

USO DE VIDEOJUEGOS Y SU INFLUENCIA NEGATIVA EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE 8 AÑOS

VIDEO GAME USE AND ITS NEGATIVE INFLUENCE ON ACADEMIC PERFORMANCE IN EIGHT-YEAR-OLD STUDENTS

Vilma Cecilia Bonilla Pozo¹, Francisco David Salcedo Lucio²

{vilma.bonilla@ueb.edu.ec, fsalcedo@ueb.edu.ec²}

Fecha de recepción: 03/02/2026 / Fecha de aceptación: 09/02/2026 / Fecha de publicación: 10/02/2026

RESUMEN: La expansión acelerada de las tecnologías digitales ha incrementado de manera significativa el uso de videojuegos en la infancia, lo que plantea desafíos relevantes para el ámbito educativo, especialmente en relación con el rendimiento académico y la formación de hábitos de estudio, la presente investigación tuvo como objetivo analizar la relación existente entre el uso de videojuegos y el rendimiento académico mediante la aplicación de encuestas para detectar la influencia negativa en estudiantes de ocho años del tercer año de Educación General Básica de la Institución Educativa Humberto Mata Martínez durante el período noviembre 2025 y febrero de 2026, desde el punto de vista metodológico se empleó un enfoque multimodal con preponderancia cuantitativa, bajo un diseño no experimental, transversal y descriptivo correlacional, la muestra estuvo constituida por 37 estudiantes seleccionados mediante muestreo aleatorio simple, así como por 4 docentes de la institución, la recolección de datos se realizó mediante cuestionarios estructurados con escala de Likert de cinco niveles, compuestos por 7 ítems dirigidos a estudiantes y un instrumento para docentes, la validez se estableció mediante juicio de expertos y la confiabilidad mediante Alfa de Cronbach ($\alpha = 0,87$), evidenciando una adecuada consistencia interna; los resultados mostraron que una proporción significativa de estudiantes dedica más tiempo al uso de videojuegos en detrimento de las actividades escolares, lo que se asocia con la presencia recurrente de cansancio, somnolencia, incumplimiento de tareas y percepción de bajo rendimiento académico, en función de estos hallazgos se concluye que el uso habitual sin supervisión de videojuegos mantiene una relación negativa en el desempeño escolar, que pone de manifiesto la necesidad de implementar acciones pedagógicas y estrategias de acompañamiento familiar orientadas a regular el ocio digital y a fortalecer el desarrollo académico integral en la infancia.

¹Estudiante investigadora, Universidad Estatal de Bolívar–Ecuador, <https://orcid.org/0009-0009-7412-5184>

²Docente-tutor, Universidad Estatal de Bolívar–Ecuador, <https://orcid.org/0000-0002-9206-5201>; +5930980816564

Palabras clave: Videojuegos; rendimiento académico; hábitos de estudio; autorregulación del aprendizaje; limitada supervisión

ABSTRACT: The accelerated expansion of digital technologies has significantly increased video game use during childhood, posing important challenges for the educational field, particularly in relation to academic performance and the development of study habits. The aim of this research was to analyze the relationship between video game use and academic performance in eight-year-old students enrolled in the third year of Basic General Education at the Humberto Mata Martínez Educational Institution during the period from November 2025 to February 2026. From a methodological perspective, a multimodal approach with quantitative predominance was employed under a non-experimental, cross-sectional, and descriptive correlational design. The sample consisted of 37 students selected through simple random sampling, as well as 4 teachers from the institution. Data collection was carried out using structured questionnaires with a five-level Likert scale, composed of 7 items addressed to students and one instrument for teachers. Validity was established through expert judgment, and reliability was determined using Cronbach's alpha coefficient ($\alpha = 0.87$), demonstrating adequate internal consistency. The results showed that a significant proportion of students spend more time playing video games at the expense of school-related activities, which is associated with recurrent fatigue, daytime sleepiness, non-compliance with academic tasks, and a perceived decline in academic performance. Based on these findings, it is concluded that habitual and unsupervised video game use maintains a negative relationship with school performance, highlighting the need to implement pedagogical actions and family support strategies aimed at regulating digital leisure and strengthening comprehensive academic development during childhood.

