



Plan Formativo para la Prevención de Riesgos Psicosociales en Estudiantes por Uso Excesivo de Videojuegos

Autores: Gilberth Leonardo Villa Coles
Universidad Bolivariana del Ecuador, **UBE**
leonardovc1989@gmail.com
Durán, Ecuador
<https://orcid.org/0000-0003-0973-0213>

Carlos Aníbal Méndez Enríquez
Universidad Bolivariana del Ecuador, **UBE**
carlosmenri86@hotmail.com
Durán, Ecuador
<https://orcid.org/0009-0000-7111-5866>

Tutor: Ángel Yasmil Echeverría Guzmán
Universidad Bolivariana del Ecuador, **UBE**
angelecheverria71@gmail.com
Durán, Ecuador
<https://orcid.org/0009-0009-5797-3317>

Profesor de Planta: Ramón Guzmán Hernández
Universidad Bolivariana del Ecuador, **UBE**
rguzman@bolivariano.edu.ec
Durán, Ecuador
<https://orcid.org/0009-0005-3190-4808>

Resumen

El uso excesivo de videojuegos representa un riesgo psicosocial emergente en el ámbito educativo. Esta investigación tuvo como objetivo desarrollar un plan formativo para prevenir dichos riesgos en estudiantes de la Unidad Educativa "Isaac Acosta Calderón" en Tulcán, Ecuador. Se empleó una metodología cuantitativa con enfoque documental y de campo, de nivel descriptivo, aplicando un cuestionario dicotómico de 18 preguntas a una muestra intencional de 90 estudiantes de bachillerato técnico. Los resultados evidenciaron que el 76% de los estudiantes desconoce los tipos de riesgos psicosociales, aunque el 76% reconoce que el uso excesivo de videojuegos afecta negativamente las relaciones familiares y el 54% admite su impacto en el rendimiento académico. El 91% consideró importante incluir secciones teóricas y prácticas en un plan formativo. Se concluyó que existe una necesidad urgente de implementar un plan de formación continua que integre aspectos teóricos y prácticos, enfocado en promover la salud mental y la comunicación asertiva familiar, para prevenir los riesgos psicosociales asociados al uso excesivo de videojuegos.

Palabras clave: riesgos psicosociales; plan de formación; prevención; videojuegos; estudiantes de secundaria.

Código de clasificación internacional: 5801.07 - Métodos pedagógicos.

Cómo citar este artículo:

Villa, G., Méndez, C., Echeverría, Á. (Tut.) & Guzmán, R. (Prof.). (2024). **Plan Formativo para la Prevención de Riesgos Psicosociales en Estudiantes por Uso Excesivo de Videojuegos.** *Revista Científica*, 9(Ed. Esp. 2), 226-242, e-ISSN: 2542-2987. Recuperado de: <https://doi.org/10.29394/Scientific.issn.2542-2987.2024.9.E2.11.226-242>

Fecha de Recepción:
06-01-2024

Fecha de Aceptación:
22-04-2024

Fecha de Publicación:
06-05-2024



Training Plan for the Prevention of Psychosocial Risks in Students due to Excessive Use of Video Games

Abstract

Excessive use of video games represents an emerging psychosocial risk in educational settings. This research aimed to develop a training plan to prevent such risks in students at “Isaac Acosta Calderón” Educational Unit in Tulcán, Ecuador. A quantitative methodology with documentary and field approach at a descriptive level was employed, applying an 18-question dichotomous questionnaire to an intentional sample of 90 technical high school students. Results showed that 76% of students are unaware of types of psychosocial risks, although 76% recognize that excessive video game use negatively affects family relationships and 54% admit its impact on academic performance. 91% considered important to include theoretical and practical sections in a training plan. It was concluded that there is an urgent need to implement a continuous training plan that integrates theoretical and practical aspects, focused on promoting mental health and assertive family communication, to prevent psychosocial risks associated with excessive video game use.

Keywords: psychosocial risks; training plan; prevention; video games; secondary school students.

International classification code: 5801.07 - Pedagogical methods.

