

UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN

FACULTAD DE ENFERMERÍA

PEDIATRIA



**“CAMBIOS EMOCIONALES Y SEDENTARISMO,
DURANTE LA PANDEMIA COVID 19 EN
ESTUDIANTES DE PRIMARIA, DE UNA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA DE TINGO MARÍA 2021”**

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN: CIENCIAS DE LA SALUD

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO DE SEGUNDA ESPECIALIDAD
PROFESIONAL EN ENFERMERÍA EN PEDIATRÍA**

TESISTAS:

Lic. Enf. BERAUN ESTELA, Paulina Juanita
Lic. Enf. CURI RODRÍGUEZ, Diana Carolina
Lic. Enf. DAZA CALIXTO, Marivel Lucia

ASESORA:

Mg. AGUIRRE CANO, Mida

HUÁNUCO - PERÚ

2023

DEDICATORIA

A mi familia incomparable que siempre creyó en mí y fue un ejemplo de confianza, humildad y dedicación. Me enseñó a estar agradecida por todo lo que tenía y me hizo brillar y triunfar en la vida y espero poder contar siempre con su valioso e incondicional apoyo.

Marivel Lucia Daza Calixto

A la familia incomparable, quienes han creído siempre en nosotras, son mi ejemplo de superación, humildad y sacrificio. Me enseñó a estar agradecidos por todo lo que tenemos y nos inculcan el deseo de brillar y triunfar en la vida y esperamos poder contar siempre con su valioso e incondicional apoyo.

Paulina Juanita Beraun Estela

A mi padre Américo que desde el cielo me ilumina para seguir adelante con mis proyectos. A mi hijo Antony quien es mi mayor motivación para nunca rendirme en los estudios y para quien quiero ser un ejemplo.

Diana Carolina Curi Rodríguez

AGRADECIMIENTOS

Agradezco a Dios por darme la sabiduría, guiarme y me permite sonreír ante todos mis logros que son resultado de su ayuda, sin El nada sería posible.

A mi esposo e hijo por ser el apoyo incondicional en mi vida, que, con su amor y respaldo, me ayudan alcanzar mis objetivos.

Marivel Lucia Daza Calixto

A nuestra alma mater, Universidad Nacional Hermilio Valdizán, casa de altos estudios profesionales por brindarnos una enseñanza de gran nivel académico en la Facultad de Enfermería.

A nuestra asesora de tesis la Mg. Mida Aguirre Cano por brindarnos la orientación necesaria durante el desarrollo de la investigación.

Finalmente agradecer a los docentes que laboran en el Colegio de Ciencias de Tingo María, quienes me han brindado la autorización e información necesaria para el desarrollo de mi trabajo de investigación.

Paulina Juanita Beraun Estela

Agradecerle a Dios por guiarme y darme la fuerza para seguir adelante, también agradecer a mis queridos profesores por su paciencia, su valiosa transferencia de experiencia, su dedicación, su perseverancia y su generosidad.

A mi madre Mirella y mi abuela Rosalina, Gracias por su apoyo incondicional y palabras de aliento durante mis estudios. Le dedico este éxito como un logro más, al estar feliz de que este conmigo en este momento tan importante, gracias por ser quién eres y por creer en mí.

Diana Carolina Curí Rodríguez

RESUMEN

El presente estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre los cambios emocionales y sedentarismo, durante la pandemia COVID 19 en estudiantes de primaria, de una Institución Educativa de Tingo María 2021. El método fue una investigación de tipo observacional, de enfoque cuantitativo, nivel descriptivo y diseño correlacional. Tuvo una población de 100 estudiantes del 5to y 6to grado de primaria del Colegio Ciencias en Tingo María, provincia de Leoncio Prado del departamento de Huánuco durante el año 2021, cuya muestra estuvo conformada por 73 estudiantes, para la cual se empleó el muestreo probabilístico. La técnica de recojo de datos fue la encuesta cuyo instrumento fue el cuestionario los que fueron previamente validados y fiabilizados, habiéndose aplicado según consideraciones éticas.

