

Universidad Católica de Santa María

Facultad de Ciencias y Tecnologías Sociales y Humanidades

Escuela Profesional de Psicología



**“ADICCIÓN A VIDEOJUEGOS Y ANSIEDAD EN JÓVENES DE LA FACULTAD
DE CIENCIAS E INGENIERÍAS FÍSICAS Y FORMALES DE LA UNIVERSIDAD
CATÓLICA DE SANTA MARÍA”**

Tesis elaborada por la Bachiller:

Ylla Salas, Solansh Meybol

para optar el Título Profesional de:

Licenciada en Psicología

Asesor:

Dr. Martínez Carpio, Héctor Emilio

AREQUIPA – PERÚ

2018

FACULTAD CIENCIAS Y TECNOLOGÍAS SOCIALES Y HUMANIDADES
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA

INFORME DICTAMEN BORRADOR TESIS

VISTO

EL BORRADOR DE TESIS TITULADO:

"ADICCIÓN A VIDEOJUEGOS Y ANSIEDAD EN JÓVENES DE LA FACULTAD DE
CIENCIAS E INGENIERÍAS FÍSICAS Y FORMALES DE LA UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE SANTA MARÍA"

SE RESUELVE:

PRESENTADO POR las BACHILLER (ES)

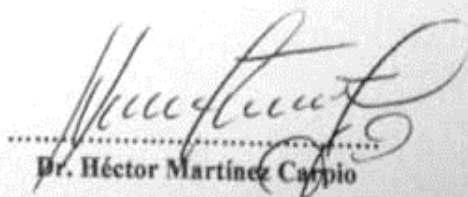
YLLA SALAS, Solansh Meybol

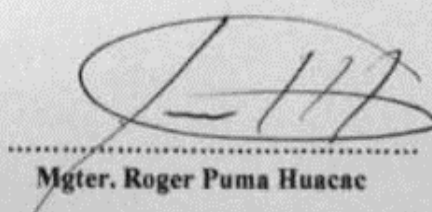
Del Dictamen:

Aprobado para sustentación

Observaciones:

Arequipa, ⁰⁵ de *Noviembre* del 2018

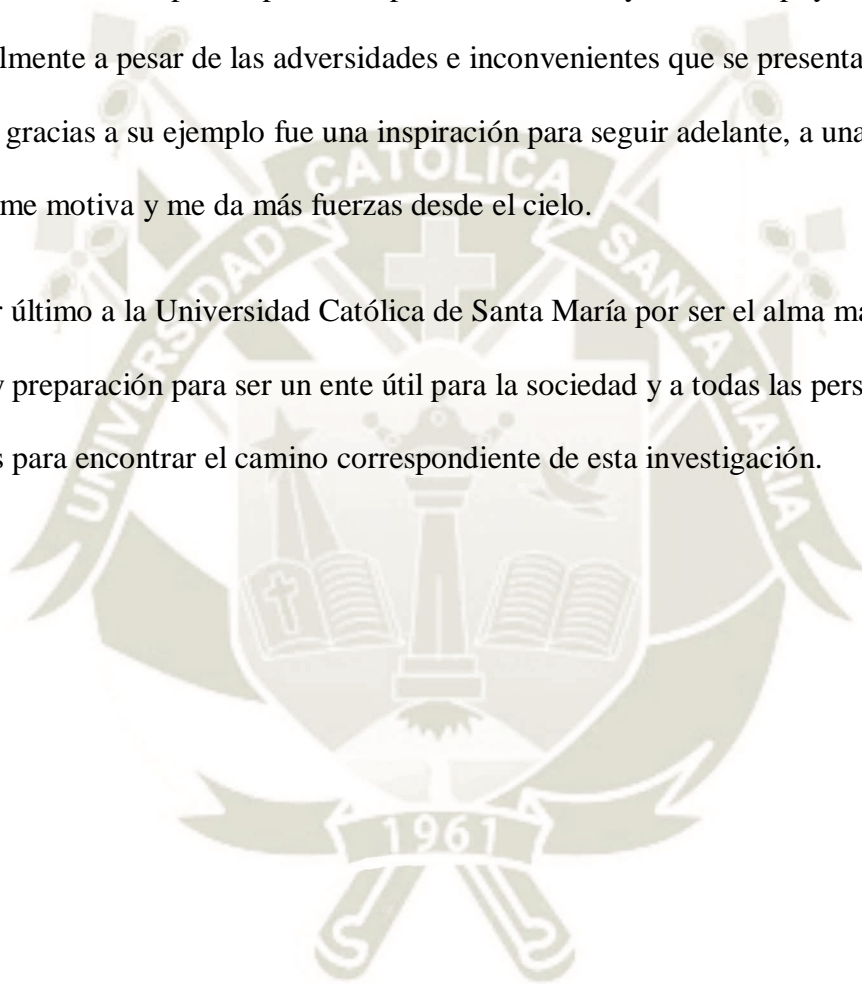

Dr. Héctor Martínez Carpio


Mgter. Roger Puma Huacac

Agradecimientos

Es importante utilizar estas líneas para agradecer a Dios, por ser mi guía y acompañarme en el transcurso de mi vida, brindándome fortaleza y sabiduría para caminar con éxito mis metas trazadas. Agradecer a mis padres por ser el pilar fundamental y haberme apoyado incondicionalmente a pesar de las adversidades e inconvenientes que se presentaron, a mi hermana que gracias a su ejemplo fue una inspiración para seguir adelante, a una personita especial que me motiva y me da más fuerzas desde el cielo.

Y por último a la Universidad Católica de Santa María por ser el alma mater de mi aprendizaje y preparación para ser un ente útil para la sociedad y a todas las personas que fueron protagonistas para encontrar el camino correspondiente de esta investigación.



Resumen

La presente investigación tiene como objetivo determinar la relación entre los niveles de ansiedad y la adicción a los videojuegos en estudiantes universitarios. La muestra fue conformada por 314 estudiantes de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales. Para la medición de adicción a videojuegos se hizo uso del Test Adicción a Videojuegos por Vela (2013), mientras que para la medición de Ansiedad se utilizó el Inventario de Escala de Autoedición de Ansiedad por Zung (1995) .

Los resultados se analizaron con el software SPSS 21. Se encontró que existe una alta correlación directa y significativa entre la Adicción a Videojuegos y la Ansiedad de los jóvenes ($r = -0,408$, $p < 0,000$). Se concluyó que a mayor adicción a videojuegos se presenta una ansiedad moderada en los universitarios.

Palabras clave: Adicción a videojuegos, Ansiedad.

Abstract

The objective of this research is to determine the relationship between levels of anxiety and addiction to video games in university students. The sample was conformed by 314 students of the Faculty of Physical and Formal Sciences and Engineering. For the measurement of videogame addiction, the Video Game Addiction Test by Vela (2013) , while for the management of the response to the transmission of the Anxiety self-edition by Zung (1995).

The results are analyzed with the software SPSS 21. Videogames and the Anxiety of young people ($r = -0.408$, $p < 0.000$). It was concluded that a greater addiction to a video game presents a moderate anxiety in the university students.

Keywords: Video game addiction, Anxiety

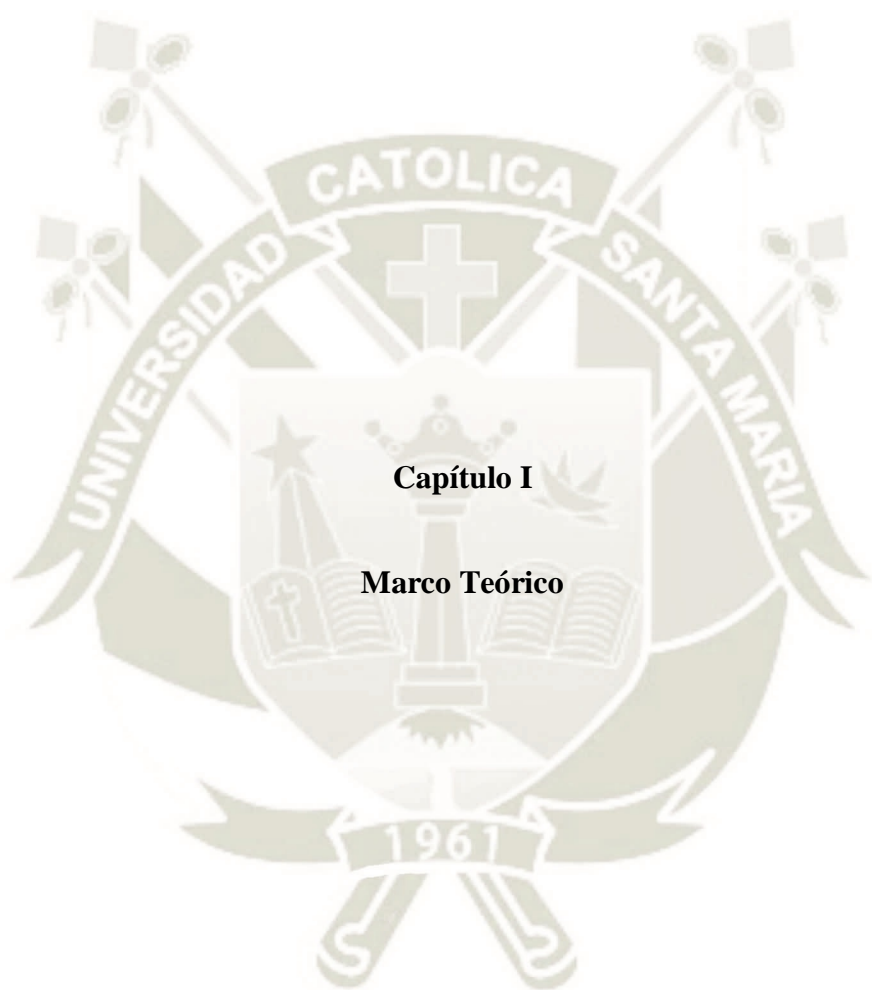
Índice de Contenidos

Agradecimientos.....	vi
Resumen.....	vii
Abstract	viii
CAPÍTULO I: MARCO TEÓRICO	1
Introducción.....	2
Problema o Interrogante	3
Variables.....	3
Objetivos.....	5
Antecedentes Teóricos - Investigativos.....	7
Videojuegos	7
Ansiedad	19
Hipótesis.....	326
CAPÍTULO II: DISEÑO METODOLÓGICO	27
Alcance y Diseño de Investigación	28
Técnicas e Instrumentos.....	28
Cuestionario de Adicción a Videojuegos	29
Escala de Automedición de la Ansiedad de Zung	32
Población.....	34
Muestra.....	34

Criterios de Inclusión.....	35
Criterios de Exclusión	35
Estrategia de Recolección de Datos.....	36
Criterios del Procesamiento de la Información:	36
CAPITULO III: RESULTADOS	37
Discusión.....	47
Conclusiones	52
Recomendaciones	53
Limitaciones	54
Referencias	55
Anexos	58
Anexo 1: Test Adicción A Videojuegos	58
Anexo 2: Escala De Autovaloración De Ansiedad Por Zung	60

Índice de Tablas

Tabla 1: Distribución de la población por Escuela Profesional.....	34
Tabla 2: Relación entre Adicción a Videojuegos y Ansiedad	38
Tabla 3: Videojuegos y Ansiedad	39
Tabla 4: Prueba del Chi – Cuadrado.....	40
Tabla 5: Adicción a Videojuegos	41
Tabla 6: Niveles de Ansiedad	42
Tabla 7: Adicción a Videojuegos por Escuela Profesional.....	43
Tabla 8: Niveles de Ansiedad por Escuela Profesional.....	44
Tabla 9: Correlación entre Adicción de Videojuegos y Ansiedad por Escuela Profesional	45



Capítulo I

Marco Teórico

Introducción

Con la incorporación de las nuevas tecnologías de información y comunicación en la sociedad, las formas de comunicación han experimentado diversos cambios sustanciales en los últimos 10 años en prácticamente todo el mundo. A excepción de los ciudadanos de países que practican la cibercensura, como Arabia Saudita, Armenia, Bahrain, Bielorrusia, Birmania, China, Cuba, Irán, Corea del Norte, Corea del Sur, Siria, Turkmenistán, Uzbekistán y Vietnam, entre otros, prácticamente la mayor parte de la sociedad mundial tiene acceso a internet, a las denominadas redes sociales y a los videojuegos.

