo y descontrolado podría llevar a ciertas personas a manifestar dependencia comportamental.

La dependencia a los videojuegos se caracterizará por el patrón adictivo del comportamiento, donde los estudiantes presentan una necesidad patológica de jugar, priorizando esta actividad sobre otras responsabilidades significativas como los estudios, las relaciones sociales y el cuidado personal. La Organización Mundial de la Salud (OMS) reconoce oficialmente esta condición como un trastorno mental bajo la denominación de "trastorno por uso de videojuegos" en la Clasificación Internacional de Enfermedades, 11.^a versión (CIE-11), y le atribuirá efectos negativos sobre la vida personal, familiar, educativa y social del estudiante (1).

De forma similar, la Organización Panamericana de la Salud (OPS) alerta sobre el uso problemático de las tecnologías digitales y sus efectos en la salud mental de los adolescentes, haciendo énfasis en la necesidad de fomentar hábitos digitales saludables y el monitoreo de conductas compulsivas (2)

La dependencia a videojuegos puede asociarse con efectos negativos para el bienestar físico y psicológico en los estudiantes, tales como: "aislamiento social, la ansiedad, la depresión, alteraciones del sueño y disminución del rendimiento académico". Mientras tanto, el nivel secundario representa una etapa educativa de alta exigencia, caracterizada por la complejidad creciente del currículo, la presión por alcanzar buenos resultados académicos y la incertidumbre sobre el futuro profesional, todo lo cual generará niveles significativos de estrés académico (3).

En este sentido, se llega a entender como la respuesta psicológica, fisiológica y conductual del estudiante ante situaciones que son percibidas como demandas excesivas o difíciles de controlar, la cual se manifiesta en síntomas físicos como cefaleas y cansancio; síntomas emocionales, como la irritabilidad y la ansiedad; y síntomas conductuales, como la postergación y el retraimiento social (4). Cuando este estado se prolongaba y no se contaba con estrategias de afrontamiento adecuadas, disminuían la motivación, el aprendizaje y el bienestar emocional del estudiante.

El interés científico nació en un contexto en el que se planteaba la posible relación existente entre la “dependencia a los videojuegos y el estrés académico”, dado que los videojuegos son usados por algunos estudiantes como un tipo de afrontamiento emocional, llegan a experimentar alivio temporal en sus resultados académicos, aunque en realidad estaban reforzando patrones evasivos y, por lo tanto, difíciles de cambiar para poder llegar a ejecutar estrategias más saludables a largo plazo, además, el tiempo que los estudiantes pasaban frente a la pantalla restaba horas destinadas para el descanso, al estudiar y la interacción por medio del diálogo con la familia o en el círculo de amistades, lo cual se encontraba en consonancia con la idea de estrés académico (4).

Así mismo en el estudio realizado en Ecuador, Chiluisa. E. En su estudio “Vista de Dependencia a los videojuegos y su relación con el estrés académico en adolescentes”. Los resultados indicaron niveles de estrés académico entre “moderado” y “severo”, sin diferencias significativas entre géneros, mientras que la dependencia a videojuegos fue baja, con mayor prevalencia en los varones. Lo cual no se halló una relación estadística significativa entre ambas variables (5).

Por otro lado, durante el desarrollo en las prácticas preprofesionales en la asignatura de Salud del Escolar y Adolescente, el investigador en formación ha podido evidenciar que un número considerable de estudiantes dedica una gran cantidad de tiempo al uso de videojuegos incluso durante la madrugada. Esta situación ha generado como consecuencia la disminución evidente de las horas de descanso y en el tiempo destinado al estudio, asociándose a su vez a manifestaciones frecuentes como cansancio, falta de concentración en clase, irascibilidad e impulsos de ansiedad, dichas manifestaciones tienden a aparecer de forma marcada en el periodo de evaluaciones y actividades académicas, afectando el rendimiento y el bienestar general de los estudiantes.

Asimismo, a partir de los testimonios recogidos de estudiantes del nivel secundario de la “Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal”, se ha constatado que el uso prolongado de videojuegos se presenta con frecuencia como un mecanismo de evasión frente a la presión académica o al estrés. No obstante, esta conducta tiene efectos negativos que repercuten negativamente en el rendimiento académico y en la salud emocional del alumnado.

A pesar del aumento evidente de esta problemática en la población escolar de Tacna, se habían realizado escasas investigaciones de tipo local que se ocupasen de una manera empírica la relación entre la dependencia a los videojuegos y el estrés académico. De ahí surgió la necesidad de llevar a cabo un estudio que permitiera comprender la relación entre ambos en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, Tacna - 2025.

Los resultados encontrados de la investigación aportarían evidencias contextualizadas y relevantes, que servirían para la elaboración de políticas educativas, de programas de salud mental escolar y estrategias preventivas que respondiesen a las realidades y necesidades de los adolescentes de la población evaluada.

1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

¿Existe relación entre la dependencia a los videojuegos y el estrés académico en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, Tacna-2025?

1.3 OBJETIVOS:

1.3.1 Objetivo general

Determinar la relación entre la dependencia a los videojuegos y el estrés académico en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, Tacna-2025.

1.3.2 Objetivos específicos

- Identificar el nivel de dependencia a los videojuegos en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, 2025.
- Determinar el nivel de estrés académico en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, 2025.
- Establecer la relación entre la dependencia a los videojuegos y el estrés académico en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, 2025.

1.4 JUSTIFICACIÓN

JUSTIFICACIÓN TEÓRICA

Bandura A. (6), en la Teoría del Aprendizaje Social, expresó que los estudiantes aprenden conductas a través de la observación de aquellos que lo rodea, entendiendo así el por qué muchos imitan la frecuencia del uso de videojuegos por parte de sus pares. Cuando la confianza que tiene un adolescente en su desempeño académico es baja, éste puede caer en el uso de los videojuegos como una forma de sentirse competente o reconocido. En tal caso, la conducta de usar y jugar a videojuegos se perpetúa. Adicionalmente la conducta, el entorno y los procesos personales se afectan mutuamente, por lo que el excesivo uso del videojuego puede conllevar estrés académico, pero a su vez el estrés puede también llevar al uso de videojuegos, produciendo una espiral difícil de romper.

Lazarus R. y Folkman S. (7), a partir de la Teoría Transaccional del “Estrés y el Afrontamiento”, afirmaron que el estrés depende de la interpretación que hacen los estudiantes de una demanda escolar y de sus recursos para afrontar dicha situación. En este sentido cabe pensar que los videojuegos pueden ser una manera rápida para huir del estrés, pero su uso descontrolado se puede convertir en una estrategia ansiógena que incrementa el estrés de forma crónica. Los autores concluyen que el estrés y la forma de afrontarlo están mediados por variables personales y sociales, por lo que proponen promover estrategias de afrontamiento más adaptativas.

En conjunto, ambas teorías permiten comprender como los videojuegos pueden pasar de ser una forma de liberación de la fatiga asociada a la carga académica a convertirse, cuando se utilizan de manera inadecuada, en un factor que incrementa el estrés en los y las adolescentes.

JUSTIFICACIÓN SOCIAL

La presente investigación será de beneficio directo para la comunidad educativa de la “Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal”, específicamente para los estudiantes del nivel secundario. Actualmente, esta población no cuenta con estudios previos que permitan identificar los niveles de dependencia a los videojuegos ni la presencia del estrés académico. En este sentido, el estudio permitirá visibilizar una problemática que podría estar afectando el bienestar emocional, social y académico de los adolescentes, contribuyendo así al diseño de estrategias de intervención orientadas a mejorar su calidad de vida educativa. Para ello, la recolección de información se realizó durante el mes de septiembre del 2025, periodo en el que los estudiantes suelen presentar una mayor carga académica y evaluaciones, lo que permite analizar con mayor precisión la presencia del estrés académico y su relación con el uso de los videojuegos.

JUSTIFICACIÓN PRÁCTICA

El fundamento para llevar a cabo esta investigación reside en la creciente prevalencia de dependencia a los videojuegos y estrés académico entre los adolescentes; fenómenos que pueden ejercer una influencia considerablemente adversa en el desarrollo holístico de los jóvenes. En consecuencia, se vuelve imperativo conocer el alcance y características de estos temas dentro del contexto específico de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, teniendo en cuenta que diversos factores locales

(incluyendo elementos familiares, académicos y socioeconómicos) pueden afectar significativamente su expresión.

El entendimiento de la conexión entre ambas variables permitirá, con posterioridad, implementar acciones preventivas, de detección temprana y de apoyo psicoeducativo, tanto a nivel institucional como familiar. Los resultados de la investigación serán importantes, por tanto, para directivos, docentes, el departamento psicopedagógico y los padres de familia, así como para poder poner en práctica algunos planes de acción para mejorar la salud mental y el rendimiento académico del estudiante.

Además, cabe mencionar que la ejecución se realizó en el último ciclo académico que empezó en el mes de setiembre, esta investigación fomentará la toma de conciencia en los propios adolescentes, promoviendo conductas responsables y saludables respecto al uso de videojuegos.

JUSTIFICACIÓN METODOLÓGICA

La investigación se realizó sobre un enfoque cuantitativo, empleando un diseño descriptivo-correlacional no experimental, que facilitó la descripción de los niveles de adicción a los videojuegos y estrés académico, así como el análisis de la interrelación entre estas dos variables entre estudiantes de nivel secundario.

Para el propósito de la recolección de datos se utilizaron dos instrumentos estandarizados y validados: el primer instrumento, el cuestionario de dependencia de videojuegos, permitió la evaluación de dimensiones como abstinencia, abuso y tolerancia, problemas asociados, y desafíos en la regulación del uso de videojuegos. El segundo instrumento, la Escala de

Estrés Académico para Estudiantes (SISCO SV-21), evaluó las fuentes primarias de estrés, los síntomas experimentados, y las estrategias de afrontamiento adoptadas por los estudiantes.

Se aplicó un muestreo no probabilístico específicamente por conveniencia y disponibilidad. Asimismo, se empleó un análisis estadístico adecuado para garantizar la validez y la confiabilidad de los resultados dentro de las limitaciones propias de este tipo de muestreo. Esta metodología permitió obtener evidencia empírica que explique cómo interactúan la dependencia a los videojuegos y el estrés académico, aportando conocimiento valioso y aplicable en el contexto educativo.

JUSTIFICACIÓN LEGAL

Esta justificación se basa en:

- Ley N° 27337, Nuevo Código de los Niños y Adolescentes. Diario Oficial El Peruano. 7 de agosto de 2000 (8).
- Ley N° 30947, Ley de Salud Mental. “Diario Oficial El Peruano”. 11 de junio de 2019 (9).
- Ley N° 31627, Modificación de la Ley 30947, Salud Mental, a fin de fortalecer la prevención y promoción de la salud mental ¹ en niños, niñas y estudiantes en el ámbito educativo. Diario Oficial El Peruano. 17 de noviembre de 2022 (10).
- Ley N° 29733, Ley de Protección de Datos Personales. “Diario Oficial El Peruano”. 3 de julio de 2011 (11).
- Ley N° 26842, Ley General de Salud. “Diario Oficial El Peruano”. 20 de julio de 1997 (12).
- “Modelo de cuidado integral de salud por curso vida para la persona familia y comunidad” MCI (13).

1.5 HIPÓTESIS

1.5.1 Hipótesis alterna (H1)

Existe relación entre la dependencia a los videojuegos y el estrés académico en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, Tacna-2025

1.5.2 Hipótesis nula (Ho)

No existe relación entre la dependencia a los videojuegos y el estrés académico en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, Tacna-2025

1.6 VARIABLES DE ESTUDIO

1.6.1 Variable 01

Dependencia a los videojuegos

1.6.2 Variable 02

Estrés académico

1.7 OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	ESCALA VALORATIVA	ESCALA DE MEDICIÓN
INDEPENDIENTE DEPENDENCIA A LOS VIDEOJUEGOS	La adicción a los videojuegos describe un patrón de conducta problemático donde los estudiantes desarrollan una dependencia y obsesión por los juegos electrónicos, lo cual tiene consecuencias negativas en su rutina diaria. Estos jóvenes luchan por limitar el tiempo que pasan jugando y experimentando una necesidad intensa e incontrolable de hacerlo (24)	Abstinencia	• Ansiedad • Irritabilidad • Enfado • Frustración	3, 4, 6, 7, 10, 11, 13, 14, 21 y 25	1. Alto: 67 - 100 2. Medio: 32 - 66 3. Bajo: 0 - 31	Ordinal
		Abuso y tolerancia	• Insatisfacción • Abandono de otras actividades • Negligencia • Irresponsabilidad • Desorganización	1, 5, 8, 9 y 12	1. Alto: 67 - 100 2. Medio: 32 - 66 3. Bajo: 0 - 31	Ordinal
		Problemas asociados a los videojuegos	• Habilidad • Destreza • Seguridad • Visión de futuro	16, 17, 19 y 23	1. Alto: 67 - 100 2. Medio: 32 - 66 3. Bajo: 0 - 31	Ordinal
		Dificultad de control	• Ansiedad • Permanencia en el juego	2, 15, 18, 20, 22 y 24	1. Alto: 67 - 100 2. Medio: 32 - 66 3. Bajo: 0 - 31	Ordinal

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	ESCALA VALORATIVA	ESCALA DE MEDICIÓN
DEPENDIENTE ESTRÉS ACADÉMICO	El estrés académico representa una incomodidad generalizada que encuentran los estudiantes en diversas etapas educativas. Esta incomodidad se manifiesta a través de una serie de síntomas que incluyen ansiedad, frustración, ira, apatía, aislamiento, conflictos interpersonales, sentimientos de insuficiencia, dificultades para resolver problemas, disminución de la autoestima y una variedad de problemas de comportamiento. La manifestación de estos síntomas varía entre los estudiantes, subrayando así la necesidad de atender a todos estos componentes individuales (27).	Estresores	- Competencia - Sobrecarga de tareas - Personalidad del docente - Evaluaciones - Tipos de tareas - Dificultad para aprender - Participación en clase - Tiempo límite	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 y 8	1. Severo: 67 - 100% 2. Moderado: 34 - 66% 3. Leve: 0 - 33%	Ordinal
		Síntomas	- Trastornos de sueño - Fatiga - Cefalea - Problemas digestivos - Conductas autolesivas - Inquietud - Tristeza - Angustia - Dificultad para concentrarse - Irritabilidad - Tendencias conflictivas	9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22 y 23	1. Severo: 67 - 100% 2. Moderado: 34 - 66% 3. Leve: 0 - 33%	Ordinal

			- Aislamiento - Desgano - Trastornos alimenticios			
		Estrategias de afrontamiento	- Asertividad - Organización - Auto elogiarse - Religiosidad - Autonomía - Ventilación	24, 25, 26, 27, 28 y 29	1. Severo: 67 - 100% 2. Moderado: 34 - 66% 3. Leve: 0 - 33%	Ordinal

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 ANTECEDENTES DEL PROBLEMA

Se han encontrado los siguientes trabajos de investigación relacionados con el tema en estudio:

INTERNACIONALES

Chiluisa E. (5), en su estudio titulado “Dependencia a los videojuegos y su relación con el estrés académico en adolescentes. Ambato, Ecuador-2022”.

Objetivo, determinar la correlación entre ambas variables en adolescentes de 12 a 18 años. **Metodología**, de diseño cuantitativo y transversal, con una muestra compuesta por 104 adolescentes e utiliza la prueba de dependencia a los videojuegos (TDV) junto con el inventario SISCO SV-21.

Resultados, el estrés académico se manifestaba predominantemente en niveles moderados y graves, mientras que la dependencia de los videojuegos se evaluó como baja y más frecuente en varones. Aunque ambas variables evidenciaron patrones diferenciados, no se observó influencia directa entre ellas. **Conclusión**, no se estableció una correlación estadísticamente significativa entre las variables.

Hernández L. y Sánchez M. (14). “Causas y consecuencias del estrés académico en estudiantes universitarios. Tamaulipas, México-2024”.

Objetivo, estudiar el fenómeno en cuestión a partir de la experiencia de los mismos estudiantes. **Metodología**, enfoque cualitativo, exploratorio y fenomenológico con una muestra de 10 estudiantes del noveno semestre de Negocios Internacionales de la Universidad Autónoma de Tamaulipas,

de 22 y 23 años. **Resultados**, mostraron que las principales fuentes de estrés fueron la carga académica y las interacciones con los docentes, generando ansiedad y dificultades de concentración en los estudiantes.

Conclusión, se evidenció la necesidad de implementar programas institucionales de manejo del estrés que contribuyan a mejorar tanto el bienestar emocional como el rendimiento académico.

Fajardo J., Santana A. y Caldas C. (15). “Asociación entre el tiempo dedicado a los videojuegos y la tendencia a la agresividad en estudiantes universitarios. Bogotá, Colombia-2022”. **Objetivo**, identificar la relación entre las horas diarias de uso de videojuegos y los niveles de agresividad. **Metodología**, diseño correlacional de corte factorial considerando las variables edad, sexo, universidad y tiempo de dedicación diaria, con una muestra de 121 universitarios. **Resultados**, mostraron la asociación al uso de videojuegos: ansiedad vinculada al juego (11,97%), agresividad instrumental (10,89%) y agresividad verbal (7,14%). indicadores que puede influir en la aparición de respuestas emocionales y conductuales alteradas. **Conclusión**, se determinó que el tiempo prolongado frente a los videojuegos incrementa la probabilidad de desarrollar conductas agresivas.

NACIONALES

Mamani D. (16). “Factores condicionantes al uso excesivo de videojuegos en escolares de 5to grado de la institución educativa primaria José Antonio Encinas n° 111. Lima, Perú-2022”. **Objetivo**, determinar los factores personales, familiares y socioeconómicos que influyen en el uso excesivo de videojuegos. **Metodología**, enfoque cuantitativo, de corte transversal, con una muestra de 59 escolares de ambos sexos. Se utilizó la “técnica de

la encuesta” y como instrumento el cuestionario. **Resultados**, evidenciaron que los factores personales alcanzaron el 41%, los familiares el 39% y los socioeconómicos el 41%. **Conclusión**, que el entorno familiar y social ejercía una influencia determinante en el uso excesivo de videojuegos, cuando existe poca supervisión y orientación, se recomienda fortalecer la guía parental regulen adecuadamente el tiempo de juego.

Franco A. (17). “Dependencia a los Videojuegos y habilidades sociales en estudiantes de una Institución Educativa Estatal de la ciudad de Huancayo, Perú-2022”. **Objetivo**, investigar la correlación entre la dependencia de los videojuegos y las habilidades sociales de los adolescentes. **Metodología**, enfoque cuantitativo, correlacional, con un diseño transversal no experimental. La muestra estuvo compuesta por 162 estudiantes de secundaria. **Resultados**, demostraron bajos niveles de dependencia de los videojuegos, junto con un nivel normativo de desarrollo de habilidades sociales. **Conclusión**, indica que no existe una relación significativa entre las dos variables, por lo que cada una se manifestó de manera independiente en los adolescentes evaluados. Se recomienda fortalecer sus habilidades sociales mediante estrategias psicológicas y educativas.

