

“Uso excesivo de videojuegos durante la pandemia de covid-19 por adicción y aislamiento en jóvenes universitarios de la UDS”

Vázquez Calvo Vanessa E.¹

¹ Técnico en contabilidad, médico en formación universidad del sureste campus Comitán

Col. González González Guadalupe E.², Morales Gordillo Hugo G.³

². Técnico químicos biólogos, medico en formación universidad del sureste campus Comitán

³. Tecnico químicos biólogos, medico en formación universidad del sureste campus Comitán

Resumen

Objetivo: Debido a que el uso de video juegos es un tema del que no hay demasiada información y afecta en varias actividades tanto físicas y sociales ya que deseamos saber que tanto utilizan los video juegos, decidimos medir el porcentaje del uso a video juegos como resultado de la pandemia de COVID-19 en los jóvenes universitarios de la Universidad del Sureste (17-24) años de edad del campus, Comitán de Domínguez.

Métodos: La manera en la que contactamos a los universitarios para poder obtener información relevante conforme a nuestra investigación fue el realizar y enviar un cuestionario de 13 preguntas y el cual fue enviado a 113 personas por las redes sociales, a cada uno de los universitarios de la carrera de medicina humana, ya que debido a la situación en la que nos encontramos por el momento fue la herramienta útil.

Resultados: En nuestra investigación obtuvimos porcentajes altos en verificar que efectivamente los jóvenes universitarios, de 113 encuestados, 83 si juegan video juegos, 76 personas consideran que la pandemia por covid-19 sea una de las causas del uso excesivo de video juegos, 56 personas de 17-20 años son las que más usan video juegos, 94 personas están dispuestas hacer una modificación en su estilo de vida ya que hacen poca actividad física.

Conclusiones: Es importante que conozcamos la cantidad de jóvenes que debido al confinamiento de la pandemia por covid-19 se han involucrado cada vez más en los video juegos y han tenido que usarlos cada vez más, afectando esto principalmente a sus actividades cotidianas, su identidad, descuido de las actividades académicamente, cambios en la conducta, también puede haber aislamiento y depresión. Y en un futuro provocar problemas de sedentarismo y reducción de la convivencia familiar.

Implicaciones: Desde un punto de vista académico, nuestro estudio ha permitido: Realizar una integración de la literatura que hasta el momento ha pretendido abordar la problemática que existe en los universitarios por confinamiento de la pandemia por COVID-19; analizar el efecto que se ha tenido en los universitarios según una serie de

parámetros extraídos por nuestra encuesta; analizar y validar los resultados; y obtener una precisión más clara sobre la problemática

Palabras clave: Aislamiento, COVID 19, depresión, pandemia, universitarios, video juegos.

Abstrac

Objetives: Because the use of video games is a subject on which there is not much information and affects various physical and social activities and we want to know how much video games are used, we decided to measure for the percentage of video game use as a result of the COVID-19 pandemic in young university students from the Universidad del Sureste (17-24) years old from the campus, Comitán de Domínguez.

Methods: The way in which we contacted university students in order to obtain relevant information according to our research was to carry out and send a questionnaire of 13 questions and which was sent to 113 people through social networks, for to each of the university students of the degree of human medicine, since due to the situation in which we find ourselves at the moment it was the useful tool.

Results: In our research we obtained high percentages in that indeed young university students, out of 113 respondents, 83 they play video games, 76 people consider that the covid-19 pandemic is the causes of excessive use of video games, 56 people out of 17 -20 years are the ones who use video games the most, 94 people are willing to make a change in their lifestyle they do little physical activity.

Conclusions: It's important know the number of young people who due to the confinement of the pandemic by covid-19 have become more and more involved in video games and have had use them more and more, this mainly affecting their daily activities, their identity, neglect from academic activities, changes behavior, there may also be isolation and depression. And in the future cause problems of sedentary lifestyle and reduction of family life.

Implications: From academic point of view, our study has allowed: To carry out an integration of literature that so far has tried to address the problems that exist in university students due to the confinement of the COVID-19 pandemic; analyze the effect that has been had on university students according a series of parameters extracted by our survey; analyze and validate the results; and obtain a clearer precision on the problem.

Keywords: Isolation, COVID 19, depression, pandemic, university students, video games.

Introducción

Debido a que la adicción a video juegos, en los jóvenes universitarios genera cambios en el estilo de vida, la conducta, ejercicio, descuido de las actividades académicamente y en las actividades que realicen cotidianamente esto se da por dedicar muchas horas del día en los videojuegos, esto puede provocar problemas de sedentarismo, reducción de la convivencia familiar y con amigos, así como descuido de las actividades académicas. Esto se ha incrementado debido a la pandemia de COVID- 19, del 2020. La adicción a los video juegos en los últimos años el consumo se ha incrementado considerablemente y éstos son considerados como una forma de recreación que forma parte de un proceso global ligado al desarrollo y difusión de tecnologías en información y comunicación que propicia un nuevo modo de experiencia llamado “vida digital”, cuya característica principal radica en la inserción e influencia de aparatos y contenidos digitales en nuestras vidas cotidianas.

Problema

Para poder comprender mejor que son las adicciones debemos de tener en mente algunas definiciones “Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) la adicción es una enfermedad física y psicoemocional que crea una dependencia o necesidad hacia una sustancia, actividad.” (Valladolid, 2015) como si fuera poco se dice que es una enfermedad grave que en cierto punto es difícil de comprenderla, pues que tiene que ver con lo psicológico y lo emocional, hasta persona, que no necesariamente tiene que ser alguna sustancia nociva o las drogas que son los más comunes.

En los universitarios podemos mencionar que “La adicción es una enfermedad única y presenta cuatro tipos:

-Sustancias legales: alcohol, nicotina, psicofármacos, ketamina, cafeína.

-Sustancias ilegales: pasta básica de cocaína (PBC), cocaína, crack, marihuana, opio, heroína, éxtasis, gammahidroxibutirato (GHB), dietilamida de ácido lisérgico (LSD).

-Sustancias industriales: inhalables (solventes, pegamentos, combustibles). Ejemplo: poppers

-Sustancias folklóricas: San Pedro, ayahuasca, floripondio” (Valladolid, 2015) respecto a lo anterior, no todas las personas tienen la misma adicción, pues recordemos que existen múltiples cosas con lo cual podemos volvernos adictos tomando en cuenta lo que la sociedad piensa algunas sustancias son más aceptados que otros, un ejemplo de esto sería el alcohol, ya que para la sociedad es un bastante normal o ver a alguna persona en el estado de ebriedad, todo lo contrario de sustancias más fuertes como son la cocaína que es algo muy fuerte ver a una persona estar consumiendo este tipo de sustancias.

Existen diferentes análisis uno de ellos es “Los estudios biológicos sobre las adicciones demuestran que en el cerebro se produce la liberación de sustancias, como la dopamina, y se estimulan ciertos circuitos que refuerzan esta clase de comportamientos. “ (Perez G. , 2018). Es por eso que la adicción a video juegos genera una liberación de sustancias que generan satisfacción como si se estuviera consumiendo alguna droga en específico.

Un factor importante para que exista adicción es “La privación social

y la desorganización comunitaria, que pueden estar especialmente presentes en los barrios marginales de las grandes ciudades, son variables que, aun siendo insuficientes para explicar el consumo de sustancias, y el hacerse dependiente de algo, se constituyen en facilitadores del mismo en presencia de otros factores de riesgo” (Francisco Arias Horcajadas, 2010). En términos generales los barrios que tengan una economía baja, o bien los barrios marginales son aquellos que son más vulnerables a que tengan jóvenes adictos a algún video juego ya sean en aplicaciones que descargan en sus dispositivos o bien en consolas.