Keywords: Video games; academic performance; study habits; self-regulated learning; limited supervision.

INTRODUCCIÓN

En los últimos años, a nivel mundial, la expansión acelerada de las tecnologías digitales ha generado cambios sustanciales en los ámbitos sociales, familiares y educativos, con especial incidencia en la población infantil. En este escenario, los videojuegos se han consolidado como una de las modalidades predominantes de ocio digital desde edades tempranas, concentrando una proporción considerable del tiempo libre de niños y niñas, situación que despierta un creciente interés en la comunidad científica debido a las posibles repercusiones que esta práctica puede tener en los procesos educativos (1), diversas investigaciones reconocen que los videojuegos pueden generar aportes positivos en los ámbitos cognitivo y motivacional cuando su uso es controlado y responde a propósitos pedagógicos definidos; sin embargo, la evidencia empírica demuestra que la práctica frecuente, prolongada y carente de supervisión se vincula con consecuencias negativas en el rendimiento académico y en la formación de hábitos escolares en los estudiantes (2), (3).

La etapa de los ocho años constituye un periodo clave en la consolidación de rutinas académicas, el fortalecimiento de la atención sostenida y el desarrollo de la autorregulación del aprendizaje, elementos fundamentales para la formación de hábitos académicos sólidos (4), (5), (6), en consecuencia, la exposición excesiva a estímulos digitales altamente interactivos puede interferir en dichos procesos y afectar el desempeño escolar, así como la salud visual, socioemocional y física de los estudiantes.

La producción científica reciente demuestra la existencia de una relación entre el uso de videojuegos y el rendimiento académico, revisiones sistemáticas y estudios empíricos coinciden en señalar que sus efectos no se manifiestan de manera homogénea, ya que están condicionados por factores como la frecuencia de uso, la tipología de videojuegos y el nivel de mediación adulta presente en el contexto familiar y educativo (3), (1), no obstante, cuando el tiempo destinado a los videojuegos sustituye las actividades académicas, el descanso adecuado y la planificación del tiempo de estudio, se evidencia una relación desfavorable con el desempeño académico, especialmente en estudiantes de educación primaria (7), (8).

Desde el enfoque cognitivo y neuro educativo, la evidencia científica advierte que la exposición prolongada y no regulada a videojuegos puede generar estados de sobreestimulación cognitiva que interfieren en procesos esenciales para el aprendizaje, entre ellos la atención sostenida y la memoria de trabajo, capacidades fundamentales para la comprensión de contenidos, la participación activa en el entorno escolar y la ejecución eficiente de las tareas académicas, en este sentido, estudios empíricos han demostrado que el uso problemático de videojuegos en la infancia se asocia con dificultades en dichas funciones cognitivas y alteraciones en los patrones de sueño, situación que se manifiesta en cansancio, somnolencia diurna durante la jornada escolar y reducción de la concentración, aspectos que inciden directamente en el rendimiento académico (9),(10).

La literatura latinoamericana reciente señala que los estudiantes que destinan mayor tiempo al uso de videojuegos presentan rendimientos académicos más bajos y hábitos escolares desorganizados (7), (8). Asimismo, el uso problemático de videojuegos se asocia con mayores niveles de procrastinación y debilidades en la autorregulación del aprendizaje, la ausencia de normas definidas y de mediación familiar en el uso del ocio digital tiende a debilitar progresivamente la responsabilidad académica, particularmente en contextos donde los niños aún no han consolidado habilidades de autocontrol.

Desde la perspectiva educativa, diversos estudios destacan la creciente inquietud del profesorado respecto a los efectos del uso no regulado de videojuegos en el rendimiento académico y el cumplimiento de las obligaciones escolares, en este sentido, los docentes señalan que el ocio digital, cuando no cuenta con una mediación pedagógica adecuada, tiende a convertirse en un elemento distractor que interfiere con los objetivos de aprendizaje y debilita los niveles de atención en el aula (3). Esta apreciación refuerza la necesidad de generar

evidencia empírica contextualizada que permita analizar de qué manera este fenómeno se manifiesta en contextos educativos concretos y en etapas tempranas del desarrollo escolar.