Se concluyó que existe relación significativa entre cambios emocionales miedo, ansiedad, y estrés y sedentarismo durante la pandemia COVID 19, en estudiantes de primaria, de una institución educativa de Tingo María 2021, demostrado en la tabla 7 con una significancia bilateral de P-valor < 0,000 considerando que el criterio de decisión es que P-valor debe ser menor a 0,01, según la tabla de los niveles de significancia se obtuvo como resultado un coeficiente de la correlación de Rho de Spearman con $r=0,990$ lo que indica que existe una correlación positiva muy alta. Por lo tanto, se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la nula.

Palabras claves: Cambio emocional, control emocional, sedentarismo en escolares.

ABSTRACT

The present study had the objective of determining the emotional changes and sedentary lifestyle, during the COVID 19 pandemic in primary students, of an Educational Institution of Tingo María 2021. The method was an observational type of research, with a quantitative approach, descriptive level and correlational design. It had a population of 100 students from the 5th and 6th grade of primary school of the Science School in Tingo María, province of Leoncio Prado in the department of Huánuco during the year 2021, whose sample consisted of 73 students, for which probabilistic sampling was used. The data collection technique was the survey whose instrument was the questionnaire, which were previously validated and made reliable, having been applied according to ethical considerations.

It was concluded that there is a significant relationship between emotional changes, fear, anxiety, and stress and sedentary lifestyle during the COVID 19 pandemic, in primary school students, from an educational institution in Tingo María 2021, shown in Table 7 with a bilateral significance of P-value. <0.000 considering that the decision criterion is that P-value must be less than 0.01, according to the table of significance levels, a Spearman's Rho correlation coefficient was obtained as a result with $r=0.990$, which indicates that there is a very high positive correlation. Therefore, the alternate hypothesis is accepted and the null is rejected.

Keywords: Emotional change, emotional control, sedentary lifestyle in schoolchildren.

ÍNDICE

DEDICATORIA	II
AGRADECIMIENTOS.....	III
RESUMEN.....	IV
ABSTRACT.....	V
ÍNDICE.....	VI
INTRODUCCIÓN	III
I. ASPECTOS BÁSICOS DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	4
1.1. FUNDAMENTACIÓN DEL PROBLEMA.....	4
1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA PROBLEMA GENERAL	9
PROBLEMAS ESPECÍFICOS.....	9
1.3 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN.....	9
OBJETIVO GENERAL	9
OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	10
1.4 JUSTIFICACIÓN	10
1.5 LIMITACIONES	11
II. ASPECTOS OPERACIONALES	13
2.1 FORMULACIÓN DE HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN.....	13
HIPÓTESIS GENERAL.....	13
HIPÓTESIS ESPECIFICAS	13
2.2 VARIABLES	13
2.3 DEFINICIÓN DE TÉRMINOS OPERACIONALES	14
III. MARCO TEÓRICO.....	16
3.1 ANTECEDENTES DE INVESTIGACIÓN	16
3.2 BASES TEÓRICAS.....	20
3.3 BASES CONCEPTUALES	23
IV. METODOLOGÍA.....	34
4.1 ÁMBITO DE ESTUDIO.....	34
4.2 POBLACIÓN Y SELECCIÓN DE LA MUESTRA.....	35
4.3 NIVEL Y TIPO DE ESTUDIO	36
4.4. MÉTODOS, TÉCNICAS E INSTRUMENTOS	37
4.5 PROCEDIMIENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS.....	40