Huaripoma C. (18). “Dependencia a los Videojuegos y Agresividad en estudiantes de secundaria de un Colegio Nacional del Distrito De Lince. Lima, Perú-2021”. **Objetivo**, determinar la relación entre la “dependencia a los videojuegos y la agresividad en adolescentes”. **Metodología**, enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo correlacional y diseño no experimental de corte transversal. La muestra fue de 197 estudiantes entre 11 y 18 años. **Resultados**, se muestra una correlación significativa entre ambas variables ($Rho = 0,318$; $p < 0,05$). Además, el 69% presentó baja dependencia y el 74% mostró un nivel regular de agresividad. **Conclusión**, que una mayor

dependencia a los videojuegos se asociaba con niveles más elevados de agresividad, evidenciando un impacto directo en la conducta de los adolescentes.

LOCALES

Valle O. (19). “Dependencia a videojuegos y estrés académico en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Emblemática Don José de San Martín. Tacna, Perú-2022”. **Objetivo**, establecer la relación entre ambas variables. **Metodología**, tipo básico, con diseño no experimental y muestreo no probabilístico. La muestra fue de 325 estudiantes de nivel secundario. La técnica fue la encuesta y la técnica el instrumento. **Resultados**, no hay existencia de relación significativa entre la “dependencia a los videojuegos y el estrés académico”. **Conclusión**, los estudiantes que presentaban una baja dependencia a los videojuegos, mostraron niveles moderados de estrés académico, lo que indica que este no se explica por el uso de videojuegos. Esto sugiere la presencia de otros factores que influyen en la aparición del estrés académico.

Paredes J. (20). “Dependencia a los videojuegos y tolerancia a la frustración en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa coronel José Joaquín Inclán. Tacna, Perú -2023”. **Objetivo**, determinar la relación entre ambas variables. **Metodología**, enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo–correlacional, diseño no experimental y corte transeccional. La muestra de 215 de 12 y 17 años, seleccionados mediante muestreo no probabilístico por conveniencia. **Resultados**, el 55,8% presentó un nivel medio de “dependencia a los videojuegos”, mientras que el 71,2% evidenció un nivel “bajo de tolerancia a la frustración”. **Conclusión**, que existía una relación significativa entre ambas variables, evidenciada por un

valor de significancia de 0,002 y un “coeficiente Rho de Spearman” de – 0,212, lo que indica una asociación inversa débil pero estadísticamente relevante.

Huayta I. (21). “Habilidades sociales y adicción a videojuegos en estudiantes de primer año de secundaria de la Institución Educativa Luis Alberto Sánchez. Tacna, Perú -2020”. **Objetivo**, determinar la relación entre ambas variables. **Metodología**, descriptiva-correlacional, con un diseño no experimental y transeccional. La muestra fue de 161 estudiantes. **Resultados**, el 52,8% mostró un bajo nivel de dependencia a los videojuegos y el 44,7% un nivel moderado. En cuanto a las habilidades sociales, el 29,8% mostró un nivel normal y el 27,3% un nivel deficiente. Se halló una relación inversa significativa entre las variables ($Rho = -0,246$; $p = 0,03$). **Conclusión**, una mayor adicción a los videojuegos se asociaba con menores habilidades sociales, evidenciando un impacto negativo en la interacción y adaptación social de los adolescentes.

2.2 BASE TEÓRICA

2.2.1 Teoría de enfermería

Teoría de promoción de la salud de Nola Pender

La presente investigación se sustenta en la Teoría de Promoción de la Salud, propuesta por la enfermera e investigadora Nola J. Pender en 1982 y actualizada en 1996. Esta teoría surge con el propósito de explicar y predecir los comportamientos de salud, enfocándose en la promoción del bienestar y no solo en la prevención de enfermedades. Pender plantea que las personas no solo actúan para evitar

enfermedades, sino también por la intención de alcanzar un mayor bienestar físico, psicológico y social (22).

Esta teoría es particularmente pertinente al presente estudio titulado “Dependencia a videojuegos y el estrés académico en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, Tacna – 2025”, ya que permite comprender los determinantes del comportamiento adolescente.

En un contexto escolar donde prevalecen conductas de riesgo como el uso excesivo de videojuegos y la presencia de altos niveles de estrés académico.

Pender N., identifica una serie de componentes clave que influyen en la adopción o rechazo de conductas saludables:

- **Factores personales:** Biológicos, psicológicos y socioculturales.
- **Afecto relacionado con el comportamiento:** Es decir las emociones que el individuo asocia a una acción determinada.
- **Beneficios percibidos:** De actuar en favor de la salud.
- **Barreras percibidas:** que pueden impedir la acción.
- **Autoeficacia percibida:** entendida como la “confianza” de las personas en su habilidad para realizar una conducta saludable.
- **Influencia interpersonal:** familiares, amigos, docentes
- **Factores situacionales:** como el entorno educativo y social (22).

Desde esta perspectiva, la dependencia a los videojuegos puede entenderse como una conducta adquirida influenciada por gratificación inmediata, escape del estrés, influencia de pares, y baja

percepción de sus efectos negativos. Asimismo, el estrés académico puede surgir de una baja autoeficacia percibida, altas demandas escolares y ausencia de estrategias de afrontamiento saludables.

Aplicando esta teoría, se busca analizar cómo las percepciones, experiencias previas, emociones y presiones del entorno escolar y familiar pueden condicionar el comportamiento de los estudiantes frente al uso de videojuegos y su manera de enfrentar el estrés académico.

Además, permite identificar oportunidades para diseñar intervenciones educativas y preventivas que fomenten el autocuidado, el uso saludable de la tecnología y la gestión emocional, contribuyendo así a un mejor desarrollo integral del adolescente.

En conclusión, la Teoría de “Promoción de la Salud de Nola Pender” brinda un marco conceptual adecuado para comprender y abordar los factores que afectan la salud mental y emocional de los estudiantes, y respalda el propósito de esta investigación de manera coherente con el enfoque de la enfermería hacia la promoción de la salud y la prevención de riesgos psicosociales en la población escolar.

2.2.2 Mapa conceptual



2.2.3 Variables de estudio

A. DEPENDENCIA A LOS VIDEOJUEGOS

La adicción o “dependencia a los videojuegos” se describe como un patrón de comportamiento recurrente o persistente en el que el sujeto pierde el control sobre el tiempo o la frecuencia de juego, que prioriza por encima de otras actividades de carácter escolar, social o familiar. Los estudiantes que presentan este tipo de conducta sienten una intensa necesidad, como una necesidad incontrolable, de jugar, lo que les provoca una gran dificultad para parar o disminuir la actividad de juego, aun en situaciones en las que existen consecuencias negativas muy evidentes (23).

Factores de riesgo

La presencia de esta patología suele estar asociada a una serie de factores individuales, sociales y ambientales. Los principales factores de riesgo serían los siguientes: la fácil disponibilidad de dispositivos electrónicos e internet, la escasa supervisión parental, la influencia del grupo de iguales, el uso de videojuegos como mecanismo de desconexiones ante ciertos problemas afectivos o de estudio. También se ha determinado que ciertos rasgos individuales podrían contribuir a que esta conducta adictiva se potencie, como la escasa tolerancia a la frustración, la búsqueda constante de recompensa o un marcado carácter hacia la dependencia psicológica (23).

Impacto en la salud mental de los adolescentes

El conjunto exhaustivo de investigaciones experimentales puestas en marcha demuestra que la dependencia a los videojuegos en el adolescente puede tener una importancia muy significativa sobre su salud mental ya que puede hacer que estas personas puedan presentar síntomas de ansiedad, irritabilidad, depresión, fallos en la regulación emocional, problemas de sueño, bajo rendimiento académico, o en el peor de los casos un grave y severo aislamiento social. Y, además, dicho patrón de conducta puede perjudicar el adecuado desarrollo de su repertorio de habilidades de relación, perjudicando su adecuación psicosocial (23,24).

Síntomas del trastorno por videojuegos

Los estudiantes de trastorno por videojuegos habitualmente manifiestan síntomas que incluyen: dificultad para dejar de jugar a pesar de obligaciones importantes, necesidad creciente de alargar el tiempo de juego, nerviosismo o irritabilidad ante la imposibilidad de jugar, falta de interés por otras actividades y consecuencias funcionales como absentismo escolar o conflictos familiares. Estas señales son coherentes con los criterios que sugieren tanto la “Organización Mundial de la Salud” (OMS) como la Asociación Americana de Psiquiatría (APA) (24).

Reconocimiento como trastorno por la OMS y la APA

En 2022, la OMS reconoció oficialmente el "Trastorno por videojuegos" en la "Clasificación Internacional de Enfermedades" (CIE-11). Este diagnóstico se refiere a un patrón persistente de comportamiento relacionado con el juego, caracterizado por un deterioro en el control, prioridad creciente del juego sobre otras actividades, y continuación de la conducta a pesar de sus consecuencias negativas (24).

Por su parte, la APA, en el Manual Diagnóstico y Estadístico de los "Trastornos Mentales" (DSM-5), no ha incluido aún este trastorno como diagnóstico oficial, pero lo reconoce como una condición que requiere mayor estudio. A diferencia de la CIE-11, el DSM-5 se centra específicamente en los videojuegos en línea, bajo el término "Trastorno de juego por Internet" (24).

Elementos adictivos de los videojuegos

Los videojuegos actuales presentan un número notable de factores que aumentan la probabilidad de depender de su uso. Concretamente, a través de los videojuegos en red, especialmente en los juegos multijugador, como League of Legends o Fortnite, tienden a incrementar considerablemente las sesiones de uso. A estas propiedades de inmersión, a añadir mecánicas similares a las del juego de azar (por ejemplo, las microtransacciones que permiten la compra de "cajas de tesoros" que contienen el contenido de manera aleatoria, etc.) incrementan audazmente todavía a más esta posibilidad. (24)

Estos sistemas activan los circuitos de recompensa cerebral de forma similar a las sustancias adictivas, generando placer inmediato, expectativas de ganancia y reforzamiento continuo.

Causas psicológicas y neurobiológicas

El atractivo de los videojuegos radica en su capacidad para generar experiencias emocionalmente intensas, con logros inmediatos y reforzamiento frecuente. Desde el enfoque de la neuropsicología, se ha observado que estos juegos activan tres sistemas motivacionales fundamentales: el sistema homeostático (necesidades básicas), el sistema hedónico (placer) y el sistema de castigo (evitación del malestar).

Esta activación combinada crea una respuesta gratificante que incentiva la repetición de la conducta lúdica, especialmente en estudiantes que experimentan soledad, aburrimiento o baja autoestima (25).

Además, la tendencia hacia la gratificación inmediata, sumada a una escasa proyección hacia el futuro, puede predisponer a los estudiantes a priorizar el juego sobre actividades de desarrollo personal, como el estudio o las relaciones sociales (25).

Prevención de la adicción a los videojuegos

La prevención de esta problemática implica establecer un equilibrio entre el uso recreativo de los videojuegos y otras actividades significativas. Es esencial fomentar hábitos saludables en la rutina diaria de los adolescentes: horarios de sueño regulares, participación en actividades físicas, y espacios

de interacción social presencial.

Asimismo, las plataformas de videojuegos han comenzado a implementar funciones de control parental y límites de tiempo de juego. No obstante, la intervención familiar sigue siendo fundamental para promover una relación saludable con las tecnologías, sin recurrir a prohibiciones absolutas que podrían generar mayor resistencia o dependencia emocional (25).

B. EL ESTRÉS ACADÉMICO

El estrés académico es una forma particular de estrés psicosocial que afecta principalmente a estudiantes en edad escolar, especialmente cuando perciben que las exigencias del entorno educativo sobrepasan sus capacidades de afrontamiento. Aunque la literatura científica no ha establecido una definición única del término “estrés académico”, se reconoce que los estudiantes enfrentan múltiples demandas emocionales, cognitivas y sociales propias de su etapa de desarrollo, las cuales pueden convertirse en factores estresantes si no son adecuadamente gestionadas (29).

Lazarus y Folkman definen el estrés como una relación entre el individuo y su entorno, en la cual la persona evalúa una situación como amenazante o desbordante de sus recursos personales, comprometiendo su bienestar psicológico (7). Esta conceptualización destaca el papel activo del individuo frente a las demandas ambientales, donde el nivel de estrés dependerá tanto de la magnitud del estímulo como de los recursos de

afrontamiento disponibles.

En el contexto escolar, el estrés puede manifestarse frente a diversas situaciones, tales como el exceso de tareas, la presión por obtener buenos resultados académicos, la competitividad entre pares, las exigencias familiares, el miedo al fracaso y las evaluaciones constantes. Asimismo, puede ocasionar alteraciones en el sueño y la alimentación, así como dificultades en las relaciones interpersonales y en el bienestar emocional del estudiante (30).

La presente investigación se sustenta en la Teoría Transaccional del Estrés de Richard Lazarus y Susan Folkman, la cual plantea que el estrés surge cuando el individuo percibe que las demandas del entorno exceden sus recursos o capacidades de afrontamiento (7). En ese sentido, el estrés académico no depende únicamente de las exigencias escolares, sino también de la manera en que cada estudiante interpreta y afronta dichas situaciones.

Dimensiones del estrés académico

El estrés académico presenta diferentes manifestaciones que afectan el bienestar emocional, cognitivo, conductual y somática del estudiante, influyendo en su desempeño y adaptación dentro del entorno educativo.

- **Dimensión emocional:** comprende las respuestas afectivas generadas frente a las exigencias académicas, tales como ansiedad, preocupación, frustración, irritabilidad y sensación

de agotamiento emocional.

- **Dimensión cognitiva:** incluye alteraciones en los procesos mentales del estudiante, como dificultad para concentrarse, pensamientos negativos, miedo al fracaso y preocupación excesiva frente al rendimiento académico.
- **Dimensión conductual y somática:** se relaciona con cambios en el comportamiento del estudiante, tales como desmotivación, aislamiento social, alteraciones en los hábitos de estudio y dificultades en la organización del tiempo (29,30).

Fases del estrés

La progresión del estrés escolar puede explicarse a través de tres fases:

1. **Fase de alarma:** caracterizada por la percepción de sobrecarga, donde se activan mecanismos biológicos de defensa frente a la demanda.
2. **Fase de resistencia:** el organismo intenta adaptarse a la situación estresante de manera prolongada.
3. **Fase de agotamiento:** se presenta cuando los recursos de afrontamiento se ven superados, lo que da lugar a la aparición de síntomas emocionales, conductuales y físicos más marcados (30).

En el contexto académico, estas fases pueden presentarse cuando el estudiante enfrenta exigencias constantes relacionadas

con el ámbito escolar, afectando progresivamente su bienestar y desempeño académico.

Asimismo, Hernández y Sánchez (14), señalan que una de las principales causas del estrés académico en estudiantes son la carga académica y las interacciones con los docentes, factores que pueden generar presión, ansiedad y dificultades emocionales durante la etapa escolar. Estos hallazgos permiten comprender que el estrés académico constituye una problemática compleja y multifactorial, influenciada por diversos factores personales, sociales y educativos.

Diversos estudios han identificado que el estrés académico, cuando es sostenido y no gestionado adecuadamente, puede generar consecuencias negativas en el rendimiento escolar, en la salud mental y en las relaciones sociales del adolescente. Estos efectos incluyen disminución de la motivación, baja tolerancia a la frustración, aislamiento, absentismo escolar, y aparición de síntomas ansioso-depresivos (30).

Por tanto, la identificación oportuna de los factores estresantes y la promoción de estrategias de afrontamiento adecuadas son fundamentales para prevenir el impacto negativo del estrés académico en los adolescentes.

2.3 DEFINICIÓN CONCEPTUAL DE TÉRMINOS

- **Dependencia a los videojuegos (Trastorno por videojuegos):** Es un patrón de comportamiento que pone de manifiesto un patrón que supone la pérdida del control del juego; en este caso, la conducta implica dar preferencia a jugar en lugar de a otros intereses, e incluir, incluso, el seguir jugando, o intensificar el juego, a pesar de las consecuencias negativas (28).
- **Abstinencia (en el contexto de videojuegos):** Se refiere a la aparición de síntomas psicológicos y/o fisiológicos negativos tras la drástica disminución o la abrupta reducción en el uso de los videojuegos después de una prolongada y compulsiva utilización; estos síntomas pueden ser: la irritabilidad, la ansiedad, la tristeza, o el fuerte deseo de querer jugar (28).
- **Afrontamiento:** Los esfuerzos cognitivos y conductuales, que una persona pone en marcha para manejar las exigencias, en función de la situación concreta, externas y/o internas, que son valoradas como excesivas o desbordantes de los recursos de la persona. Relacionado con el contexto académico, se refiere a las estrategias que son puestas en marcha para afrontar la exigencia académica (29).
- **Estrés académico:** Se refiere a la respuesta fisiológica y psicológica provocada por los factores estresantes que se encuentran en el entorno académico y que afectan directamente al rendimiento y el bienestar de los estudiantes. Puede

manifestarse a nivel físico, psicológico y conductual (30).

- **Factores de riesgo:** Atributos o condiciones individuales, familiares, sociales o ambientales que aumentan la probabilidad de desarrollar dependencia a los videojuegos o experimentar altos niveles de estrés académico. Ejemplos incluyen fácil acceso a videojuegos, falta de supervisión parental, alta carga académica, o dificultades socioemocionales preexistentes (31).
- **Sobrecarga académica:** Percepción del estudiante de que la cantidad de trabajo académico, las expectativas o la dificultad de las tareas exceden sus recursos y capacidades disponibles. Es un factor estresante significativo en el ámbito educativo (32).

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1 ENFOQUE DE LA INVESTIGACIÓN

Para utilizar la metodología, se acudió al libro *Metodología de la investigación* de Hernández R. (33), el cual orienta la elección del enfoque, el tipo y diseño de estudio, asegurando rigurosidad científica y coherencia metodológica.

La presente investigación adopta un enfoque cuantitativo, mediante la cual se busca establecer la relación de dos variables: dependencia a los videojuegos y el estrés académico. Este enfoque permite recolectar datos numéricos y analizar estadísticamente, obteniendo resultados precisos y medibles, que sirvan como base científica para futuras investigaciones.