Los videojuegos son un medio de diversión y distracción que en la actualidad acapara la atención principalmente de niños, adolescentes y jóvenes, siendo una de las actividades principales que practican los adolescentes en su tiempo libre, en lugar de los deportes, salida de campo etc. Utilizan videojuegos de diferentes tipos, especialmente los que muestran violencia (terror, guerra, pelea y pornografía). No obstante la variedad de juegos existentes en el mercado y las diversas maneras de interactuar con ellos cada vez incrementa la atención de nuevos usuarios de edades más diversas, una parte muy elevada de consumidores oscilan entre los 8 y 25 años. En estas edades es cuando la persona recibe mayor conocimiento y aprende todo lo que le rodea socialmente.

La presente investigación aborda un genuino fenómeno social, la práctica de videojuegos, fundamentalmente por los jóvenes, por su vínculo con diferentes aspectos de la personalidad, como autoestima, sociabilización y por la disputa que surge acerca de en qué medida producen adicción o no los videojuegos y si generan agresividad o aislamiento.

El encuentro entre nuestra sensibilidad con respecto a la situación actual de los jóvenes en la problemática de la adicción a videojuegos y la ansiedad es debido a que no tomamos con seriedad los cambios psicológicos que los jóvenes se encuentran susceptible a sufrir. Teniendo en cuenta que la carrera de los videojuegos en el Perú, ya tiene una trayectoria y un campo de acción formado hace ya algunos años y son más las opciones que se ofrecen en las instituciones de educación superior para estudiar la especialidad de Diseño de Videojuegos o Ingeniería de Desarrollo de Juegos, entre estos institutos están Cibertec, Toulouse Lautrec, ISIL y Área 51.

La adicción a los videojuegos es una trama que aún tiene mucho por explorar, más aun si se busca establecer la relación entre el uso de los videojuegos y la ansiedad de los jóvenes. Por ello la información que se obtenga del estudio de campo constituirá un aporte para la ciencia y se podrá plantear políticas para superar esta problemática que afecta a la niñez y juventud.

Problema o Interrogante

¿Existe relación entre la adicción a videojuegos y la ansiedad en jóvenes de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de la Universidad Católica de Santa María?

Variables

Variable 1 : Adicción a Videojuegos

Para Vela (2013) es la obstinación del individuo a dejar de jugar, donde se presentan dos fases; la primera se disfruta del juego produciendo sensaciones placenteras, seguidamente aparece resistencia del organismo a permanecer en excitación intacta, en la cual se necesitará alargar el estímulo y con ello se inicia la dependencia. La segunda es la abstinencia en donde el

cuerpo se desintoxica y entra en un estado de angustia, volviendo una necesidad jugar; es aquí cuando la adicción ya no busca sólo el placer, sino también la calma básica para seguir viviendo.

Para el presente estudio se utilizó el Test Adicción a Videojuegos de Vela (2012) que evalúa dos aspectos de los videojuegos:

- Adicto a los videojuegos
- No adicto a los videojuegos

Variable 2: Ansiedad

Según Mardomingo citado por Chapi (2012) es la respuesta emocional ante estímulos que el sujeto percibe como potencialmente peligrosos, incluyendo síntomas neurovegetativos, conductuales, cognitivos y vivenciales.

Para el presente estudio se utilizó la Escala de Ansiedad (EAA) de Zung (1965) que evalúa cuatro niveles de ansiedad:

- Dentro de los límites normales. No hay ansiedad
- Ansiedad Moderada
- Ansiedad Marcada o Severa
- Ansiedad en grado Máximo

Interrogantes Secundarias

- ¿Cuál es el nivel que identifica la presencia adicción a videojuegos en los jóvenes de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de la Universidad Católica de Santa María?

- ¿Cuáles son los niveles de ansiedad que presentan a los jóvenes no adictos a los videojuegos de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de la Universidad Católica de Santa María?
- ¿Cuáles son los niveles de ansiedad que presentan los jóvenes adictos a los videojuegos de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de la Universidad Católica de Santa María?
- ¿Cuál es la presencia de adicción a videojuegos y los niveles de ansiedad que existen en las escuelas profesionales de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de la Universidad Católica de Santa María?

Objetivos

Objetivo General

Establecer la relación entre la adicción a videojuegos y la ansiedad en los jóvenes de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de la Universidad Católica de Santa María.

Objetivos Específicos

- Precisar los niveles de ansiedad que presentan los jóvenes no adictos a videojuegos de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de la Universidad Católica de Santa María.
- Identificar los niveles de ansiedad que presentan los jóvenes adictos a videojuegos de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de la Universidad Católica de Santa María.

- Establecer el nivel que identifica la presencia adicción a videojuegos en los jóvenes de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de la Universidad Católica de Santa María.
- Determinar la presencia de adicción a videojuegos y los niveles de ansiedad en las escuelas profesionales de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de la Universidad Católica de Santa María.



Antecedentes Teóricos - Investigativos

Videojuegos

No existe un término preciso para los videojuegos con frecuencia se les conoce mediante términos como “juego de ordenador”, “juego electrónico”, “consolas”, “máquinas”, o “marcianitos”. Por otra parte la palabra “videojuego” puede hacer referencia al apoyo tecnológico (hardware), como al propio juego (software). (Tejeiro & Pelegrina, 2008)

Esto no significa que no se pueda instituir una definición de los videojuegos, como menciona Calvo citada por Tejeiro (2008) “...entendemos por videojuego todo juego electrónico con objetivos esencialmente lúdicos que sirviéndose de procesos informáticos puede presentarse en distintos soportes (fundamentalmente consolas y ordenadores personales)”

Sin embargo el videojuego es desigual al video y a la televisión, forma parte de nuevos comportamientos comunicativos, se han desarrollado en la sociedad de diversas formas y han generado formas de consumo cultural de gran trascendencia. El juego ha estado atado a la competencia siendo su objetivo primordial la victoria y ser reconocido por él. El concepto de juego en el presente está relacionado con el entretenimiento, sirve para que el individuo pueda consignar sus energías a otras actividades que no son obligatorias, como el trabajo, estudios, etc. El videojuego se define por una conexión entre personas y máquinas cuya tecnología es electrónico/digital que tiene como propósito incorporar la tecnología y sus prácticas de uso, además de sus consecuencias perceptivas y cognitivas. (Quiroz, 1996)

Se considera que la definición más ajustada de “videojuego”, al día de hoy, podría ser la siguiente:

“Todo juego electrónico con objetivos esencialmente lúdicos, que se sirve de la tecnología informática y permite la interacción a tiempo real del jugador con la máquina, y en el que la acción se desarrolla fundamentalmente sobre un soporte visual (que puede ser la pantalla de una consola, de un ordenador personal, de un televisor o cualquier otro soporte semejante)” (Calvo, 1996 citado por Tejeiro, 2008)

Historia de los Videojuegos

Se remonta a 1961, cuando Steve Russell, estudiante de Massachusetts Institute of Technology (MIT) se propuso elaborar un juego de computadora interactivo, tras 6 meses de trabajo el juego que mostraba consistía en una lucha entre dos naves espaciales que se disparaban torpedos la una a la otra. Russell llamó a este juego Spacewar. Con él nació uno de los elementos característicos de los videojuegos: el joystick, un inspector remoto acoplado al ordenador mediante cables; jamás lo patentó ni obtuvo beneficio monetario. El primer videojuego que se comercializó fue Computer Space, creado en 1971 por Nolan Bushnell, este juego era en contexto una versión de Spacewar. La comercialización fue un infortunio, con unas ventas inferiores a 2000 ejemplares. Otro videojuego fue diseñado unos años antes en 1967, un juego en el cual un trayecto que proyectaba un punto que se movía por la pantalla.

El juego fue comercializado en enero de 1972 agregado por un soporte en forma de consola que se conectaba a la televisión y denominaba Odyssey. La consola incorporaba inicialmente 12 juegos, incluía dos controladores (joysticks), dos hojas semitransparentes de plástico que se ponían arriba del televisor para suministrar el fondo conveniente. El primer triunfo de la compañía Atari fue una consola que se conectaba a la televisión, consistía en un

artefacto que simulaba el juego del tenis de mesa. Su trabajo era completamente electrónico y observado por un microprocesador. (Tejeiro & Pelegrina, 2008)

Características y Tipología

Según Collasius citado por Quiroz & Tealdo (1996) hay dos características importantes que definen a los videojuegos:

- La simulación : Presenta lo más similar a una situación o lugar , la emoción de estar ahí ofreciendo iconografía con gran aserto , color, sonido, tamaño o calidad de pantallas, etc.
- La interactividad: Lleva a transformar la televisión en una pantalla de exportación videotextual. El videojuego suma la interactividad a la dinámica visual de la televisión.

Lo que pasa en la pantalla depende de las acciones del jugador, la esencia de la interactividad está en las dinámicas de retroalimentación entre dos partes que envuelven fortuna, velocidad y costo cognitivo; donde una de ellas funciona autónomamente respecto a la otra.

Para Quiroz & Tealdo (1996) algunas otras características de los Videojuegos:

- Los videojuegos poseen una distribución simple de gran variabilidad de contenido y personajes, buscando el éxito comercial.
- El juego plantea la oportunidad de conservar muchas vidas de comenzar acciones violentas, de adjudicarse roles determinados, al consentir que el individuo penetre a través de la impresión a mundos antes inaccesibles, esto constituye un tema de discusión sumamente importante.