4.6. PLAN DE TABULACIÓN Y ANÁLISIS DE DATOS ESTADÍSTICOS ...	40
4.7. ASPECTOS ÉTICOS DE LA INVESTIGACIÓN	41
V. RESULTADOS	42
5.1 PROCESAMIENTO DE DATOS	42
5.2 CONTRATACIÓN DE HIPÓTESIS	50
5.2.1 HIPÓTESIS GENERAL.....	51
5.2.2 HIPÓTESIS ESPECIFICA N°1.....	52
5.2.3 HIPÓTESIS ESPECIFICA N°2.....	53
5.2.4 HIPÓTESIS ESPECIFICA N°3.....	54
DISCUSIÓN DE RESULTADOS.....	55
CONCLUSIONES	55
RECOMENDACIONES.....	58
ANEXO	89

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. <i>Género de estudiantes</i>	42
Tabla 2. <i>Edades de los estudiantes</i>	43
Tabla 3. <i>Nivel de miedo durante la pandemia COVID 19 en estudiantes de primaria, de una Institución Educativa de Tingo María 2021</i>	44
Tabla 4. <i>Nivel de ansiedad durante la pandemia COVID 19 en estudiantes de primaria, de una Institución Educativa de Tingo María 2021</i>	45
Tabla 5. <i>Nivel de estrés durante la pandemia COVID 19 en estudiantes de primaria, de una Institución Educativa de Tingo María 2021</i>	46
Tabla 6. <i>Nivel de actividad física durante la pandemia COVID 19 en estudiantes de primaria, de una Institución Educativa de Tingo María 2021</i>	47
Tabla 7. <i>Nivel Biológico o genético durante la pandemia COVID 19 en estudiantes de primaria, de una Institución Educativa de Tingo María 2021</i>	48
Tabla 8. <i>Distribución de la exposición al sedentarismo en la dimensión tecnológico cultural durante la pandemia COVID 19 en estudiantes de una IE de Tingo María, 2021</i>	49
Tabla 9. <i>Prueba de normalidad</i>	50
Tabla 10. <i>Correlación de hipótesis general</i>	51
Tabla 11. <i>Correlaciones de hipótesis específica 1</i>	52
Tabla 12. <i>Correlaciones de hipótesis específica 2</i>	53
Tabla 13. <i>Correlaciones de hipótesis específica 3</i>	54

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Grafico 1. <i>Género de estudiantes</i>	42
Grafico 2. <i>Edades de los estudiantes</i>	43
Grafico 3. <i>Encuesta de medición de la ansiedad durante la pandemia covid 19 en estudiantes de primaria, de una institución educativa de Tingo María 2021</i>	44
Grafico 4. <i>Nivel de ansiedad durante la pandemia COVID 19 en estudiantes de primaria, de una Institución Educativa de Tingo María 2021</i>	45
Grafico 5. <i>Encuesta de medición del estrés durante la pandemia covid 19 en estudiantes de primaria, de una institución educativa de Tingo María 2021</i>	46
Grafico 6. <i>Distribución porcentual de la actividad física realizada durante la pandemia de la covid 19 por estudiantes de primaria, de una institución educativa de Tingo María, 2021</i>	47
Grafico 7. <i>Encuesta de medición de la biológico o genético durante la pandemia covid 19 en estudiantes de primaria, de una institución educativa de Tingo María</i>	48
Grafico 8. <i>Distribución de la exposición al sedentarismo en la dimensión tecnológico cultural durante la pandemia covid 19 en estudiantes de una ie de Tingo María, 2021</i>	49

INTRODUCCIÓN

El presente estudio ha sido desarrollado de acuerdo con el proyecto aprobado respondiendo a la interrogante ¿Cuáles son los cambios emocionales que influyen en el sedentarismo, durante la pandemia COVID 19 en estudiantes de primaria, de una institución educativa de tingo maría 2021? Para conocer muy de cerca los cambios emocionales y el sedentarismo de los 73 estudiantes al centro educativo Ciencias de Tingo María, en este grupo de edad no sólo se producen cambios fisiológicos, sino también cambios psicológicos y sociales que moldean el comportamiento de los estudiantes y, en última instancia, determinan sus hábitos de vida en la edad adulta.