3.2 TIPO DE INVESTIGACIÓN

Basado en Hernández R. (33). El presente trabajo de investigación es del diseño del tipo no experimental, tipo “descriptivo – correlacional”. Se trata de un tipo de investigación que tuvo como objetivo describir la relación entre dos o más variables tal como se dan naturalmente, sin que el investigador manipule ninguna de ellas. Combina las características de los estudios descriptivos y de los estudios correlacionales.

Sus principales características son:

- **No experimental:** el investigador no interviene ni manipula las variables; simplemente observa y registra lo que sucede en los participantes en su entorno natural.
- **Descriptivo:** el objetivo es describir las variables de interés en una muestra o población, identificando las características, propiedades y con qué frecuencia se manifiestan estas variables.
- **Correlacional:** además de describir las variables individualmente, el diseño de estimar si existe o no (y de qué tipo) una forma de relación o de asociación entre las mismas, bien positiva o negativa, y la fuerza de la misma.
- **Transversal:** los datos son recolectados en un único momento en el tiempo, permitiendo conocer en ese instante la información sobre las variables y su relación.

3.3 MÉTODO

La investigación empleó el método hipotético-deductivo, ya que estableció la relación entre: la “dependencia de los videojuegos” y el “estrés académico” entre los estudiantes de nivel secundario de la “Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal”.

3.4 POBLACIÓN

La población del actual ha sido conformada por 518 alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, Tacna-2025.

3.4.1 Criterios de inclusión

- Estudiantes que se encuentren matriculados en el nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal que tengan entre 12 y 17 años.
- Estudiantes cuyos padres de familia o apoderados autoricen su participación en el estudio mediante la firma del consentimiento informado.

3.4.2 Criterios de exclusión

- Estudiantes que no se encuentren matriculados en el nivel secundario de la “Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal”.
- Estudiantes que no presentaron el consentimiento informado firmado por sus padres o apoderados.
- Estudiantes que a pesar de tener autorización de sus padres no quisieron ser partícipe de la aplicación del instrumento.

3.5 MUESTRA

3.5.1 Tamaño de la muestra

La muestra estuvo conformada por 234 alumnos del nivel secundario, pertenecientes a los grados de 1°, 2°, 3°, 4° y 5° año de la “Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal”, seleccionados de una población total de 518 estudiantes.

3.5.2 Muestreo

El procedimiento de “muestreo” realizado fue no probabilístico por conveniencia, puesto que la participación de los estudiantes dependió del consentimiento informado firmados por sus padres o apoderados. Pese a tratarse de un muestreo no probabilístico se trató de mantener una participación proporcional en cuanto al grado y sección, a fin de poder contemplar la representación de los grupos que según la cantidad de estudiantes se presentan en la población de nivel secundario.

3.6 UNIDAD DE ANÁLISIS

Estuvo conformado por estudiantes de 12 a 17 años en etapa escolar del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal.

3.7 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

Los datos fueron recolectados mediante la técnica de la “encuesta” y el instrumento utilizado fue el “cuestionario”.

Para la variable independiente: (dependencia a los videojuegos), se empleó el Test de Dependencia a los Videojuegos (TDV, 2011), cuyo objetivo fue medir el grado de dependencia generada por el uso excesivo de los videojuegos. La escala utilizada fue: Alto (67-100 puntos), Medio (32-66 puntos) y Bajo (0-31 puntos). (Anexo 2)

Para la variable dependiente: (estrés académico), se utilizó el Inventario Sistemático Cognoscitivista (SISCO) de Estrés Académico, con el objetivo de evaluar las características del estrés que suelen estar presentes en los estudiantes. La escala de valoración fue: Severo (67-

100%), Moderado (34-66%) y Leve (0-33%). (Anexo 3)

3.8 VALIDEZ Y CONFIABILIDAD

Validez de contenido

La validez de contenido ayudara a que las dimensiones y en especial las variables en cuestión muestran su dominio específico del contenido teórico, para lo cual se seleccionaran cinco jueces expertos entre los profesionales que además de dominar las variables que van a ser medidas con la prueba escrita y el cuestionario además estarán familiarizado con el grupo poblacional al cual va dirigida la encuesta. La prueba que se trabajo es la *V de Aiken* dando un resultado de 0,98% y 1%, para ambas variables. (Anexo 6-A)

Validez de criterio

El empleo de un criterio externo que facilite la medición del mismo constructo con una puntuación estrechamente alineada sirve para establecer un alto grado de validez para ambos instrumentos de medición. Los documentos de validación de los dos instrumentos fueron examinados minuciosamente por cinco expertos en el campo pertinente, concentrándose en varios aspectos de validación, como la claridad de la articulación, la objetividad, la relevancia, la organización, la adecuación, la intencionalidad, la consistencia, la coherencia interna, la metodología, la inducción de la respuesta y la precisión lingüística; proporcionaron sus evaluaciones individuales para cada aspecto, haciendo referencia al siguiente sistema de calificación con porcentajes

específicos: deficiente (0 - 20 por ciento), bajo (21 - 40 por ciento), y adecuado (41 por ciento -50 por ciento).

Por último, se emplearon ambos instrumentos para los 11 ítems que debían calificar el nivel de criterio ofrecido; teniendo como resultado una aprobación de buena y aplicable lo que indica que el instrumento tiene una excelente validez y una muy elevada correspondencia, lo que indica que es un instrumento válido y fiable. (Anexo 6-B)

Confiabilidad

Los instrumentos empleados como prueba piloto en el presente estudio fueron aplicados a un grupo de 20 estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Dr. Modesto Montesinos Zamalloa, que presentaron características similares a las de la población objeto de estudio.

El propósito de esta prueba fue el de evaluar la claridad, comprensión y la consistencia interna de los ítems de los cuestionarios utilizados: el Test de Dependencia a los Videojuegos (TDV) y el Inventario Sistémico Cognoscitivista (SISCO) de Estrés Académico.

Para determinar la confiabilidad de los instrumentos de investigación se utilizó el coeficiente Alfa de Cronbach, un método estadístico cuyo valor oscila entre -1 y 1, siendo valores superiores o iguales a 0,70 indicativos de una consistencia interna aceptable. Los resultados obtenidos demostraron que ambos instrumentos poseen una adecuada confiabilidad, lo que posibilita su aplicación en la muestra final de estudio.

3.9 PROCEDIMIENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

En primer término, se expuso el anteproyecto de la investigación, el cual fue aprobado para su correspondiente utilización. Seguidamente se continuó la validación y confiabilidad de los instrumentos de recolección de datos en compañía de cinco expertos en las áreas de enfermería, psicología y estadística, quienes determinaron la pertinencia, claridad y coherencia de los ítems.

La validación obtenida, se solicitó el permiso para iniciar la aplicación de la prueba piloto, la cual se llevó a cabo en un grupo de estudiantes del nivel secundario de la Dr. Modesto Montesinos Zamalloa, quienes tenían características similares que conformaban la población de estudio. Los resultados de esta prueba reflexionaron una comprensión adecuada, mostrando consistencia en los instrumentos aplicados, por lo cual fueron considerados como válidos para su ejecución final.

Posteriormente, se procedió con la elaboración y presentación de la solicitud dirigida a la Dirección de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, a fin de obtener la autorización correspondiente para la recolección de datos. Asimismo, se gestionó el consentimiento informado a los padres de familia y el asentimiento de los estudiantes participantes, con el propósito de seguir los principios éticos: confidencialidad, anonimato y voluntariedad.

La aplicación de los cuestionarios se realizó de forma presencial en el mes de setiembre, en coordinación con nuestras autoridades y docentes del plantel educativo. Durante los procesos, se orientó a los estudiantes sobre las diversas maneras de llenar los instrumentos, de tal manera que se asegurara la veracidad y fiabilidad de la información recopilada.

3.10 TÉCNICAS DE PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS

Una vez ejecutado el trabajo de investigación se ordenó, tabulo y analizo mediante la plataforma estadística de SSPS 27.0, se utilizó el chi cuadrado y los resultados obtenidos son presentados en tablas de una y doble entrada con sus respectivos gráficos.

JI-CUADRADO

PRUEBA ESTADÍSTICA

$$X^2 = \sum \frac{(O - E)^2}{E}$$

3.11 CONSIDERACIONES ÉTICAS

3.11.1 Principio de autonomía

Con la obligación de respetar los valores y opciones personales de cada Padre de familia que ha matriculado a su menor hijo/a en la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal. que voluntariamente habría aceptado participar de la respectiva investigación.

3.11.2 Consentimiento informado

Se informará a los padres sobre la naturaleza de la presente investigación en relación con las variables del estudio, los

objetivos de la investigación y la aplicación prevista de los resultados.

Por las razones antes mencionadas, han firmado debidamente el documento de consentimiento informado, de conformidad con lo estipulado en el Reglamento de la Ley General de Salud relativo a la investigación en salud, invocando los siguientes artículos:

- El artículo 13, en el que se afirma que prevalecerán los principios del respeto a la dignidad y la salvaguardia de sus derechos y bienestar.
- El artículo 16, que garantiza la confidencialidad de la persona que participa en la investigación.
- El artículo 17, que estipula que el sujeto de la investigación no sufrirá ningún daño durante el curso del estudio.
- El artículo 20, que exige que el consentimiento informado se documente por escrito, en el que el participante consiente con pleno conocimiento de los procedimientos involucrados, ejerciendo su libre elección sin ningún tipo de coerción.
- El artículo 21 establece que, para que el consentimiento informado se considere válido, el sujeto de la investigación debe recibir una explicación completa y lúcida de la investigación y del propósito de la información que se le proporcionará.
- El artículo 37 especifica que, en lo que respecta a la capacidad mental, si el sujeto de la investigación es menor de edad, debe dar su consentimiento para participar en la investigación tras recibir una explicación de las actividades de investigación previstas.

3.11.3 Confidencialidad de los datos

Se indico a los padres de familia que se guardará reserva sobre la información obtenida por ellos y su hijo/a menor de edad, protege la información.

3.11.4 Principio de beneficencia

Se priorizó el bienestar de las personas que participaron en el estudio; en consecuencia, las acciones del investigador se ajustaron a los siguientes principios éticos generales: evitar causar daño, aliviar las posibles repercusiones negativas y aumentar los beneficios generales.

3.11.5 Evaluación de los beneficios del estudio y sus destinatarios

Este esfuerzo académico arrojó resultados ventajosos no solo para los estudiantes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, sino también para sus familias y los educadores relacionados con la institución.

3.11.6 Protección de grupos vulnerables

Esta investigación académica reveló que los estudiantes matriculados en el nivel secundario en la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal constituyen un grupo demográfico vulnerable debido a sus diversas características, que abarcan la edad, el género, la afiliación religiosa y su desarrollo educativo continuo.

3.11.7 Principio de justicia

El investigador aplicará un discernimiento sensato y sustancial, tomando las medidas necesarias para garantizar que los prejuicios personales y las limitaciones de su experiencia no den lugar a prácticas injustas ni las toleren. Se reconoce que los principios de equidad y justicia otorgan a todos los participantes en la investigación el derecho a acceder a los hallazgos.

3.11.8 La selección de seres humanos sin discriminación

Cuando se lleve a cabo la encuesta sobre la adicción a los videojuegos y el estrés académico entre los estudiantes de secundaria, ninguna persona será objeto de discriminación por motivos de edad, género o creencias religiosas; todos los procedimientos se llevarán a cabo de manera justa y equitativa.

3.11.9 Los beneficios potenciales serán para los individuos y los conocimientos para la sociedad

Este esfuerzo de investigación arrojará hallazgos que diluciden las realidades a las que se enfrentan los estudiantes de nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal en relación con la adicción a los videojuegos y el estrés académico.

CAPÍTULO IV

DE LOS RESULTADOS Y DISCUSIÓN DE LOS DATOS

4.1 PRESENTACIÓN DE RESULTADOS EN TABLAS Y DESCRIPCIÓN

Una vez aplicados los instrumentos de recogida de datos, se obtuvieron los resultados que se muestran y se exponen en tablas y gráficos, respondiendo así a los objetivos e hipótesis planteadas.

TABLA N° 01

**NIVEL DE DEPENDENCIA A LOS VIDEOJUEGOS EN
ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA
FORTUNATO ZORA CARVAJAL, TACNA-2025**

DEPENDENCIA A LOS VIDEOJUEGOS	N	%
Alto	12	5,1
Medio	68	29,1
Bajo	154	65,8
Total	234	100,0

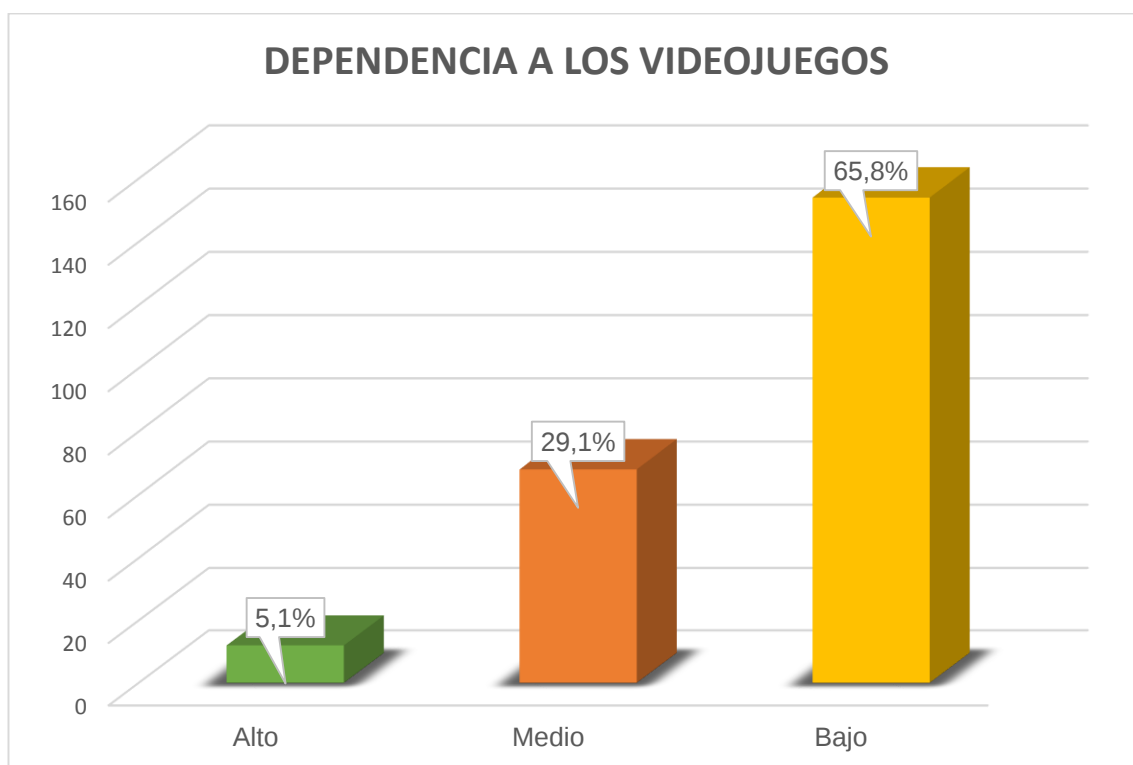
Fuente: Encuesta realizada en los estudiantes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal Tacna-2025. **Elaborado por:** Meléndez T.

Descripción:

En la tabla N° 01: se refleja que la mayoría de los estudiantes mantiene un nivel bajo de dependencia a los videojuegos con un 65,8% así como un 29,1% con dependencia media y un 5,1% con dependencia alta. Asimismo, estos resultados no dejan de denotar las formas de uso de los videojuegos que mantiene la mayoría de los estudiantes en donde existen grupos importantes casi con tendencia a la dependencia media y pequeños con alta dependencia, lo que sugiere la necesidad de generar hábitos o mejores usos del tiempo libre y de reforzar las estrategias educativas que se orientan a fomentar la prevención de conductas adictivas que se asocian a un uso excesivo de los videojuegos.

GRÁFICO N° 01

NIVEL DE DEPENDENCIA A LOS VIDEOJUEGOS EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL, TACNA-2025



Fuente: Tabla N° 01.

TABLA N° 02

**NIVEL DE ESTRÉS ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DE LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL,
TACNA-2025**

ESTRÉS ACADÉMICO	N	%
Severo	142	60,7
Moderado	86	36,8
Leve	6	2,6
Total	234	100,0

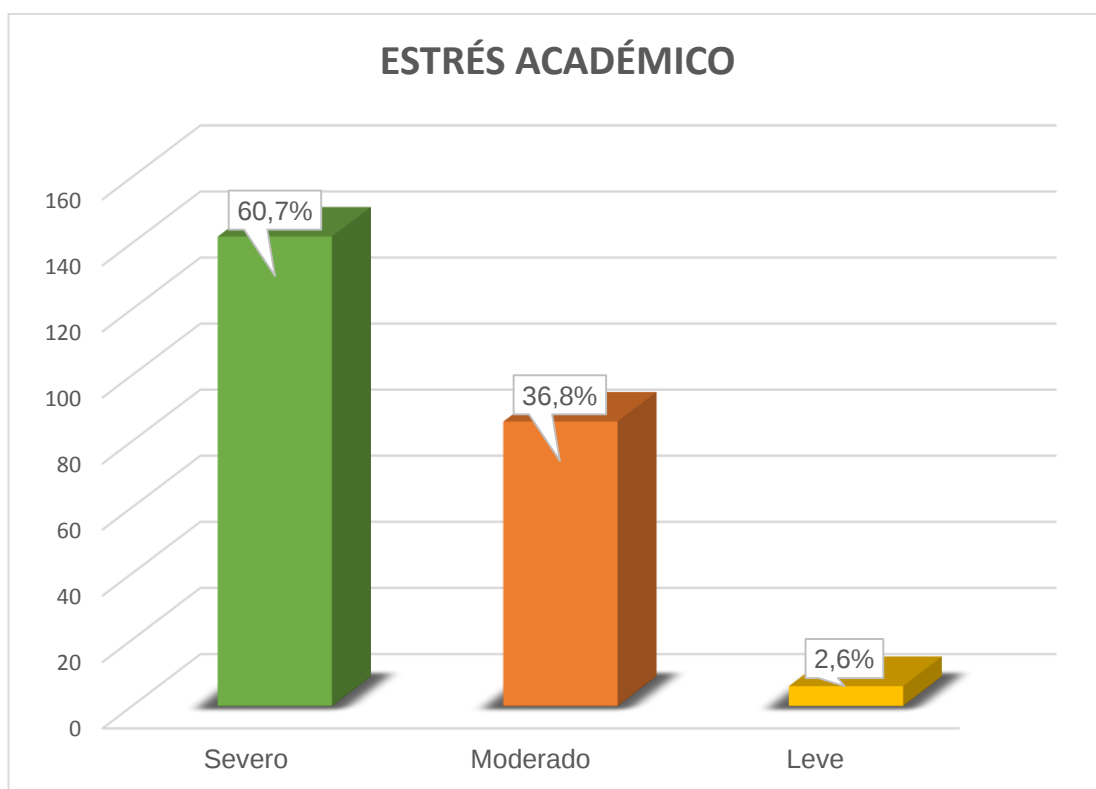
Fuente: Encuesta realizada en los estudiantes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal Tacna-2025. **Elaborado por:** Meléndez T.