En el contexto latinoamericano y ecuatoriano, especialmente en la provincia de Pichincha, cantón Quito, en la institución educativa Humberto Mata Martínez, resulta necesario analizar la relación entre el uso de videojuegos y el rendimiento académico en estudiantes de ocho años del tercer año de Educación General Básica, siguiendo aportes como los de (11), aún existen vacíos de información en edades tempranas, lo que exige investigaciones empíricas contextualizadas, el estudio de esta problemática permite generar estrategias preventivas que fortalezcan los hábitos de estudio y promuevan un uso equilibrado del ocio digital.

Desde el enfoque metodológico, se adoptó un diseño no experimental, de tipo transversal y con alcance descriptivo correlacional, lo que permitió describir las prácticas vinculadas al uso de videojuegos y analizar su relación con diversos indicadores del rendimiento académico sin manipular las variables ni alterar el entorno educativo, además, la incorporación de la percepción docente permitió contrastar la información obtenida desde la perspectiva del estudiantado, fortaleciendo la comprensión del fenómeno analizado.

En atención a esta problemática, el presente estudio se desarrolló en la Institución Educativa Humberto Mata Martínez durante el período comprendido entre noviembre de 2025 y febrero de 2026, con el propósito de examinar la relación entre el uso de videojuegos y el rendimiento académico en estudiantes de ocho años del tercer año de Educación General Básica, el estudio se fundamentó en un enfoque multimodal que integró métodos cuantitativos y cualitativos, permitiendo una comprensión integral del fenómeno, especialmente en su vinculación con los hábitos de estudio, la atención sostenida en el aula y el cumplimiento de las responsabilidades académicas, de este modo, la investigación busca aportar evidencia científica que contribuya a la reflexión pedagógica y al diseño de estrategias educativas y familiares orientadas a promover un uso responsable y equilibrado de los videojuegos en la infancia.

MATERIALES Y MÉTODOS

El estudio se ejecutó en la Institución Educativa Humberto Mata Martínez durante el período comprendido entre noviembre de 2025 y febrero de 2026, con la finalidad de analizar la relación que existe entre el uso de videojuegos y el rendimiento académico en estudiantes de ocho años, que pertenecen al tercer año de Educación General Básica; el estudio se sustentó en un enfoque multimodal al integrar procedimientos cuantitativos y cualitativos que facilitaron una comprensión integral del fenómeno analizado, en especial en lo que concierne a los hábitos de estudio, la atención sostenida en el entorno educativo y el cumplimiento de las responsabilidades académicas.

Desde el enfoque metodológico, se adoptó un diseño no experimental, transversal y descriptivo correlacional, debido a que las variables no fueron objeto de manipulación y la recolección de la información se efectuó en un único momento temporal; este tipo de diseño

posibilitó caracterizar las prácticas relacionadas con el uso de videojuegos en la población estudiada y explorar su asociación con diversos indicadores del rendimiento académico, sin alterar las condiciones propias del entorno educativo.

La población estuvo conformada por estudiantes del tercer año de Educación General Básica; la muestra incluyó 37 estudiantes (18 masculinos = 48,65 %; 19 femeninos = 51,35%) seleccionados mediante muestreo aleatorio simple, lo que permitió garantizar la representatividad de los participantes y minimizar posibles sesgos de selección; del total de la muestra dieciocho correspondieron a estudiantes de sexo masculino y diecinueve a sexo femenino, lo que evidenció una distribución equilibrada por género.

Para la obtención de los datos se empleó la técnica de la encuesta mediante la aplicación de un cuestionario estructurado con escala de Likert, elaborado con el propósito de medir la frecuencia del uso de videojuegos y su incidencia en diferentes dimensiones del desempeño escolar; el instrumento estuvo compuesto por 7 ítems dirigidos a estudiantes y un instrumento para docentes, fue sometido a un proceso de validación por juicio de expertos, lo que aseguró la pertinencia, claridad y coherencia de cada pregunta en relación con los objetivos de la investigación, la confiabilidad del cuestionario fue comprobada a través del coeficiente Alfa de Cronbach $\alpha = 0,87$, cuyos resultados evidenciaron una adecuada consistencia interna.