En los universitarios podemos observar que se “Relaciona a los cambios de estilos de vida en los adolescentes como efecto del uso de videojuegos” (Huamani Layme & Ccorahua Salhua, 2020). Cuando una persona utiliza video juegos adopta nuevos cambios en su vida diaria, primeramente, empiezan con aislamiento social, conductas desobedientes hacia los padres, entre otras muchas más.

Algunas características de la enfermedad de la adicción podemos mencionar algunas como “Pérdida de control del uso, con episodios de uso compulsivo que afectan a la vida en general de la persona, estado de ánimo triste, irritabilidad, deterioro de la calidad de vida, negación o autoengaño, ansiedad, obsesión, inquietud o preocupación excesiva, Insomnio, sentimiento de culpabilidad” (Alfredo Oliva Delgado, 2016) De modo que los signos y síntomas de la adicción de una persona, cambia según el tipo de adicción. De igual forma tiene mucho que ver el comportamiento que demuestra la persona en su medio social, como signo más fácil para poder reconocerlo rápidamente es la pérdida del

control de uso, pues en estas personas nos percatamos de manera muy fácil que no puede dejar de estar consumiendo o utilizando el objeto, a cada ratito lo vemos con él, y en muchos de los casos la persona no se da cuenta de cuanto está utilizando el objeto o sustancia, para aquellas personas que sufren de adicción se pueden notar muchas cosas tan solo con verlo, sufre de la ansiedad al no poder tener o consumir a lo que está acostumbrado, queriendo calmar esa ansiedad realizando otro tipo de actividades.

Se menciona que “Diversos estudios han mostrado que los comportamientos adictivos pueden ser heredados. De hecho, se ha estimado que los factores genéticos pueden explicar entre el 40-60%, del desarrollo de la adicción.” (LUKE A. SCHNEIDER, 2017) respecto a lo anterior se podemos observar que la patología de la adicción puede ser heredada de nuestros familiares, es decir si uno de nuestros familiares son adictos al alcohol, estamos propensos a serlo de igual forma, y que un factor genético tiene gran impacto en la dicha patología un ejemplo en donde se ha comprobado que existen antecedentes de herencia seria en el caso de “La ludopatía o enfermedad del juego tiene carácter hereditario, con un patrón genético que predispone al juego patológico, según afirman algunos psiquiatras” (Lucio Gros, 2021).

En cuestión de las adicciones “El tratamiento aplicado es de corte cognitivo- conductual. La intervención terapéutica fue individual y se realiza durante trece sesiones, con una periodicidad de una vez por semana las sesiones deben tener una duración aproximada de una hora” (Chóliz, 2015),

debemos tomar en cuenta que cada persona tiene diferente ambiente social, psicológico, económico, emocional, y por tal motivo se necesita siempre individualizar a la persona para un adecuado tratamiento.

Al hablar de tratamientos alternativos se “Incluye una serie de recomendaciones en el caso de que los padres que consulten el material estén preocupados por si su hijo presenta adicción a los videojuegos, así como los pasos inmediatos para un tratamiento urgente y recursos disponibles” (Eduardo López Briz, 2016) ahora bien, se le da el lugar a los padres de familia ya que ellos son los encargados de dar este tratamiento, y son los encargados de poner un reglamento especial de horas, como cualquier otra actividad que los hijos realicen, como ir al cine, de compras ,entre otras muchas situaciones.

Un concepto rápido y fácil de comprender para el aislamiento sería la “Separación de una persona, una población o una cosa, dejándolas solas o incomunicadas” (Bogotá, 2016) se puede decir que todos hemos visto una persona que se aleja de los demás, ya sea que sea mete a su cuarto o de su casa no le gusta salir por eso se dice que también “refiere a dejar algo solo y separado de otras cosas; apartar a una persona de la comunicación y el trato con los demás; abstraer la realidad inmediata de la mente o de los sentidos” (Largacha, 2017) de modo que el aislamiento se define como alejarse de la sociedad de las personas que normalmente nos rodean, de las cosas a las que estamos acostumbrados a realizar y de no poder vivir los momentos con la familia y amigos, se podría decir encerrarse en nuestro propio mundo

donde lo único en que se piensa es en uno mismo.

Material y métodos

Tipo de estudio

Será exploratoria, ya que obtendremos información directa de la fuente aun cuando procesaremos esta por un método estadístico. También cuantitativo, porque la información será tratada de forma estadística epidemiológica. Explicativa, porque una vez obtenida la información se intentara dar explicación y se intentara comprobar la hipótesis calificativa. Cuantitativo, a través de encuestas, que se enviaran a diferentes grupos. Es cohorte, ya que solamente se delimitara en un espacio de tiempo determinado.

Universo

Se realizo el estudio en jóvenes estudiantes de medicina humana de 17 a 24 años de edad de la universidad del sureste campus Comitán, de Domínguez Chiapas. El municipio se localiza en los límites del Altiplano Central y de la Depresión Central. Limita al norte con los municipios de Amatenango del Valle y de Chanal, al este con Las Margaritas y La Independencia, al sur con La Trinitaria y Tzimol y al oeste con Socoltenango y Las Rosas. (DataMexicoBETA, 2019).

Muestra

La muestra se determinó de manera intencionada obteniéndose un

total de 103 encuestas cuyos criterios de inclusión fueron:

- Ser estudiante de la universidad del sureste campus Comitán de Domínguez
- Ser universitario de la carrera de la licenciatura de medicina humana.
- Ser joven de entre 17 a 24 años de edad
- Residir en Comitán de Domínguez, Chiapas o ser foráneo.
- Estar en confinamiento por la epidemia de covid19
- Ser joven que tenga un dispositivo móvil o una consola de videojuegos
- Contar con internet en su casa

Y los criterios de exclusión fueron:

- Que al compartir el link de la encuesta muchos no leyeron conscientemente los preguntas y contentaron cualquiera.
- Que algunas personas que se les compartió el link no quisieron contestar la encuesta.

Tipo de instrumento

Se utilizo un cuestionario de 13 preguntas, las cuáles 8 preguntas fueron cerradas y 5 de opción múltiple el cuál se les hizo llegar por medio de redes sociales, como whatsapp y Facebook, donde se les proporciono el link <https://forms.gle/nbaY1u7HKU9LsQWL> 6 en donde las preguntas se guardarón en Excel para su tratamiento estadístico.

Debido a la buena comunicación no se tuvo ningún problema para registrar y obtener los resultados.

Análisis

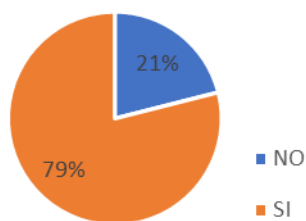
Los resultados obtenidos se obtuvieron y compararon en cuanto al porcentaje de positividad de los Items y su distribución fue la de la tabla 1 de estos resultados se pudo observar su distribución porcentual y proporcional.

Cuadro de resultado de la investigación sobre el uso excesivo de video juegos como resultado de la pandemia de COVID -19 entre los jóvenes de 17 a 24 años de edad en Comitán Chiapas 2021.