Descripción:

En la tabla N° 02: puede apreciarse que el total de estudiantes que presenta un nivel de estrés académico severo es del 60,7%, a continuación, se encuentran un 36,8% con nivel de estrés moderado y un 2,6% con nivel bajo de estrés. En estos resultados puede comprobarse que una gran parte de los estudiantes tiene niveles elevados de presión o exigencia académica con los efectos adversos que esto acarrea sobre el bienestar emocional, el rendimiento escolar y el estado de las relaciones interpersonales. La alta proporción de estrés severo pone de manifiesto la necesidad de poner en marcha estrategias institucionales sobre la gestión emocional, el acompañamiento psicológico y la adecuada distribución de la carga académica.

GRÁFICO N° 02

NIVEL DE ESTRÉS ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL, TACNA-2025



Fuente: Tabla N° 02.

TABLA N° 03

**RELACIÓN ENTRE DEPENDENCIA A LOS VIDEOJUEGOS Y EL
ESTRÉS ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DE LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA
CARVAJAL, TACNA-2025**

DEPENDENCIA A LOS VIDEOJUEGOS	ESTRÉS ACADÉMICO						Total		CHI X2
	Severo		Moderado		Leve				
	N	%	N	%	N	%	N	%	
Alto	11	4,7	1	0,4	0	0,0	12	5,1	X2=20,949 GL: 4 P:0.236>0.05
Medio	52	22,2	13	5,6	3	1,3	68	29,1	
Bajo	79	33,9	72	30,8	3	1,3	154	65,8	
Total	142	60,7	86	36,8	6	2,6	234	100,0	

Fuente: Encuesta realizada en los estudiantes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal Tacna-2025. **Elaborado por:** Meléndez T.

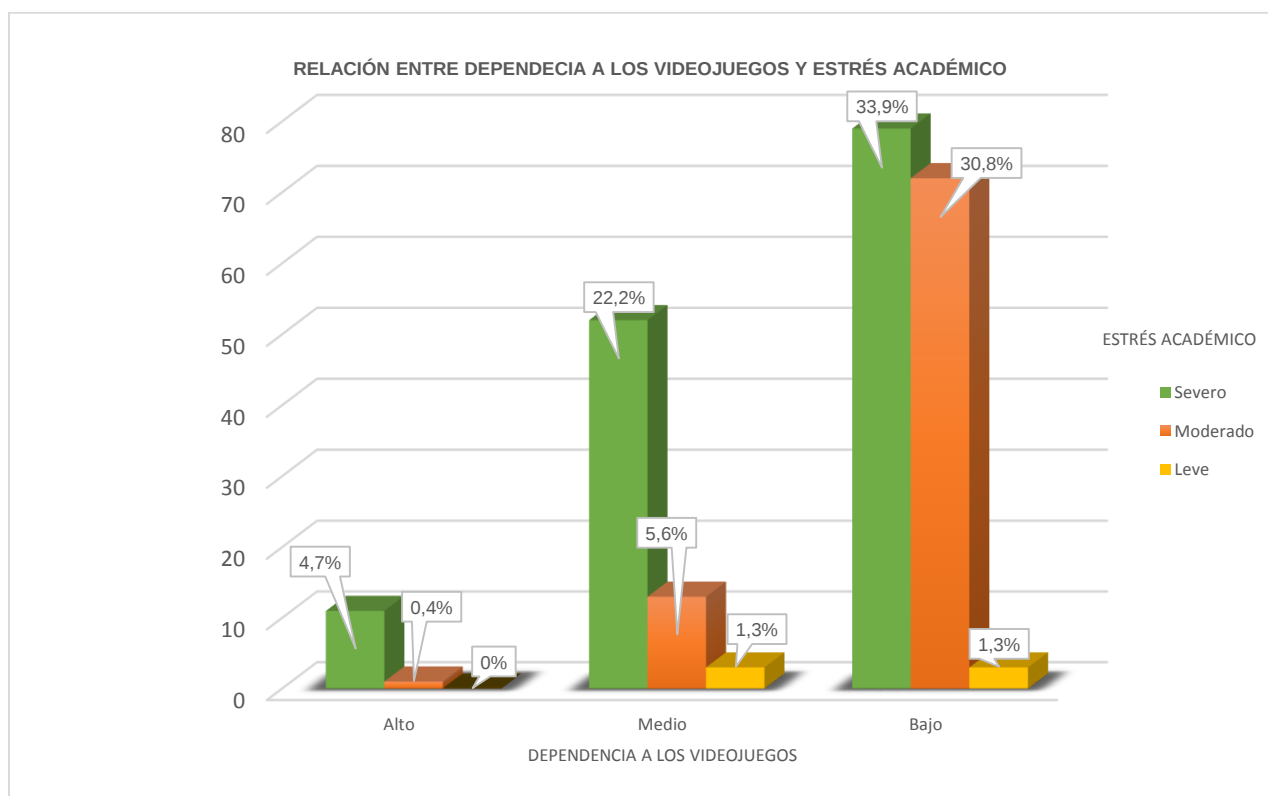
Descripción:

En la tabla N° 03: se comprueba que los estudiantes que presentan dependencia media a los videojuegos son quienes alcanzan el porcentaje más alto de estrés severo (22,2%), mientras que aquellos que tienen alta dependencia sobre los videojuegos tienen un 4,7%; por el contrario, los estudiantes que presentan baja dependencia alcanzan el 33,9% siendo este grupo quien alcanza el mayor porcentaje de su relación con el grupo total examinado (65,8%). En lo que concierne al análisis estadístico, el chi

cuadrado de la muestra ($X^2 = 20,949$; $gl = 4$; $p = 0,236 > 0,005$) nos confirman que no existe relación estadística significativa entre la dependencia a los videojuegos y el estrés académico. Nos quiere decir que, aunque sobre el papel se pueden observar las diferencias acordes con la dependencia a los videojuegos y la clase de estrés que estos presentan, estas no tienen la suficiente fuerza como para exponer una relación entre ambas para la muestra estudiada. El estrés podría ser de origen inter o extramural.

GRÁFICO N° 03

RELACIÓN ENTRE DEPENDENCIA A LOS VIDEOJUEGOS Y EL ESTRÉS ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL, TACNA-2025



Fuente: Tabla N° 03.

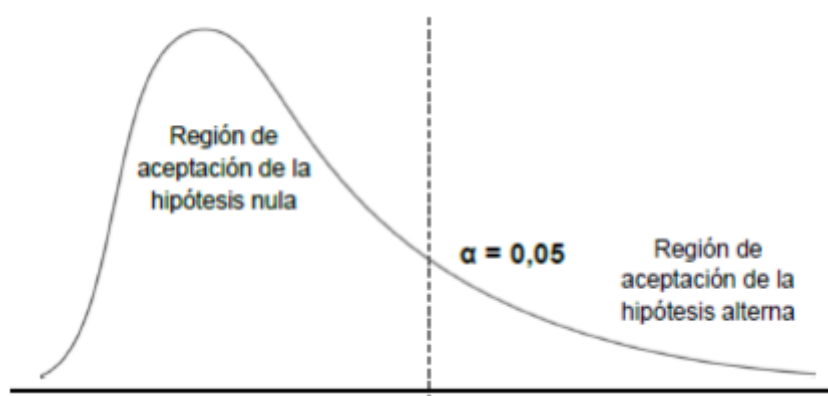
4.2 PRUEBA DE HIPÓTESIS

Hipótesis alterna (H1)

Existe relación entre la dependencia a los videojuegos y el estrés académico en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, Tacna-2025.

Hipótesis nula (H0)

No existe relación entre la dependencia a los videojuegos y el estrés académico en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, Tacna-2025.



- 1) **Nivel de Significancia:** $\alpha = 5\% = 0,05$ Estadística de Prueba: Chi cuadrado

Dado a los resultados encontrados de **X²=20,949 GL: 4 P:0,236**>0,05.

No se rechaza la hipótesis nula, por lo que no existe evidencia estadística suficiente para afirmar la hipótesis alternativa.

4.3 DISCUSIÓN DE RESULTADOS

En la tabla N° 01: se observa que el 65,8% de los estudiantes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal presentan un nivel bajo de dependencia a los videojuegos, el 29,1% el nivel medio y el 5,1% en un nivel alto. Estos resultados sugieren que, en la mayoría de los casos, el uso de videojuegos se mantiene dentro de un rango no problemático; sin embargo, la presencia de un 34,2% de estudiantes con niveles medio y alto evidencia un grupo en riesgo que no debe ser minimizado, ya que podría evolucionar hacia conductas más problemáticas si no se implementan medidas preventivas oportunas.

Estos resultados coinciden con lo reportado por **Paredes J. (20)**, quien encontró que el 55,8% de los estudiantes presentó un nivel medio de dependencia y el 44,2% niveles bajos o altos, manteniendo una tendencia hacia un uso equilibrado del entretenimiento digital. Igualmente, **Valle O. (19)**, encontró que el 69% de los participantes mostró dependencia baja, el 26% regular y el 5% alta, lo que sugiere que el uso de videojuegos, en muchos casos, no se traduce en una conducta adictiva, coincidiendo con los hallazgos de la presente investigación sobre la baja prevalencia de dependencia severa.

Asimismo, **Chiluisa E. (5)**, reportó que la dependencia a los videojuegos no alcanza niveles críticos en la mayoría de adolescentes, lo cual es consistente con los resultados obtenidos en la investigación. Esta coincidencia entre estudios podría explicarse por el hecho de que, aunque los videojuegos están ampliamente disponibles, existen factores reguladores como la supervisión familiar, las responsabilidades académicas y las normas sociales que limitan su uso excesivo.

Desde otro punto de vista, se puede considerar que los estudiantes utilizan los videojuegos principalmente como una forma de entretenimiento y distracción, lo cual no necesariamente implica una pérdida de control. En este sentido, el bajo nivel de dependencia encontrado podría estar relacionado con un equilibrio entre el tiempo dedicado al ocio digital y las obligaciones académicas.

En el marco de la Teoría de Promoción de la Salud de Nola Pender, estos resultados pueden interpretarse como el resultado de una conducta influenciada por factores personales, sociales y cognitivos. Es decir, los estudiantes evalúan los beneficios del uso de videojuegos, como el entretenimiento y la relajación, pero también están influenciados por factores externos que regulan su comportamiento, evitando que este se convierta en una conducta de riesgo.

Cabe señalar que la Organización Mundial de la Salud reconoce el trastorno por uso de videojuegos como una condición que puede afectar el funcionamiento personal, social y académico del individuo (1). Por ello, un uso excesivo de videojuegos puede generar repercusiones en la vida del escolar, tales como bajo rendimiento académico, aislamiento social y dificultades en el control del tiempo, lo cual podría afectar su desarrollo integral.

Lo antes mencionado se ha demostrado en los estudios de **Fajardo, Santana y Caldas (15)**, quienes encontraron que el uso de videojuegos se asocia con niveles de agresividad en adolescentes, mientras que **Franco A. (17)**, ha evidenciado su relación con las habilidades sociales, indicando que un uso excesivo puede influir en la interacción

interpersonal de los estudiantes.

En este sentido, aunque en la presente investigación predomina un nivel bajo de dependencia a los videojuegos, es importante considerar que, en niveles más elevados, esta conducta podría generar consecuencias negativas en diferentes dimensiones del desarrollo del escolar, dependiendo del contexto y del tipo de uso que se le dé; por ello, la presencia de un pequeño grupo con dependencia alta resalta la importancia de implementar estrategias educativas y de salud mental que fomenten hábitos tecnológicos responsables y prevengan la consolidación de conductas adictivas en la población adolescente.

En la tabla N° 02, se muestra el nivel de estrés académico en los estudiantes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, donde se observa que el 60,7% tiene nivel severo de estrés académico, el 36,8% nivel moderado y solo el 2,6% nivel leve. Estos resultados muestran que más de la mitad de los estudiantes experimenta un considerable nivel de estrés, reflejando las altas demandas académicas, la presión por el rendimiento escolar y la poca gestión de emociones frente a las responsabilidades educativas.

Estos hallazgos coinciden con el estudio de **Paredes J. (20)**, donde reportó que la mayoría de los estudiantes evaluados reportaron sufrir estrés académico en nivel moderado a severo, donde la sobrecarga de tareas, las evaluaciones constantes y el poco tiempo para descansar son los principales factores que lo desencadenan. Asimismo, **Valle O. (19)**, encontró que el estrés académico elevado es un fenómeno común en los escolares, en particular en aquellos con hábitos inadecuados de

estudio y que presentan un entorno familiar poco favorable para el aprendizaje.

De igual manera, **Hernández y Sánchez (14)**, señalan que el estrés académico en estudiantes se encuentra estrechamente relacionado con factores como la presión por el rendimiento, la acumulación de actividades académicas y las interacciones con docentes, lo que genera respuestas emocionales negativas como ansiedad, frustración y dificultades de concentración.

Estos hallazgos permiten inferir que el alto nivel de estrés encontrado en la presente investigación podría estar asociado a las múltiples demandas académicas que enfrentan los estudiantes, las cuales, en muchos casos, superan su capacidad de afrontamiento. Además, factores como la presión familiar por obtener buenos resultados y las expectativas personales también pueden contribuir al incremento del estrés.

Desde el enfoque teórico de Lazarus y Folkman en su Teoría transaccional del estrés y el afrontamiento (7), el estrés académico puede ser comprendido como el resultado de una valoración cognitiva en la que el estudiante percibe las demandas del entorno educativo como superiores a sus recursos personales. En este sentido, el estrés no depende únicamente de la situación en sí, sino de la interpretación que el individuo hace de la misma.

Asimismo, es importante considerar que la etapa adolescente se caracteriza por cambios emocionales y psicológicos que pueden

intensificar la respuesta al estrés, haciendo que los estudiantes sean más vulnerables ante las exigencias académicas.

En conjunto, estos resultados evidencian que el estrés académico es un fenómeno complejo y multifactorial, que requiere ser abordado desde una perspectiva integral que considere tanto factores individuales como contextuales, así como también se destaca la importancia de implementar programas de acompañamiento emocional, talleres de manejo del estrés, estrategias de organización escolar, que ayuden a favorecer el bienestar psicológico y el desempeño académico de los estudiantes.

En la tabla N° 03: se analiza la relación entre dependencia a los videojuegos y el estilo de estrés académico en los estudiantes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, Tacna – 2025. Los resultados evidencian que la mayoría de los estudiantes tienen dependencia a los videojuegos (65,8%), de los cuales una gran proporción experimenta estrés severo (33,9%). Asimismo, el 22,2 % de los estudiantes con dependencia media también manifiesta un nivel severo de estrés académico.

Por su parte, los que tienen alta dependencia representan el 4,7 % del total. Sin embargo, el análisis estadístico realizado mediante la prueba de Chi cuadrado ($X^2 = 20,949$; $gl = 4$; $p = 0,236 > 0,05$) demostró que no existe relación significativa entre ambas variables, lo que señala que la dependencia a los videojuegos no influye directamente en el nivel de estrés académico de los adolescentes.

Estos resultados son similares a los encontrados por **Paredes J. (20)**, donde se indicaba que no había una correlación significativa entre la dependencia a los videojuegos y el estrés académico en esta población estudiantil, concluyendo que los altos niveles de estrés están más relacionados a factores escolares y personales que a la utilización de videojuegos. De la misma manera, **Valle O. (19)** encontró que, a pesar del uso frecuente de videojuegos, los niveles de estrés académico no estaban relacionados estadísticamente con esta práctica, demostrando que los videojuegos, en algunos casos, podrían cumplir una función de distracción o recreación.

Estos hallazgos permiten inferir que el estrés académico no depende exclusivamente del uso de videojuegos, sino que está influenciado por múltiples factores, entre los cuales puede destacar la carga académica, las exigencias institucionales, la presión familiar y las características personales del estudiante.

Desde la teoría de Lazarus y Folkman, este resultado puede explicarse considerando que el estrés depende de la percepción individual de las demandas y de los recursos de afrontamiento, lo que implica que el uso de videojuegos no necesariamente constituye un factor determinante en la generación de estrés.

Por otro lado, desde la Teoría de Promoción de la Salud de Nola Pender, el uso de videojuegos puede interpretarse como una conducta orientada al bienestar, relacionada con la búsqueda de entretenimiento y alivio emocional, lo que podría incluso funcionar como una estrategia de afrontamiento en algunos casos, sin generar necesariamente un

impacto negativo en el estrés académico.

Asimismo, es importante considerar que los efectos de los videojuegos pueden variar dependiendo del contexto y de la variable analizada, ya que algunos estudios han encontrado relación con otras dimensiones como la agresividad o el comportamiento social, mas no necesariamente con el estrés académico. En este sentido, **Hernandez y Sanchez (14)**, demostraron que una de las principales causas del estrés académico son la carga académica y las interacciones con los docentes, evidenciando que esta problemática responde principalmente a factores propios del entorno educativo. Del mismo modo, **Huaripoma (18)**, encontró que una mayor dependencia a los videojuegos genera un gran impacto significativo en la conducta de los adolescentes, asociándolo con niveles de agresividad.

Al contrastar estos resultados con los hallazgos de la presente investigación, se puede señalar que, aunque los estudiantes presentan niveles elevados de estrés académico, esto no parece guardar una asociación significativa con la dependencia a los videojuegos, sino que muy probablemente está más relacionado con exigencias académicas, la presión familiar y factores emocionales propios de la etapa de adolescencia.

Desde esta perspectiva, los resultados refuerzan la idea de que el estrés académico constituye un fenómeno multifactorial y complejo, que no puede ser explicado por una sola variable, como el uso de videojuegos, lo que justifica la aceptación de la hipótesis nula.

En ese sentido, resulta relevante implementar estrategias orientadas al manejo del estrés académico y al fortalecimiento de habilidades de afrontamiento, promoviendo además un equilibrio adecuado entre las actividades académicas y recreativas, así como un uso saludable de la tecnología.