La escala de Likert utilizada contempló cinco niveles de respuesta que oscilaron desde “Nunca” hasta “Siempre”, a las cuales se les asignaron valores numéricos progresivos para facilitar el procesamiento estadístico de la información; esta escala permitió la medición estandarizada de la frecuencia del uso de videojuegos y su relación con variables académicas como los hábitos de estudio, la atención en clase, el cansancio durante la jornada escolar, el cumplimiento de tareas y la percepción del rendimiento académico.

De manera complementaria, se aplicó un instrumento dirigido al profesorado con la finalidad de obtener su percepción acerca del impacto del uso de videojuegos en el rendimiento académico y en el cumplimiento de las tareas escolares por parte de los estudiantes; el instrumento empleado una escala de Likert, lo que permitió contrastar la información obtenida desde la perspectiva del estudiantado con la visión de los docentes.

El proceso para la obtención de datos, las encuestas se aplicaron dentro de las aulas de la institución durante la jornada escolar, cada aplicación tuvo una duración aproximadamente de 15 a 20 minutos; se contó con autorización institucional y consentimiento informado de los representantes legales, garantizando la debida confidencialidad y anonimato, para el procesamiento estadístico descriptivo, frecuencias y porcentajes se utilizó Microsoft Excel.

RESULTADOS

La investigación se desarrolló en la Institución Educativa Humberto Mata Martínez entre noviembre de 2025 y febrero de 2026 con el propósito de analizar la influencia negativa del uso de videojuegos en el rendimiento académico en estudiantes de ocho años; el estudio adoptó un enfoque multimodal bajo un diseño no experimental, transversal y descriptivo correlacional; la muestra estuvo integrada por treinta y siete estudiantes del tercer año de Educación General Básica seleccionados mediante muestreo aleatorio simple, de los cuales dieciocho fueron varones que representan el 48,6 % y diecinueve mujeres que corresponden al 51,4 %; la recolección de la información se realizó a través de una encuesta aplicada mediante un cuestionario estructurado con escala de Likert, validado por expertos y con adecuada confiabilidad determinada por el coeficiente Alfa de Cronbach; este instrumento permitió identificar la frecuencia de uso de videojuegos y su relación con los hábitos de estudio, la atención en el aula y el cumplimiento de las tareas escolares; los datos obtenidos fueron procesados mediante estadística descriptiva empleando frecuencias numéricas y porcentuales.

Tabla 1. Escalas Likert aplicadas a la encuesta.

Pregunta 1-2-3-4-5-6-7	Valor
Nunca	1
Rara vez	2
A veces	3
Casi siempre	4
Siempre	5

Nota: La escala de Likert aplicada a las preguntas 1 a la 7 de la encuesta permitió medir de manera sistemática la frecuencia del uso de videojuegos y su relación con distintas dimensiones del desempeño escolar; los valores asignados oscilaron entre 1 correspondiente a “Nunca”, que indica la ausencia del comportamiento evaluado, y 5 correspondiente a “Siempre”, que representa su presencia constante; esta categorización facilitó la obtención de datos cuantificables y comparables para el análisis estadístico del impacto del uso de videojuegos en los hábitos de estudio, la atención en clase y el rendimiento académico.

Tabla 2. Tiempo dedicado a videojuegos sobre las tareas escolares.

Escala de Likert	<i>f</i>	<i>fp</i>
Nunca	3	8,15 %

Escala de Likert	<i>f</i>	<i>fp</i>
Rara vez	4	10,81 %
A veces	7	18,90 %
Casi siempre	11	29,71 %
Siempre	12	32,43 %
Total	37	100 %

Nota: Los resultados evidencian que el 62,14 % de los estudiantes se concentra en las categorías “casi siempre” y “siempre”, lo que refleja una elevada frecuencia de dedicación al uso de videojuegos en detrimento de la realización de tareas escolares; desde el enfoque cuantitativo este predominio en los niveles superiores de la escala muestra un desplazamiento sistemático de las responsabilidades académicas, mientras que desde el análisis cualitativo sugiere un debilitamiento progresivo de los hábitos de estudio, dificultades en la gestión del tiempo y efectos negativos en el rendimiento académico.

Tabla 3. Cansancio y somnolencia en clases por uso de videojuegos.