- Consiste de juegos diseñados de hombres para hombres. Las mujeres personajes secundarios y el público femenino accede a los juegos mayormente en el hogar y asiste menos a lugares públicos.
- Los videojuegos se han introducido en las sociedades como pasatiempo adherente al placer, al tiempo libre y a la oportunidad de afrontar diversos desafíos. La valoración acerca de su progreso y de su desarrollo perceptivo y cognitivo, así como la transmisión de investigación se encuentra en una etapa inicial.
- Los contenidos tienen que ver lo que está representando el juego, sobre la violencia, la acción, los temas.

Hay quienes afirman como López citado por Quiroz & Tealdo (1996) es posible clasificar, específicamente los videojuegos por computadora, de acuerdo al nivel que proponen:

- Juegos de habilidad: Es la coordinación de ojos- manos con un límite de estrategia, su atractivo está en el sonido, gráficos y animación informática.
- Simuladores: El usuario manipula en diversos niveles sobre sistemas reales.
- Juegos de aventura: Plantean condiciones y situaciones que el usuario debe responder.
- Juegos de rol: El usuario asume roles o funciones de personajes históricos o imaginarios, resuelve problemas o logra metas bajo una lógica narrativa dramática.
- Juegos explícitamente educativos: Juegos donde se trabaje el área cognitiva o coordinación psicomotora.

- Juegos de azar y adaptación de juegos de salón: Se basan en el raciocinio, pero sobre todo en la suerte.
- Juegos de estrategia: Tipo especial de juegos de simulación o aventura, combinan habilidades psicomotoras con otras de solución de problemas.

Tipo de Videojuegos Preferidos

Los tipos de juegos que son preferidos y jugados por una comisión significativa de jugadores, presenta juegos deportivos, de juegos de aventuras gráficas y de juegos de plataformas. Un segundo nivel de preferencia se encuentra los tipos de lucha y conducción simulación. Asimismo se encuentran diferencias entre los chicos y las chicas a la hora de escoger entre un juego u otro. (Tejeiro & Pelegrina, 2008)

Los Videojuegos como Fenómeno Social

Echeburúa citado por Sánchez (1998), definió a los adictos a la red como aquellos usuarios que aumentan su sometimiento al computador incluso aislarse de su ambiente y no tomar en cuenta otros aspectos de la vida cotidiana. Una muestra de adicción a internet es cuando una persona no recurre al internet para conseguir información, sino para evadir de sus problemas cotidianos o cuando siente una necesidad imperiosa de ejecutar lo que le apetece con una pérdida de control significativo. Advierte que el uso estándar de internet, puede originar dependencia y recomienda que el uso de este no se prolongue más de dos horas diarias.

La habilidad de los videojuegos es en el presente un fenómeno extendido en todo el mundo que cuenta con numerosos practicantes en diversos ámbitos, también influida por grandes intereses económicos (Tejeiro & Pelegrina, 2008)

Marco Legal de los Videojuegos

Al principio la propaganda de este modelo de entretenimiento fueron acompañados con disputa, impidiendo desde el principio una reacción de los legisladores, es por esto que muchos países siguen sin obtener de una regulación específica lo cual hace que no se apliquen las reglas de protección a la infancia frente a los medios de comunicación.

En los Estados Unidos en 1993 plantearon un sistema de calificación de los juegos sobre su contenido violento y sexual. En este año la industria también aprobó un código destinado a regular el contenido de los videojuegos. Sin embargo, estos son subjetivos debido a que existen personas que manifiestan que dichos avisos colocados sobre los peligros potenciales de los videojuegos, solamente logran incrementar su atractivo entre los menores e incluso estudios mostraron la facilidad con que los niños pueden adquirir este tipo de juego los cuales no son adecuados para su edad.(Tejeiro & Pelegrina, 2008)

Uso De Videojuegos

Gran parte de jugadores prefieren los sistemas domésticos más que las máquinas de salas recreativas. Al momento de analizar lo que dicen los jugadores, ellos poner en primer lugar la motivación para el uso de los videojuegos, sin embargo la mayoría dicen utilizar los videojuegos por diversión, entretenimiento, etc. También se incluye el deseo de controlar la propia conducta y de incrementar la propia competencia. Los videojuegos están perfectamente diseñados para atraer la atención y los intereses de la misma manera que los anuncios de publicidad. De esta forma los jugadores indican sentirse atraídos mayormente por la calidad de imágenes, la rapidez de la acción visual, los efectos de sonido, la combinación multisensorial y la simulación sensitiva. (Tejeiro & Pelegrina, 2008)

Frecuencia y Costo

La proporción de usuarios de videojuegos entre los jóvenes aumentaron en las últimas dos décadas mientras en los años 80 se informó desde el 11% al 95% de usuarios, en los 90 parece haber incrementado estos porcentajes ya que están sobre el 60% y en la mayoría de los casos se supera el 80%. Por otro lado la frecuencia es mayor en los hombres a diferencia de las mujeres aunque varían también según los estudios. La mayoría de los jugadores pasa un tiempo relativamente moderado ante su sistema de videojuegos cada vez que deciden utilizarlo. La mayor parte de encuestas hablan de una media de 0.5 a una hora aunque algunos la reducen hasta los 20 o 30 minutos mientras que otros o amplían hasta cerca de dos horas, también se demostró que los hombres utilizan más tiempo por sesión que las mujeres. (Tejeiro & Pelegrina, 2008)

El uso continuo puede afectar en el rendimiento escolar debido a que se descuida la elaboración de tareas escolares, se sacrifican horas de sueño o se exponen a excesivas horas ante la pantalla sin respetar periodos de descanso necesarios. Es decir, aparentemente la conducta implicada en los videojuegos podría convertirse en patológica en función de la intensidad o frecuencia invertida en ella y del grado de interferencia en las relaciones familiares, sociales y/o escolares de las personas implicadas (Echeburúa, De Corral & Amor, 2005).

Los estudios arrojan diferentes cifras de gastos que son complicadas de comparar entre países distintos y entre años diferentes así encontramos estudios que nos hablan de un gasto medio semanal de entre 1.5 y 2 dólares o de gasto medio de 7.80 dólares por episodio. (Tejeiro & Pelegrina, 2008)

Críticas a los Videojuegos

Al principio los videojuegos fueron objeto considerable de temor por parte de la sociedad, provocando la aparición de otras novedades científicas o sociales que con frecuencia fueron acompañadas de varias críticas. Fueron acusadas de todo, desde incentivar la delincuencia a generar la agresión, pero también hay quienes han ensalzado su potencial para mejorar diversas habilidades y como potente herramienta de transmisión de conocimientos y valores. A partir de la observación de jóvenes que pasan horas y horas enganchadas a la consola o computador y que para dedicarse a jugar sacrifican horas de sueño o de estudio, muchas personas han concluido que los videojuegos, al menos para ciertas personas suponen un grave riesgo de adicción. (Tejeiro & Pelegrina, 2008)

Anteriormente el concepto sobre la adicción que se tenía era limitado solo a las sustancias químicas que producían dependencia, y no se había determinado ni sistematizado aún la clínica de las adicciones atípicas o no convencionales; en ese unívoco enfoque el factor de riesgo era definido entonces como un elemento de naturaleza individual o social cuya presencia pone en riesgo a un individuo de que use drogas. (Echeburúa, 1999)

Matalinares, Díaz, Arenas , y Dioses (2013) en un estudio encontraron que en estudiantes de secundaria de 13 a 19 años de la costa, sierra y selva existe una relación positiva entre agresividad y la adicción a internet, se apreció que los varones tienden a ser más agresivos física y verbalmente, y las mujeres presentan más ira y hostilidad.

Así, la adicción a los videojuegos en línea ha recibido un reconocimiento que no tenía. El mismo manual especifica que no incorpora otras adicciones conductuales, como adicción al sexo, adicción al ejercicio o adicción a las compras porque no hay suficiente evidencia para establecer

los criterios diagnósticos y las descripciones del curso de la enfermedad necesarias para establecer estas conductas como trastornos mentales.

Las adicciones conductuales a partir del DSM-5 (Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales)

Juego Patológico: Eje I, Trastornos relacionados con sustancias y trastornos adictivos

Adicción al sexo, Adicción al ejercicio y Adicción a las compras: No hay suficiente evidencia para establecer los criterios diagnósticos y las descripciones del curso de la enfermedad necesarias para establecer estas conductas como trastornos mentales.

Adicciones tecnológicas

Internet Gaming Disorder: Condición que merece un estudio posterior

Non-Internet computerized games: Podrían incluirse pero han sido menos investigados

Redes sociales online como Facebook y Pornografía en línea: No se consideran análogas al Internet Gaming Disorder

Adicción a Internet: El uso recreacional o social de internet no es un trastorno

Adicción al móvil: No se menciona en el manual

Según Vela (2013), los videojuegos se han extendido al extremo de formar el principal pasatiempo de niños y jóvenes, llegando a afectar varias funciones vitales, responsabilidades y la salud. Sin embargo el mayor riesgo y que va creciendo es el que generan adicción, con todo el cortejo de complicaciones y secuelas. Teniendo en cuenta que existen realidades sociales

específicas, es que el autor elaboro y ensayo un test que permite identificar los casos que presentan esta adicción específica.

Para el instrumento que elaboró Vela (2013) comenzó definiendo visiblemente lo que era adicción, donde se concentró en dos características: la compulsividad refiriéndose a la necesidad urgente, impostergerable y superior a la voluntad y a la autocrítica para jugar y la abstinencia como síndrome de ansiedad cuando no puede jugar por razones fuera de control y que solo se calma cuando vuelve a jugar. Las demás variables que fueron antigüedad de haber jugado por lo menos en los últimos 6 meses, demostrando que el juego está consolidado en su vida, los problemas académicos, familiares o sociales, la prioridad de jugar sobre otras actividades, haber alcanzado algún nivel de juego elevado y como ultima variable la frecuencia de jugar durante la semana, estas variables se eligieron y corrigieron de manera interactiva y con gran referencia a las observaciones, experiencias y testimonios de los mismos estudiantes, así como la consulta a la bibliografía y a algunos profesionales psicólogos y psiquiatras que atienden casos clínicos en servicios hospitalarios.

Calvo, Megías y cols. (2002), realizaron una investigación; jóvenes y videojuegos: Espacio, significación y conflictos. Donde describen esa representación social sobre los videojuegos y les atribuye un carácter de adolescencia, en cierto modo identificador de ese colectivo; que también incluye connotaciones de modernidad. En cualquier caso, los videojuegos constituirán un cierto “mundo aparte”, transformándolo de una forma progresiva, en una dinámica adictiva motivada por el poder del propio juego.