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 CONCLUSIONES

- Se concluye que la mayoría de los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal presento un nivel bajo de dependencia a los videojuegos (65,8), evidenciando que, aunque esta actividad forma parte de su entretenimiento cotidiano, no alcanza niveles elevados de conducta dependiente en la mayor parte de la población estudiada.
- Se concluye que predomino el nivel severo de estrés académico (60,7) en los estudiantes, lo que evidencia una importante carga emocional en la población.
- Se concluye que no existe una relación estadísticamente significativa entre la dependencia a los videojuegos y el estrés académico, debido a que el valor de significancia obtenido fue mayor a 0,05 ($p = 0,236$), evidenciando que el uso de videojuegos no influye directamente en los niveles de estrés; sin embargo, se observa una coexistencia de estrés elevado con un uso moderado de videojuegos, lo que sugiere la necesidad de estrategias preventivas.

5.2 RECOMENDACIONES

- Se recomienda al director de la Institución Educativa, que, en coordinación con el personal docente, el área de tutoría y el establecimiento de salud, implemente programas de orientación y acompañamiento psicológico orientados en fortalecer las estrategias de afrontamiento del estrés académico y promover el bienestar emocional en los adolescentes.
- Por otro lado, se sugiere desarrollar talleres educativos en la escuela de padres, dirigidos a padres de familia y estudiantes, sobre el uso responsable de los videojuegos, así como promover actividades extracurriculares que fomenten la socialización, el deporte y la gestión emocional, contribuyendo a un adecuado equilibrio entre el ocio digital y las responsabilidades académicas.
- Finalmente, es fundamental fortalecer el rol del profesional de enfermería en la detección temprana y atención del estrés académico en la Institución Educativa, además de incentivar a la Escuela Profesional de Enfermería y a futuros investigadores a profundizar en el estudio de los factores asociados al estrés y los hábitos digitales en adolescentes.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Trastorno del juego [Internet]. Quien.int. [citado el 16 de abril de 2025]. Disponible en: <https://www.who.int/standards/classifications/frequency-asked-questions/gaming-disorder>
2. Salud del adolescente [Internet]. Paho.org. [citado el 16 de abril de 2025]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/salud-adolescente>
3. Pereira. N, Luisa. M, Completo. N. una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de éste en el ámbito educativo [Internet]. Redalyc.org. [citado el 16 de abril de 2025]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/440/44012058011.pdf>
4. Researchgate.net. [citado el 26 de octubre de 2025]. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/209835950_College_students'_academic_stress_and_its_relation_to_their_anxiety_time_management_and_leisure_satisfaction
5. Chiluisa E. Dependencia a los videojuegos y su relación con el estrés académico en adolescentes. Ciencia Latina [Internet]. 2022 [citado el 16 de abril de 2025];5(1):1438–59. Disponible en: <https://www.ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/2305>
6. Bandura A. Social cognitive theory: An agentic perspective. Asian Journal of Social Psychology. 1999;2(1):21-41.
7. Janse, B. Teoría transaccional del estrés y el afrontamiento (TTSC). Toolshero [Internet]. 2021 [citado el 16 de abril de 2025]. Disponible en: <https://www.toolshero.com/psychology/transactional-theory-of-stress-and-coping/>
8. Ley N° 27337, Nuevo Código de los Niños y Adolescentes. Diario Oficial El Peruano. 7 de agosto de 2000.
9. Ley N° 30947, Ley de Salud Mental. Diario Oficial El Peruano. 11 de junio de 2019.

10. Ley N° 31627, Ley que modifica la Ley 30947, Ley de Salud Mental, a fin de fortalecer la prevención y promoción de la salud mental¹ en niños, niñas y estudiantes en el ámbito educativo. Diario Oficial El Peruano. 17 de noviembre de 2022.
11. Ley N° 29733, Ley de Protección de Datos Personales. Diario Oficial El Peruano. 3 de julio de 2011.
12. Ley N° 26842, Ley General de Salud. Diario Oficial El Peruano. 20 de julio de 1997.
13. Ministerio de Salud [Internet]. Gob.pe. modelo de cuidado integral de salud por curso vida para la persona familia y comunidad MCI documento técnico. [citado el 10 de noviembre de 2025]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/informes-publicaciones/1893886>
14. Hernández. L, Sánchez. M “Causas y consecuencias del estrés académico en estudiantes universitarios : [citado el 18 de abril de 2025]. Disponible en: <https://revistavitalia.org/index.php/vitalia/article/view/377>
15. Fajardo. J, Santana. A, Caldas. C: “Asociación entre el tiempo dedicado a los videojuegos y la tendencia a la agresividad en estudiantes universitarios de Bogotá” [citado el 18 de abril de 2025]. Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-39162022000100208
16. Mamani. D, Factores condicionantes al uso excesivo de videojuegos en escolares de 5to grado de la institución educativa primaria José Antonio Encinas n° 111 [citado el 18 de abril de 2025]. Disponible en: <https://repositorio.upsjb.edu.pe/item/f4bae22b-8726-42f7-8069-ecf905e33ecf>
17. Franco. A “Dependencia a los Videojuegos y habilidades sociales en estudiantes de una Institución Educativa Estatal de la ciudad de Huancayo” [citado el 18 de abril de 2025]. Disponible en: <https://repositorio.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/5229>

18. Huaripoma. C, "Dependencia a los Videojuegos y Agresividad en estudiantes de secundaria de un Colegio Nacional del Distrito De Lince, [citado el 18 de abril de 2025]. Disponible en: <https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/33792/Huaripoma%20Pizarro%2C%20Catheryn%20Ninoska.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
19. Valle, O. "Dependencia a videojuegos y estrés académico en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Emblemática Don José de San Martín. [citado el 18 de abril de 2025]. Disponible en: <https://repositorio.upt.edu.pe/handle/20.500.12969/2749>
20. Paredes. J Dependencia a los videojuegos y tolerancia a la frustración en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa coronel José Joaquín Inclán, Tacna 2023. Universidad Privada de Tacna.
21. Huayta. I Habilidades sociales y adicción a videojuegos en estudiantes de primer año de secundaria de la Institución Educativa Luis Alberto Sánchez, Tacna - 2020. Universidad Privada de Tacna
22. Pender NJ, Murdaugh CL, Parsons MA. Health promotion in nursing practice. 7a ed. Upper Saddle River, NJ, Estados Unidos de América: Pearson; 2014.
23. Peralta. L, Torres. M. Adicción a videojuegos en relación con la conducta antisocial y delictiva en estudiantes de un colegio estatal de Lima, Unirioja.es. [citado el 18 de abril de 2025]. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7770608>
24. Calla.A. Adicción a los videojuegos y rendimiento académico en tiempos de pandemia en alumnos del sexto grado del nivel primario de una Institución educativa pública, Juliaca, Perú. Educación EP. UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN [Internet]. Edu.pe. [citado el 17 de abril de 2025]. Disponible en: <https://repositorio.upeu.edu.pe/server/api/core/bitstreams/1c569a41-16ec-4afb-8da9-ec03841b7f6a/content>

25. Bustamante. A. Dependencia a videojuegos y estrés académico en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Emblemática Don José de San Martín, Tacna 2022. Universidad Privada de Tacna; 2022.
26. Colón.V, Paternina.M, Pestana.J. Relación entre dependencia a videojuegos y habilidades sociales en estudiantes de 12 a 16 años en el municipio de Corozal – Sucre, citado el 17 de abril de 2025]. Disponible en: <https://repositorio.cecar.edu.co/server/api/core/bitstreams/f2be87bc-3932-404e-a76c-9a6289528ad7/content>
27. Organización Mundial de la Salud. CIE-11 para estadísticas de mortalidad y morbilidad: Trastorno por videojuegos [Internet]. OMS; 2022 [citado 18 mayo 2025]. Disponible en: <https://icd.who.int/>
28. Jiménez. S, Granero. R, Fernández. F. Neurobiología de la adicción a videojuegos: implicaciones clínicas y preventivas. Adicciones. 2021;33(3):181–90.
29. López. V, Valle. C, Prieto. M, Martínez. Á. Estrés académico y bienestar psicológico en adolescentes: factores relacionados y estrategias de intervención. Rev Educ Desarroll. 2020;54(1):65–72.
30. Ruiz. N, Moya. L. Estrés académico: conceptualización, consecuencias y estrategias de afrontamiento. Rev Psicopatol Salud Ment Adolesc. 2018;5(2):105–16.
31. World Health Organization. International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems (ICD-11). 11th rev. Geneva: WHO; 2019.
32. Griffiths MD. A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework. J Subst Use. 2005;10(4):191-7.
33. Hernández, R, Collado. C, Lucio. P, et al. Metodología de la investigación. McGraw Hill España; 2014. Gob.mx. [citado el 19 de noviembre de 2025]. Disponible en: https://apiperiodico.jalisco.gob.mx/api/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/metodologia_de_la_investigacion_roberto_hernandez_sampieri.pdf

ANEXOS

ANEXO N° 01:	Consentimiento informado
ANEXO N° 02:	Instrumento variable 1: DEPENDENCIA A LOS VIDEOJUEGOS
ANEXO N° 03:	Instrumento variable 2: ESTRÉS ACADÉMICO
ANEXO N° 04:	Validación de instrumento A
ANEXO N° 05	Validación de instrumento B
ANEXO N° 06-A:	Validación por contenido
ANEXO N° 06-B:	Validación de constructo
ANEXO N° 07:	Matriz de consistencia
ANEXO N° 08:	Tablas de datos sociodemográficos
ANEXO N° 09:	Permisos y autorizaciones

ANEXO N° 01



**UNIVERSIDAD NACIONAL JORGE BASADRE GROHMANN
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA**



CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo.....Identificado con
DNI°.....PPFF/ Apoderado de la Institución Educativa
Fortunado Zora Carvajal, SI() NO()Autorizo a mi mejor
hijo(a):..... a participar en el trabajo
de investigación titulado “DEPENDENCIA A VIDEOJUEGOS Y EL ESTRÉS
ACADÉMICO EN LOS ADOLESCENTE DEL NIVRL SECUNDARIO DE LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL, TACNA-2025”; la
presente investigación es realizada por la Bachiller en enfermería : Tirza Maria
Isabel Meléndez Sucapuca, de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann.
La información que se recogerá para el estudio e investigación será totalmente
confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de la investigación.
Los datos personales de las personas participantes serán completamente
anónimos para salvaguardar su integridad.

Tacna, de.....del 2025

Firma

ANEXO N° 02



UNIVERSIDAD NACIONAL JORGE BASADRE GROHMANN

**Facultad de Ciencias de la Salud
Escuela Profesional de Enfermería**



INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS CUESTIONARIO PARA TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

El presente instrumento ha sido diseñado con el objetivo de recolectar información relevante para el desarrollo del estudio titulado: **"Dependencia a videojuegos y el estrés académico en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, Tacna – 2025"**. El instrumento está estructurado para medir de manera clara y precisa los niveles de dependencia a los videojuegos y el grado de estrés académico en la población escolar mencionada. La información obtenida será tratada con absoluta confidencialidad y empleada exclusivamente con fines académicos, respetando los principios éticos de la investigación científica.

Instrumento A: Test de Dependencia de Videojuegos (TDV) (Chóliz y Marco, 2011)

DATOS

GRADO:....., SECCIÓN:....., SEXO: M() F() EDAD:.....

Toma como referencia la siguiente escala, marca con un (X)

0 Totalmente en desacuerdo	1 Un poco en desacuerdo	2 Neutral	3 Un poco de acuerdo	4 Totalmente de acuerdo
----------------------------------	-------------------------------	--------------	-------------------------	-------------------------------

1	Juego mucho más tiempo con los videojuegos ahora, que cuando comencé.	0	1	2	3	4
2	Pido prestado a diferentes personas sino me funciona la videoconsola o la PC.	0	1	2	3	4
3	Me afecta mucho cuando quiero jugar y no funciona la videoconsola o el videojuego.	0	1	2	3	4
4	Cada vez que me acuerdo de mis videojuegos tengo la necesidad de jugar con ellos.	0	1	2	3	4
5	Dedico tiempo adicional a actividades relacionadas con los videojuegos, incluso mientras realizo otras tareas (como leer, conversar con otras personas o dibujar personajes de videojuegos).	0	1	2	3	4

6	Me encuentro vacío y no sé qué hacer, si estoy un tiempo sin jugar videojuegos.	0	1	2	3	4
7	Me irrita/enfada cuando no funciona el videojuego por culpa de la videoconsola o PC	0	1	2	3	4
8	Siento que necesito jugar más tiempo que antes para sentirme igual de satisfecho o entretenido.	0	1	2	3	4
9	Dedico menos tiempo a hacer otras actividades, porque los videojuegos me ocupan bastante tiempo.	0	1	2	3	4
10	Siento ansiedad o preocupación por subir de nivel, avanzar o ganar prestigio en los videojuegos.	0	1	2	3	4
11	Si no te funciona un videojuego, buscas otro rápidamente para poder jugar.	0	1	2	3	4
12	Creo que juego demasiado a los videojuegos.	0	1	2	3	4
13	Me resulta muy difícil parar cuando comienzo a jugar, aunque tenga que dejarlo porque me llaman mis padres, amigos o tengas que ir a algún sitio.	0	1	2	3	4
14	Cuando me encuentro mal me refugio en los videojuegos.	0	1	2	3	4
15	Lo primero que haces los fines de semana cuando te levantas es ponerte a jugar algún videojuego.	0	1	2	3	4
16	Has llegado a estar jugando más de tres horas seguidas.	0	1	2	3	4
17	Tengo conflictos con mis padres, familiares o amigos debido al tiempo que paso jugando videojuegos en la consola o PC.	0	1	2	3	4
18	Cuando estoy aburrido me pongo a jugar un videojuego.	0	1	2	3	4
19	Me acuesto tarde por quedarme a jugar con videojuegos.	0	1	2	3	4
20	Me pongo a jugar un videojuego cuando tengo un poco de tiempo, aunque sea un momento.	0	1	2	3	4
21	Pierdo la noción del tiempo cuando estoy jugando.	0	1	2	3	4
22	Me pongo a jugar videojuegos ni bien llego a casa.	0	1	2	3	4
23	Miento a mi familia u otras personas minimizando el tiempo que paso jugando videojuegos.	0	1	2	3	4
24	Sigo pensando en los videojuegos (cómo avanzar, superar niveles o lograr ciertos objetivos), incluso cuando estoy realizando otras actividades como asistir a clases, estar con amigos o estudiar.	0	1	2	3	4
25	Para distraerme cuando tengo algún problema, suelo ponerme a jugar con algún videojuego.	0	1	2	3	4

Fuente: Chóliz M., Marco C., **Publicado en:** 2011, **Modificado por tesista:** Meléndez T., **En:** 2025

ANEXO N° 03



UNIVERSIDAD NACIONAL JORGE BASADRE GROHMANI FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA



INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

INSTRUMENTO B: INVENTARIO SISTÉMICO COGNOSCIVISTA (SISCO) DE ESTRÉS ACADÉMICO

1. ¿Has tenido momentos de preocupación o nerviosismo desde que empezaron las clases de este año 2025?

SI ☐ NO ☐

En caso de seleccionar la alternativa «no», el cuestionario se dé por concluido. En caso de seleccionar la alternativa “sí”, pasar a la pregunta número dos y continuar con el resto de las preguntas.

2. Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala del 1 al 5, señala tu nivel de preocupación o nerviosismo. En la escala propuesta (1) es NUNCA y (5) SIEMPRE.

Marque con un (X) las siguientes preguntas según usted crea conveniente:

1 Nunca	2 Rara Vez	3 Algunas veces	4 Casi siempre	5 Siempre
------------	---------------	--------------------	-------------------	--------------

1	Me siento presionado(a) por competir académicamente con mis compañeros.	1	2	3	4	5
2	Siento que tengo sobrecarga de tareas y trabajos escolares.	1	2	3	4	5
3	El modo de ser de algunos docentes me genera tensión o incomodidad.	1	2	3	4	5
4	Las evaluaciones (exámenes, ensayos, investigaciones) me resultan estresantes.	1	2	3	4	5

5	Me siento presionado por el tipo de actividades que asignan los profesores (fichas, mapas conceptuales, etc.).	1	2	3	4	5
6	Me siento estresado(a) cuando no comprendo los temas explicados en clase.	1	2	3	4	5
7	Siento ansiedad al participar en clase, ya sea al exponer, responder preguntas, entre otras actividades.	1	2	3	4	5
8	Me estresa tener un tiempo limitado para desarrollar tareas escolares.	1	2	3	4	5
9	No duermo o tengo pesadillas	1	2	3	4	5
10	Me siento fatigado(a) o sin energía.	1	2	3	4	5
11	Sufro dolores de cabeza o migrañas.	1	2	3	4	5
12	Siento dolor abdominal o diarrea.	1	2	3	4	5
13	Cuando me siento estresado, tengo a rascarme, morderme las uñas o frotarme las manos.	1	2	3	4	5
14	Siento somnolencia o necesito dormir más de lo habitual.	1	2	3	4	5
15	Me cuesta relajarme y mantenerme tranquilo(a).	1	2	3	4	5
16	Me siento triste o decaído(a) sin una causa clara.	1	2	3	4	5
17	Experimento ansiedad, angustia o desesperación.	1	2	3	4	5
18	Tengo dificultades para concentrarme en mis actividades.	1	2	3	4	5
19	Me siento irritable o con tendencia a reaccionar agresivamente.	1	2	3	4	5
20	Me involucro en discusiones o conflictos con facilidad.	1	2	3	4	5
21	Tiendo a aislarme de los demás.	1	2	3	4	5
22	Pierdo la motivación para realizar mis labores escolares.	1	2	3	4	5
23	Noto un aumento o disminución en mi consumo de alimentos.	1	2	3	4	5
24	Expreso mis ideas, preferencias o emociones sin dañar a los demás.	1	2	3	4	5
25	Elaboro un plan para organizar y ejecutar mis tareas académicas.	1	2	3	4	5
26	Me elogio o reconozco mis logros personales.	1	2	3	4	5
27	Busco apoyo de la oración, asisto a misa para calmarme y sentir apoyo.	1	2	3	4	5
28	Busco información para comprender mejor las situaciones que me generan estrés.	1	2	3	4	5
29	Hablo con alguien sobre mis preocupaciones o problemas.	1	2	3	4	5

Fuente: Chóliz M., Marco C., **Publicado en:** 2011, **Modificado por:** Meléndez T.

ANEXO N° 04

VALIDACION DE EXPERTOS

INSTRUMENTO A

VALIDACIÓN N° 01

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA VALIDACIÓN DE JUICIO EXPERTOS DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

FORMATOS DE VALIDACIÓN

VALIDACIÓN DE JUICIO EXPERTO DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

1.1 NOMBRE Y APELLIDO DEL EXPERTO Victor Manuel A. Riego Miranda EDAD 31
 1.2 INSTITUCIÓN DONDE LABORA/CARGO I.E. Fortunato Zora Carvajal / Psicólogo Educativo
 1.3 TÍTULO PROFESIONAL Colaborador
 1.4 GRADO ACADÉMICO Licenciado MENCIÓN EN Psicología Humana
 1.5 TITULACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN: Dependencia a videojuegos y el estrés académico en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, Tacna – 2025.