Item	Total	Porcentaje	Proporción
1. ¿Juegas o has jugado algún video juego?			
NO	24	21	0.27
SI	90	80	3.75
Total	114	101	
2. ¿Cuántas horas diarias le dedicas a algún video juego?			
< 30 MIN	52	46	0.85
30 - 60 MIN	33	29	0.41
> 1 HORA	28	25	0.33

Total	113	100	
3. ¿Considera usted que la epidemia por covid 19 es una de las causas del uso excesivo de video juegos?			
NO	28	25	0.33
SI	86	76	3.07
Total	114	101	
4. ¿Vive usted en Comitán?			
NO	51	45	0.82
SI	62	55	1.22
Total	113	100	
5. ¿A qué grupo de edad pertenece?			
17 - 20	63	56	1.29
20-25	41	36	0.58
>25	8	7	0.08
Total	112	99	
6. Sexo			
MUJER	56	50	0.98
HOMBRE	57	50	1.02
Total	113	100	
7. ¿Qué video juegos son los que usa?			
APPS DESCARGADAS	91	81	4.14
CONSOLAS	22	19	0.24
Total	113	100	

¿Juegas o has jugado algún video juego?



8. ¿Cuándo juegas video juegos que prefieres?			
ENCERARTE EN TU CUARTO PARA PODER JUGAR	44	39	0.65
JUGAR EN GRUPO	52	46	0.87
PREFERIRI EL SILENCIA PARA OBTENER MAYOR CONCENTRACIÓN	16	14	0.17
Total	112	99	

9. ¿Ha notado algún cambio en su conducta durante este tiempo que ha estado jugando video juegos?			
NO	84	74	2.90
SI	29	26	0.35
Total	113	100	
10. ¿ Qué tiempo hace ejercicio?			
<30 MIN DIARIOS	31	27	0.38
30 MIN DIARIOS	31	27	0.38
> 30 MIN DIARIOS	51	45	0.82
Total	113	100	
11. ¿Harías algún cambio en tu estilo de vida para obtener un impacto positivo en tu salud?			
NO	7	6	0.07
SI	106	94	15.14
Total	113	100	
12. ¿En el último año, has recibido información referente a la adicción y aislamiento por video juegos?			
NO	82	73	2.65
SI	31	27	0.38
Total	113	100	
13. ¿Recibiría usted apoyo de un profesional?			
NO	37	33	0.49
SI	76	67	2.05
Total	113	100	

Tabla 1 cuadro de resultados de la investigación de uso excesivo de videojuegos durante la pandemia de covid-19 por adicción y aislamiento en jóvenes universitarios de la UDS

Los resultados obtenidos se midieron y compararon en cuanto al porcentaje de positividad de cada unión de los Items y su distribución fue la del cuadro 2.

Los resultados puedes interpretarse

Ilustración 1 ¿Juegas o has jugado algún video juego?

de una manera clara referente a que 90 personas de los 114 entrevistados han jugado alguna vez un videojuego, por lo tanto, al ser 114 muestras *Ilustración 3* ¿Considera usted que la epidemia por COVID 19 es una de las causas del uso excesivo de video juegos? (ilustración 1) y el resto no han jugado ningún videojuego lo

cual equivale al 21% de las personas entrevistadas. La distribución de esta pregunta se observa en la figura 1.

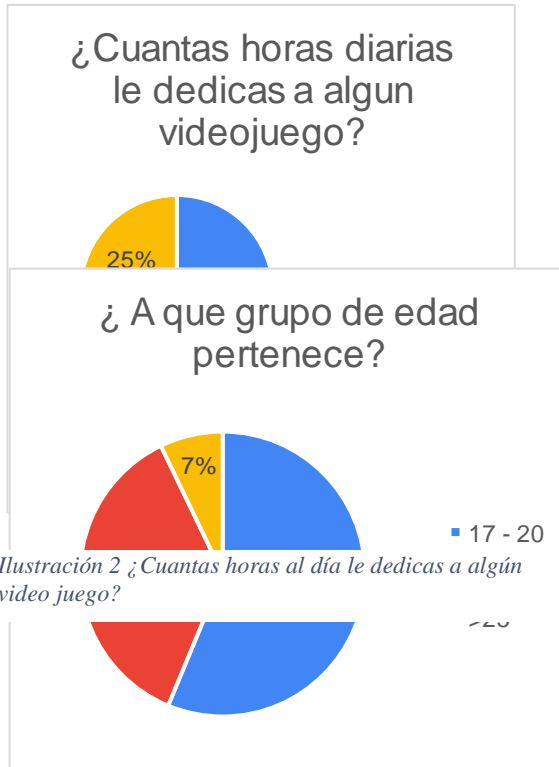


Ilustración 2 ¿Cuántas horas al día le dedicas a algún video juego?

Los resultados obtenidos pueden interpretarse con una clara referencia que 52 personas le dedican a los videojuegos menos de 30 minutos al día, 33 personas le dedican 30 a 60 minutos por día, y 28 personas juegan más de una hora, en la ilustración 2 puede observarse el porcentaje de 46%, 29% y 25% respectivamente (ilustración 2).

Los resultados obtenidos pueden

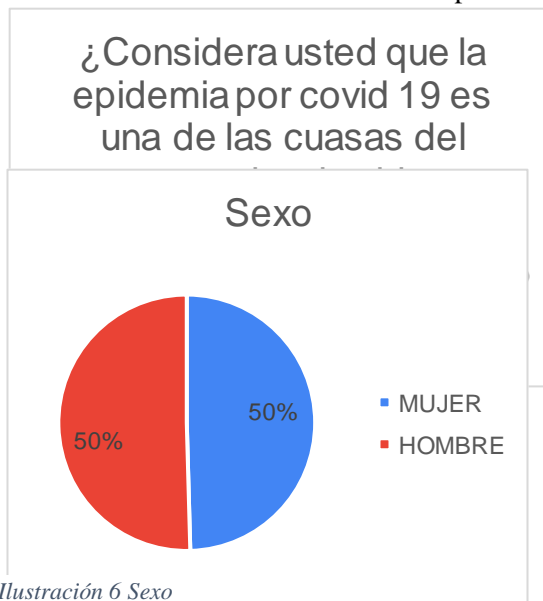


Ilustración 6 Sexo

interpretarse con una clara referencia ya que 28 personas opinan que la pandemia por COVID 19 no es una causa del uso excesivo de videojuegos que representa el 25% y 89 personas dicen que si podría ser una causa de esto representando el 75% restante (ilustración 3).

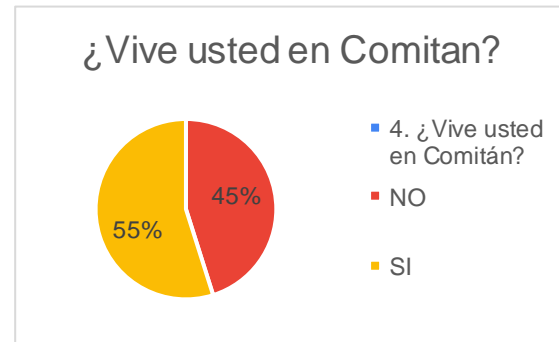


Ilustración 4 ¿Vive usted en Comitán?

Los resultados obtenidos pueden interpretarse con una referencia a que 62 de los entrevistados fueron originarios de Comitán lo cual equivale al 55% de los entrevistados y los otros 51 son foráneos que representa el 45% restante se puede observar en la (figura 4).