El DSM-V ha puesto el juego patológico reclasificado como un Trastorno de la Adicción no relacionado con sustancias, definiendo al Juego patológico como “juego problemático

persistente y recurrente, que provoca un deterioro o malestar clínicamente significativo y se manifiesta porque el individuo presenta cuatro a más de los criterios diagnósticos durante un periodo de 12 meses”.

Diagnóstico de la Adicción al Juego

APA (American Psychiatric Association), considera que esta adicción al juego patológico implica los siguientes comportamientos:

- Preocupación frecuente por el juego.
- Jugar progresivamente comprometiendo más tiempo y pasión, más allá del tiempo previsto.
- Necesidad de incrementar la frecuencia para alcanzar mayor satisfacción.
- Intranquilidad e irritabilidad en caso de no poder jugar.
- Gasto excesivo y preocupación frecuente por obtener los medios económicos necesarios para jugar.
- Perjuicio de las obligaciones personales, familiares, sociales u ocupacionales.
- Juego como un modo de escapar de los problemas y aliviar la culpa, ansiedad o depresión.
- Incapacidad para abstenerse del juego a pesar de no contar con los medios económicos o de tiempo.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha reconocido la adicción a videojuegos como un nuevo tipo de dolencia relacionada con la salud mental. La OMS comenzó a considerar este

trastorno hace una década y, tras años de trabajo con profesionales de salud mental, se decidió a reconocer el desorden oficialmente en su próximo manual de diagnóstico. Este trastorno se caracteriza por un patrón de comportamiento de juego "continuo o recurrente", Horvat puntualizo que "La respuesta neuroquímica y psicológica son equivalentes en otros tipos de conductas que se terminan transformando en adicciones. Está comprobada la sensación placentera por la liberación de dopamina en el cerebro y la reducción de ansiedad ante la posibilidad de jugar. Ambas respuestas están presentes en todas las adicciones".

A nivel biológico, la adicción a los juegos virtuales está vinculado al sedentarismo, el sobrepeso y la obesidad, nocivos para la salud del adolescente; molestias en los ojos, irritación y dolor de cabeza; incremento de la presión sanguínea y del ritmo cardiaco, conductas sexistas y marginadoras. (Casado, 2006)

Fases de la adicción al juego y características clínicas.

- Fase de inducción. Es la etapa en que descubre que el juego le gusta y hasta le hace bien, le produce espontaneidad, alegría y bienestar. Es una etapa en que siente que puede ganar a un adversario real o virtual. Minimiza las pérdidas, aumenta su optimismo y autoestima.
- Fase de adaptación. Accede a nuevas opciones, busca nuevos retos, se siente diestro en el juego pero también siente que pierde: pierde tiempo, dinero, si cuenta con dinero virtual, es capaz de comprometerlo. Quiere levantarse y empezar a ganar, se irrita cada vez más, se distancia de los familiares y amigos, a pesar de todo, piensa que las cosas no son tan graves y no reconoce el problema; la familia le reclama, se propone mejorar, hace una

pequeña tregua, pero en el fondo no quiere esa solución, y recae. Se da cuenta que todo se le vuelve un círculo vicioso.

- Fase de desesperación. El adicto recae, y trata de ocultar su falta al compromiso, la adicción lo desborda, motivo por el cual a veces busca caminos incorrectos para adquirir los medios económicos que le hacen falta. Cuando se descubren las mentiras y la recaída se destruye la unidad familiar, se siente atrapado, y muy fácilmente puede incurrir en las drogas, el alcohol y el pandillaje. Incrementan los síntomas de malestar físico, psicológico y social, y pueden conducir a intentos de suicidio. (Belloch y cols. 2008)

El adolescente o joven acude a los videojuegos y cosas similares con el objetivo de sentirse conformado, parece que logra su objetivo, se siente preparado para el tipo de juego, se entretiene. Este sentimiento y convicción se potencia cuando la experiencia es compartida con otros ludópatas. La adicción a videojuegos “Es una extraña atracción que conduce de manera impulsiva y descontrolada y excitante, cuya activación es el reforzador más importante para la permanencia de la conducta del juego.” (Anderson & Brown, 1984)

Ansiedad

La ansiedad es un método de alerta del organismo ante situaciones consideradas amenazantes, es decir, situaciones que nos afectan y en las que tenemos algo que ganar o que perder. La función de la ansiedad es advertir y activar el organismo, movilizarlo, frente a situaciones de riesgo cierto o probable, quimérico o real, de forma que puede salir airosos de ellas. Las emociones, la ansiedad entre ellas, reflejan la relación entre los motivos – necesidades y el éxito, de realizar la conducta apropiada para obtener el objeto o meta que satisface dicha

necesidad (Palmero, 1996). Dependiendo de esta relación – necesidades/medios/conducta/éxito – se experimenta una emoción u otra (ansiedad, depresión, etc). (Baeza y cols. 2008)

Según Spielberger citado por Chapi (2012), “una adecuada definición de la ansiedad debe diferenciarse conceptual y operacionalmente como estado transitorio o como un rasgo relativamente estable de la personalidad. De esta forma el clasifica a la ansiedad en dos formas de presentación, un estado ansioso caracterizado por sentimientos subjetivos como la percepción consciente de tensión y una elevada actividad del sistema nervioso autónomo, a la que llamó ansiedad – estado. Mientras que, a la tendencia o predisposición relativamente estable a presentar ansiedad, como aspecto de la personalidad, la denominó ansiedad – rasgo”

Síntomas

En 1992 Cannon definió a la ansiedad como respuesta de lucha-huida, dado que se trata de una reacción primitiva y refleja que prepara para luchar o bien para huir del peligro. Si una persona se encuentra ante una situación de peligro se tiene que estar preparados para una acción inmediata, se necesita que en el cuerpo se produzcan una serie de cambios, encaminados a superar con éxito la situación. El fin de la ansiedad es proteger al organismo y sus intereses.

Entre sus acciones están: el control de la frecuencia cardiaca, la contracción y dilatación de vasos sanguíneos, la contracción y relajación del músculo liso en varios órganos, la acomodación visual, el tamaño pupilar y secreción de glándulas exocrinas y endocrinas. Se dice que la respuesta de lucha-huida es un tipo de respuesta que prepara para hacer frente a los peligros, propiciando una serie de cambios físicos para preparar al organismo para lucha o huir. (Baeza y cols. 2008)

Para Rojas (2014), la ansiedad es una emoción de alarma que da lugar a una hiperactivación fisiológica, donde cualquier situación se percibe como amenazante, sintiendo miedo, aprensión y malos presagios. Tiene cuatro componentes esenciales que provocan cuatro sistemas de respuesta:

Respuestas Físicas: Se deben a una activación del sistema nervioso autónomo, presentando síntomas como:

- Taquicardia
- Dificultad respiratoria
- Opresión Precordial
- Aumento del tono muscular
- Deseo de vomitar

Respuestas de conducta: son manifestaciones observables que generalmente son motoras, las más frecuentes son:

- Temblores diversos: mano, brazos, piernas.
- Estado de alerta
- Irritabilidad
- Moverse de un sitio para otro
- Cambios y altibajos en el tono de voz

- Morderse las uñas

Respuestas cognitivas: se refiere al modo de procesar la información que le llega y afecta a la percepción, memoria, pensamiento. Sus principales síntomas son:

- Inquietud
- Miedo
- Temores de anticipación
- Preocupaciones obsesivas
- Pensamientos intrusos negativos
- Dificultad de concentración

Factores Biológicos

Seguidamente se observa cómo es que los familiares más o menos próximos compran un mismo trastorno o un mismo problema. Por ejemplo, es probable que los padres de un joven con una timidez alta tengan también dificultades en relaciones sociales, o que personas con ansiedad generalizada tengan familiares que se preocupen en exceso por las cosas. Sin embargo, esta relación podría explicarse de dos maneras diferentes:

- Estos donws familiares comparten genes y biología: ¿existen características genéticas o biológicas que se ha transmitido por herencia?
- Estos dos familiares comparten el mismo ambiente: ¿el problema se ha adquirido por mecanismos de aprendizaje?

Los familiares de primer grado de personas con este trastorno tienen entre dos y tres veces más probabilidad de tener este mismo trastorno.

En resumen, el aporte que los genes individuales son pequeñas, siendo probable que un mismo gen esté implicado en la aparición de diferentes trastornos de ansiedad. A diferencia de lo que se suponía, no se han identificado genes concretos que de forma específica estén implicados en un tipo u otro problema de ansiedad. En su lugar parece más plausible considerar que un conjunto de genes influya de forma inespecífica en dichos trastornos. (Baeza y cols. 2008)

Por ello, la amenaza se sitúa en dos planos inmediatos: el físico y el psíquico. En lo psíquico, se refiere a las conexiones entre sí y pueden hacer emerger la ansiedad cuando se analiza o recorre la propia vida, sin haber digerido muchos de sus aspectos más esenciales: unos padres separados o muy distantes, hecho que el sujeto no ha podido superar; experiencias amargas que han dejado un gran impacto en su personalidad y que, al ser recordadas, dejan paso a estados de inquietud, desasosiego, zozobra interior. (Rojas, 2014)

Circunstancias

Las situaciones traumáticas o acontecimientos vitales pueden precipitar la aparición de un trastorno de ansiedad. Las personas asocian un estímulo a una respuesta emocional negativa, esta asociación logra que la persona aprenda de la aparición de este objeto o situación puede ir seguida de un estado emocional de miedo o ansiedad y esto ocurre por el miedo a que la situación pueda repetirse, que llega obtenerse mediante un método de aprendizaje que se ha llamado condicionamiento clásico; este temor se mantiene porque la persona evita confrontar la situación. Usualmente no existe un desencadenante específico, es bastante habitual que el inicio de los ataques de pánico seguido de una época de estrés, problemas laborales o familiares, consumo

excesivo de sustancias, cansancio, mala alimentación o falta de sueño. Se estudiaron parámetros posibles que determinan la valoración subjetiva que realiza el sujeto. Algunos de estos parámetros son: la novedad del estresor, su predictibilidad o el grado en que podemos controlar su aparición y/o duración. (Baeza y cols. 2008)

El adolescente también pasa por una etapa de constantes cambios sociales y psicofisiológicos, lo cual lo convierten más susceptible a sufrir ansiedad. Entonces se considera que la ansiedad es un factor que se presenta, en el adolescente de forma normal, ante todo producida por los cambios propios de la pubertad, por ello la adolescencia presenta una mayor vulnerabilidad en el riesgo de que una ansiedad aparentemente normal evolucione a una patológica (Bassas y Tomás; 1996; citado por Baldeón; 2007).

La ansiedad y las reacciones fisiológicas que conlleva, en el caso particular del juego, es para muchos autores el principal causante del mantenimiento del juego, pero en cuanto a la adquisición algunos investigadores han apuntado al acto del juego como una estrategia de evitación de la ansiedad, mientras que otros lo han relacionado como una búsqueda de activación (Sharpe y Tarrier ,1993).