ASPECTOS DE VALIDACIÓN: INSTRUMENTO A

N°	INDICADOR	CRITERIOS	DEFICIENTE 0 - 20%	BAJO 21- 40%	REGULAR 41-60%	BUENA 61- 80%	MUY BUENA 81-100%
1.	CLARIDAD DE LA REDACCIÓN	Está formulado con lenguaje apropiado y entendible.					X
2.	OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables y medibles hacia los objetivos de la investigación.					X
3.	PERTINENCIA	Es útil y adecuado, las preguntas están relacionadas al tema de investigación.					X
4.	ORGANIZACIÓN	Hay una secuencia lógica en las preguntas.					X
5.	SUFICIENCIA	El número de preguntas es adecuado y tiene calidad en la transmisión de las mismas					X
6.	INTENCIONALIDAD	El conjunto de ítems del cuestionario cumple en; registrar, estructurar las funciones, la finalidad, organización, tipo de preguntas características y naturaleza, utilizando las estrategias científicas para alcanzar las metas del Estudio de investigación.					X
7.	CONSISTENCIA	Existe solidez y coherencia entre sus preguntas en función al avance de la ciencia en el estudio de la investigación.					X
8.	COHERENCIA INTERNA	Entre dimensiones, indicadores, ítems, escala y nivel de medición de las variables en estudio de la investigación.					X
9.	METODOLOGÍA	Los ítems responden a la temática de estudio que está en relación al proceso del Método Científico (Proceso de la investigación).					X
10.	INDUCCIÓN A LA RESPUESTA	Entre la comprensión del ítem y la expresión de la respuesta.					X
11.	LENGUAJE	Está acorde al nivel del que será entrevistado.					X

1. OPINIÓN DE APLICABILIDAD: a) Deficiente.....b) Baja..... c) Regular..... d) Bueno.....e) Muy Buena X
 2. PROMEDIO DE VALORACIÓN:.....FECHA Y LUGAR.....
 3. OBSERVACIÓN ES: General (si debe eliminar o modificarse un ítem por favor indique).....

FIRMA DEL EXPERTO INFORMANTE

DNI: 71910714



Victor Manuel A. Riego Miranda
 LICENCIADO EN PSICOLOGIA
 C.P.P. 48663

VALIDACIÓN DE JUICIO EXPERTOS DE LOS INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN
VALIDACIÓN N° 02

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA
VALIDACIÓN DE JUICIO EXPERTOS DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

FORMATOS DE VALIDACIÓN

VALIDACIÓN DE JUICIO EXPERTO DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

1.1 NOMBRE Y APELLIDO DEL EXPERTO César Meléndez Domínguez EDAD 38
 1.2 INSTITUCIÓN DONDE LABORA/CARGO UNJB6 / Docente
 1.3 TÍTULO PROFESIONAL Ing. Estadístico
 1.4 GRADO ACADÉMICO..... MENCIÓN EN.....
 1.5 TITULACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN : Dependencia a videojuegos y el estrés académico en
 estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, Tacna – 2025

ASPECTOS DE VALIDACIÓN A

N°	INDICADOR	CRITERIOS	DEFICIENTE 0 - 20%	BAJO 21- 40%	REGULAR 41-60%	BUENA 61- 80%	MUY BUENA 81-100%
1.	CLARIDAD DE LA REDACCIÓN	Está formulado con lenguaje apropiado y entendible.					92%.
2.	OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables y medibles hacia los objetivos de la investigación.					92%.
3.	PERTINENCIA	Es útil y adecuado, las preguntas están relacionadas al tema de investigación.					94%.
4.	ORGANIZACIÓN	Hay una secuencia lógica en las preguntas.					90%.
5.	SUFICIENCIA	El número de preguntas es adecuado y tiene calidad en la transmisión de las mismas					92%.
6.	INTENCIONALIDAD	El conjunto de ítems del cuestionario cumple en; registrar, estructurar las funciones, la finalidad, organización, tipo de preguntas características y naturaleza, utilizando las estrategias científicas para alcanzar las metas del Estudio de investigación.					92%.
7.	CONSISTENCIA	Existe solidez y coherencia entre sus preguntas en función al avance de la ciencia en el estudio de la investigación.					92%.
8.	COHERENCIA INTERNA	Entre dimensiones, indicadores, ítems, escala y nivel de medición de las variables en estudio de la investigación.					92%.
9.	METODOLOGÍA	Los ítems responden a la temática de estudio que está en relación al proceso del Método Científico (Proceso de la investigación).					92%.
10.	INDUCCIÓN A LA RESPUESTA	Entre la comprensión del ítem y la expresión de la respuesta.					92%.
11.	LENGUAJE	Está acorde al nivel del que será entrevistado.					92%.

1. OPINIÓN DE APLICABILIDAD: a) Deficiente..... b) Baja..... c) Regular..... e) Muy Buena...**X**.....
 2. PROMEDIO DE VALORACIÓN: 92%..... FECHA Y LUGAR: 30/06/2025 / Tacna
 3. OBSERVACIONES: General (si debe eliminar o modificarse un ítem por favor indique).....

FIRMA DEL EXPERTO INFORMANTE

DNI: 43968062

COESPE : 1086

VALIDACIÓN N° 03

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA VALIDACIÓN DE JUICIO EXPERTOS DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

FORMATOS DE VALIDACIÓN

VALIDACIÓN DE JUICIO EXPERTO DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

1.1 NOMBRE Y APELLIDO DEL EXPERTO: Graciela Huata Tovar EDAD:.....
 1.2 INSTITUCIÓN DONDE LABORA/CARGO: UHPB
 1.3 TÍTULO PROFESIONAL: Enfermera
 1.4 GRADO ACADÉMICO: Docente MENCIÓN EN: Ciencias Enfermería
 1.5 TITULACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN: Dependencia a videojuegos y el estrés académico en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, Tacna – 2025.

ASPECTOS DE VALIDACIÓN: INSTRUMENTO A

N°	INDICADOR	CRITERIOS	DEFICIENTE 0 - 20%	BAJO 21- 40%	REGULAR 41-60%	BUENA 61- 80%	MUY BUENA 81-100%
1.	CLARIDAD DE LA REDACCIÓN	Está formulado con lenguaje apropiado y entendible.				80	
2.	OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables y medibles hacia los objetivos de la investigación.				80	
3.	PERTINENCIA	Es útil y adecuado, las preguntas están relacionadas al tema de investigación.				80	
4.	ORGANIZACIÓN	Hay una secuencia lógica en las preguntas.				80	
5.	SUFICIENCIA	El número de preguntas es adecuado y tiene calidad en la transmisión de las mismas				80	
6.	INTENCIONALIDAD	El conjunto de ítems del cuestionario cumple en; registrar, estructurar las funciones, la finalidad, organización, tipo de preguntas características y naturaleza, utilizando las estrategias científicas para alcanzar las metas del Estudio de investigación.				80	
7.	CONSISTENCIA	Existe solidez y coherencia entre sus preguntas en función al avance de la ciencia en el estudio de la investigación.				80	
8.	COHERENCIA INTERNA	Entre dimensiones, indicadores, ítems, escala y nivel de medición de las variables en estudio de la investigación.				80	
9.	METODOLOGÍA	Los ítems responden a la temática de estudio que está en relación al proceso del Método Científico (Proceso de la investigación).				80	
10.	INDUCCIÓN A LA RESPUESTA	Entre la comprensión del ítem y la expresión de la respuesta.				80	
11.	LENGUAJE	Está acorde al nivel del que será entrevistado.				80	

1. OPINIÓN DE APLICABILIDAD: a) Deficiente..... b) Baja..... c) Regular..... d) Bueno...X... e) Muy Buena.....
 2. PROMEDIO DE VALORACIÓN: 80.4 FECHA Y LUGAR: T. 29-6-2025
 3. OBSERVACIÓN ES: General (sí debe eliminar o modificarse un ítem por favor indique).....

FIRMA DEL EXPERTO INFORMANTE
 DNI: 09018705

VALIDACIÓN N° 04

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA VALIDACIÓN DE JUICIO EXPERTOS DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

FORMATOS DE VALIDACIÓN

VALIDACIÓN DE JUICIO EXPERTO DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

1.1 NOMBRE Y APELLIDO DEL EXPERTO Nilda Paca Romero EDAD 43
 1.2 INSTITUCIÓN DONDE LABORA/CARGO C.S. La Esperanza
 1.3 TÍTULO PROFESIONAL Licenciada en Enfermería
 1.4 GRADO ACADÉMICO..... MENCIÓN EN.....
 1.5 TITULACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN: Dependencia a videojuegos y el estrés académico en
 estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, Tacna – 2025.

ASPECTOS DE VALIDACIÓN: INSTRUMENTO A

N°	INDICADOR	CRITERIOS	DEFICIENTE 0 - 20%	BAJO 21- 40%	REGULAR 41-60%	BUENA 61- 80%	MUY BUENA 81-100%
1.	CLARIDAD DE LA REDACCIÓN	Está formulado con lenguaje apropiado y entendible.					94%
2.	OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables y medibles hacia los objetivos de la investigación.					94%
3.	PERTINENCIA	Es útil y adecuado, las preguntas están relacionadas al tema de investigación.					94%
4.	ORGANIZACIÓN	Hay una secuencia lógica en las preguntas.					96%
5.	SUFICIENCIA	El número de preguntas es adecuado y tiene calidad en la transmisión de las mismas					94%
6.	INTENCIONALIDAD	El conjunto de ítems del cuestionario cumple en; registrar, estructurar las funciones, la finalidad, organización, tipo de preguntas características y naturaleza, utilizando las estrategias científicas para alcanzar las metas del Estudio de investigación.					94%
7.	CONSISTENCIA	Existe solidez y coherencia entre sus preguntas en función al avance de la ciencia en el estudio de la investigación.					96%
8.	COHERENCIA INTERNA	Entre dimensiones, indicadores, ítems, escala y nivel de medición de las variables en estudio de la investigación.					96%
9.	METODOLOGÍA	Los ítems responden a la temática de estudio que está en relación al proceso del Método Científico (Proceso de la investigación).					96%
10.	INDUCCIÓN A LA RESPUESTA	Entre la comprensión del ítem y la expresión de la respuesta.					96%
11.	LENGUAJE	Está acorde al nivel del que será entrevistado.					98%

1. OPINIÓN DE APLICABILIDAD: a) Deficiente..... b) Baja..... c) Regular..... d) Bueno..... e) Muy Buena 95%
 2. PROMEDIO DE VALORACIÓN: 95% FECHA Y LUGAR 02 / 7 / 25
 3. OBSERVACIÓN ES: General (si debe eliminar o modificarse un ítem por favor indique).....


 Nilda Paca Romero
 ENFERMERA
 FIRMA DEL EXPERTO INFORMANTE
 DNI: 40846360

VALIDACIÓN N° 05

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA VALIDACIÓN DE JUICIO EXPERTOS DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

FORMATOS DE VALIDACIÓN

VALIDACIÓN DE JUICIO EXPERTO DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

1.1 NOMBRE Y APELLIDO DEL EXPERTO Silvia Melchor Al EDAD 53
 1.2 INSTITUCIÓN DONDE LABORA/CARGO C.S. La Esperanza
 1.3 TÍTULO PROFESIONAL Lic. En Enfermería
 1.4 GRADO ACADÉMICO Maestría MENCIÓN EN Gestión de las Serv. de Salud
 1.5 TITULACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN: Dependencia a videojuegos y el estrés académico en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, Tacna – 2025.

ASPECTOS DE VALIDACIÓN: INSTRUMENTO A

N°	INDICADOR	CRITERIOS	DEFICIENTE 0 - 20%	BAJO 21- 40%	REGULAR 41-60%	BUENA 61- 80%	MUY BUENA 81-100%
1.	CLARIDAD DE LA REDACCIÓN	Está formulado con lenguaje apropiado y entendible.					90
2.	OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables y medibles hacia los objetivos de la investigación.					90
3.	PERTINENCIA	Es útil y adecuado, las preguntas están relacionadas al tema de investigación.					95
4.	ORGANIZACIÓN	Hay una secuencia lógica en las preguntas.					90
5.	SUFICIENCIA	El número de preguntas es adecuado y tiene calidad en la transmisión de las mismas					85
6.	INTENCIONALIDAD	El conjunto de ítems del cuestionario cumple en; registrar, estructurar las funciones, la finalidad, organización, tipo de preguntas características y naturaleza, utilizando las estrategias científicas para alcanzar las metas del Estudio de investigación.					85
7.	CONSISTENCIA	Existe solidez y coherencia entre sus preguntas en función al avance de la ciencia en el estudio de la investigación.					95
8.	COHERENCIA INTERNA	Entre dimensiones, indicadores, ítems, escala y nivel de medición de las variables en estudio de la investigación.					95
9.	METODOLOGÍA	Los ítems responden a la temática de estudio que está en relación al proceso del Método Científico (Proceso de la investigación).					90
10.	INDUCCIÓN A LA RESPUESTA	Entre la comprensión del ítem y la expresión de la respuesta.					90
11.	LENGUAJE	Está acorde al nivel del que será entrevistado.					90

1. OPINIÓN DE APLICABILIDAD: a) Deficiente..... b) Baja..... c) Regular..... d) Bueno..... e) Muy Buena.....
 2. PROMEDIO DE VALORACIÓN: 90.45 FECHA Y LUGAR Tacna, 19.7.20
 3. OBSERVACIÓN ES: General (si debe eliminar o modificarse un ítem por favor indique).....

FIRMA DEL EXPERTO INFORMANTE

DNI: 00483415

ANEXO N° 05

VALIDACION DE EXPERTOS INSTRUMENTO B

VALIDACIÓN N° 01

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA VALIDACIÓN DE JUICIO EXPERTOS DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

FORMATOS DE VALIDACIÓN

VALIDACIÓN DE JUICIO EXPERTO DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

1.1 NOMBRE Y APELLIDO DEL EXPERTO Victor Manuel A. Riego Miranda EDAD 31
 1.2 INSTITUCIÓN DONDE LABORA/CARGO I.E. Fortunato Zora Carvajal - Pedagogía Educativa
 1.3 TÍTULO PROFESIONAL Colegiado
 1.4 GRADO ACADÉMICO Licenciado MENCIÓN EN Pedagogía Humana
 1.5 TITULACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN: Dependencia a videojuegos y el estrés académico en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, Tacna – 2025.

ASPECTOS DE VALIDACIÓN: INSTRUMENTO B

N°	INDICADOR	CRITERIOS	DEFICIENTE 0 - 20%	BAJO 21- 40%	REGULAR 41-60%	BUENA 61- 80%	MUY BUENA 81-100%
1.	CLARIDAD DE LA REDACCIÓN	Está formulado con lenguaje apropiado y entendible.					X
2.	OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables y medibles hacia los objetivos de la investigación.					X
3.	PERTINENCIA	Es útil y adecuado, las preguntas están relacionadas al tema de investigación.					X
4.	ORGANIZACIÓN	Hay una secuencia lógica en las preguntas.					X
5.	SUFICIENCIA	El número de preguntas es adecuado y tiene calidad en la transmisión de las mismas					X
6.	INTENCIONALIDAD	El conjunto de ítems del cuestionario cumple en; registrar, estructurar las funciones, la finalidad, organización, tipo de preguntas características y naturaleza, utilizando las estrategias científicas para alcanzar las metas del Estudio de investigación.					X
7.	CONSISTENCIA	Existe solidez y coherencia entre sus preguntas en función al avance de la ciencia en el estudio de la investigación.					X
8.	COHERENCIA INTERNA	Entre dimensiones, indicadores, ítems, escala y nivel de medición de las variables en estudio de la investigación.					X
9.	METODOLOGÍA	Los ítems responden a la temática de estudio que está en relación al proceso del Método Científico (Proceso de la investigación).					X
10.	INDUCCIÓN A LA RESPUESTA	Entre la comprensión del ítem y la expresión de la respuesta.					X
11.	LENGUAJE	Está acorde al nivel del que será entrevistado.					X

4. OPINIÓN DE APLICABILIDAD: a) Deficiente..... b) Baja..... c) Regular..... d) Bueno..... e) Muy Buena X

5. PROMEDIO DE VALORACIÓN:..... FECHA Y LUGAR.....

6. OBSERVACIÓN ES: General (si debe eliminar o modificarse un ítem por favor indique).....



Victor Manuel A. Riego Miranda
LICENCIADO EN PSICOLOGIA
C.P.P. 48663

FIRMA DEL EXPERTO INFORMANTE

DNI: 71910214

VALIDACIÓN N° 02

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA VALIDACIÓN DE JUICIO EXPERTOS DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

FORMATOS DE VALIDACIÓN

VALIDACIÓN DE JUICIO EXPERTO DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

1.1 NOMBRE Y APELLIDO DEL EXPERTO César Meléndez Domínguez EDAD 38
 1.2 INSTITUCIÓN DONDE LABORA/CARGO UN386 / Docente
 1.3 TÍTULO PROFESIONAL Ingeniero Estadístico
 1.4 GRADO ACADÉMICO..... MENCIÓN EN.....
 1.5 TITULACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN : Dependencia a videojuegos y el estrés académico en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, Tacna – 2025

ASPECTOS DE VALIDACIÓN 8

N°	INDICADOR	CRITERIOS	DEFICIENTE 0 - 20%	BAJO 21- 40%	REGULAR 41-60%	BUENA 61- 80%	MUY BUENA 81-100%
1.	CLARIDAD DE LA REDACCIÓN	Está formulado con lenguaje apropiado y entendible.					94%.
2.	OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables y medibles hacia los objetivos de la investigación.					92%.
3.	PERTINENCIA	Es útil y adecuado, las preguntas están relacionadas al tema de investigación.					92%.
4.	ORGANIZACIÓN	Hay una secuencia lógica en las preguntas.					90%.
5.	SUFICIENCIA	El número de preguntas es adecuado y tiene calidad en la transmisión de las mismas					92%.
6.	INTENCIONALIDAD	El conjunto de ítems del cuestionario cumple en; registrar, estructurar las funciones, la finalidad, organización, tipo de preguntas características y naturaleza, utilizando las estrategias científicas para alcanzar las metas del Estudio de investigación.					90%.
7.	CONSISTENCIA	Existe solidez y coherencia entre sus preguntas en función al avance de la ciencia en el estudio de la investigación.					92%.
8.	COHERENCIA INTERNA	Entre dimensiones, indicadores, ítems, escala y nivel de medición de las variables en estudio de la investigación.					92%.
9.	METODOLOGÍA	Los ítems responden a la temática de estudio que está en relación al proceso del Método Científico (Proceso de la investigación).					92%.
10.	INDUCCIÓN A LA RESPUESTA	Entre la comprensión del ítem y la expresión de la respuesta.					92%.
11.	LENGUAJE	Está acorde al nivel del que será entrevistado.					94%.