Los resultados obtenidos pueden interpretarse con una clara referencia que los grupos que se entrevistaron fueron los siguientes: 63 personas de una edad entre 17 y 20 años equivalen al 56%, 41 personas

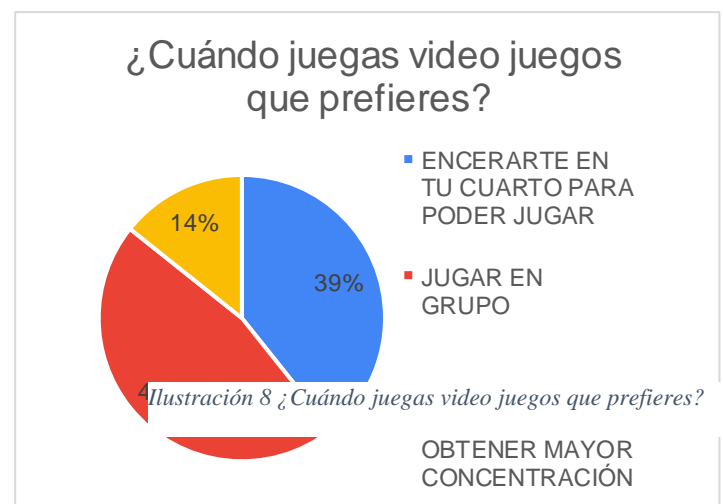


Ilustración 8 ¿Cuándo juegas video juegos que prefieres?

entre 20 y 25 años de edad representando el 37% y 8 personas son mayor de 25 años representando el 8% restante puede observarse en la (figura 5).

Los resultados obtenidos pueden interpretarse de una manera clara ya que 56 personas de los entrevistados fueron de sexo femenino representando el 50% de los entrevistados y las otras 57 personas fueron del sexo masculino representando el otro 50%, los resultados se pueden apreciar en la (figura 6).



Los resultados obtenidos se pueden interpretar de una forma clara al observar que 91 personas juegan con aplicaciones descargadas en teléfonos representando el 81% del total el resto corresponde a las 22 personas que juegan en consolas representando el 19% puede apreciarse en la (figura 7).

Los resultados de la entrevista se pueden apreciar de una manera clara ya que 44 personas optan por jugar encerrados en su cuarto representando el 39% del total, 52 personas prefieren jugar en grupos representando el 47% del total y las 16

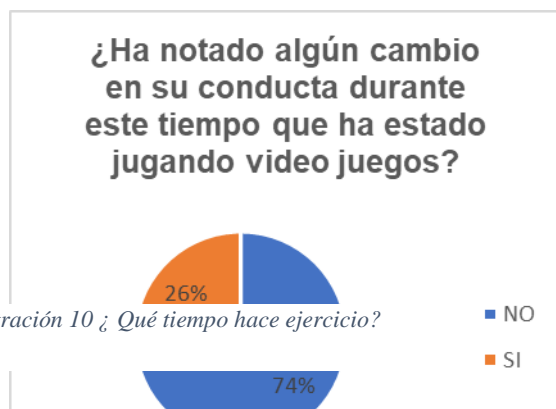


Ilustración 10 ¿ Qué tiempo hace ejercicio?

Ilustración 9 ¿Ha notado algún cambio en su conducta durante este tiempo que ha estado jugando video juegos?

personas restantes prefieren el silencio para mayor concentración representando el 14% del total, puede apreciarse en la (figura 8).

Los resultados obtenidos pueden interpretarse de una manera clara al observar que 31 personas realizan menos de 30 minutos de ejercicio diario representando el 28% del total, otras 31 personas realizan 30 minutos diarios de actividad física representado el 27%, el resto que son 51 realizan más de 30 minutos diarios de ejercicio representando el 45% del porcentaje total, puede observarse en la (figura 9).

Los resultados obtenidos pueden interpretarse de una manera clara al saber 7 personas harían algún cambio en su estilo de vida para obtener un impacto positivo en su salud representando el 6% del total 106 personas dicen que, si harían el cambio en su vida, representando el 94% del total puede

Ilustración 7 ¿Que video juegos son los que usa?

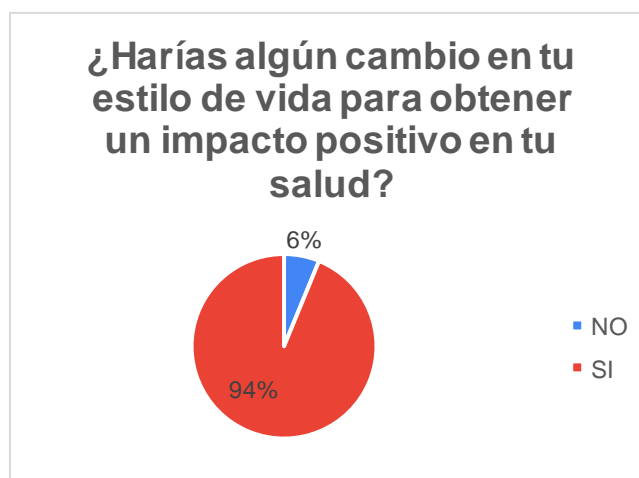


Ilustración 11. ¿harías algún cambio en tu estilo de vida para obtener un impacto positivo en tu salud?

observarse en la (figura 10)

Ilustración 12 ¿en el último año, has recibido información referente a la adicción y aislamiento por video juegos?

Los resultados obtenidos pueden interpretarse de una manera clara al saber 7 personas harían algún cambio en su estilo de vida para obtener un impacto positivo en su salud representando el 6% del total 106 personas dicen que, si harían el cambio en su vida, representando el 94% del total puede observarse en la (figura 11)

Los resultados ontenidos pueden interpretarse de una manera clara al saber que 82 personas no han recibido información sobre la adicción y el aislamiento de los videojuegos representando el 73% del total y las otras 31 personas si han recibido la dicha información representando el 27% restante del total, puede observarse en la (figura 12)



Ilustración 2; recibiría usted apoyo de un profesional?

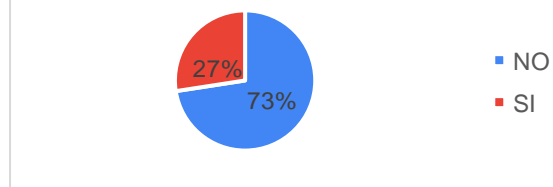
Los resultados obtenidos pueden interpretarse de una manera clara al observar que 37 personas no estarían dispuestas a recibir apoyo de un profesional representando el 33% del total d ellos encuestados, el 67% restante representa a las 76 personas que dicen que, si recibirían el apoyo del profesional representando el 67% restante, puede apreciarse de mejor manera en la (figura 14).

Resultados

En cuanto a los resultados finales de la investigación se comprobaron las hipótesis y la importancia de los factores estudiados como predisponentes de la adicción a los video juegos. Tabla 3

Hipótesis	Chi2	RR	OR
Se observará el aumento del uso de video juegos en las personas que radican en Comitán en comparación con los que son foráneos durante la pandemia de COVID- 19 entre los estudiantes de medicina de la Universidad de Sureste en el periodo de agosto diciembre de 2020	0.70	1.71	2.12

referente a la adicción y aislamiento por video juegos?



Se observará el número de personas que juegan video juegos según su sexo en los universitarios, durante la pandemia de COVID-19.	3.30	1.31	2.04
--	------	------	------

Se observará que los jóvenes universitarios sean hombres y mujeres estén dispuestos a realizar cambios en el estilo de vida debido al uso excesivo de video juegos durante la pandemia de COVID-19	0.12	0.96	0.87
Se observará que los jóvenes universitarios sean hombres y mujeres estén dispuestos a realizar cambios en el estilo de vida debido al uso excesivo de video juegos durante la pandemia de COVID-19	0.21	0.90	0.84
Cuantificar el rango de edad que comprende las personas que usan video juegos.	4.42	3.85	3.83
Determinar los grupos de edad de los jóvenes universitarios de la universidad del sureste, que están dispuestos a recibir apoyo de un profesional a la adicción a los video juegos.	12.83	2.8	3.13
El uso de video juegos condiciona la respuesta conductual de los	2.44	0.69	0.50

jóvenes, durante la pandemia de COVID-19			
Se observará que los jóvenes universitarios ya sean hombres o mujeres utilicen aplicaciones descargadas o bien consolas durante la pandemia covid-19	3.02	0.74	0.39
Determinar el número de jóvenes universitarios que harían un cambio en el estilo de vida estando en pandemia de covid-19.	2.16	1.30	1.92
Exponer la opinión de hombres y mujeres si la pandemia es una causa del uso excesivo de video juegos	0.13	0.94	0.84

En la pregunta número 1 se obtuvieron estos resultados, la suma de la chi-cuadrada de cada celda es de 0.70. Los datos observados sobre el número de obesidad en niños varían según el grado escolar que estén cursando en Comitán de Domínguez, Chiapas.