Algunos Acompañantes de la Ansiedad

Usualmente los trastornos de ansiedad coexisten, en mayor o menor medida, con otros problemas emocionales. Son muy comunes la asociación ansiedad-depresión y ansiedad-estrés. El estado de ánimo se asocia con la regulación de energía dentro del organismo, es por esto que el buen mantenimiento de las condiciones consideradas satisfactorias, generan un ánimo positivo, por el contrario el fracaso para el desarrollo de la vida generan desanimo. (Baeza y cols. 2008)

Piqueras y cols. (2008) encontraron que la ansiedad y la depresión se asocian con enfermedades crónicas en el inicio, desarrollo y mantenimiento. De manera que interfieren en los hábitos saludables y fomentan el desarrollo de conductas inadecuadas que exponen en peligro nuestra salud, y su activación psicofisiológica afecta en la inmunidad. Hay una alta comorbilidad de estas enfermedades con los trastornos ansiosos y depresivos, frecuentemente como consecuencia del padecimiento de las mismas.

Niveles de ansiedad

Según Martínez y Cerna citado por García (2014), la ansiedad se puede dividir en tres niveles:

a) Ansiedad mínima o leve: Una persona se encuentra alerta, observa y oye dominando la situación antes que se produzca. Se le denomina como una ansiedad benigna o de tipo ligero. Las reacciones fisiológicas están representadas por la respiración entrecortada, ocasional frecuencia cardíaca, síntomas gástricos leves, temblor de labios, tics faciales, etc.

b) Ansiedad moderada: Se observa, escucha y domina la situación en menor intensidad que la anterior, por lo cual experimenta ciertas limitaciones para percibir lo que sucede en su entorno. Las reacciones emocionales presentan una frecuente respiración entrecortada, tensión arterial elevado, estomago revuelto, boca seca, diarrea o estreñimiento, expresión facial de miedo, inquietud, respuestas de sobresalto, dificultad de dormir o relajarse, etc.

c) Ansiedad Grave o severa: La atención se concentra en uno o varios detalles dispersos lo que ocasiona distorsión en lo que observa, dificultad para aprender nuevas cosas, para establecer secuencias lógicas. Se presenta la respiración entrecortada, sensación de ahogo o sofocación,

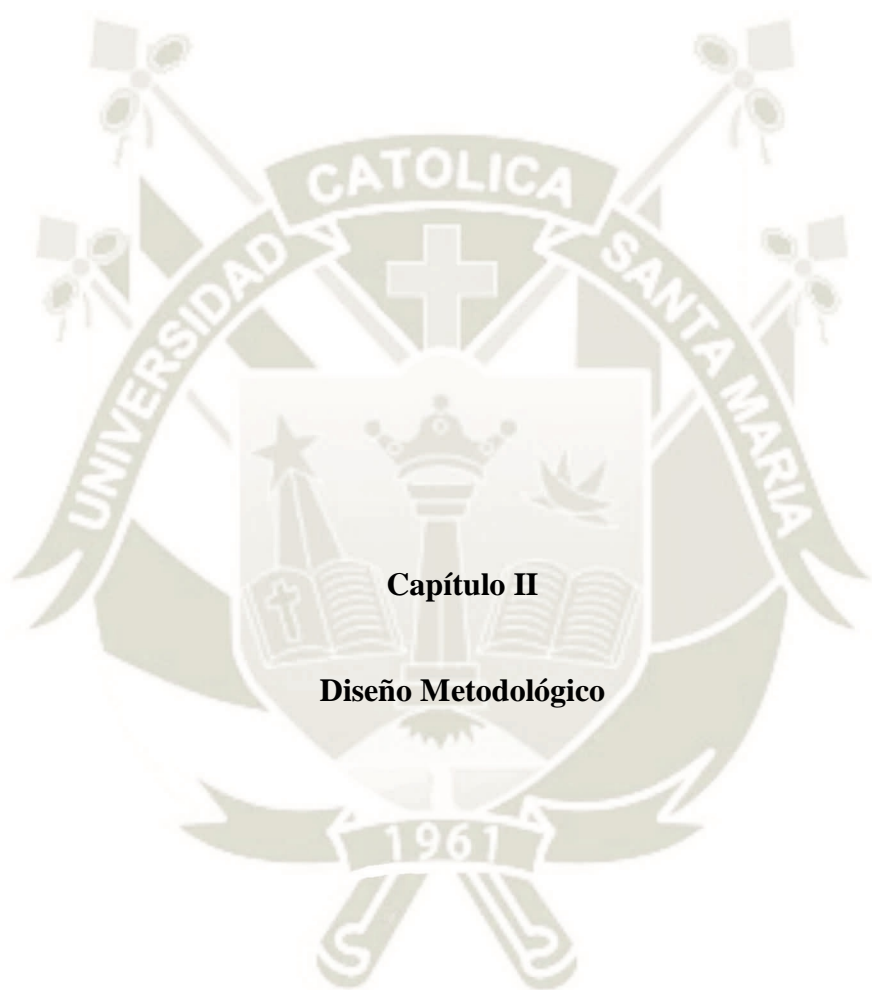
movimientos involuntarios o temblor corporal, expresión facial de terror, hipertensión arterial, etc.

La escala de ansiedad de Zung (1965) no pretende discriminar para una subclasificación diagnóstica, sino para la presencia de los síntomas y signos de ansiedad, clasificándolos de acuerdo a la frecuencia con que aquellos síntomas se presentan:

1. Normal: No hay presencia de síntomas, ni signos de trastornos de ansiedad.
2. Leve: Presenta trastorno de ansiedad, con signos y síntomas en baja frecuencia.
3. Moderado: Presenta trastorno de ansiedad, con signos y síntomas en forma frecuente.
4. Severo: Presenta trastorno de ansiedad, presentando siempre los signos y síntomas descritos.

Hipótesis

Existe una correlación positiva entre la adicción a los videojuegos y la ansiedad en los estudiantes de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de la Universidad Católica de Santa María.



Capítulo II

Diseño Metodológico

Diseño Metodológico

Tipo y Diseño de Investigación

El estudio en mención es de tipo de descriptivo correlacional en razón a que busca identificar la presencia de adicción a los videojuegos y la relación con los diferentes niveles de ansiedad en los jóvenes de la Facultad de Ciencias Ingenierías Físicas y Formales.

La investigación de tipo descriptiva busca especificar las propiedades, las características y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis. (Hernández, Fernández & Baptista, 2014)

La investigación correlacional evalúa el grado de asociación entre dos o más variables, en dichos estudios correlacionales primero se miden cada una de éstas, y después se cuantifican, analizan y establecen las vinculaciones. Tales correlaciones se sustentan en hipótesis sometidas a prueba. (Hernández, Fernández & Baptista, 2014)

El diseño de la investigación es no experimental-transversal, las variables se estudian en su estado natural, las unidades de estudio se evalúan en una sola oportunidad. (Hernández, Fernández & Baptista, 2014)

Técnicas e Instrumentos

Técnica

La obtención de la información requerida por las variables se realizara mediante la aplicación de dos instrumentos: Adicción a Videojuegos y Ansiedad. Ambos instrumentos se aplicaran a las unidades de investigación individual y anónimamente.

El test se debe contestar de manera inmediata, directa y personalmente. Reiterar la indicación para que se respondan todas las preguntas.

Para los grupos de estudiantes, se aplicarán los inventarios con la ayuda y supervisión del docente encargado del curso que se esté dictando en el horario preestablecido para la evaluación.

Instrumentos

Para la medición de la primera variable se utilizara:

Cuestionario de Adicción a Videojuegos

El cuestionario de Adicción a Videojuegos elaborado por Vela (2012), en Arequipa Perú, realizó una investigación que permitió mejorar y ampliar la información sobre el método de elaboración, los elementos y forma de aplicación de un test para identificar los casos de adicción a videojuegos en jóvenes estudiantes.

La definición de los factores que se eligieron para asociarlos con la adicción a videojuegos fueron los siguientes:

- 1. Disponibilidad de dinero: que la disponibilidad de dinero sea mayor a 25 nuevos soles (equivalente a \$ US 10) a la semana, lo cual le permitiría tener un excedente de dinero para utilizarlo en el juego.
- 2. No tener pareja sentimental: que no tenga una pareja muy dominante en los últimos 6 meses, la cual no le permitiría practicar los videojuegos.
- 3. Ausencia de padres en la casa: que ambos padres trabajen y no se encuentren en el hogar frecuentemente o no posean el tiempo necesario para el control de los hijos.

- 4. Convivencia con familiar o amigos que practican los videojuegos: que el estudiante tenga un grupo de juego o familiares que lo induzca a jugar.
- 5. Disponibilidad de internet y/o videojuegos en casa: que tenga acceso en casa al internet sin mayor control.
- 6. Ranking académico bajo: que sugiere postergación de los estudios o desmoralización por el aprovechamiento académico.
- 7. Concepto de adicción: que el concepto que tienen los estudiantes, sean permisivos, que no conozca las características de una adicción.
- 8. Realizar otros estudios simultáneos: que el estudiante no realice actividades académicas extras como estudiar idiomas, manejo de programas de cómputo asociados a sus estudios, etc.
- 9. Práctica de deportes, arte y/o actividad laboral: que el estudiante no realice actividades que lo ocupen sanamente.
- 10. Enfermedad limitante: que no le permita realizar alguna otra actividad no sedentaria, lo que favorece encontrar a los videojuegos como pasatiempo.

El test usa diferentes variables para medir la adicción a videojuegos los cuales son compulsión, síntomas de abstinencia, antigüedad, problemas académicos, prioridad de jugar sobre otras actividades, niveles de juegos alcanzados y la frecuencia en el juego.

Nivel de la presencia de Adicción a Videojuegos que considera el instrumento:

Menos de 11..... No Adicto

De 12 a más..... Adicto

Validez de la Escala

En la validación se aplicó la encuesta en dos etapas, donde se contrastó su sensibilidad, especialmente para medir la intensidad del juego. Para la contrastación se elaboraron definiciones (conceptuales o cualitativas) de los casos de adicción, así como de diferentes intensidades de juego, luego se identificaron casos que coincidieran con estas definiciones y se les pidió que contesten la encuesta. Luego se calificaban las encuestas y se juzgaba si los puntajes coincidían con la definición de cada caso, de manera absoluta, lo cual se consiguió al final.

La ponderación de los Ítems establece el nivel que identifica la presencia adicción, el cual llegó a fijar en 12 ó más puntos, lo cual exigía y garantizaba incluir las variables más importantes: compulsión y síntomas de abstinencia.

Para una primera aplicación de este test se realizó un estudio con el diseño de casos y controles, que se propuso identificar los factores de riesgo asociados a la adicción a videojuegos en una población de 247 estudiantes de Ingeniería Mecánica de la UNSA Arequipa Perú.