1. OPINIÓN DE APLICABILIDAD: a) Deficiente.....b) Baja..... c) Regular..... e) Muy Buena...X...
 2. PROMEDIO DE VALORACIÓN: 92%. FECHA Y LUGAR 30/06/2025 / Tacna
 3. OBSERVACIÓN ES: General (si debe eliminar o modificarse un ítem por favor indique).....

FIRMA DEL EXPERTO INFORMANTE
 DNI: 43960062
 coespe: 1086

VALIDACIÓN N° 03

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA VALIDACIÓN DE JUICIO EXPERTOS DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

FORMATOS DE VALIDACIÓN

VALIDACIÓN DE JUICIO EXPERTO DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

1.1 NOMBRE Y APELLIDO DEL EXPERTO: Elizabeth Huerta Tour EDAD:
 1.2 INSTITUCIÓN DONDE LABORA/CARGO: UNSB
 1.3 TÍTULO PROFESIONAL: Enfermera
 1.4 GRADO ACADÉMICO: Doctor MENCIÓN EN: Ciencias Enfermeras
 1.5 TITULACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN: Dependencia a videojuegos y el estrés académico en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, Tacna – 2025.

ASPECTOS DE VALIDACIÓN: INSTRUMENTO B

N°	INDICADOR	CRITERIOS	DEFICIENTE 0 - 20%	BAJO 21- 40%	REGULAR 41-60%	BUENA 61- 80%	MUY BUENA 81-100%
1.	CLARIDAD DE LA REDACCIÓN	Está formulado con lenguaje apropiado y entendible.				80	
2.	OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables y medibles hacia los objetivos de la investigación.				80	
3.	PERTINENCIA	Es útil y adecuado, las preguntas están relacionadas al tema de investigación.				80	
4.	ORGANIZACIÓN	Hay una secuencia lógica en las preguntas.				80	
5.	SUFICIENCIA	El número de preguntas es adecuado y tiene calidad en la transmisión de las mismas				80	
6.	INTENCIONALIDAD	El conjunto de ítems del cuestionario cumple en; registrar, estructurar las funciones, la finalidad, organización, tipo de preguntas características y naturaleza, utilizando las estrategias científicas para alcanzar las metas del Estudio de investigación.				80	
7.	CONSISTENCIA	Existe solidez y coherencia entre sus preguntas en función al avance de la ciencia en el estudio de la investigación.				80	
8.	COHERENCIA INTERNA	Entre dimensiones, indicadores, ítems, escala y nivel de medición de las variables en estudio de la investigación.				80	
9.	METODOLOGÍA	Los ítems responden a la temática de estudio que está en relación al proceso del Método Científico (Proceso de la investigación).				80	
10.	INDUCCIÓN A LA RESPUESTA	Entre la comprensión del ítem y la expresión de la respuesta.				80	
11.	LENGUAJE	Está acorde al nivel del que será entrevistado.				80	

4. OPINIÓN DE APLICABILIDAD: a) Deficiente..... b) Baja..... c) Regular..... d) Bueno..... e) Muy Buena.....
 5. PROMEDIO DE VALORACIÓN: 80% FECHA Y LUGAR:
 6. OBSERVACIÓN ES: General (sí debe eliminar o modificarse un ítem por favor indique)

FIRMA DEL EXPERTO INFORMANTE

DNI: 89098305

VALIDACIÓN N° 04

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA VALIDACIÓN DE JUICIO EXPERTOS DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

FORMATOS DE VALIDACIÓN

VALIDACIÓN DE JUICIO EXPERTO DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

1.1 NOMBRE Y APELLIDO DEL EXPERTO: Nilda Pacci Romero EDAD 43
 1.2 INSTITUCIÓN DONDE LABORA/CARGO: C.S. La Esperanza
 1.3 TÍTULO PROFESIONAL: Licenciada en Enfermería
 1.4 GRADO ACADÉMICO: MENCIÓN EN:
 1.5 TITULACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN: Dependencia a videojuegos y el estrés académico en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, Tacna – 2025.

ASPECTOS DE VALIDACIÓN: INSTRUMENTO B

N°	INDICADOR	CRITERIOS	DEFICIENTE 0 - 20%	BAJO 21- 40%	REGULAR 41-60%	BUENA 61- 80%	MUY BUENA 81-100%
1.	CLARIDAD DE LA REDACCIÓN	Está formulado con lenguaje apropiado y entendible.					96%
2.	OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables y medibles hacia los objetivos de la investigación.					96%
3.	PERTINENCIA	Es útil y adecuado, las preguntas están relacionadas al tema de investigación.					94%
4.	ORGANIZACIÓN	Hay una secuencia lógica en las preguntas.					94%
5.	SUFICIENCIA	El número de preguntas es adecuado y tiene calidad en la transmisión de las mismas					94%
6.	INTENCIONALIDAD	El conjunto de ítems del cuestionario cumple en; registrar, estructurar las funciones, la finalidad, organización, tipo de preguntas características y naturaleza, utilizando las estrategias científicas para alcanzar las metas del Estudio de investigación.					96%
7.	CONSISTENCIA	Existe solidez y coherencia entre sus preguntas en función al avance de la ciencia en el estudio de la investigación.					98%
8.	COHERENCIA INTERNA	Entre dimensiones, indicadores, ítems, escala y nivel de medición de las variables en estudio de la investigación.					98%
9.	METODOLOGÍA	Los ítems responden a la temática de estudio que está en relación al proceso del Método Científico (Proceso de la investigación).					96%
10.	INDUCCIÓN A LA RESPUESTA	Entre la comprensión del ítem y la expresión de la respuesta.					98%
11.	LENGUAJE	Está acorde al nivel del que será entrevistado.					98%

4. OPINIÓN DE APLICABILIDAD: a) Deficiente..... b) Baja..... c) Regular..... d) Bueno..... e) Muy Buena 96%
 5. PROMEDIO DE VALORACIÓN: 96% FECHA Y LUGAR: 02/7/25
 6. OBSERVACIÓN ES: General (si debe eliminar o modificar un ítem por favor indique):

Nilda Pacci Romero
 FIRMADA POR
 FIRMA DEL EXPERTO INFORMANTE
 DNI: 40841360

VALIDACIÓN N° 05

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA VALIDACIÓN DE JUICIO EXPERTOS DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

FORMATOS DE VALIDACIÓN

VALIDACIÓN DE JUICIO EXPERTO DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

1.1 NOMBRE Y APELLIDO DEL EXPERTO Silvia Huelmo Al EDAD 58
 1.2 INSTITUCIÓN DONDE LABORA/CARGO C.S. Fapetana 20
 1.3 TÍTULO PROFESIONAL lic. en enfermería
 1.4 GRADO ACADÉMICO Magister MENCIÓN EN Gestión de la Salud Integral
 1.5 TITULACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN: Dependencia a videojuegos y el estrés académico en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, Tacna – 2025.

ASPECTOS DE VALIDACIÓN: INSTRUMENTO B

N°	INDICADOR	CRITERIOS	DEFICIENTE 0 - 20%	BAJO 21- 40%	REGULAR 41-60%	BUENA 61- 80%	MUY BUENA 81-100%
1.	CLARIDAD DE LA REDACCIÓN	Está formulado con lenguaje apropiado y entendible.					85
2.	OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables y medibles hacia los objetivos de la investigación.					90
3.	PERTINENCIA	Es útil y adecuado, las preguntas están relacionadas al tema de investigación.					90
4.	ORGANIZACIÓN	Hay una secuencia lógica en las preguntas.					90
5.	SUFICIENCIA	El número de preguntas es adecuado y tiene calidad en la transmisión de las mismas					90
6.	INTENCIONALIDAD	El conjunto de ítems del cuestionario cumple en; registrar, estructurar las funciones, la finalidad, organización, tipo de preguntas características y naturaleza, utilizando las estrategias científicas para alcanzar las metas del Estudio de investigación.					95
7.	CONSISTENCIA	Existe solidez y coherencia entre sus preguntas en función al avance de la ciencia en el estudio de la investigación.					90
8.	COHERENCIA INTERNA	Entre dimensiones, indicadores, ítems, escala y nivel de medición de las variables en estudio de la investigación.					88
9.	METODOLOGÍA	Los ítems responden a la temática de estudio que está en relación al proceso del Método Científico (Proceso de la investigación).					90
10.	INDUCCIÓN A LA RESPUESTA	Entre la comprensión del ítem y la expresión de la respuesta.					90
11.	LENGUAJE	Está acorde al nivel del que será entrevistado.					90

4. OPINIÓN DE APLICABILIDAD: a) Deficiente..... b) Baja..... c) Regular..... d) Bueno..... e) Muy Buena.....

5. PROMEDIO DE VALORACIÓN: 90.6 FECHA Y LUGAR Tacna 14-7-25

6. OBSERVACIÓN ES: General (si debe eliminar o modificarse un ítem por favor indique).....

FIRMA DEL EXPERTO INFORMANTE

DNI: 82483415

ANEXO N° 06

ANEXO N° 06-A

Validez de contenido: La validez de contenido ayudara a que las dimensiones y en especial las variables en cuestión muestran su dominio específico del contenido teórico, para lo cual se seleccionaran cinco jueces expertos entre los profesionales que además de dominar las variables que van a ser medidas con la prueba escrita y el cuestionario además estarán familiarizado con el grupo poblacional al cual va dirigida la encuesta. La prueba que se trabajo es la *V de Aiken* dando un resultado de 0,96% y 0,99%, para ambas variables (**Ver Tabla N° 01- Tabla N° 02**)

ANEXO N° 06-B

Validez de constructo: El análisis factorial es una técnica de reducción de datos que sirve para encontrar grupos homogéneos de variables a partir de un conjunto numeroso de variables.

Esos grupos homogéneos se forman con las variables que correlacionan mucho entre sí y procurando, inicialmente, que unos grupos sean independientes de otros. Es una técnica de reducción de datos, consiste en buscar el número mínimo de dimensiones capaces de explicar el máximo de información contenida en los datos. Para esto utilizaremos el índice estadístico KMO y prueba de Bartlett.

El valor del KMO para el instrumento en general es 0.825%, por lo que se considera una **buena adecuación** muestral. (**Ver Tabla N° 03**)

TABLA N° 01
ESCALA DE CALIFICACIÓN DE LOS JUECES SEGÚN LA PRUEBA V DE AIKEN
RESPECTO A LA VARIABLE INDEPENDIENTE: TEST DE DEPENDENCIA DE
VIDEOJUEGOS (TVD)(CHÓLIZ Y MARCO,2011)

Nota: 2 = Aplicable; 1 = Corregir, 0 = No aplicable

Fuente: Elaborado por Chóliz M.; Marco C. **Mejorado por:** Meléndez T., **Basado** fichas aplicadas por expertos

Interpretación:

Todas las preguntas resultaron favorables por lo cual son claros, coherentes y entendibles por tener una **V de Aiken arroja un porcentaje total del 0,96%** ($V > 0.80$). Por lo tanto, si hay concordancia entre los jueces, La estructura del instrumento es la adecuada.

VALIDES DE INSTRUMENTO 01							
ITEMS	E1	E2	E3	E4	E5	SUMA	V AIKEN
ITEM 1	2	2	2	2	2	10	1
ITEM 2	2	2	2	2	2	10	1
ITEM 3	2	2	2	2	2	10	1
ITEM 4	1	2	2	2	2	9	0.9
ITEM 5	2	2	2	2	2	10	1
ITEM 6	2	1	2	2	2	9	0.9
ITEM 7	2	2	2	2	2	10	1
ITEM 8	2	2	2	2	2	10	1
ITEM 9	2	2	2	2	2	10	1
ITEM 10	2	2	2	2	2	10	1
ITEM 11	1	2	2	2	2	9	0.9
ITEM 12	1	2	2	2	2	9	0.9
ITEM 13	2	1	2	2	2	9	0.9
ITEM 14	2	2	2	2	2	10	1
ITEM 15	1	2	2	2	2	9	0.9
ITEM 16	1	2	2	2	2	9	0.9
ITEM 17	2	2	2	2	2	10	1
ITEM 18	2	2	2	2	2	10	1
ITEM 19	2	2	2	2	2	10	1
ITEM 20	2	2	2	2	2	10	1

ITEM 21	2	2	2	2	2	10	1
ITEM 22	2	1	2	2	2	9	0.9
ITEM 23	2	2	2	2	2	10	1
ITEM 24	2	2	2	2	2	10	1
ITEM 25	1	2	2	2	2	9	0.9
PROMEDIO DE AIKEN							0.964

TABLA N° 02
ESCALA DE CALIFICACIÓN DE LOS JUECES SEGÚN LA PRUEBA V DE AIKEN
RESPECTO A LA VARIABLE DEPENDIENTE: INVENTARIO SISTÉMICO
COGNOSCITIVISTA (SISCO) DE ESTRÉS ACADÉMICO

Nota: 2 = Aplicable; 1 = Corregir, 0 = No aplicable

Fuente: Elaborador por Barraza. A, **Mejorado por:** Meléndez T., **Basado** fichas aplicadas por expertos

Interpretación:

Todas las preguntas resultaron favorables por lo cual son claros, coherentes y entendibles por tener una **V de Aiken arroja un porcentaje total del 0,99%** ($V > 0.80$). Por lo tanto, si hay concordancia entre los jueces, La estructura del instrumento es la adecuada.

VALIDES DE INSTRUMENTO 02							
ITEMS	E1	E2	E3	E4	E5	SUMA	V AIKEN
ITEM 1	2	2	2	2	2	10	1
ITEM 2	2	2	2	2	2	10	1
ITEM 3	2	2	2	2	2	10	1
ITEM 4	2	2	2	2	2	10	1
ITEM 5	2	2	2	2	2	10	1
ITEM 6	2	1	2	2	2	9	0.9
ITEM 7	2	2	2	2	2	10	1
ITEM 8	2	2	2	2	2	10	1
ITEM 9	2	2	2	2	2	10	1
ITEM 10	2	2	2	2	2	10	1
ITEM 11	2	2	2	2	2	10	1
ITEM 12	2	2	2	2	2	10	1
ITEM 13	2	1	2	2	2	9	0.9
ITEM 14	2	2	2	2	2	10	1
ITEM 15	2	2	2	2	2	10	1
ITEM 16	2	2	2	2	2	10	1
ITEM 17	2	2	2	2	2	10	1
ITEM 18	2	2	2	2	2	10	1
ITEM 19	2	2	2	2	2	10	1

ITEM 20	2	2	2	2	2	10	1
ITEM 21	2	2	2	2	2	10	1
ITEM 22	2	2	2	2	2	10	1
ITEM 23	2	2	2	2	2	10	1
ITEM 24	2	2	2	2	2	10	1
ITEM 25	2	2	2	2	2	10	1
ITEM 26	2	2	2	2	2	10	1
ITEM 27	2	2	2	2	2	10	1
ITEM 28	2	2	2	2	2	10	1
ITEM 29	2	2	2	2	2	10	1
PROMEDIO DE AIKEN							0.993

ANEXO N° 06-B

VALIDEZ DE CONSTRUCTO (KMO Y ESFERICIDAD DE BARTLETT)

La validez de constructo indica la idoneidad de los datos para la detección de estructura. La Adecuación de la Medida de Muestreo de Kaiser-Meyer-Olkin es una estadística que indica la proporción de varianza en sus variables que puede ser causada por factores subyacentes. Los valores altos (cerca de 1,0) generalmente indican que un análisis factorial puede ser útil con nuestros datos. Si el valor es inferior a 0,50, los resultados del análisis factorial probablemente no serán muy útiles para nuestro estudio. La prueba de esfericidad de Bartlett prueba la hipótesis de que su matriz de correlación es una matriz de identidad, lo que indicaría que sus variables están relacionadas como no lo pueden estar y, por lo tanto, pueden o no ser adecuadas para la detección de estructuras. Los valores pequeños (menos de 0,05) del nivel de significación indican que un análisis factorial puede ser útil con sus datos.

Ho: El análisis factorial no es útil para lo datos.

Ha: El análisis factorial si es útil para lo datos

TABLA N° 03

ESCALA VALIDEZ DE CRITERIO DE LA PRUEBA KMO

Escala	Significado
$0,00 \leq KMO \leq 0,50$	Inaceptable adecuación muestral
$0,50 \leq KMO \leq 0,60$	Mala adecuación muestral
$0,60 \leq KMO \leq 0,70$	Regular adecuación muestral
$0,70 \leq KMO \leq 0,80$	Aceptable adecuación muestral
$0,80 \leq KMO \leq 0,90$	Buena adecuación muestral
$0,90 \leq KMO \leq 1,00$	Excelente adecuación muestral

Fuente: Elaborado por Meléndez T.

TABLA N° 04
ESCALA VALIDEZ DE CONSTRUCTO, SEGÚN LA PRUEBA DE KMO –
ESFERICIDAD DE BARTLETT DE LA VARIABLE “DEPENDENCIA A
LOS VIDEOJUEGOS Y ESTRÉS ACADÉMICO”

Prueba de KMO y Bartlett

Medida Kaiser-Meyer-Olkin de adecuación de muestreo		,825
Prueba de esfericidad de Bartlett	Aprox. Chi-cuadrado	217,109
	gl	31
	Sig.	,000

Fuente: Elaborado por Meléndez T., basado en cuestionario.

Interpretación:

Los resultados de la tabla N° 04, según la prueba de KMO = 0,825 muestran una **Buena adecuación muestral** lo que indica que los datos dan un análisis factorial útil para el estudio, como también según la prueba de esfericidad de Bartlett presenta un p valor = 0.000, que es menor que el nivel de significancia ($p < 0.05$) por lo cual el análisis factorial si es útil para lo datos. Por lo cual el comportamiento de todos los ítems está distribuido casi todos en sus respectivas dimensiones muy favorablemente.