How to cite this article:

Villa, G., Méndez, C., Echeverría, Á. (Tut.) & Guzmán, R. (Prof.). (2024). **Training Plan for the Prevention of Psychosocial Risks in Students due to Excessive Use of Video Games.** *Revista Científica*, 9(Ed. Esp. 2), 226-242, e-ISSN: 2542-2987. Recovered from: <https://doi.org/10.29394/Scientific.issn.2542-2987.2024.9.E2.11.226-242>

Date Received:
06-01-2024

Date Acceptance:
22-04-2024

Date Publication:
06-05-2024

Gilberth Leonardo Villa Coles; Carlos Aníbal Méndez Enríquez; Ángel Yasmil Echeverría Guzmán (Tut.); Ramón Guzmán Hernández (Prof.). Plan Formativo para la Prevención de Riesgos Psicosociales en Estudiantes por Uso Excesivo de Videojuegos. *Training Plan for the Prevention of Psychosocial Risks in Students due to Excessive Use of Video Games.*

H - R BY HUMAN - REAL 2407028455856



1. Introducción

Las nuevas tecnologías de la información han dotado de transformación a todas las actividades del ser humano, donde se incluye la educación, a su vez, da facilidad de ejecución de procesos de tipo social y cultural, que también aportan a mejorar la calidad de vida de las personas. De acuerdo con Labrador, Requesens y Helguera (2018a): estas nuevas tecnologías generan debates debido a su influencia en la vida cotidiana. Entre estas tecnologías se encuentran los juegos electrónicos, que se han vuelto comunes entre estudiantes y adolescentes. Aunque pueden mejorar la atención y las habilidades cognitivas, también pueden conducir a adicciones y afectar negativamente el rendimiento académico.

Esto se debe a que los videojuegos requieren la completa atención del individuo. Para Fuentes y Pérez (2015a): estos juegos requieren coordinación óculo-manual, así como el uso de los dedos y otras partes del cuerpo. Los videojuegos se clasifican según su contenido y tipo de usuario, influyendo directamente en el nivel cognitivo de todos los participantes, ya sean estudiantes, niños, adolescentes u otros.

En el mundo globalizado de hoy, los juegos electrónicos son una realidad innegable, que se han convertido en uno de los principales mecanismos de entretenimiento y ocio, principalmente en personas jóvenes, y si bien, es una actividad que despierta el interés cognitivo, la problemática surge cuando se utiliza esta herramienta virtual de forma excesiva.

Numerosos estudios internacionales han abordado esta problemática. En México, por ejemplo, los jugadores dedican un promedio de dos horas y 12 minutos diarios a los videojuegos, siendo los géneros favoritos los *Shooters* y *Battle Royale* (videojuegos). Se concluye que el 23% de la población en México utiliza juegos electrónicos, con un 59% de ellos jugando en línea. Los *shooters* lideran con un 27% de preferencia, seguidos por los *battle royale* (25%), juegos de carreras (24%), peleas (22%) y deportes (21%). Esto



demuestra la diversidad y popularidad de los videojuegos.

Como mencionan Fuentes y Pérez (2015b): en Ecuador había unos 500.000 jugadores en línea, entre “gamers” y atletas profesionales de *E-Sports*. Los *gamers* juegan por recreación, mientras que los atletas compiten a nivel nacional o internacional. Ambos estudios mostraron que el uso excesivo de videojuegos puede tener efectos negativos sociales y psicológicos, como aislamiento social y agresividad, especialmente en jóvenes.

Por otro lado, hay autores como Moncada y Chacón (2020): que verificaron la relación entre los juegos electrónicos con el aprendizaje motor y tenacidad para afrontar aspectos de la vida real. Destacando el papel de los aspectos fisiológicos, donde evidencian que los juegos electrónicos de naturaleza activa podrían promover mayor gasto de energía que aquellos de tipo pasivo, pues el problema principal a nivel fisiológico es la necesidad de combatir el sedentarismo y la obesidad en estudiantes y adolescentes a causa de permanecer sentados por mucho tiempo por el uso excesivo de juegos electrónicos.

Las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) han transformado fundamentalmente nuestra sociedad, ofreciendo oportunidades sin precedentes para el aprendizaje, la conexión y el desarrollo personal. En este contexto digital, resulta imperativo que padres y educadores se capaciten para guiar efectivamente a los jóvenes, asegurando que estos aprovechen los beneficios de la tecnología mientras desarrollan hábitos saludables y criterios de uso responsable. La orientación adulta informada es la clave para que los menores naveguen exitosamente en el mundo digital actual (Labrador, Requesens y Helguera, 2018b).