Confiabilidad de la Escala

Según Vela (2013) se identificaron 68 (27.6%) casos y 17 (72.4%) controles. Los factores asociados a esta adicción fueron: ausencia de los padres en casa (OR: 23.8, $X^2 = 97.024$ $p < 0.05$), convivir con familiar o tener amigos que practican videojuegos (OR: 22.64, $X^2 = 63.854$ $p < 0.05$), no practicar algún deporte, arte o trabajo (OR: 3.29, $X^2 = 16.787$ $p < 0.05$) y disponer de internet y/o videojuegos en casa (OR: 2.18, $X^2 = 4.35$ $p < 0.05$).

Para la medición de la segunda variable se utilizara:

Escala de Automedición de la Ansiedad de Zung

La Escala de Autovaloración de la Ansiedad de Zung (1965), establece un marco de referencia de las conductas ansiosas, basado en un cuestionario de 20 frases referidos por el paciente a manifestaciones de características de ansiedad como signo significativos en relación a trastornos emocionales.

Para la calificación, se coloca la hoja de respuestas bajo la guía de puntuación y se escribe el valor de cada respuesta en la columna de la derecha y la suma de todas ellas al pie de la página. Seguidamente se convierte la puntuación total en un índice basado en 100, de esta manera se intenta estimar el estado de ansiedad presente en términos de medición cuantitativa de niveles de ansiedad, al margen de la causa.

Niveles de ansiedad que considera el instrumento (EAA)

Menos de 45.....Dentro de los límites normales. No hay ansiedad presente.

De 45 - 59 Presencia mínima de Ansiedad Moderada.

De 60 - 69..... Presencia Ansiedad Marcada a Severa.

De 70 o más.Presencia de Ansiedad en grado Máximo.

Validez y Confiabilidad de la Escala

Zung (1965) valida las escalas (EAA y EAMD), en primer lugar a un grupo de pacientes de Consultorio Externo en el DUKE PSYCRHIASTYK HOSPITAL, con diagnóstico de depresión, ansiedad y otros desórdenes de la personalidad. Los cuales fueron

establecidos por otros clínicos, obteniendo puntuaciones con escalas psicométricas standard. En todos los pacientes se encontró una alta correlación entre las puntuaciones obtenidas, y las recogidas con otras pruebas, así mismo se encontro diferencias significativas en relación con la edad, nivel educativo e ingresos económicos.

En 1968 se realizó la validación de tipo transcultural, aplicando las escalas en Japón, Inglaterra, Checoslovaquia, Australia y Alemania. La valoración en dichos países eran comparables, se encontro que existen diferencias significativas en un grupo de pacientes con diagnóstico de Depresión Aparente y Pacientes deprimidos. Se obtuvo un índice promedio de 74 pacientes con Diagnóstico de Depresión y en sujetos normales, un promedio de 33. En este mismo trabajo Zung delimitó sus niveles de cuantificación de la Ansiedad y la Depresión.

Adaptabilidad de la Escala

En su validez, la EAA, fue revisada y adaptada por Astocondor (2001), convenientemente al nivel sociocultural y educativo de los habitantes de las comunidades nativas aguarunas habiéndose realizado previamente un estudio piloto, con las consiguientes modificaciones sugeridas que fueron aprobadas por un jurado calificador, el cual estuvo integrado por 10 especialistas en el área clínica, social y comunitaria.

Se utilizó el método de validez interna por criterio de jueces, a través del Coeficiente V de Aiken y una significancia al 0,5, consistencia interna de la EAA, y con una Alpha de Cronbach 0,7850.

Población

La población está constituida por el total de estudiantes de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de la Universidad Católica de Santa María que asciende a 1844 según datos proporcionados por la secretaria académica de la facultad, de acuerdo al siguiente detalle:

- Ingeniería de Sistemas	394
- Ingeniería Electrónica	300
- Ingeniería Industrial	600
- Ingeniería Mecánica, Mecánica – Eléctrica y Mecatrónica	550

Muestra

La muestra fue seleccionada estadísticamente con la aplicación de la Fórmula de Arkin y Colton, con un nivel de confianza del 95% y un error muestra del +- 5%.

$$n = \frac{N(400)}{N+399}$$

$$n = \frac{1844 \times 400}{1844 + 399}$$

$$n = \frac{737600}{1844+399}$$

$$n = 329$$

La muestra está constituida por 329 estudiantes de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de la Universidad Católica de Santa María.

Tabla 1: Distribución de la población por Escuela Profesional

Escuela	Población	Factor	Muestra
Ingeniería de Sistemas	394	0,1784164	70
Ingeniería Electrónica	300	0,174164	54
Ingeniería Industrial	600	0,1784164	107
Ingeniería Mecánica, Mecánica – Eléctrica y Mecatrónica	550	0,1784164	98
Total	1844		329

Fuente: Elaboración propia

Se aplicará un muestreo no probabilístico por consecuencia o intencional involucrando a estudiantes de todas las escuelas de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales según la muestra establecida para cada una de ellas

Criterios de Inclusión

- Estudiantes matriculados en la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de la Universidad Católica de Santa María.
- Estudiantes asistentes en las fechas de aplicación de los instrumentos
- Estudiantes de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales a partir del 2 año de universidad.

Criterios de Exclusión

- Estudiantes que no deseen participar en la investigación

Estrategia de Recolección de Datos

- Se aplicará los instrumentos
- Se tabulizarán los datos utilizando el Programa Estadístico SPSS en la versión 21.

Procesamiento de Recolección de Datos

Se recolectaron 329 pruebas, las cuales 15 pruebas fueron descartadas debido a que los participantes manifestaron nunca haber jugado videojuegos. Esta recolección fue de tipo transversal, es decir se realizó en un único tiempo determinado con una duración de aplicación de 20 minutos.

Criterios del Procesamiento de la Información:

Todo este proceso se realizó mediante el programa SPSS (paquete estadístico para las ciencias sociales).

La generación de los estadísticos fue conforme a las exigencias de los objetivos, y siguiendo el orden de los mismos. La prueba de hipótesis se realizó mediante el estadístico chi-cuadrado y las correlaciones se establecieron con el coeficiente de correlación de Pearson.



Tabla 2: Relación entre Adicción a Videojuegos y Ansiedad

Presencia de Adicción a Videojuegos		Ansiedad				Total
		Normal	Leve	Moderada	Intensa	
No Adicción a Videojuegos	N	46	32	25	1	104
	%	14,6%	10,2%	8,0%	0,3%	33,1%
Adicción de Videojuegos	N	24	53	123	10	210
	%	7,6%	16,9%	39,2%	3,2%	66,9%
Total	N	70	85	148	11	314
	%	22,3%	27,1%	47,1%	3,5%	100,0%

Fuente: Elaboración propia

De acuerdo a los resultados obtenidos de las encuestas, en la Tabla 2 se muestra la relación entre Adicción a Videojuegos y Ansiedad donde se presenta la muestra realizada a 314 alumnos de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de la Universidad Católica de Santa María, existe un 39.2% de alumnos que posee adicción a videojuegos con ansiedad moderada; así mismo, un 14.6% que no posee una adicción a los videojuegos con un nivel de ansiedad dentro de lo normal.

Tabla 3: Videojuegos y Ansiedad

			Adicción de Videojuegos	Ansiedad
Rho de Spearman	Adicción de Videojuegos	Coefficiente de correlación	1,000	,408**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	314	314
	Ansiedad	Coefficiente de correlación	,408**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	314	314
**. La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).				

Fuente: Elaboración propia

En la Tabla 3 se observa un nivel de correlación positiva de 0.408, siendo más cercano a 0 que a 1; por lo que, a mayor nivel de Ansiedad será mayor la Adicción a Videojuegos y viceversa. Al analizar la significación, se observa que es de 0,000 siendo éste menor a 0.05, lo que indica que la correlación que se ha establecido es cierta.

Tabla 4: Prueba del Chi-cuadrado

	Valor	Gl	Sig. asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	54,822 ^a	3	,000
Razón de verosimilitudes	55,064	3	,000
Asociación lineal por lineal	53,117	1	,000
N de casos válidos	314		

a. 1 casillas (12,5%) tienen una frecuencia esperada inferior a 5. La frecuencia mínima esperada es 3,64.

Fuente: Elaboración propia

Esta tabla muestra que al realizar la prueba de Chi-cuadrado de Pearson se obtiene un valor de 54.822 con 3 grados de libertad (gl), teniendo una probabilidad (Significación asintótica) de 0,000; determinando una fuerte asociación estadística significativa con la variable Adicción a videojuegos que se relaciona con la variable Ansiedad.

Tabla 5: Adicción a Videojuegos

		No Adicción a los Videojuegos	Adicción a los Videojuegos	Total
Facultad de	N°	104	210	314
Ciencias e Ingenierías				
Físicas y Formales	%	33%	66,8%	100%

Fuente: Elaboración propia

Se observa en la Tabla 5 que el 33% de los estudiantes no presentan Adicción a los Videojuegos, es decir, este porcentaje de estudiantes presentan conductas e ideas adecuadas sobre el uso responsable de los videojuegos, el 66,8% de estudiantes presentan Adicción a los videojuegos, es decir, este porcentaje de estudiantes presentan conductas inapropiadas o ideas irracionales sobre el uso de los videojuegos que puede traer como consecuencia una inadaptación social.

Tabla 6: Niveles de Ansiedad

		Dentro de lo Normal	Leve	Moderada	Intensa	Total
Facultad de	N°	70	85	148	11	314
Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales	%	22,2%	27,1%	47,1%	3,4%	100%

Fuente: Elaboración propia

Se aprecia en la Tabla 6 que el 22,2% de los estudiantes tienen un nivel dentro de lo normal de Ansiedad, es decir, este porcentaje de estudiantes presentan un comportamiento adecuado en su entorno social y un buen desenvolvimiento ante situaciones de estrés, el 27,1% presenta un nivel leve, el 47,1% presenta un nivel moderado y finalmente el 3,4% de estudiantes presentan un nivel intenso de ansiedad.

Sin embargo los niveles leve, moderado e intenso demuestran que la persona posee ansiedad ante el uso excesivo de los videojuegos, por lo que el 77,6% de estudiantes presentan conductas inadecuadas y un mal manejo de estrés que puede traer como consecuencia un estado emocional poco saludable.

Tabla 7: Adicción a Videojuegos por Escuelas

Escuelas Profesionales		No Adicción a Videojuegos	Adicción a Videojuegos	Total
Ingeniería de	N	17	51	68
Sistemas	%	5,4%	16,2%	21,6%
Ingeniería	N	10	44	54
Electrónica	%	3,1%	14%	17,1%
Ingeniería	N	59	36	95
Industrial	%	18,8%	11,5%	30,3%
Ingeniería	N	18	79	97
Mecánica -	%	5,7%	25,1%	30,8%
Eléctrica y				
Mecatrónica				

Fuente: Elaboración propia

Se observa en esta tabla que existe menor adicción a los videojuegos en la escuela profesional de Ingeniería Industrial con el 18,8% de estudiantes, en contraste con la escuela profesional de Ingeniería Mecánica - Eléctrica y Mecatrónica que muestra el 25,1% de estudiantes adictos a los videojuegos.