Los estilos de vida sedentarios están aumentando constantemente en todo el mundo, independientemente del género, la edad y el nivel socioeconómico, creando nuevos problemas tanto a nivel local como global. De igual forma, los siguientes capítulos fueron estudiados según los protocolos y esquemas propuestos por la Oficina Central de Investigación de la Universidad:

Capítulo 1: Se presenta la descripción del problema, también el problema y objetivos tanto como el general como los específicos, la justificación y la viabilidad.

En el Capítulo 2: Mencionado las hipótesis tanto como el general y el específico, como también la operación de variables.

El capítulo 3: Presentando los antecedentes en sus 3 niveles, bases teóricas y definiciones conceptuales.

El Capítulo 4: En el aspecto metodológico menciona la población, muestra, diseño, enfoque y nivel; también menciona la técnica, el instrumento y los aspectos éticos.

El capítulo 5: Indica los procedimientos de los resultados tanto como descriptivo y el análisis inferencial.

Y por último se presenta la discusión de resultados, conclusiones, recomendaciones y los anexos.

I. ASPECTOS BÁSICOS DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Fundamentación del problema

Los cambios emocionales son excitación emocional acompañada de fuertes temblores de partes del cuerpo. Esta definición limita las emociones, especialmente las respuestas emocionales, a cambios fisiológicos únicamente (1).

Partiendo de una premisa de enfoque psicológico, una emoción se produce cuando unas informaciones sensoriales llegan a los centros emocionales del cerebro. Como consecuencia se producen unas respuestas, inconscientes e inmediatas, del sistema nervioso autónomo (SNA) y hormonales (2).

Para evitar problemas emocionales, en la primera infancia, la familia es el primer entorno en el que la mayoría de los niños y niñas crecen y se desarrollan. El vínculo emocional y la cercanía con los padres ayudan a desarrollar habilidades sociales, inteligencia emocional y autoestima en los padres (1).

La situación de amenaza para la salud causada por circunstancias humanas surge repentinamente y también afecta el comportamiento docente de los docentes. A estas circunstancias imprevistas e imprevistas que ha exigido la pandemia, han adaptado y ajustado sus actividades de aprendizaje diarias que originalmente estaban previstas para crear innovación en el ámbito de la atención al cliente. Aprenda virtualmente mientras se prepara para adquirir experiencia en el uso de la tecnología (3).

Según las afirmaciones de Orgilés (4) en su estudio con población infantil española concluyó que el 89% de niños presentaban alteraciones conductuales o emocionales como resultado del confinamiento.

Por su lado Barlett (5) refiere que, si bien se puede esperar que la mayoría de las personas regresen a su funcionamiento normal después del aislamiento si mantienen hábitos y hábitos saludables y se les brinda el apoyo que necesitan de sus cuidadores, una minoría, especialmente aquellos que ya padecen problemas psicológicos. Las personas con problemas psicológicos preexistentes pueden necesitar Apoyo psicológico después del parto traumas, ansiedad o depresión, discapacidades del desarrollo, cuidadores que son financieramente inestables o tienen enfermedades mentales preexistentes.

Otra situación cambiante que afecta las emociones de los niños es la de los niños que han sido separados de sus padres o han experimentado la pérdida de seres queridos durante la pandemia. Debido a que son propensos a sufrir problemas psicológicos, miedo a las infecciones y ansiedad por separación, es posible que necesiten ayuda psicológica profesional (6)

La Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSA-NUT), cuyas prevalencias combinadas de sobrepeso y obesidad están reportadas en tres de cada diez niños y niñas de edad escolar (cinco a once años de edad), dichos valores son de los altos a nivel mundial (7).

Tomando en consideración lo establecido por los autores (8), estima que después de la pandemia por COVID-19, se espera que los estudiantes de edad escolar presenten un aumento de masa corporal derivado del sedentarismo por el confinamiento y la limitación de la actividad física.