En cuanto a la regularización y el buen uso de los videos juegos, también se ha escrito lo suficiente, para la presente investigación se tomó como guía orientadora la propuesta por el Arza (2020): donde se brinda orientaciones de cómo ayudar a los menores de tal manera que hagan un uso



adecuado de la televisión, teléfono móvil, videojuegos e Internet.

Esta guía es para padres de familia, teniendo claro que, el consumo adolescente de pantallas audiovisuales se ha masificado y esto supone oportunidades, pero a la vez nuevos riesgos psicosociales. El mismo presenta una serie de módulos monográficos que tratan sobre las tecnologías más comunes: televisión, teléfono móvil, videojuegos, internet, juegos electrónicos.

Esta investigación documental es fundamental debido a que las tecnologías de la información y comunicación se han convertido en herramientas esenciales para la educación contemporánea, permitiendo la implementación de diversos modelos pedagógicos como el aprendizaje electrónico (*e-learning*), el aprendizaje híbrido (*b-learning*) y el aprendizaje móvil (*m-learning*), los cuales transforman significativamente los procesos de enseñanza y aprendizaje en el siglo XXI.

Como indican Herrera, Naranjo, Calderón y Albán (2018): el *e-learning* ha emergido como la modalidad educativa predominante en la actualidad, especialmente tras la pandemia de COVID-19, que impulsó a las instituciones educativas a adoptar la enseñanza en línea. Este modelo representa una evolución significativa del aprendizaje a distancia tradicional, que anteriormente dependía de medios analógicos como la radio y el video, transformándose ahora en un sistema integral basado en las Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC).

El *e-learning* ha transformado el panorama educativo al permitir que las instituciones con poblaciones estudiantiles numerosas implementen un aprendizaje personalizado y flexible, donde cada alumno avanza según sus capacidades y disponibilidad temporal. Este modelo integra diversos recursos multimedia como videos, audios, videojuegos, blogs y otras herramientas digitales, enriqueciendo significativamente el proceso de enseñanza-aprendizaje, tal como lo han reconocido organizaciones internacionales como la Comisión Económica para América Latina y el Caribe y la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (CEPAL-UNESCO, 2020).

El Departamento de Consejería Estudiantil (DECE) ha manifestado su



preocupación respecto a las actitudes observadas en los estudiantes de la especialidad de bachillerato técnico en diseño gráfico. Se ha detectado que los estudiantes presentan síntomas como bajo rendimiento académico, escasa socialización, dificultades en la resolución colaborativa de problemas, baja participación en actividades escolares y un elevado uso de dispositivos electrónicos y videojuegos antes, durante y después de las clases. Además, se ha observado una tendencia a conductas violentas cuando se les retiran dichos dispositivos.

La pregunta de investigación ¿Cómo prevenir los riesgos psicosociales asociados al uso excesivo de videojuegos en los estudiantes de la Unidad Educativa “Isaac Acosta Calderón” de Tulcán, Ecuador? aborda una problemática compleja que afecta múltiples aspectos del desarrollo estudiantil. La pregunta busca desarrollar un plan formativo integral que involucre aspectos teóricos y prácticos, considerando la participación de estudiantes, docentes y familias, reconociendo que, aunque los videojuegos pueden tener beneficios, su uso excesivo requiere una intervención educativa estructurada.

La presente investigación tiene como objetivo desarrollar un plan formativo orientado a la prevención de riesgos psicosociales asociados al uso excesivo de videojuegos en estudiantes de la Unidad Educativa “Isaac Acosta Calderón” de Tulcán, Ecuador. Esta problemática requiere la implementación de estrategias preventivas que no solo aborden los efectos nocivos del uso desmedido de videojuegos, sino que también promuevan el fortalecimiento del rendimiento académico y las habilidades de socialización, aspectos fundamentales para el desarrollo integral de los estudiantes.

2. Metodología

La investigación se desarrolló bajo un método deductivo, ya que parte de teorías generales sobre los riesgos psicosociales para llegar a conclusiones específicas sobre el uso excesivo de videojuegos en estudiantes (Hernández,



Fernández y Baptista, 2014). El enfoque fue cuantitativo, pues como señala Bernal (2010): este se fundamenta en la medición de características de fenómenos sociales mediante un análisis objetivo y crítico sobre el tema de la comunicación en familia.