Tabla 8: Niveles de Ansiedad por Escuelas.

Escuelas Profesionales		Dentro de lo normal	Leve	Moderada	Intensa	Total
Ingeniería de	N	18	36	12	2	68
Sistemas	%	5,7%	11,5%	3,8%	0,6%	21,6%
Ingeniería	N	2	4	41	7	54
Electrónica	%	0,6%	1,2%	13,1%	2,2%	17,1%
Ingeniería	N	50	30	15	0	95
Industrial	%	15,9%	9,6%	4,8%	0,0%	30,3%
Ingeniería	N	0	15	80	2	97
Mecánica -						
Eléctrica y	%	0,0%	4,8%	25,4%	0,6%	30,8%
Mecatrónica						

Fuente: Elaboración propia

Esta tabla muestra que el 25,4% de estudiantes presentan un nivel moderado de ansiedad, el 11,5% presentan nivel leve de ansiedad, es decir, los estudiantes presentan nivel de ansiedad leve/moderado que se debe mejorar en ciertas dimensiones para así lograr una buena adaptabilidad a la sociedad, el 15,9% manifiesta un nivel de ansiedad dentro de lo normal y un 2,2% presentan un nivel intenso de ansiedad.

Tabla 9: Correlación entre Adicción de Videojuegos y Ansiedad por Escuela Profesional

		Ansiedad							
		Dentro de lo normal		Leve		Moderada		Intensa	
Presencia de Adicción a Videojuegos		No Adicto	Adicto	No Adicto	Adicto	No Adicto	Adicto	No Adicto	Adicto
Ingeniería de Sistemas	N	10	8	6	30	1	11	0	2
	%	3,2%	2,5%	1,9%	9,6%	0,3%	3,5%	0,0%	0,6%
Ingeniería Electrónica	N	2	0	2	2	5	36	1	6
	%	0,6%	0,0%	0,6%	0,6%	1,6%	11,5%	0,3%	1,9%
Ingeniería Industrial	N	34	16	19	11	6	9	0	0
	%	10,8%	5,1%	6,1%	3,5%	1,9%	2,9%	0,0%	0,0%
Ingeniería Mecánica, Eléctrica y Mecatrónica	N	0	0	5	10	13	67	0	2
	%	0,0%	0,0%	1,6%	3,2%	4,1%	21,3%	0,0%	0,6%

Fuente: Elaboración propia

Esta tabla nos muestra que la escuela profesional de Ingeniería Mecánica, Eléctrica y Mecatrónica posee la frecuencia más alta, que es 67, esto corresponde al 21.3% de los estudiantes, los cuales demuestran tener una Adicción a los Videojuegos con una Ansiedad Moderada, por lo contrario la escuela profesional de Ingeniería Electrónica posee una

frecuencia media, que es 36, esto corresponde al 11,5% de estudiantes Adictos a Videojuegos con Ansiedad Moderada.

Asimismo se observa que la menor frecuencia es de 9.6% de estudiantes de la escuela profesional de Ingeniería de Sistemas que posee Adicción a los Videojuegos con un nivel de Ansiedad Leve.



Discusión

En la presente investigación se buscó encontrar una correlación entre la adicción a videojuegos y la ansiedad en estudiantes universitarios de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de la Universidad Católica de Santa María, con el fin de determinar si la presencian de adicción a videojuegos podría propiciar que los estudiantes tengan niveles de ansiedad mayores al rango normal.

Investigaciones precedentes han evaluado el uso constante de los videojuegos, sobre todo a nivel internacional, encontrando que son los adolescentes y jóvenes quienes hacen un mayor uso de éstos, dichas investigaciones manifiestan que los usuarios de los videojuegos presentan ciertas características como: introversión, comportamientos agresivos, ansiedad, problemas de atención y concentración, entre otros, es por ello que en la presente investigación se pretendió evaluar dicha información en Arequipa.

Los resultados han determinado que, si existe una correlación significativa positiva entre adicción a videojuegos y la ansiedad, es decir, mientras se identifique la presencia de adicción a videojuegos, hay mayor incidencia de mayores niveles de ansiedad en los estudiantes universitarios, lo que demuestra que la hipótesis planteada es correcta. A continuación se realiza la discusión de los resultados más resaltantes de la presente investigación.

En la investigación se observó que mientras exista adicción a los videojuegos el nivel de ansiedad oscila entre normal, leve y moderada; el autor (Zung, 1965) concluyó en su estudio que los sujetos que presentan niveles altos de ansiedad muestran miedo,

angustia, temblores, desmayos, molestias y dolores corporales entre otros. A diferencia de estos, el grupo de no adictos presentó niveles bajos de ansiedad que se traducen en la capacidad de confiar en sus propios juicios, seguridad de sí mismos, actitudes positivas hacia sí mismos y ante situaciones de estrés, adaptabilidad a los cambios, así como receptividad a las relaciones con los demás.

En la variable adicción a los videojuegos se aprecia que el 33% de los estudiantes de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales no presenta adicción a los videojuegos, mientras que el 66,8% de los estudiantes de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales presentan adicción y un nivel de ansiedad significativo hacia los videojuegos, siendo 7,6% de los estudiantes en el rango normal, 16,9% en el nivel leve, 39,2% en el nivel moderado y 3,1% en el nivel intenso de ansiedad hacia los videojuegos, es decir, muchos de los estudiantes presentan ciertos pensamientos y acciones que los hacen dependientes de los videojuegos, lo cual no les permite una salud emocional estable que los puede llevar a un mal desarrollo del área social.

Así mismo uno de las primeras investigaciones relacionadas con el tema es la de Vallejos y Capa (2010), en su investigación denominada “Videojuegos: adicción y factores predictores”, encontrando que existe una relación significativa entre el uso de videojuegos y las variables psicológicas funcionamiento familiar, rendimiento académico y comportamiento agresivo.

En cuanto a la correlación de la adicción a videojuegos y la ansiedad en estudiantes universitarios, se encuentra una correlación en la escuela de Ingeniería Mecánica - Eléctrica y Mecatrónica cuyo porcentajes más resaltantes son de nivel leve/moderado y positivo, es

decir, la escuela con más tendencia a la adicción y dependencia a los videojuegos es la de ingeniería Mecánica - Eléctrica y Mecatrónica en contraste con las demás escuelas de ingeniería que no presentan una correlación significativa entre las variables.

Esto confirma la semejanza de los resultados de la investigación en relación al uso y abuso de los videojuegos, brindando resultados significativos de tal adicción, como lo señala un estudio pionero realizado por Vela (2013), en estudiantes de ingeniería mecánica, indicando que estudiantes se veían afectados por un alto uso de los videojuegos.

Por tal razón es que se puede afirmar que en los hallazgos se encuentra que ciertas características de ansiedad guardan relación con la adicción a los videojuegos, lo que concuerda con las investigaciones citadas, ya que si existe relación entre algunos niveles de ansiedad y la adicción a los videojuegos; sin embargo algunos datos no podrían ser contrastados con estos resultados, puesto que en dichos estudios no se incluyeron ciertos indicadores o variables las cuales no se toman en consideración, debido básicamente al instrumento de evaluación.

En la investigación se puede observar el incremento de los niveles de ansiedad en las personas que presentan adicción a videojuegos, de esta manera podemos coincidir con los investigadores Sharpe y Tarrier (1993) donde manifiestan que la ansiedad es un activador y principal causante del mantenimiento del juego.

Por otro lado respecto la variable adicción a videojuegos los resultados revelan el uso constante en los últimos 6 meses con una mayor frecuencia lo que coincide con los antecedentes de la investigación “El uso problemático de videojuegos está relacionado con

problemas emocionales en adolescentes”, donde se muestra el incremento de un 86,1% de uso de videojuegos en adolescentes durante el último año, demostrando que el uso problemático de los videojuegos conlleva impedimentos importantes en sus entornos principales, mostrando como síntomas relevantes la ansiedad y depresión. (González, Espada y Tejeiro, 2017)

En lo que corresponde a la relación entre la adicción a videojuegos y la ansiedad, es importante señalar que los jóvenes que presentan adicción tienden a presentar síntomas de abstinencia, compulsión, problemas a nivel social, nerviosismo e irritación, desasosiego, problemas académicos. Esto se concluye debido que para la investigación hecha por Vela (2013), asociaron los factores anteriormente mencionados para la realización del instrumento adicción a videojuegos.

Sin embargo, se sabe que en la gran mayoría de investigaciones relacionadas con la adicción casi siempre existe una relación significativa con el clima familiar, lo que quiere decir que si el núcleo familiar no es muy conveniente entonces se generarán comportamientos negativos en este caso un abuso de los videojuegos. Entonces se puede suponer que si los jóvenes tienen un uso controlado y supervisado de los videojuegos pueden llegar a tener un impacto positivo en ellos, estimulando el desarrollo de las habilidades tanto físicas como mentales: mejorando la coordinación mano/ojo, estimulando a su vez distintas áreas de la corteza cerebral y ejercitando su capacidad de entendimiento y procesamiento de situaciones complejas. (Reyes y cols. 2014)

Finalmente, uno de los factores que contribuye a la adicción a los videojuegos es el aislamiento social, sobre todo en la fase de adaptación a la adicción del juego según lo

indica Belloch y cols. (2008). El individuo adicto logra encontrar en este un refugio emocional, mientras que la ansiedad se comienza a profundizar cuando comienzan a existir tiempos de abstinencia del videojuego, esto da como conclusión que los resultados de la presente investigación pueden dar una apertura a una futura solución respecto a la reducción del uso de videojuegos.

Se espera que futuras investigaciones puedan seguir realizando estudios en esta misma línea investigativa, y que ahonden y amplíen la información de este tipo de temas, considerando otras variables como: la autoestima, asertividad, habilidades sociales, rendimiento académico y otros tipos de factores; a partir de los cuales se puedan establecer predictores para este tipo de comportamientos, si bien es cierto la ansiedad es un factor trascendental, también existen otros tipos de factores que intervienen en el desarrollo de adicciones y patologías, entonces como investigadoras, consideramos este tema de suma importancia y que la ciencia psicológica recientemente le está dando la debida importancia.

Conclusiones

PRIMERA: Existe una correlación moderada entre la Adicción a Videojuegos y la Ansiedad en los estudiantes, lo que implica que a mayor tendencia hacia la Adicción a Videojuegos mayor nivel de ansiedad. Por tanto, se comprobó la hipótesis planteada.