Observamos que H1 es verdadera y H0 es falsa, ya que la Chi2 es de 2.83 siendo ≥ 0.05 , concluimos que: si existe asociación estadísticamente significativa número de obesidad en niños varía según el grado escolar que estén cursando en Comitán de Domínguez, Chiapas.

RR es mayor que uno entonces decimos que las personas que radican en

Comitán y que juegan video juegos durante la pandemia se considera como factor de riesgo real para que las personas que radican en Comitán usen entre 30-60 min los video juegos durante la pandemia de covid-19. la proporción de expuestos es igual a la mitad de todos los casos, pero él no estar en pandemia y no ser de Comitán reduce a 33 % que puedan jugar de 30-60 min video juegos como resultado de la pandemia.

La OR indicaría que 11 personas de los universitarios pueden jugar video juegos de 30-60 min durante la pandemia en comparación con las personas que no tal como lo demuestra que se protegería hasta 53 %del que estuviéramos en pandemia de COVID 19 como paso con los controles.

En estos resultados, la suma de la chi-cuadrada de cada celda es de 3.30. Los datos observados sobre el número de personas que juegan video juegos según su sexo en los universitarios, durante la pandemia de COVID-19.

Observamos que H1 es verdadera y H0 es falsa, ya que la Chi2 es de 3.30 siendo ≥ 0.05 , concluimos que: los hombres son los que más usaron los video juegos durante la pandemia de COVID-19

RR es mayor que uno entonces decimos que el uso de video juegos durante la pandemia se considera como factor de riesgo real para que los hombres sean los que más hayan estado jugando video juegos durante la pandemia de covid-19. la proporción de expuestos es igual a la mitad de todos los casos, pero él no estar en pandemia y ser hombre reduce a 54 % que puedan jugar video juegos como resultado de la pandemia.

La OR indicaría que 4 personas de los universitarios pueden jugar video juegos durante la pandemia en

comparación con las personas que no tal como lo demuestra que se protegería hasta 65 %del que estuviéramos en pandemia de COVID 19 como paso con los controles.

En estos resultados, la suma de la chi-cuadrada de cada celda es de 0.12. Los datos observados sobre los jóvenes universitarios sean hombres y mujeres que esten dispuestos a realizar cambios en el estilo de vida debido al uso excesivo de video juegos durante la pandemia de COVID 19.

Observamos que H1 es falsa y H0 es verdadera, ya que la Chi2 es de 0.12 siendo ≥ 0.05 , concluimos que: los hombres no estan dispuestos a realizar cambios en el estilo de vida por el uso de video juegos durante la pandemia de COVID-19, cabe mencionar que la diferencia de ambos sexos es mínima ya que 39 hombres harian cambios en el estilo vida y 40 mujeres arian cambios en el estilo de vida.

RR es de 0.96 por lo que es menor a 1 entonces decimos que el sexo no se considera como factor de riesgo real para tener información relevante sobre que los hombres o mujeres quieran realizar algún cambio en el estilo de vida. la proporción de expuestos es igual a la mitad de todos los casos, pero él no estar en pandemia reduce esa posibilidad a solo 71%

OR indica que las personas pueden hacer 87 veces más cambios en el estilo de vida debido al uso excesivo de video juegos durante la pandemia de en comparación con las que no tal como demuestra que se protegería hasta el 1.13% el que no se estuviera en pandemia como paso con los controles.

En estos resultados, la suma de la chi-cuadrada de cada celda es de 4.42. Los datos observados sobre el rango de

edad que comprende las personas que usan video juegos con 3 delimitaciones (17-20; 20-25; > 25 años)

observamos que H1 es verdadera y H0 es falsa, ya que la Chi2 es de 4.42 siendo ≥ 0.05 , concluimos que: el rango de edad de 17-20 son los que más usan video juegos en comparación de las 3 delimitaciones (17-20; 20-25; > 25 años).

RR es de 1.16 por lo tanto es mayor que 1 entonces decimos que el uso de video juegos en los jóvenes con la edad de 17-20 años durante la pandemia se considera como factor de riesgo real para que en este grupo de edad se tenga mayor incremento en el uso de los video juegos, la proporción de expuestos es igual a la mitad de todos los casos, pero él no estar en pandemia y no tener de 17-20 años reduce a 39 % el que puedan jugar video juegos como resultado de la pandemia.

La OR indicaría que los jóvenes que tengan entre 17-20 años tienen 30 veces más probabilidad de hacerse adicto a los video juegos en comparación con las personas que están en ese rango de edad, tal como lo demuestra que se protegería hasta 3.50 % de los universitarios que no están en este rango de edad y no están en pandemia, como paso con los controles.

RR es de 0.56 por lo que es menor a 1 entonces decimos que los jóvenes de 20-25 años no se consideran como factor de riesgo real para que puedan tener alguna adicción hacia los video juegos, la proporción de expuestos es igual a la mitad de todos los casos, pero él no estar en pandemia y pertenecer al grupo de edad de 20-25 años reduce esa posibilidad a solo 48%

OR indica que las personas que tengan entre 20-25 años tienen 40 veces

menos probabilidad a la adicción a los video juegos en comparación con las personas que no estén en ese rango de edad tal como demuestra que se protegería hasta el 5.50% el que no se estuviera en pandemia como paso con los controles.

RR es de 2.13 por lo tanto es mayor que 1 entonces decimos que el uso de video juegos en los jóvenes con la edad de mayor de 25 años durante la pandemia se considera como factor de riesgo real para que en este grupo de edad se tenga mayor incremento en el uso de los video juegos, la proporción de expuestos es igual a la mitad de todos los casos, pero él no estar en pandemia y no tener de > 25 años reduce a 13 % el que puedan jugar video juegos como resultado de la pandemia

La OR indicaría que los jóvenes que no sean >25 años tienen 13 veces más probabilidad de hacerse adicto a los video juegos en comparación con las personas que están en ese rango de edad, tal como lo demuestra que se protegería hasta 3.91% de los universitarios que no están en este rango de edad y no están en pandemia.

En estos resultados, la suma de la chi-cuadrada de cada celda es de 12.83. Los datos observados sobre que personas recibirían apoyo de algún profesional dependiendo el rango de edad al que pertenezcan de alguna de las 3 delimitaciones (17-20; 20-25; > 25 años)

Observamos que H1 es verdadera y H0 es falsa, ya que la Chi2 es de 12.83 siendo ≥ 0.05 , concluimos que: los jóvenes que pertenecen a alguna de las 3 delimitaciones (17-20; 20-25; > 25 años) que usan video juegos aceptarían apoyo profesional.