El diseño fue no experimental de corte transversal, ya que se recolectaron los datos en un único momento sin manipulación de variables. La investigación combinó un enfoque documental y de campo. Como indica Sabino (2014): el aspecto documental permitió argumentar la situación problematizadora mediante teorías obtenidas de libros, revistas científicas, artículos indexados y tesis sobre el tema de estudio. Por su parte, siguiendo a Arias (2012): el trabajo de campo consistió en la recolección de datos directamente de los sujetos investigados *in situ*, específicamente con estudiantes de bachillerato técnico de la Unidad Educativa “Isaac Acosta Calderón”, sobre su percepción con respecto al uso excesivo de los videojuegos.

El alcance fue descriptivo porque, según explica Briones (2002): se fomenta el detalle del fenómeno de estudio que incluye la comunicación en familia visto como un módulo continuo de formación, para prevenir riesgos psicosociales que pueden darse por el exceso uso de juegos electrónicos. Para la recolección de la información se aplicó como instrumento un cuestionario dicotómico contentivo de 18 preguntas cerradas, con solo dos opciones de respuesta: Si o No.

La población objeto de estudio, estuvo compuesta por 350 estudiantes, sin embargo, se tomó como muestra un total de 90 estudiantes a partir de un muestreo intencional por conveniencia, repartidos de la siguiente forma:

- 30 estudiantes de primero de Bachillerato Técnico.
- 30 estudiantes de segundo de Bachillerato Técnico.
- 30 estudiantes de tercero de Bachillerato Técnico.

Para verificar la confiabilidad del instrumento, se utilizó el método de Kuder-Richardson, que mide la consistencia de escalas dicotómicas. Para Ruiz (2013): este método evalúa la precisión de las medidas en relación con el rasgo que se desea medir. La prueba piloto arrojó un valor de 0,9251, considerado como una confiabilidad muy alta por varios autores, lo que demuestra que el instrumento es consistente.

3. Resultados

A continuación, se incluyen los resultados obtenidos del instrumento aplicado, donde se procuró diagnosticar la percepción y el conocimiento de la muestra sobre situaciones relacionadas al objeto de estudio. Los mismos se presentarán por dimensiones, teniendo en cuenta los ítems del instrumento.

Tabla 1. Dimensión Conocimiento, relacionado con los indicadores Conocimiento, Riesgos psicosociales, correspondiente a los ítems 1, 2, 3, 4 y 5.

Ítems	Preguntas	Frecuencias		Porcentaje	
		Si	No	Si	No
1	¿Conoce usted lo que es un riesgo psicosocial?	35	55	39%	61%
2	¿Has escuchado hablar de “efectos psicosociales”?	40	50	44%	56%
3	¿Conoce los distintos tipos de riesgos psicosociales que existen?	22	68	24%	76%
4	¿Conoce usted las causas que pueden originar un riesgo psicosocial?	25	65	28%	72%
5	¿Conoce los riesgos psicosociales que pueden originarse en la relación familia-escuela?	25	65	28%	72%
5	¿Conoce los riesgos psicosociales que pueden originarse en la relación familia-escuela?	25	65	28%	72%

Fuente: Los Autores (2024).

El análisis de la tabla 1 revela una significativa falta de conocimiento sobre los riesgos psicosociales entre los estudiantes encuestados, donde el 61% desconoce el concepto básico, el 56% no está familiarizado con el término “efectos psicosociales”, y un preocupante 76% no puede identificar los

diferentes tipos de riesgos psicosociales. Esta tendencia de desconocimiento se mantiene cuando se analiza la comprensión de las causas y los riesgos específicos en la relación familia-escuela, donde en ambos casos el 72% de los estudiantes admite no tener conocimiento al respecto.

Estos resultados señalan una importante brecha educativa en la comprensión de los riesgos psicosociales y sus implicaciones, lo que podría dificultar la identificación temprana y la prevención de situaciones problemáticas tanto en el entorno educativo como familiar, sugiriendo la necesidad urgente de implementar programas formativos que aborden estos aspectos fundamentales para el bienestar estudiantil.

De acuerdo con Allande-Cussó, García-Iglesias, Fagundo-Rivera, Navarro-Abal, Climent-Rodríguez y Gómez-Salgado (2022): los riesgos para la salud mental, se denominan riesgos psicosociales y se asocian con el contenido o el horario de labores, características concretas del sitio de labores o trabajo y las oportunidades de desarrollo, entre otros aspectos.