SEGUNDA: Encontramos que del total de estudiantes evaluados de la Facultad de Ciencias Ingenieras Físicas y Formales más de la mitad de la población presenta adicción a los videojuegos.

TERCERA: Existe un promedio más alto en la adicción a videojuegos en la Escuela de Ingeniería Mecánica - Eléctrica y Mecatrónica que en la Escuela de Ingeniería Industrial; por tanto, la Escuela de Ingeniería Mecánica - Eléctrica y Mecatrónica utiliza con mayor frecuencia los videojuegos. Sin embargo, en todas las Escuelas profesionales la tendencia a la adicción a los videojuegos es constante.

CUARTA: En la Escuela de Ingeniería Mecánica – Eléctrica y Mecatrónica presenta un nivel moderado en adicción a video juegos y ansiedad, en contraste con la Escuela de Ingeniería Industrial que presenta un nivel bajo en adicción a video juegos y ansiedad dentro de lo normal.

QUINTA: Los jóvenes de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales presentan un nivel de ansiedad Moderado, en comparación con las demás Escuelas que presentan un nivel bajo de ansiedad.

Recomendaciones

PRIMERA: Se recomienda a los docentes y autoridades de la Universidad Católica de Santa María promover ambientes donde se favorezca el desarrollo personal, social y profesional, de los estudiantes considerando esta información para lograr una mayor consolidación de aspectos positivos, que generen adecuados hábitos y comportamientos, que impidan conductas inapropiadas que conlleven a la adicción a los videojuegos.

SEGUNDA: Se debería dar más importancia a los factores personales de los estudiantes, en especial a los factores familiares ya que puede desencadenar que los adolescentes tomen malas decisiones que pueden propiciar que realicen un uso desmedido de la tecnología, presentando adicción a los videojuegos y por ende altos niveles de ansiedad.

TERCERA: Dar a conocer los ambientes que influyen en la adicción a los videojuegos, entre estos se encuentran locales cercanos a la universidad que incentivan el uso excesivo de los videojuegos, para que de alguna manera las autoridades correspondientes tomen las medidas del caso.

CUARTA: Se sugiere mayor participación de los profesionales psicólogos en la realización de programas de prevención, promoción de la salud, y desarrollo de terapias específicas para este tipo de problemas, en donde los psicólogos proporcionen información, orientación, apoyo a los estudiantes universitarios, en cuanto al uso adecuado de los videojuegos.

Limitaciones

PRIMERA: Los hallazgos obtenidos se limitan a este grupo de estudiantes de la Facultad de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales. Sería conveniente ampliar la muestra en otros grupos de aplicación para extender la generalización de los resultados

SEGUNDA: Al momento de la evaluación, algunos estudiantes mostraban desinterés al inicio de realizar la prueba.

TERCERA: Existe una reducida cantidad de antecedentes investigativos respecto a la correlación entre adicción a videojuegos y ansiedad lo cual limitó de gran manera un mejor contraste de resultados.

Referencias

American Psychiatric Association DSM-IV. (1995) *Manual y diagnóstico de los trastornos mentales*. Masson S.A. Barcelona, España.

American Psychiatric Association (2013). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales*. (5ta Ed). Editorial Médica Panamericana. España.

Anderson, G., Brown, R. (1984) *Real and laboratory gambling, Sensation seeking and arousal*. *British journal of psychology*. N° 75. 401-410.

Astocondor, L. (2001) *Adaptabilidad de la Escala de Autovaloración de Ansiedad de Zung*.

Baeza, J., Balaguer, G., Belchi, I., Corovas, M. y Guillamon N. (2008). *Higiene y prevención de la Ansiedad*. Ediciones Díaz. España.

Baldeón, M. (2007). *El nacimiento de internet y las cibe-cabinas en el Perú*.

Lima: Universidad Nacional Mayor San Marcos.

Belloch, A., Sandín, B. y Ramos, F. (2008) *Manual de psicopatología*. Vol. 1. McGraw-Hill. Madrid.

Cabello, A.; Ochoa, J., Filp, J. Vallejos, M. y Capa, W. (1992). *Video juegos: adicción y factores predictores*. 110 av. Psicol. Celam – unicef. Chile.

Casado, Carolina y cols. (2006) *Guía práctica para madres y padres: uso y abuso de niños, niñas y adolescentes*. Amalajer. Málaga, España.

- Chapi, J. (2012). *Satisfacción Familiar, ansiedad y cólera – hostilidad en adolescentes de dos instituciones educativas estatales*. Ed. UNSM. Lima, Perú.
- Calvo, A., Megías, I., Rodríguez, E., Sánchez, E. y Navarro, J. (2002). *Jóvenes y videojuegos: Espacio, significación y conflictos*. Ed. INJUVE-FAD. Madrid.
- Echeburúa, E. (1999). *¿Adicciones sin drogas? Las nuevas adicciones: juego, sexo, comida, compras, trabajo, internet*. Ed. Desclee de Brower. Bilbao.
- Echeburúa, E., De Corral, P. y Amor, P.J. (2005). *El reto de las nuevas adicciones: objetivos terapéuticos y vías de intervención*. *Psicología Conductual*, 511-525.
- García, R. (2014). *Niveles de Ansiedad Según la Escala de Zung en los pacientes que acuden a la consulta de emergencia del hospital Regional de Loreto*. Ed. UNAP. Iquitos, Perú.
- Gonzalvez, M., Espada, J., y Tejeiro, R. (2017). *El uso problemático de videojuegos está relacionado con problemas emocionales en adolescentes*. *Rev. Adicciones*. España.
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2014) *Metodología de la Investigación*. (6ta. Ed.) McGraw-Hill. México.
- Matalinares, M. Díaz, G., Arenas, C. y Dioses, A. (2013) *Adicción a la Internet y Agresividad en estudiantes de secundaria del Perú*. *Rev. De Investigación en Psicología*. Ed. UNMSM. Lima, Perú.

Reyes, K., Sánchez, N., Toledo, M., Reyes, U., Reyes, D., y Reyes, U. (2014). *Ventajas y Perjuicios de los Videojuegos*. Rev. Mex Pediatría. México.

Quiroz, M., Tealdo, A. (1996). *Videojuegos o los compañeros virtuales*. 1ra Ed. Fondo Desarrollo Editorial. Lima, Perú.

Rojas, E. (2014). *Como superar la ansiedad. La obra definitiva para vencer el estrés, las fobias y obsesiones*. Editorial Planeta. Barcelona.

Sánchez, R. (1998) *La Psicología del chat*. *La Mancha digital*, 2. Recuperado en abril 10, 2014, de <http://www.lamancha.com.ar/notas/psico.htm>

Sharpe, L., Tarrier, N. (1993). *Hacia una teoría cognitivo-conductual del uso problemático del juego*. British Journal of Psychiatry

Tejeiro, R.- Pelegrina, M. (2008). *La Psicología de los Videojuegos*. Ediciones Alijibe S.L. España.

Vela A. (2011). *Asociación de Factores Sociales y Estilos de Vida con la Adicción a Videojuegos en Estudiantes de Ingeniería*. Ed. UNSA. Arequipa, Perú.

Vela A. (2013). *Metodología de la Investigación*. Ed. UNSA. Arequipa, Perú.

Zung, W. (1995). *Escala de Autovaloración de Ansiedad*.

Anexos

Anexo 1: Test Adicción A Videojuegos

(Alejandro Vela y Col. - UNSA, Arequipa – Perú, 2011)

POR FAVOR, contesta con sinceridad lo que tú has sentido o hecho en los ÚLTIMOS

6 MESES. Es anónima. Contesta TODAS las preguntas con una "X". Gracias.

Escuela Profesional:..... Sexo: F M

SOBRE LOS VIDEOJUEGOS, en los últimos 6 meses:

1. ¿Has jugado los llamados videojuegos por lo menos una vez?

NO: ☐

SI: ☐

NO: Si marcaste "No", no contestes las demás preguntas y devuelve el test. SÍ: Sólo si marcaste "Sí", responde lo siguiente:

2. ¿Cuándo tienes deseos de jugar, sientes que es superior a tu voluntad y que no puedes postergar ir a jugar?

NO: ☐

SI: ☐

3. ¿Has llegado a un alto nivel de dominio de algún juego?

NO: ☐

SI: ☐

4. ¿Si dejas de jugar un tiempo te sientes tranquilo?

NO: ☐

SI: ☐

5. ¿En una semana cuántas veces en promedio vas a jugar?

1 a 3 veces: ☐

4 a más veces: ☐

6. ¿Cuándo deseas ir a jugar lo puedes dejar para otro momento?

NO: ☐

SI: ☐

7. ¿Te han llamado la atención o has tenido problemas en tus estudios o en tu hogar por haber ido a jugar?

NO: ☐

SI: ☐

8. ¿Cuando tienes tiempo y dinero, prefieres ir a jugar antes que otras actividades?

NO: ☐

SI: ☐

9. ¿Cuándo juegas te liberas, te olvidas de todo, te desestresas o tranquilizas?

NO: ☐

SI: ☐

10. Si marcaste "SÍ" en las preguntas: 1, 2, 3, 7, 8 y 9 ¿hace cuánto tiempo lo sientes?

Menos de 6 meses: ☐

6 ó más meses: ☐

Calificación

- ADICCIÓN A VIDEOJUEGOS: = 12 PUNTOS

- NO ADICCIÓN A VIDEOJUEGOS: = 11 PUNTOS

Las preguntas 2 y 6, así como la 4 y 9 se califican de manera asociada, con un sólo puntaje para las combinaciones, según se indica en la tabla.

Anexo 2: Escala De Autovaloración De Ansiedad Por Zung

Escuela Profesional:..... Sexo: F M

		Nunca o Casi Nunca	Aveces	Con bastante frecuencia	Siempre o casi siempre
1	Me siento más nervioso(a) y ansioso(a) que de costumbre.				
2	Me siento con temor sin razón.				
3	Despierto con facilidad o siento pánico.				
4	Me siento como si fuera a reventar y partirme en pedazos.				
5	Siento que todo está bien y que nada malo puede suceder				
6	Me tiemblan las manos y las piernas.				
7	Me mortifican los dolores de la cabeza, cuello o cintura.				
8	Me siento débil y me canso fácilmente.				
9	Me siento tranquilo(a) y puedo permanecer en calma fácilmente.				
10	Puedo sentir que me late muy rápido el corazón.				
11	Sufro de mareos.				
12	Sufro de desmayos o siento que me voy a desmayar.				
13	Puedo inspirar y expirar fácilmente				
14	Se me adormecen o me hincan los dedos de las manos y pies.				
15	Sufro de molestias estomacales o indigestión.				
16	Orino con mucha frecuencia.				
17	Generalmente mis manos están sacas y calientes.				
18	Siento bochornos.				
19	Me quedo dormido con facilidad y descanso durante la noche				
20	Tengo pesadillas.				
TOTAL DE PUNTOS					