ANEXO N° 07

MATRIZ DE CONSISTENCIA

Dependencia a videojuegos y el estrés académico en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, Tacna – 2025

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES:							
			VARIABLE (Tipo de variable: Según La Función Que Cumple)	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DIMENSIÓN	INDICADORES	ITEMS	ESCALA VALORATIVA	NIVEL DE MEDICIÓN	METODOLOGÍA
¿Existe relación entre la dependencia a	GENERAL Determinar la Relación entre la Dependencia a los Videojuegos y el Estrés Académico en estudiantes de la Institución	-Alterna: Existe Relación entre la Dependencia a los Videojuegos y el Estrés Académico en estudiantes del nivel	INDEPENDIENTE: DEPENDENCIA A LOS VIDEOJUEGOS	La dependencia a los videojuegos describe un patrón de conducta problemático donde los estudiantes desarrollan una adicción y	Abstinencia	Ansiedad Irritabilidad Enfado Frustración	3, 4, 6, 7, 10, 11, 13, 14, 21 y 25	1.Alto: 67 - 100 2.Medio: 32 - 66 3.Bajo: 0 - 31	Ordinal	ENFOQUE DE INVESTIGACIÓN: Cuantitativo
										TIPO DE INVESTIGACIÓN: diseño no experimental de tipo descriptivo-correlacional
										MÉTODO: Hipotético deductivo

los videojuegos y el estrés académico en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, Tacna- 2025?	Educativa Fortunato Zora Carvajal de la Ciudad de Tacna, 2025.	secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal .Tacna- 2025		obsesión por los juegos electrónicos, lo cual tiene consecuencias negativas en su rutina diaria. Estos jóvenes luchan por limitar el tiempo que pasan jugando y experimentando una necesidad intensa e incontrolable de hacerlo.(23)	Abuso y tolerancia	Insatisfacción Abandono de otras actividades Negligencia Irresponsabilidad Desorganización	1, 5, 8, 9 y 12	1.Alto: 67 - 100 2.Medio: 32 - 66 3.Bajo: 0 - 31	Ordinal	POBLACIÓN: 518 estudiantes de 12 a 17 años de edad de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal UNIDAD DE ANÁLISIS: estudiantes de 12 a 17 años de edad de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal MUESTRA: 234 estudiantes de 12 a 17 años de edad de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal CONSIDERACIONES ÉTICOS: Consentimiento informado Respeto a la persona y autonomía Confidencialidad de datos Principio de beneficencia TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS: La técnica es la encuesta y el instrumento es el cuestionario. Para la primera variable se utilizará el Test de Dependencia a los Videojuegos (TDV)2011, cuyo propósito es medir la dependencia provocada por el abuso de los videojuego, con la siguiente escala (Alto: 67 - 100 ; Medio: 32 - 66 ; Bajo: 0 - 31) Para la segunda variable el Inventario Sistemico Cognoscivista (SISCO) de Estrés Académico, cuyo propósito es
					Problemas asociados a los videojuegos	- Habilidad - Destreza - Seguridad - Visión de futuro	16, 17, 19 y 23	1.Alto: 67 - 100 2.Medio: 32 - 66 3.Bajo: 0 - 31	Ordinal	
					Dificultad de control	Ansiedad Permanencia en el juego	2, 15, 18, 20, 22 y 24	1.Alto: 67 - 100 2.Medio: 32 - 66 3.Bajo: 0 - 31	Ordinal	
	ESPECÍFICOS			El estrés académico es un malestar generalizado que experimentan los estudiantes en	Estresores	Competencia Sobrecarga de tareas Personalidad del docente Evaluaciones Tipos de tareas	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7y 8	1.Severo: 67 - 100%		

	los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, 2025.	- Nula	DEPENDIENTE:	diversas etapas educativas. Este malestar se manifiesta a través de una variedad de síntomas como ansiedad, frustración, ira, apatía, aislamiento, conflictos, pensamientos de incapacidad, dificultad para resolver problemas, baja autoestima y diversas conductas. La presentación de estos síntomas varía entre estudiantes, por lo que es crucial prestar atención a todos estos componentes individuales (26).		Dificultad para aprender Participación en clase Tiempo límite		2.Moderado: 34 - 66% 3.Leve: 0 - 33%	Ordinal	medir las características del estrés que suelen acompañar a los estudiantes. Con la siguiente escala (Severo: 67 - 100%; Moderado: 34 - 66%; Leve: 0 - 33%).
	- Determinar el nivel de estrés académico en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, 2025.	No existe Relación entre la Dependencia a los Videojuegos y el Estrés Académico en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal . Tacna-2025			Síntomas	Trastornos de sueño Fatiga Cefalea Problemas digestivos Conductas autolesivas Inquietud Tristeza Angustia Dificultad para concentrarse Irritabilidad Tendencias conflictivas Aislamiento Desgano Trastornos alimenticios	9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22 y 23	1.Severo: 67 - 100% 2.Moderado: 34 - 66% 3.Leve: 0 - 33%	Ordinal	Procedimientos de Recolección de Datos: Se realizará de manera presencial -TÉCNICAS de procesamiento y análisis de datos: Una vez ejecutado el trabajo de investigación se ordenará, tabulará y analizará mediante la plataforma estadística de spss, se utilizará el chi cuadrado y los resultados obtenidos serán presentados en tablas de una y doble entrada con sus respectivos gráficos. TÉCNICAS PARA INFORME FINAL: De acuerdo al esquema o protocolo de la ESEN

					Estrategias de enfrentamiento	Asertividad Organización Auto elogiarse Religiosidad Autonomía Ventilación	24, 25, 26, 27, 28 y 29	1.Severo: 67 - 100% 2.Moderado: 34 - 66% 3.Leve: 0 - 33%	Ordinal	
--	--	--	--	--	----------------------------------	---	-------------------------------	--	---------	--

ANEXO N° 08
TABLAS DE DATOS GENERALES

TABLA N° 05

**DATOS SOCIODEMOGRAFICOS DE LOS ESTUDIANTES
DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO
ZORA CARVAJAL, TACNA-2025**

	N	%
Sexo		
Masculino	109	46,6
Femenino	125	53,4
Total	234	100,0
Edad		
12 años	19	8,1
13 años	55	23,5
14 años	50	21,4
15 años	40	17,1
16 años	39	16,7
17 años	31	13,2
Total	234	100,0
Grado		
Primero	54	23,1
Segundo	57	24,4
Tercero	44	18,8
Cuarto	39	16,7
Quinto	40	17,1
Total	234	100,0

Fuente: Encuesta realizada en los estudiantes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal Tacna-2025. **Elaborado por:** Meléndez T.

Descripción:

En la **tabla N° 05:** el sexo que predomina es el sexo femenino, con un margen considerable con el 53,4% contra el masculino con 46,6%, que también está presente. Ver la gráfica muestra la mayoría de los estudiantes de 13 años con el

23,5%, luego el de 14 años con 21,4%, 15 años con 17,1% y 16 años con el 16,7%. Se observa una población que se puede denominar menor dentro de la cantidad de estudiantes que corresponde a los 12 años que presentan solamente el 8,1% y los 17 años, con un 13,2%. Con referencia de grado estudios, observándose la mayor cantidad en el segundo año con 24,4%; primero (23,1%); tercero (18,8%); quinto (17,1%) y cuarto (16,7%) con rangos muy parecidos entre ellos. Estos hechos evidencian la mayoría de una población estudiantil de un sexo femenino y grados donde los estudiantes predominan en el rango etario de los 13 a 15 años, además de tener una distribución similar entre los mismos grados.

TABLA N° 06

**RELACIÓN ENTRE DATOS SOCIODEMOGRAFICOS Y DEPENDENCIA
A LOS VIDEOJUEGOS EN LOS ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL, TACNA-2025**

DATOS		DEPENDENCIA A LOS VIDEOJUEGOS						
Sexo	ALTO	%	MEDIO	%	BAJO	%	TOTAL	%
Masculino	6	2,6	40	17,1	63	26,9	109	46,6
Femenino	6	2,6	28	12,0	91	38,9	125	53,4
Total	12	5,1	68	29,1	154	65,8	234	100,0
Edad								
12 años	0	0,0	6	2,6	13	5,6	19	8,1
13 años	3	1,3	21	9,0	31	13,3	55	23,5
14 años	7	3,0	11	4,7	32	13,7	50	21,4
15 años	1	0,4	9	3,9	30	12,9	40	17,0
16 años	0	0,0	13	5,6	26	11,1	39	16,7
17 años	1	0,4	8	3,4	22	9,4	31	13,3
Total	12	5,1	68	29,1	154	65,8	234	100,0
Grado								
Primero	3	1,3	20	8,5	31	13,3	54	23,1
Segundo	5	2,1	16	6,8	36	15,4	57	24,4
Tercero	3	1,3	10	4,2	31	13,3	44	18,8
Cuarto	0	0	11	4,7	28	12,0	39	16,7
Quinto	1	0,4	11	4,7	28	12,0	40	17,1
Total	12	5,1	68	29,1	154	65,8	234	100,0

Fuente: Encuesta realizada en los estudiantes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal Tacna-2025. **Elaborado por:** Meléndez T.

Descripción:

En la tabla N° 06: se observa la relación entre los datos sociodemográficos y la dependencia a los videojuegos. Predomina el nivel bajo de dependencia (38,9%) en relación a las mujeres, mientras que los varones presentan mayor tendencia al nivel medio (17,1%). La dependencia alta se encuentra en igual proporción en

ambos sexos (2,6%). En cuanto a la edad, los estudiantes de 13 y 14 años muestran los porcentajes más altos de dependencia. Respecto al grado académico, los estudiantes de segundo año presentan mayor dependencia alta (2,1%). En general, la mayoría de los estudiantes manifiesta una dependencia leve o moderada, evidenciando un uso controlado de los videojuegos.

TABLA N° 07

**RELACIÓN ENTRE DATOS SOCIODEMOGRAFICOS Y ESTRÉS ACADÉMICO
EN LOS ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO
ZORA CARVAJAL, TACNA-2025**

DATOS		ESTRÉS ACADÉMICO						
Sexo	SEVERO	%	MODERADO	%	LEVE	%	TOTAL	%
Masculino	57	24,4	46	19,7	6	2,6	109	46,6
Femenino	85	36,3	40	17,1	0	0,0	125	53,4
Total	142	60,7	86	36,8	6	2,6	234	100,0
Edad								
12 años	5	3,5	13	5,6	1	0,4	19	8,1
13 años	35	24,6	20	8,5	0	0,0	55	23,5
14 años	37	26,1	13	5,6	0	0,0	50	21,4
15 años	25	10,7	13	5,6	2	0,9	40	17,0
16 años	24	10,3	13	5,6	2	0,9	39	16,7
17 años	16	6,8	14	6,0	1	0,4	31	13,3
Total	142	60,7	86	36,8	6	2,6	234	100,0
Grado								
Primero	24	16,9	29	33,7	1	0,4	54	23,1
Segundo	43	18,4	14	6,0	0	0,0	57	24,4
Tercero	27	11,5	16	6,8	1	0,4	44	18,8
Cuarto	22	9,4	14	6,0	3	1,3	39	16,7
Quinto	26	11,1	13	5,6	1	0,4	40	17,1
Total	142	60,7	86	36,8	6	2,6	234	100,0

Fuente: Encuesta realizada en los estudiantes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal Tacna-2025. **Elaborado por:** Meléndez T.

Descripción:

En la tabla N° 07: se puede observar que una gran tasa de estudiantes con estrés académico severo es predominante en el colectivo femenino (36,3%) frente al masculino (24,4%), lo cual podría sugerir una mayor vulnerabilidad emocional entre las mujeres. En cuanto a la edad, los adolescentes y las adolescentes de 13 y 14 años son los que obtienen los menores niveles de estrés académico severo (24,6% y 26,1% respectivamente) y, en cambio, los de más edad registran un perfil más equilibrado, en línea con lo mencionado. En lo que se refiere a los grados académico, el momento de mayor nivel severo se concentra en los estudiantes de 2º año (18,4%), seguido de los alumnos de 3º (11,5%) y 5º año (11,1%). Los niveles moderados se dan, ante todo, en los estudiantes de 1º año (33,7%). Por último, dado el dato de que la mayoría de los estudiantes presentan un estrés académico severo (60,7%), se afirma que la población estudiada presenta una carga emocional, académica y de adaptación escolar notable.

ANEXO N° 09

PERMISOS Y AUTORIZACIONES

ANEXO N° 09-A

Resolución de designación de asesora y aprobación de ejecución de proyecto de tesis



UNIVERSIDAD NACIONAL JORGE BASADRE GROHMANN
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Escuelas Profesionales de: Obstetricia, Enfermería, Medicina Humana, Odontología,
Farmacia y Bioquímica

RESOLUCIÓN DE FACULTAD N° 13870- 2025-FACS-UNJBG
Tacna, 23 de mayo del 2025

VISTO:

El Oficio N°353-2025-ESEN/FACS, la Directora de la Escuela Profesional de Enfermería, solicita designación de Asesor para el Proyecto de tesis y autorización para ejecución presentado por el(la) Bach. TIRZA MARIA ISABEL MELÉNDEZ SUCAPUCA;

CONSIDERANDO:

Que, se deberá tener presente que en el Reglamento de Grados y Títulos de la UNJBG, aprobado mediante la R.R. N° 12401-2023-UNJBG, (11.12.2023), en el *Capítulo VI del asesor de Tesis, Art. 14° - Previa carta de conformidad del asesor, el o los interesados solicitarán al Director de la Escuela profesional de aprobación del proyecto de tesis, el mismo que se otorgará mediante Resolución de Facultad, teniendo un periodo máximo de un (01) año para la ejecución de la tesis;*

Que, el(la) Bach. TIRZA MARIA ISABEL MELÉNDEZ SUCAPUCA, alumna de la Escuela Profesional de Enfermería, solicita la designación de un Asesor;

Que, con el Oficio N°353-2025-ESEN/FACS, la Directora de la Escuela Profesional de Enfermería designa como asesor a la DRA. YOLANDA PAULINA TORRES CHAVEZ, para el proyecto de tesis titulado: **DEPENDENCIA A VIDEOJUEGOS Y EL ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL, TACNA - 2025**, presentado por el(la) Bach. TIRZA MARIA ISABEL MELÉNDEZ SUCAPUCA;

Que, teniendo la opinión favorable de su asesor se procede con la continuidad de trámite;

De conformidad con el Art. 70° numeral 70.2 de la Ley Universitaria N° 30220, Art. 171° Inc. b). del Estatuto de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann, y en uso de las atribuciones conferidas a la Sra. Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud;

SE RESUELVE:

ART. 1°: Oficializar la Designación como Asesor a la DRA. YOLANDA PAULINA TORRES CHAVEZ, para el Proyecto de Tesis titulado: **DEPENDENCIA A VIDEOJUEGOS Y EL ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL, TACNA - 2025**, de la Escuela Profesional de Enfermería.

ART. 2°: Autorizar la ejecución de Proyecto de Tesis presentado por el(la) Bach. TIRZA MARIA ISABEL MELÉNDEZ SUCAPUCA, de la Escuela Profesional de Enfermería, de la Facultad de Ciencias de la Salud.

Regístrese, comuníquese y archívese.



Dra. Reana Myllam Pilco Velásquez
DECANA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

DISTR. ESEN, ARCH.



Dra. Vanessa Varleth Valle Cohalla
SECRETARIA ACADÉMICA ADMINISTRATIVA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

VVVC/tr.-

Av. Miraflores s/n Ciudad Universitaria - Central Telefónica 583000 Anexo 2226 Casilla Postal 316.

ANEXO N° 09-B

Carta de presentación de prueba piloto



Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



"Año de la recuperación y consolidación de la economía peruana"

OFICIO N° 582-2025-ESEN/FACS

Tacna, 31 de julio de 2025

Señora:

MARIA VICTORIA JUAREZ COLQUE

DIRECTORA DE LA I.E. DR. MODESTO MONTESINOS ZAMALLOA

Presente. -



CARGO

ASUNTO : AUTORIZACION PARA PRUEBA PILOTO

Referencia : Solicitud S/N – Bach. Tirza Maria Isabel Meléndez Sucapuca

Es muy grato dirigirme a Ud., para saludarla cordialmente y, a la vez, hacer de su conocimiento que la **BACH. TIRZA MARIA ISABEL MELÉNDEZ SUCAPUCA**, viene desarrollando su proyecto de tesis titulado: **DEPENDENCIA A VIDEOJUEGOS Y EL ESTRÉS ACADEMICO EN ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL, TACNA - 2025**, bajo la asesoría de la **DRA. YOLANDA PAULINA TORRES CHAVEZ**.

Por tal motivo, agradeceré se sirva autorizar la **PRUEBA PILOTO**, mediante la aplicación de dos cuestionarios anónimos, dirigidos a los estudiantes de 1ro a 5to del nivel secundario de la I.E. Dr. Modesto Montesinos Zamalloa; por lo que se solicita brindar las facilidades necesarias a la mencionada tesista.

Para las coordinaciones pertinentes, puede comunicarse con la Bach. Tirza Maria Isabel Meléndez Sucapuca al número de celular 984587323.

Sin otro particular, y agradeciendo de antemano su colaboración, me despido de usted con las muestras de mi especial consideración.

Atentamente,



Dra. Jenny Concepción Mendoza Rosado
Directora ESEN

Cc. Archivo
JCMR/vae

Teléfono: 583000 Anexo 2227 e-mail: esen@unjbg.edu.pe
Ciudad Universitaria Av. Cusco esquina con Av. Miraflores s/n Tacna - Perú

ANEXO N° 09-C

Oficio de presentación para ejecución en la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, Tacna- 2025



Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



"Año de la recuperación y consolidación de la economía peruana"

OFICIO N° 610-2025-ESEN/FACS

Tacna, 14 de agosto de 2025

Señor:

ENRIQUE HUGO TORRES OJEDA

Director de la I.E. Fortunato Zora Carvajal

Presente.-



ASUNTO : AUTORIZACION PARA EJECUCIÓN DE PROYECTO DE TESIS

Referencia : Solicitud S/N – Bach. Tirza María Isabel Melendez Sucapuca

Es muy grato dirigirme a Ud., para saludarlo cordialmente y, a la vez, hacer de su conocimiento que la **BACH. TIRZA MARÍA ISABEL MELENDEZ SUCAPUCA** viene desarrollando su proyecto de tesis titulado: **DEPENDENCIA A VIDEOJUEGOS Y EL ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL, TACNA - 2025**, el cual ha sido aprobado mediante Resolución de Facultad N.° **13870-2025-FACS-UNJBG**, bajo la asesoría de la DRA. YOLANDA PAULINA TORRES CHAVEZ.

Por tal motivo, agradeceré se sirva autorizar la **EJECUCIÓN DEL PROYECTO DE TESIS**, mediante la aplicación de dos cuestionarios dirigidos a estudiantes de 1ro a 5to del nivel secundario; por lo que solicito brindar las facilidades necesarias a la mencionada tesista.

Para las coordinaciones pertinentes, puede comunicarse con la Bach. Tirza María Isabel Melendez Sucapuca al número de celular 900021939.

Sin otro particular, y agradeciendo de antemano su colaboración, me despido de usted con las muestras de mi especial consideración.

Atentamente,



[signature]

Jenny Concepción Mendoza Rosado
Directora ESEN

Cc. Archivo
JCMR/vae