Tabla 2. Dimensión Conciencia, correspondiente al indicador uso excesivo con relación a los ítems 6, 7 y 8.

Ítems	Preguntas	Frecuencias		Porcentaje	
		Si	No	Si	No
6	¿Consideras que el uso excesivo de los videos juegos pueden causar efectos negativos en su relación familiar?	68	22	76%	24%
7	¿Comprende usted que el uso excesivo de los videos juegos causan efectos negativos en su formación académica?	49	41	54%	46%
8	¿Consideras que el uso excesivo de los video juegos puede causar riesgos psicosociales educativas como la desmotivación?	40	50	44%	56%

Fuente: Los Autores (2024).

El análisis de la tabla 2 muestra una clara conciencia por parte de los estudiantes sobre los efectos negativos de los videojuegos, donde un significativo 76% reconoce que su uso excesivo puede perjudicar las



relaciones familiares, mientras que el 54% comprende su impacto negativo en el rendimiento académico. Sin embargo, existe una división más estrecha en cuanto a la percepción de riesgos psicosociales específicos, ya que solo el 44% considera que el uso excesivo de videojuegos puede provocar desmotivación educativa, lo que sugiere que, si bien los estudiantes son conscientes de los efectos generales negativos, puede existir una menor comprensión de las consecuencias psicosociales específicas en el ámbito educativo.

De acuerdo con lo dicho en la investigación de Rodríguez y García (2021): se afirman que, el uso de videojuegos en adolescentes es un problema de salud pública, debido a que este se ha aumentado de forma amplia y sobre todo en varones entre los 10 y 19 años.

Tabla 3. Dimensión Estrategia Pedagógica. Relacionada a los indicadores Recursos didácticos, Seguimiento estudiantil, Talleres de socialización, Capacitación, Diseño y efectividad con relación a los ítems 9, 10, 11, 12, 13, 13, 15 y 16.

Ítems	Preguntas	Frecuencias		Porcentaje	
		Si	No	Si	No
9	¿Los docentes en clases usan recursos didácticos para concientizar acerca de causas y efectos de riesgos psicosociales?	15	75	17%	83%
10	¿El departamento de consejería estudiantil DECE realiza seguimientos frecuentes para informar sobre los efectos psicosociales?	32	58	36%	64%
11	¿Los Profesionales DECE realizan talleres de socialización escuela-familia acerca de causas y efectos de riesgos psicosociales?	0	90	0	100%
12	¿Las autoridades institucionales garantizan a los docentes, estudiantes, padres de familia capacitaciones constante para la prevenir riesgos psicosociales?	5	85	6%	94%
13	¿Consideras importante una sección teórica dentro del plan formación continua, que te permita comprender conceptos y fundamentos para evitar riesgos psicosociales?	82	8	91%	9%
14	¿Consideras importante una sección practica dentro del plan formación continua, que te permita asumir un rol protagónico para evitar riesgos	82	8	91%	9%



Artículo Original / Original Article

Gilberth Leonardo Villa Coles; Carlos Aníbal Méndez Enríquez; Ángel Yasmil Echeverría Guzmán (Tut.); Ramón Guzmán Hernández (Prof.). Plan Formativo para la Prevención de Riesgos Psicosociales en Estudiantes por Uso Excesivo de Videojuegos. *Training Plan for the Prevention of Psychosocial Risks in Students due to Excessive Use of Video Games.*

 H-R BY HUMAN - REAL 2407028455856

	psicosociales?				
15	¿Consideras importante recibir visitas de especialistas en el área de riesgos psicosociales dentro del plan de formación continua?	80	10	89%	11%
16	¿La aplicación del plan de formación continua en el proceso formativo del bachillerato técnico te permitirá prevenir riesgos psicosociales en tu vida diaria?	72	18	80%	20%

Fuente: Los Autores (2024).

Los resultados de la tabla 3 revelan un contraste significativo entre la situación actual y las expectativas de los estudiantes respecto a la prevención de riesgos psicosociales. Por un lado, se evidencia una notable carencia en las acciones preventivas actuales, donde solo el 17% de los estudiantes reporta el uso de recursos didácticos por parte de los docentes para la concientización, y de manera más preocupante, el 100% indica que el DECE no realiza talleres de socialización escuela-familia sobre estos temas.