RR es de 1.36 por lo tanto es mayor que 1 entonces decimos que los jóvenes que comprenden de 17-20 años se consideran como factor de riesgo real para que reciban apoyo de algún profesional la proporción de expuestos es igual a la mitad de todos los casos, pero el no estar en pandemia y no tener de 17-20 años reduce a 41 % el que puedan jugar video juegos como resultado de la pandemia

La OR indicaría que los jóvenes que no tengan de 17-20 años tienen 1.81 veces más probabilidad de recibir por apoyo profesional en comparación con las personas que están en ese rango de edad, tal como lo demuestra que se protegería hasta 1.55% de los universitarios que no es tan en este rango de edad y no es tan en pandemia.

RR es de 0.90 por lo que es menor a 1 entonces decimos que los jóvenes que estén en el rango de 20-25 años no se consideran como factor de riesgo real para que puedan recibir apoyo de un profesional, la proporción de expuestos es igual a la mitad de todos los casos pero el no estar en pandemia y pertenecer al grupo de edad de 20-25 años reduce esa posibilidad a solo 35%

OR indica que las personas que tengan que tengan entre 20-25 años tienen 85 veces menos probabilidad de aceptar apoyo profesional en comparación con las personas que no estén en ese rango de edad tal como demuestra que se protegería hasta el 2.17% el que no se estuviera en pandemia como paso con los controles.

RR es de 0.54 por lo que es menor a 1 entonces decimos que los jóvenes >25 años no se consideran como factor de riesgo real para que puedan recibir apoyo de un profesional, la proporción de

expuestos es igual a la mitad de todos los casos pero el no estar en pandemia y pertenecer al grupo de edad de >25 años reduce esa posibilidad a solo 24%

OR indica que las personas que tengan > 25 años tienen 47 veces menos probabilidad de aceptar apoyo profesional en comparación con las personas que no estén en ese rango de edad tal como demuestra que se protegería hasta el 2.36% el que no se estuviera en pandemia como paso con los controles.

En estos resultados, la suma de la chi-cuadrada de cada celda es de 2.44. Los datos observados sobre el uso de video juegos condiciona la respuesta conductual de los jóvenes, durante la pandemia de COVID-19

Observamos que H1 es falsa y H0 es verdadera, ya que la Chi² es de 2.44 siendo ≥ 0.05 , concluimos que: no se genera un cambio en la conducta por el uso de video juegos de los universitarios durante la pandemia de COVID-19.

RR es de 0.69 por lo que es menor a 1 entonces decimos que los jóvenes que usan video juegos no se consideran como factor de riesgo real para que hayan tenido cambios en la conducta durante la pandemia, la proporción de expuestos es igual a la mitad de todos los casos pero el no estar en pandemia y el no jugar video juegos reduce esa posibilidad a solo 55%

OR indica que las personas que tengan que tengan usan video juegos tienen 50 veces menos probabilidad de tener cambios en la conducta en comparación con las personas que juegan tal como demuestra que se protegería hasta el 47% el que no se estuviera en pandemia como paso con los controles.

En estos resultados, la suma de la chi-cuadrada de cada celda es de 3.02.

Los datos observados sobre que los jóvenes universitarios ya sean hombres o mujeres utilicen aplicaciones descargadas o bien consolas durante la pandemia covid-19

observamos que H1 es verdadera y H0 es falsa, ya que la Chi2 es de 3.02 siendo ≥ 0.05 , concluimos que: la forma de juego de los jóvenes universitarios de la universidad del sureste de sexo masculino es más en aplicaciones descargadas durante la pandemia de covid-19.

RR es de 0.69 por lo que es menor a 1 entonces decimos que los hombres que usan video juegos ya sea en alguna aplicación descargada, no se consideran como factor de riesgo real para que sean más las descargadas durante la pandemia, la proporción de expuestos es igual a la mitad de todos los casos pero el no estar en pandemia y el no jugar video juegos reduce esa posibilidad a solo 77%

OR indica que las personas que no usan video juegos tienen 39 veces menos probabilidad de que los hombres sean los que más descarguen aplicaciones como demuestra que se protegería hasta el 7.80% el que no se estuviera en pandemia como paso con los controles.

En estos resultados, la suma de la chi-cuadrada de cada celda es de 0.12. Los datos observados sobre el número de jóvenes universitarios que harían un cambio en el estilo de vida estando en pandemia de covid-19

Observamos que H1 es verdadera y H0 es falsa, ya que la Chi2 es de 0.12 siendo ≥ 0.05 , concluimos que:

Los jóvenes harían un cambio en el estilo de vida estando en pandemia de covid-19.

RR es de 1.30 por lo tanto es mayor que 1 entonces decimos que los datos observados sobre el número de jóvenes universitarios se consideran como factor de riesgo real para que los universitarios tengan un cambio en el estilo de vida, la proporción de expuestos es igual a la mitad de todos los casos pero el no estar en pandemia y no tener una vida saludable con 150 min de ejercicio semanal reduce a 52% el que puedan tener un cambio en el estilo de vida resultado de la pandemia

La OR indicaría que los jóvenes que usan video juegos tienen 1.92 veces más probabilidad de tener un mal estilo de vida en comparación con las personas que no juegan y hacen por lo menos 150 min de ejercicio semanal, tal como lo demuestra que se protegería hasta 2-15 % de los universitarios que tienen un mal estilo de vida, como paso con los controles.

En estos resultados, la suma de la chi-cuadrada de cada celda es de 0.13. Los datos observados sobre si las personas creen que la pandemia a sido una causa del uso excesivo de video juegos

Observamos que H1 es verdadera y H0 es falsa, ya que la Chi2 es de 0.12 siendo ≥ 0.05 , concluimos que:

La pandemia es una causa del uso excesivo de los video juegos en jóvenes universitarios de la universidad del sureste.

RR es de 0.94 por lo que es menor a 1 entonces decimos que la pandemia no se consideran como factor de riesgo real para que haya uso excesivo de video juegos durante la pandemia, la proporción de expuestos es igual a la mitad de todos los casos pero el no estar en pandemia y

el no jugar video juegos reduce esa posibilidad a solo 67%

OR indica que las personas que tengan que tengan usan video juegos tienen 84 veces menos probabilidad de tener cambios en la conducta en comparacion con las personas que juegan tal como demuestra que se protegeria hasta el 3.56 % el que no se estuviera en pandemia como paso con los controles.

Discusión y conclusiones

Como conclusión , nuestra investigación realizada en jóvenes universitarios de Comitán de Domínguez, Chiapas si logro demostrar que la adicción a los video juegos ha aumentado durante la pandemia de COVID-19. Los resultados obtenidos mediante el cuestionario y Chi² pudo demostrar que los jóvenes tuvieron un aumento en el sedentarismo, aumento de peso, y esto se pudo llevar a cabo gracias a que se ya que se realizaron diferentes preguntas en las cuales no solo obtuvimos información relevante sobre la adicción a los video juegos. Cabe mencionar que hay diferentes factores los cuales pueden incrementar la alta incidencia del uso de video juegos, hoy por hoy. Existen variables las cuales no cambian tanto como es el sexo ,pues la diferencia fue muy mínima en ambos sexos, por lo cual no podemos decir que solo los hombres son los que usan los video juegos, ni tampoco las mujeres son las que más lo usan, entendemos que hay factores que condiciona la pandemia y un claro ejemplo de esto es incremento en el uso de los video juegos, ya que debido al confinamiento de la pandemia de covid-19 muchos jóvenes utilizaron los video juegos a modos de distraerse, otro factor importante es las clases en línea, el

cambio social, la nueva manera de socializar con amigos y familia, el no poder salir a lugares públicos y el vivir cerca del hospital COVID-19, del panteón municipal y del crematorio influye a que las personas presentarán o cursarán por una crisis de aislamiento.