Escala de Likert	<i>f</i>	<i>fp</i>
Nunca	2	5,41 %
Rara vez	5	13,50 %
A veces	6	16,25 %
Casi siempre	12	32,43 %
Siempre	12	32,41 %
Total	37	100 %

Nota: Los datos indican que el 64,84 % de estudiantes se concentran en las categorías “casi siempre” y “siempre” lo que evidencia cuantitativamente cansancio y somnolencia en el aula

con alta frecuencia tras el uso de videojuegos, mientras que desde una perspectiva cualitativa se infiere que el uso prolongado de videojuegos interfiere con los períodos necesarios de descanso, genera sobrecarga cognitiva y reduce los niveles de atención y concentración, lo que afecta de manera directa la participación activa y el proceso de enseñanza–aprendizaje.

Tabla 4. Incumplimiento de tareas escolares asociado al uso de videojuegos.

Escala de Likert	<i>f</i>	<i>fp</i>
Nunca	4	10,81 %
Rara vez	3	8,15 %
A veces	7	18,91 %
Casi siempre	12	32,43 %
Siempre	11	29,70 %
Total	37	100 %

Nota: Se observa que el 62,13% de los estudiantes se ubica en las categorías de mayor frecuencia respecto al incumplimiento de las tareas escolares, lo que evidencia una relación relevante entre el uso de videojuegos y la falta de cumplimiento académico; desde el análisis cuantitativo estos resultados reflejan la priorización del ocio digital sobre las obligaciones escolares, mientras que cualitativamente se vinculan con una disminución de la autorregulación, la responsabilidad académica y la consolidación de hábitos de estudio que requieren planificación, constancia y esfuerzo cognitivo.

Tabla 5. Percepción de disminución del rendimiento académico.

Escala de Likert	<i>f</i>	<i>Fp</i>
Nunca	5	13,51 %
Rara vez	4	10,83 %

Escala de Likert	<i>f</i>	<i>Fp</i>
A veces	6	16,21 %
Casi siempre	11	29,70 %
Siempre	11	29,75 %
Total	37	100 %

Nota: Los resultados evidencian que el 59,45 % de los estudiantes percibe de manera recurrente una disminución en su rendimiento académico asociada al tiempo dedicado al uso de videojuegos, mientras que un 40,55 % manifiesta que dicha afectación se presenta de forma ocasional o no se produce; desde una perspectiva teórica, estos hallazgos ponen de manifiesto una relación negativa entre el uso no regulado de videojuegos y el logro de los aprendizajes esperados, de manera particular cuando se comprometen el tiempo y la concentración destinados a las actividades de estudio, lo cual refuerza la necesidad de implementar estrategias pedagógicas y de orientación familiar encaminadas a promover un uso responsable y equilibrado de los videojuegos.

INSTRUMENTO PARA DOCENTES

Tabla 6. Percepción docente sobre el impacto de los videojuegos en el rendimiento académico.

Escala de Likert	<i>f</i>	<i>fp</i>
Nunca	0	0 %
Rara vez	0	0 %
A veces	1	25 %
Casi siempre	2	50 %
Siempre	1	25 %
Total	4	100 %

Nota: Los resultados indican que la mayoría de los docentes percibe de forma recurrente un impacto negativo del uso de videojuegos en el rendimiento académico de los estudiantes, concentrándose las respuestas en las categorías “casi siempre” y “siempre” con un 75% y el

25% indica a veces, esta percepción refleja una preocupación general del profesorado respecto a la influencia del ocio digital en el proceso educativo y enfatiza la necesidad de implementar acciones pedagógicas que fortalezcan la autorregulación, la gestión del tiempo y el acompañamiento docente en el uso adecuado de los videojuegos.

Tabla 7. Incumplimiento de tareas escolares vinculado al uso de videojuegos.

Escala de Likert	f	fp
Nunca	0	0 %
Rara vez	1	25 %
A veces	1	25 %
Casi siempre	1	25 %
Siempre	1	25 %
Total	4	100 %

Los datos indican que el incumplimiento de tareas escolares asociado al uso de videojuegos se presenta tanto de manera frecuente como ocasional, sin evidenciarse ausencia del fenómeno; cuantitativamente esta distribución indica que el problema se manifiesta de manera constante, mientras que cualitativamente se confirma una incidencia significativa en la responsabilidad académica de los estudiantes, lo que pone de relieve la importancia de desarrollar intervenciones conjuntas entre la escuela y la familia para favorecer hábitos de estudio equilibrados y un uso responsable del tiempo libre.

DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos evidencian una relación significativa entre el uso frecuente de videojuegos y diversas manifestaciones de afectación en el rendimiento académico de estudiantes de Educación General Básica; estos hallazgos coinciden con investigaciones previas que advierten sobre los efectos negativos de la exposición frecuente a los videojuegos en los procesos cognitivos y conductuales, la tendencia a priorizar los videojuegos frente a las tareas escolares sugiere un desplazamiento progresivo de las responsabilidades académicas, fenómeno descrito en la literatura como un factor de riesgo para la consolidación de hábitos de

estudio estables y sostenidos, estrechamente relacionado con procesos deficientes de autorregulación del aprendizaje (12), (13), este proceso es una dinámica activa y constante en la planificación, supervisión y evaluación del aprendizaje (14), (15), integrando aspectos cognitivos, metacognitivos y motivacionales del estudiante. En este marco, un uso intensivo de videojuegos puede afectar negativamente la autorregulación, incidiendo en la gestión del tiempo y el cumplimiento de responsabilidades escolares, lo que evidencia la necesidad de implementar políticas institucionales de regulación del tiempo digital y diseñar programas de orientación familiar sobre uso responsable de videojuegos, en cuanto a las limitaciones, el tamaño de muestra reducido ($n = 37$) y el contexto institucional específico limitan la generalización.

Desde el enfoque cuantitativo, los resultados indican una prevalencia elevada en la dedicación de tiempo a los videojuegos en detrimento de las actividades escolares, lo que se evidencia en el incumplimiento de tareas, el cansancio durante la jornada educativa y la percepción de bajo rendimiento académico, estos resultados son coherentes con estudios que señalan que el uso prolongado de videojuegos reduce el tiempo disponible para actividades académicas que demandan esfuerzo cognitivo (16), (17), tales como la lectura comprensiva, la resolución de problemas y la práctica sistemática de contenidos curriculares, de igual manera, diversas investigaciones en el ámbito de la psicología educativa sostienen que la exposición reiterada a estímulos digitales intensos puede afectar la atención sostenida y la concentración necesarias para el aprendizaje escolar (18),(19).

Desde la dimensión cualitativa, los datos sugieren una disminución de la autorregulación y de la responsabilidad académica en los estudiantes, la autorregulación del aprendizaje, entendida como la capacidad de planificar, monitorear y evaluar el propio proceso educativo, constituye un elemento fundamental del éxito académico desde edades tempranas (14), (15), en este sentido, el uso frecuente de videojuegos sin supervisión puede interferir en el desarrollo de rutinas escolares, en la organización del tiempo y en la constancia en el estudio, aspectos esenciales para la formación de hábitos académicos sólidos (20), (21).

Otro hallazgo relevante corresponde a la presencia recurrente de cansancio y somnolencia en el aula asociada al uso de videojuegos, este resultado coincide con investigaciones que relacionan el uso excesivo de videojuegos, especialmente en horarios nocturnos, con alteraciones en los patrones de sueño infantil, lo que repercute negativamente en funciones cognitivas como la atención, la memoria y la capacidad de procesamiento de la información (22), (23), desde esta perspectiva, la fatiga escolar observada no solo impacta el desempeño académico inmediato, sino que también afecta el bienestar integral del estudiante y su disposición para el aprendizaje.

La percepción de disminución del rendimiento académico manifestada por los propios estudiantes constituye otro aspecto relevante de los resultados, diversos autores señalan que la percepción del desempeño académico influye de manera significativa en la motivación, el compromiso escolar y la autoestima académica (15), (14), cuando los estudiantes identifican dificultades en su rendimiento vinculadas a una inadecuada gestión del tiempo, existe el riesgo

de que se genere desinterés por las actividades escolares, especialmente si no se implementan estrategias de acompañamiento pedagógico y familiar que orienten el uso responsable de los videojuegos.