Sin embargo, existe un fuerte interés y reconocimiento de la importancia de implementar medidas preventivas, reflejado en que el 91% de los estudiantes considera fundamental incluir tanto secciones teóricas como prácticas en un plan de formación continua, el 89% valora la importancia de recibir visitas de especialistas, y el 80% reconoce la relevancia de aplicar un plan de formación continua en el bachillerato técnico para la prevención de riesgos psicosociales, lo que evidencia una clara brecha entre las necesidades percibidas por los estudiantes y los servicios actualmente proporcionados por la institución educativa.

A juzgar por Paja-Aguilar y Tolentino-Quiñones (2021): en los últimos años tanto niños como adolescentes han padecido violencia tanto física como emocional y no solamente de manera presencial sino también de tipo virtual, debido a la forma como conviven e interactúan a través del internet.



4. Conclusiones

Una vez realizada la intervención se pudo evidenciar mediante la investigación empírica con el uso de la encuesta hacia la muestra de estudiantes de bachillerato técnico se obtuvieron los resultados en base a tres dimensiones concretas: dimensión conocimiento sobre riesgos psicosociales, dimensión concientización sobre el uso excesivo de juegos de video y la dimensión de prevención de riesgos psicosociales.

En cuanto a la dimensión de conocimientos sobre riesgos psicosociales se evidenció que la mayor parte de estudiantes no conocían sobre el significado de estos y tampoco sobre sus causas, consecuencia, o incidencia en el contexto académico y motivacional. En la dimensión concientización sobre uso excesivo de videojuegos, la mayoría tienen claro que sí hay perjuicios de dicho uso, sobre todo a nivel de motivación académica y en cuanto a aspectos como la comunicación entre familia. Y en la dimensión de prevención de riesgos psicosociales la mayoría de los estudiantes están de acuerdo con que se debe hablar de este tema en un plan de formación continua.

Se esperaría que, el plan de formación continua para prevención de riesgos psicosociales a nivel académico en estudiantes de bachillerato sea enfocado específicamente en aspectos tanto teóricos como prácticos en busca de la salud mental de los mismos, así como en otros ámbitos como el fomento de la comunicación asertiva entre los estudiantes y sus familias, evitando así que el uso excesivo de videojuegos u otros tipos de herramientas virtuales limiten o desmotiven el aspecto académico y el desarrollo integral de los estudiantes. Por tal motivo, se presentan una serie de recomendación, a saber:

Para los padres: procurar ante todo poner límites y reglas en el hogar para evitar excesos de uso de videojuegos u otros medios virtuales, a partir de una comunicación asertiva y efectiva entre padres e hijos, sacando tiempo de calidad con ellos y promoviendo prácticas inclusivas y motivadoras entre sí,



evitando conflictos y palabras negativas, sino a partir de la búsqueda por la conciliación, el respeto y el amor mutuo.

Para los docentes y autoridades institucionales: concientizar a nivel escolar sobre la importancia de incluir en las instituciones educativas planes de formación continua sobre el uso excesivo de juegos electrónicos y en general de medios electrónicos, ya que esto puede terminar con perjudicar el aspecto físico, psicológico y mental de los estudiantes, ya que su uso excesivo como se ha evidenciado puede provocar riesgos psicosociales como ansiedad, depresión y otros.

Para las entidades encargadas de las políticas públicas: aperturar nuevos talleres permanentes gratuitos por el Municipio o el gobierno nacional en distintos sitios geográficos del país, para gestionar la prevención de riesgos psicosociales a nivel académico, recordando que además de evitar estos riesgos en los jóvenes se puede fomentar la sana comunicación entre la familia para prevenir que los jóvenes vayan por caminos negativos como drogas, vicios y delincuencia.

5. Referencias

- Allande-Cussó, R., García-Iglesias, J., Fagundo-Rivera, J., Navarro-Abal, Y., Climent-Rodríguez, J., & Gómez-Salgado, J. (2022). **Salud mental y trastornos mentales en los lugares de trabajo.** *Revista Española de Salud Pública*, 96(21), 1-11, e-ISSN: 2173-9110. España: Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad.
- Arias, F. (2012). **El proyecto de investigación: Introducción a la Metodología Científica.** 6ª Edición, ISBN: 980-07-8529-9. Caracas, Venezuela: Editorial Episteme, C.A.
- Arza, J. (2020). **Familia y nuevas tecnologías.** Depósito Legal: NA-0.000/2010. España: Consejo Audiovisual de Navarra (COAN).
- Bernal, C. (2010). **Metodología de la investigación: administración,**





economía, humanidades y ciencias sociales. 3^{ra} edición, ISBN: 978-958-699-128-5. Colombia: Pearson Educación.