Otro grande problema es que los jóvenes del grupo de 17-20 años son los que pasan más tiempos en los video juegos, hacen menor ejercicio y esto genera muchos problemas sociales, psicológicos, académicos, físicos, y esto puede condicionar a problemas de salud, falta de identidad e aislamiento. Es importante mencionar que muchos jóvenes desconocen de esta información o más bien dicho es un tema no conocido por muchos jóvenes y es por eso que no se percatan del daño que se están ocasionando a ellos mismos y a las personas que rodean.

Finalmente, al conocer la situación de los jóvenes universitarios, sugerimos que se deben de realizar páginas web, infografías que se puedan compartir en las diferentes redes sociales tales como son: WhatsApp, Instagram, Facebook, etc. Tenemos que hacer llegar esta información a los jóvenes tanto universitarios como los que tienen una menor edad, ya que de esta manera se podrán prevenir diferentes problemas a un futuro. También algo de mucha importancia es que se debe promover más el deporte, fomentar una buena alimentación, para que se encuentren bien física y mentalmente. Durante las clases, que los maestros se tomen un tiempo de 5 a 10 minutos para relajarse con los jóvenes y disfruten de esa actividad junto con sus alumnos, hablar con la asociación estudiantil para que pudieran poner en la universidad eventos en los cuales los jóvenes puedan liberar muchas cargas o

bien socializar con las demás personas ya que muchas veces los que más juegan son los que prefieren estar solos. Ya que la mayoría de los jóvenes aceptaron apoyo de un profesional en caso de que se presente una adicción, debería haber un psicólogo para poder apoyar a los jóvenes.

Corolario

La investigación demostró relación de adicción a video juegos con la pandemia de COVID -19.

Referencias

- Argae Rodríguez, S. G., Echeverría Echeverría, R., Evia Alamilla, N. M., & Carrillo Trujillo, C. D. (2018). Prevención de factores de riesgo en adolescentes: intervención para padres y madres. *Psicología escolar y educativa, SP*, 259-269.
- Asselah, T., Durantel, D., Pasmant, E., Lau, G., & Schinazi, R. (2021). COVID 19: Discovery, diagnostics and drug develop. *Journal of Hepatology*, 168-184.
- Ávila, J. (2014). El estrés un problema de salud del mundo actual. *Revista con-ciencia N 1*, 115-124.
- Bairero Aguilar, M. E. (2017). El estrés y su influencia en la calidad de vida. *Multimad. Revista médica. Granma*, 971.
- Blanco, E. (05 de Junio de 2018). *PERSUM clinica de psicoterapia y personalidad*. Obtenido de PERSUM clinica de psicoterapia y personalidad : <https://psicologosoviedo.com/especialidades/problemas-laborales/estres-negativo/>
- CANARIAS, E. M. (16 de Noviembre de 2017). *El diagnóstico del estrés - Eurofins Megalab Canarias*. Obtenido de El diagnóstico del estrés - Eurofins Megalab Canarias: <https://www.lgs-analisis.es/diagnostico-del-estres/>
- CEVEC, v. (2016). Obtenido de https://salud.edomex.gob.mx/cevece/documentos/difusion/tripticos/2016/Semana%2027_2016.pdf
- Chauvet Gelinier, J. C., & Bonin, B. (2017). Stress, anxiety and depression in heart disease patients: A major challenge for cardiac rehabilitation. *Elsevier Masson S*, 6-12.
- Coria Lorenzo, J. D. (2020). Covid-19 y su relación con la morbilidad, mortalidad, economía y “quédate en casa”. *Acta Pediatr Mex.*, 2.
- COVID-19, M. c. (27 de Mayo de 2020). *Manejo clínico de la COVID-19 - World Health Organization*. Obtenido de <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/332638/WHO-2019-nCoV-clinical-2020.5-spa.pdf>
- Cuadro Moreno, J. J. (2018). *ESTRES Y ANSIEDAD*. Obtenido de ESTRES Y ANSIEDAD: <http://www.estresyansiedad.com.ar/PDF/vulnerabilidad%20al%20estres.pdf>
- Epidemiología, d. G. (05 de Marzo de 2021). *COVID-19, México..Datos epidemiológicos*. Obtenido de COVID-19, México..Datos epidemiológicos: <https://covid19.sinave.gob.mx/casosacumulados.aspx>
- Expansión. (13 de abril de 2018). *México está en los primeros lugares a nivel mundial en estrés laboral*. Obtenido de México está en los primeros lugares a nivel mundial en estrés laboral: <https://expansion.mx/carrera/2018/04/13/105-trabajadores-mexicanos-son-de-los-que-mas-sufren-estres-a-nivel-mundial>
- Fernández Gutiérrez, B. (2020). COVID 19 con afección pulmonar. Una enfermedad autoinmune de causa conocida. *Reumatología clínica*, 253-254.

Frías, L. (14 de Marzo de 2019). *GACETA UNAM*. Obtenido de GACETA UNAM : <https://www.gaceta.unam.mx/mas-de-264-millones-padecen-ansiedad-a-nivel-mundial/>

Gaeta González, M. L., & Martín Hernández, P. (2009). Estrés y adolescencia: Estrategias de afrontamiento y autorregulación en el contexto escolar. *STVDIVM. Revista de humanidades*, 327-344.

Gallardo Ponce, I. (25 de septiembre de 2020). *Estrés: Síntomas, Tratamientos, Qué es, e Información*. Obtenido de Cuidate plus: <https://cuidateplus.marca.com/enfermedades/psicologicas/estres.html>

Galván Casas, B. (2020). Identificar las primeras manifestaciones en la piel de la COVID-19. *British association of dermatologists*, 71-77.

global, P. (s.f.). *El estrés y su tratamiento - Psicólogo online - PsicoGlobal*. Obtenido de Psicología global: <https://www.psicoglobal.com/ansiedad/estres>

gobierno. (2019). *CATÁLOGO MAESTRO GUÍAS DE PRÁCTICA CLÍNICA*. Obtenido de http://cenetec-difusion.com/gpc-sns/?page_id=5557

Gobierno municipal de Comitán de Domínguez, C. (2019). *Plan de desarrollo municipal 2018-2021*. Comitán de Domínguez, Chiapas.

Guillén Domínguez, M. A. (2018). *Plan de desarrollo municipal*. Comitán de Domínguez, Chiapas.

Herrera Covarrubias, D., Coria Ávila, G., Muñoz Zavaleta, D., Aranda Abreu, G., Rojas Durán, F., Hernández, M. E., & Ismail, N. (2017). Impacto del estrés psicosocial en la salud. *Neurobiología*, 23.

Juventud, I. M. (30 de Octubre de 2017). *¿Qué es ser joven? | Instituto Mexicano de la Juventud ...* Obtenido de Gobierno de México: <https://www.gob.mx/imjuve/articulos/que-es-ser-joven>

Kumar Satsangi, A., & Brugnoli, M. P. (2018). Anxiety and psychosomatic symptoms in palliative care: from neuro-psychobiological response to stress, to symptoms' management with clinical hypnosis and meditative states. *Annals of Palliative Medicine*, 75-111.

Manríquez Reyes, M. (10 de Febrero de 2020). *ASPECTOS CLÍNICOS COVID-19 - Sesver*. Obtenido de ASPECTOS CLÍNICOS COVID-19 - Sesver: <https://www.ssaver.gob.mx/seic/files/2020/03/ASPECTOS-CLÍNICOS-COVID-19.pdf>

Manzur, J. L., Pajer, C., Javier, M., Inserra, F., Feder, L., & Manucha, W. (2020). El suplemento con altas dosis de vitamina D podría representar una alternativa promisorio para prevenir o tratar infecciones por COVID-19. *Clínica e investigación en arteriosclerosis*, 267-277.