La percepción docente recogida en el estudio aporta una visión complementaria que refuerza los hallazgos obtenidos desde la perspectiva estudiantil, los docentes identifican de forma reiterada un impacto negativo del uso de videojuegos en el rendimiento académico, lo que coincide con investigaciones que evidencian la preocupación del profesorado frente al uso indiscriminado de tecnologías digitales sin mediación pedagógica adecuada (19), (20), (20), desde este enfoque, los videojuegos son percibidos principalmente como elementos distractores que compiten con los objetivos de aprendizaje cuando no se integran de manera planificada y regulada dentro del proceso educativo.

Los resultados relacionados con el incumplimiento de tareas escolares, tanto desde la percepción estudiantil como docente, confirman que el uso de videojuegos constituye un fenómeno persistente que incide en la responsabilidad académica, la literatura señala que la ausencia de límites claros y de acompañamiento adulto en el uso del ocio digital puede generar dificultades en la adquisición de hábitos de estudio y en el cumplimiento de las obligaciones escolares (19),(20), (20), en este sentido, los hallazgos refuerzan la necesidad de promover intervenciones conjuntas entre la escuela y la familia orientadas a establecer normas, fortalecer la autorregulación y fomentar una gestión equilibrada del tiempo libre.

La discusión pone de manifiesto que el uso frecuente y no regulado de videojuegos puede incidir de manera negativa en el rendimiento académico, los hábitos de estudio y la autorregulación del aprendizaje en estudiantes de educación básica, por ello, resulta necesario replantear el abordaje del ocio digital desde una perspectiva educativa, promoviendo estrategias pedagógicas y familiares que permitan transformar el uso de los videojuegos en una oportunidad formativa, minimizando sus riesgos y potenciando su integración responsable en el proceso de enseñanza–aprendizaje.

CONCLUSIONES

Los resultados de la investigación establecen que el uso frecuente y no regulado de videojuegos se asocia negativamente con el rendimiento académico de los estudiantes de ocho años que cursan el tercer año de Educación General Básica, evidenciándose que una parte significativa del estudiantado prioriza el entretenimiento digital sobre las actividades escolares, lo cual refleja en dificultades para cumplir las tareas, reducción del tiempo dedicado al estudio y una percepción de bajo desempeño académico, se identificó la presencia recurrente de cansancio y somnolencia durante la jornada educativa, lo que evidencia afectaciones en los hábitos de descanso y de procesos cognitivos fundamentales como la atención y la concentración, necesarios para un adecuado proceso de enseñanza aprendizaje, estos hallazgos confirman que la ausencia de límites y supervisión adulta en el uso de videojuegos debilita la consolidación de

hábitos de estudio y la autorregulación del aprendizaje, incidiendo de manera directa en el desarrollo integral de los estudiantes

Desde una perspectiva pedagógica, los resultados evidencian la necesidad de implementar estrategias educativas y acciones de acompañamiento familiar orientadas a regular el uso del ocio digital en la infancia, considerando que la valoración de los docentes demostró de forma consistente el impacto negativo del uso no supervisado de videojuegos en el rendimiento académico y en el cumplimiento de las responsabilidades escolares, en este sentido se reconoce que la autorregulación del aprendizaje constituye una competencia clave que debe fortalecerse mediante el trabajo conjunto entre la escuela y la familia, a través del establecimiento de normas claras y la organización adecuada del tiempo de estudio, de manera que, se enfatiza que el desafío no radica en la prohibición de los videojuegos, sino en su gestión equilibrada y responsable, de modo que el ocio digital no sustituya las actividades académicas y promueva al desarrollo cognitivo, académico y socioemocional infantil.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Calvopiña MJL, Anzules JTH, Yugcha OFC. Revisión Sistemática de la Influencia de los Videojuegos en el Bajo Rendimiento Académico de los Estudiantes. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*. 2024;8(6):5200-11.
2. Brand Forero D. El impacto de los videojuegos sobre las habilidades cognitivas de niños y adolescentes en Colombia. *Economía & Región*. 2018;12(1):65-93.
3. Restrepo Escobar SM, Arboleda Sierra WA, Arroyave Taborda LM. El rendimiento escolar y el uso de videojuegos en estudiantes de básica secundaria del municipio de La Estrella-Antioquia. *Rev Educación*. 13 de mayo de 2019;43(2):19.
4. Self-Regulated Learning: Theories, Measures, and Outcomes - ScienceDirect [Internet]. [citado 7 de febrero de 2026]. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/chapter/referencework/abs/pii/B9780080970868260601?via%3Dihub>
5. Panadero E. A Review of Self-regulated Learning: Six Models and Four Directions for Research. *Front Psychol* [Internet]. 28 de abril de 2017 [citado 7 de febrero de 2026];8. Disponible en: <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2017.00422/full>
6. Psicothema [Internet]. [citado 7 de febrero de 2026]. Disponible en: <https://www.psicothema.com/pii?pii=3222>