Briones, G. (2002). **Metodología de la investigación cuantitativa en las ciencias sociales.** ISBN: 958-9329-09-8. Colombia: ARFO Editores e Impresores Ltda.

CEPAL-UNESCO (2020). **La Educación en tiempos de la pandemia de COVID-19.** Estados Unidos: Naciones Unidas.

Fuentes, L., & Pérez, L. (2015a,b). **Los videojuegos y sus efectos en escolares de Sincelejo, Sucre (Colombia).** *Opción*, 31(6), 318-328, e-ISSN: 1012-1587. Venezuela: Universidad del Zulia.

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. (2014). **Metodología de la Investigación.** Sexta edición, ISBN: 978-1-4562-2396-0. México: McGraw-Hill / Interamericana Editores, S.A. de C.V.

Herrera, F., Naranjo, J., Calderón, M., & Albán, P. (2022). **La realidad aumentada como recurso formativo en la educación superior.** *Killkana sociales. Revista de Investigación Científica*, 6(Extra 0), 73-88, e-ISSN: 2588-087X. Ecuador: Universidad Católica de Cuenca.

Labrador, F., Requesens, A., & Helguera, M. (2018a,b). **Guía para padres y educadores sobre el uso seguro de Internet, móviles y videojuegos.** Madrid, España: Fundación Gaudium.

Moncada, J., & Chacón, Y. (2012). **El efecto de los videojuegos en variables sociales, psicológicas y fisiológicas en niños y adolescentes.** *Retos*, 21, 43-49, e-ISSN: 1988-2041. Recuperado de:

<https://doi.org/10.47197/retos.v0i21.34603>

Paja-Aguilar, M., & Tolentino-Quiñones, H. (2021). **Educación emocional en la escuela como prevención de riesgos psicosociales.** *593 Digital Publisher CEIT*, 6(5-1), 177-190, e-ISSN: 2588-0705. Recuperado de:

<https://doi.org/10.33386/593dp.2021.5-1.763>

Rodríguez, M., & García, F. (2021). **El uso de videojuegos en adolescentes.**





Un problema de Salud Pública. *Enfermería Global*, 20(62), 557-591,

e-ISSN: 1695-6141. Recuperado de:

<https://dx.doi.org/10.6018/eglobal.438641>

Ruiz, C. (2013). **Instrumentos y Técnicas de Investigación Educativa: Un Enfoque Cuantitativo y Cualitativo para la Recolección y Análisis de Datos.** 3ra edición. Estados Unidos: DANAGA Training and Consulting.

Sabino, C. (2014). **El proceso de investigación.** 10^{ma} edición, ISBN: 9789929677074. Guatemala: Editorial Episteme.

Gilberth Leonardo Villa Colese-mail: leonardovc1989@gmail.com

Nacido en el cantón Guaranda, provincia de Bolívar, Ecuador, el 24 diciembre del año 1989. Ingeniero Agrónomo graduado en la Universidad Estatal de Bolívar (UEB); Magister en Innovación Agraria para el Desarrollo Rural graduado en la Universidad Nacional Agraria La Molina (UNALM); voluntario de la Cruz Roja Ecuatoriana con 18 años; actualmente Coordinador de Gestión de Riesgos y Atención de Emergencias y Desastres (GRED) en la Cruz Roja Ecuatoriana de la Junta Provincia Bolívar; Instructor de Seguridad Operativa; Formador de Formadores.

Carlos Aníbal Méndez Enríqueze-mail: carlosmenri86@hotmail.com

Nacido en el cantón Tulcán, provincia de Carchi, Ecuador, el 12 de enero del año 1986. Licenciado en Ciencias de la Educación especialidad Psicología Educativa y Orientación Vocacional, graduado en la Universidad Técnica del Norte (UTN) de la Ciudad de Ibarra; en la actualidad desempeño el cargo de Analista del

Departamento de Consejería Estudiantil (DECE) de la Unidad Educativa "Isaac Acosta Calderón" de la Ciudad de Tulcán, Ecuador.