Maturana H, A., & Vargas, A. (2015). El estrés escolar. *Revista medica clinica condes*, 34-41.

México, A. I. (22 de Enero de 2020). *Nuevo Coronavirus 2019 | Aeropuerto Internacional de la Ciudad de*

México | Gobierno | *gob.mx*. Obtenido de Gobierno de México: <https://www.gob.mx/aicm/articulos/nuevo-coronavirus-2019>

México, G. d. (14 de Septiembre de 2020). *Algoritmos interinos para la atención del COVID-19*. Obtenido de Algoritmos interinos para la atención del COVID-19: http://educacionensalud.imss.gob.mx/es/system/files/Algoritmos_interinos_COVID19_CTEC.pdf

México, G. d. (06 de Marzo de 2021). *Tablero interactivo sobre COVID-19*. Obtenido de Tablero interactivo sobre COVID-19: <https://www.insp.mx/informacion-institucional-covid-19.html>

México, R. e. (06 de Febrero de 2021). *Exceso de Mortalidad - COVID-19 CDMX*. Obtenido de SEDESA: <https://covid19.cdmx.gob.mx/storage/app/media/Exceso%20de%20mortalidad/0502-resumen-ejecutivo-actualizacion-exceso-de-mortalidad-al-31-de-enero.pdf>

Morales, X. (2019). Acercamiento neurobiológico a las intervenciones farmacológicas y psicoterapéuticas que promueven la resiliencia al estrés. *Revista Salud y Conducta Humana*, 14.

Mundo, B. n. (2021). Obtenido de BBC [niud: https://www.bbc.com/mundo/noticias-51705060](https://www.bbc.com/mundo/noticias-51705060)

Muñoz Fernández, S. I., Molina Valdespino, D., Ochoa Palacios, R., Sánchez Guerrero, O., & Esquivel Acevedo, J. A. (2020). Estrés, respuestas emocionales, factores de riesgo, psicopatología y manejo del personal de salud durante la pandemia por COVID-19. *Acta Pediátrica de México*, S134.

OMS. (10 de Noviembre de 2020). *Información básica sobre la COVID-19*. Obtenido de Organización Mundial de la Salud: <https://www.who.int/es/news-room/q-a-detail/coronavirus-disease-covid-19>

OMS. (28 de septiembre de 2020). *Salud mental del adolescente*. Obtenido de Salud mental del adolescente: <https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/adolescent-mental-health>

Orús, A. (05 de Marzo de 2021). *statista*. Obtenido de statista: <https://es.statista.com/estadisticas/1091192/paises-afectados-por-el-coronavirus-de-wuhan-segun-los-casos-confirmados/>

Pérez Núñez, D., García Viamontes, J., García González, T. E., Ortiz Vázquez, D., & Centelles Cabrerías, M. (2014). Conocimientos sobre estrés, salud y creencias de control para la Atención Primaria de Salud. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 354-363.

Pried, A., López Álvarez, I., Carracedo Sanchidrian, D., & González Blantch, C. (2020). Mental health interventions for healthcare workers during the first wave of COVID-19 pandemic in Spain. *Revista de psiquiatría y salud mental*, 7.

salud, O. P. (Febrero de 2020). *covid-19-infographic-es.pdf*. Obtenido de covid-19-infographic-es.pdf.

salud, O. P. (Febrero de 2020). *Organización Panamericana de la salud*. Obtenido de Organización Panamericana de la salud: <https://www.paho.org/es/file/59567/download?token=TC77GLuH>

Santos Ruiz, A., Montero López, E., Ortego centeno, N., & Peralta Ramírez, M. I. (2020). Efecto por confinamiento de COVID 19 en el estado mental de pacientes. *Medicina clínica*, 7.

Secretaría de Turismo. (28 de Abril de 2014). *Comitán, Chiapas, Secretaría de turismo*. Obtenido de Gobierno de México: <http://www.sectur.gob.mx/gobmx/pueblos-magicos/comitan-chiapas/>

SEGOB. (19 de 02 de 2013). *NORMA Oficial Mexicana NOM-017-SSA2-2012, Para la vigilancia epidemiológica*. Obtenido de NORMA Oficial Mexicana NOM-017-SSA2-2012, Para la vigilancia epidemiológica.: http://dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5288225&fecha=19/02/2013

SEGOB. (12 de 08 de 2015). *Dario oficial de la federacion*. Obtenido de Dario oficial de la federacion: https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5403545&fecha=12/08/2015

SEGOB. (04 de 09 de 2015). *NORMA Oficial Mexicana NOM-025-SSA2-2014, Para la prestación de servicios de salud en unidades de*. Obtenido de NORMA Oficial Mexicana NOM-025-SSA2-2014, Para la prestación de servicios de salud en unidades de: <https://www.ssaver.gob.mx/transparencia/files/2011/11/NOM-025-SSA2-2014-ATENCION-MEDICO-PSIQUIATRICA.pdf>

SEGOB. (23 de 10 de 2018). *NORMA Oficial Mexicana NOM-035-STPS-2018, Factores de riesgo psicosocial en el trabajo-Identificación, análisis y prevención*. Obtenido de NORMA Oficial Mexicana NOM-035-

STPS-2018, Factores de riesgo psicosocial en el trabajo-Identificación, análisis y prevención.: https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5541828&fecha=23/10/2018

SEGOB, S. d. (09 de 12 de 2013). *NORMA Oficial Mexicana NOM-009-SSA2-2013, Promoción de la salud escolar*. Obtenido de NORMA Oficial Mexicana NOM-009-SSA2-2013, Promoción de la salud escolar.: https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5324923&fecha=09/12/2013

Spaff, E. t. (07 de Agosto de 2019). *Entorno turístico hablemos de turismo*. Obtenido de Entorno turístico hablemos de turismo: <https://www.entornoturistico.com/comitan-de-dominguez-un-paraiso-dentro-de-otro/>

Staff, F. (02 de Marzo de 2020). *México Forbes*. Obtenido de México Forbes: <https://www.forbes.com.mx/mas-de-73-de-los-mexicanos-tiene-estres-encuesta/>

Toribio Ferrer, C., & Franco Bárcenas, S. (2016). Estrés académico: el enemigo silencioso del estudiante. *Salud y administración*, 11-18.

TRT. (2021). *TRT español*. Obtenido de TRT español: <https://www.trt.net.tr/espanol/covid19>

turismo, S. d. (Marzo de 2021). *Conoce Chiapas*. Obtenido de Conoce Chiapas: <https://www.chiapas.gob.mx/pueblos-magicos/comitan/>

Urzúa, A., Vera Villarroel , P., Caqueo Urizar, A., & Polanco Carrasco, R. (2020). La Psicología en la prevención

y manejo del COVID-19. *TERAPIA PSICOLÓGICA*, 103-118.

Vargas Salina, A. N., & Coria Libenson, K. (2017). Terapia de aceptación y compromiso. En A. N. Vargas Salina, & K. Coria Libenson, *Estrés Postraumático, tratamiento bajado en la terapia de aceptación y compromiso* (pág. 107). México: El Manual Moderno .

WebMaster. (28 de Agosto de 2015). *CATÁLOGO MAESTRO GUIAS DE PRACTICA CLINICA*. Obtenido de CATÁLOGO MAESTRO GUIAS DE PRACTICA CLINICA: <https://cenetec-difusion.com/gpc-sns/?cat=65>

Zúñiga López, L. F. (2018). Comitán de Domínguez, Chiapas del eclecticismo cultural a una oferta turística diversificada . *Pueblos mágicos*, 251-267.