7. García-Vilema MI, Roque-Herrera Y. Adicción a videojuegos y procrastinación académica en la unidad educativa comunitaria intercultural bilingüe EMAUS. Puriq. 13 de marzo de 2023;5:e461.
8. Celis HGR, Escobar MS. CONSUMO DE VIDEOJUEGOS Y JUEGOS PARA COMPUTADOR: INFLUENCIAS SOBRE LA ATENCIÓN, MEMORIA, RENDIMIENTO ACADÉMICO Y PROBLEMAS DE CONDUCTA. Suma Psicológica. 2011;18(2).
9. (PDF) Effects of memory and attention on the association between video game addiction and cognitive/learning skills in children: mediational analysis [Internet]. [citado 7 de febrero de 2026]. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/381667227_Effects_of_memory_and_attention_on_the_association_between_video_game_addiction_and_cognitivelearning_skills_in_children_mediational_analysis
10. Guanulema DJZ, Cardenas MAB, Mora MJG, Avalos KIL. Impacto del Uso de Videojuegos Educativos en el Rendimiento Escolar en Contextos Rurales de Riobamba. SAGA: Revista Científica Multidisciplinar. 28 de mayo de 2025;2(2):643-54.
11. Benítez Romero JG. Estudio del uso problemático de los videojuegos y su incidencia en el rendimiento académico de los adolescentes del cantón Piñas de la Provincia de el Oro, durante el año 2019 - 2020 [Internet] [bachelorThesis]. 2021 [citado 7 de febrero de 2026]. Disponible en: <http://dspace.utpl.edu.ec/handle/20.500.11962/29262>
12. Pathological video-game use among youth ages 8 to 18: a national study - PubMed [Internet]. [citado 7 de febrero de 2026]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19476590/>
13. Alzahrani AKD, Griffiths MD. Problematic Gaming and Students' Academic Performance: A Systematic Review. Int J Ment Health Addiction. 1 de octubre de 2025;23(5):4062-95.
14. Zimmerman BJ. Becoming a Self-Regulated Learner: An Overview. Theory Into Practice. 1 de mayo de 2002;41(2):64-70.
15. Schunk DH. Learning theories: an educational perspective. 6th ed. Boston: Pearson; 2012.
16. Anand V. A study of time management: the correlation between video game usage and academic performance markers. Cyberpsychol Behav. agosto de 2007;10(4):552-9.

17. Pérez GRA, Pérez JRA, Acosta JCEO, Castro SAF. Impacto del Uso de Videojuegos en el Rendimiento Académico de Estudiantes de Educación Básica Superior. Código Científico Revista de Investigación. 30 de septiembre de 2025;6(E2):1677-92.
18. Barkley RA. Executive functions: What they are, how they work, and why they evolved. New York, NY, US: The Guilford Press; 2012. xi, 244 p. (Executive functions: What they are, how they work, and why they evolved).
19. Small G. iBrain: surviving the technological alteration of the modern mind. 1st ed. New York: Collins Living; 2008. xi+240.
20. Garay-Montenegro JI, Ávila-Mediavilla CM. Videojuegos y su influencia en el rendimiento académico. EK. 1 de junio de 2021;4(8):23.
21. Uso problemático de videojuegos y rendimiento académico en una institución pública de Huancavelica | Llimpi [Internet]. [citado 7 de febrero de 2026]. Disponible en: <https://revistas.unh.edu.pe/index.php/llimpi/article/view/275>
22. Electronic media use and sleep in school-aged children and adolescents: A review - PubMed [Internet]. [citado 7 de febrero de 2026]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20673649/>
23. Hale L, Guan S. Screen time and sleep among school-aged children and adolescents: a systematic literature review. Sleep Med Rev. junio de 2015;21:50-8.