Esta revisión teórica aborda las clases virtuales de educación física realizadas en México luego de las restricciones sociales por el COVID-19, resaltando los problemas actuales del país de sedentarismo y obesidad en edad escolar. El peso al nacer y el sobrepeso conllevan riesgos para la salud (9).

Si bien, la COVID-19 promovió el aislamiento social, lo que ha desencadenado un impacto negativo en la salud mental (trastornos de ansiedad, estrés e inseguridad en las personas) de las personas. Tuvo impacto sobre el índice de masa corporal (IMC) generando diversos mecanismos biológicos mediante los cuales la enfermedad COVID-19 puede afectar más a personas con obesidad. Uno de estos mecanismos es la inflamación crónica, originada por el exceso de tejido adiposo, requiriendo, mayor análisis y profundidad (10).

Al analizar la literatura actual que vincula el COVID-19 con la educación física y la actividad física, descubrimos que los profesores de educación física podrían implementar proyectos virtuales como parte del contenido de los programas educativos, cambiando así los estilos de vida sedentarios de los estudiantes. Hemos identificado oportunidades que pueden contribuir a reducción de estilo. Escuela primaria: mantenerse saludable es importante (7).

El Colegio Americano de Medicina Deportiva recomienda la actividad física para el desarrollo saludable del sistema inmunológico en los niños (8).

Un ejemplo de tal intervención es el plan de estudios de educación física de la escuela primaria. Este plan de estudios utiliza tecnología y entornos virtuales para mejorar hábitos saludables y aumentar la actividad física en los estudiantes (11).

Desde la cuarentena impuesta por el gobierno chino en enero de 2020, muchos países han implementado esta medida para prevenir la propagación del coronavirus. En España, las alertas de crisis sanitaria perturban la vida normal de 10,3 millones de estudiantes (12).

Quedarse en casa es una solución sin precedentes en nuestro país y puede impactar negativamente la salud física y mental de niños y adolescentes (15). Según un estudio preliminar sobre el impacto psicológico del aislamiento de la COVID-19 en los niños de China, dos factores son la pérdida de hábitos y los factores estresantes psicosociales y de rutina (16).

Como afirma Brooks (17), los efectos psicológicos del trabajo en aislamiento consisten en estados y emociones relativamente predecibles (ira, aburrimiento, frustración, insomnio), pero también efectos graves (suicidio, trastorno de estrés postraumático) y efectos físicos duraderos. Se acabaron las medidas de distanciamiento y cuarentena. Una revisión de la literatura identificó estados emocionales asociados con este trastorno. Se puede esperar que la mayoría de los niños y adolescentes recuperen su funcionamiento normal después del aislamiento si mantienen hábitos saludables y los cuidadores les brindan el apoyo necesario (18). Las minorías pueden buscar tratamiento psiquiátrico después del parto, especialmente si tienen antecedentes de problemas de salud mental, trauma, ansiedad o depresión, discapacidades del desarrollo o si su cuidador tiene inseguridad financiera o una enfermedad mental preexistente. él. Los niños que han sido separados de sus cuidadores durante la pandemia (por ejemplo, debido a infecciones, hospitalización de niños o cuidadores), o que han experimentado la pérdida de seres queridos, tienen más probabilidades de experimentar problemas psicológicos, miedo a las infecciones y ansiedad por separación. Era probable que lo sostuviera. Pueden necesitar atención psicológica especial (19).

Dada la heterogeneidad presente en la región, esto puede ocurrir también en todos los países. División rural-urbana, no estudiantes pobres o

pueblos indígenas. Todos estos factores conducen a menudo a la división de las naciones (20).

En los países sudamericanos, es probable que la mayoría de los estudiantes abandonen la escuela prematuramente porque es posible establecer un sistema educativo sin retrasar el regreso a la escuela mientras se hace frente a enfermedades infecciosas. de la escuela. Graduación anticipada o no aprobar la universidad. Un grupo de estudiantes particularmente vulnerable. La curva de aprendizaje también es importante. No aprenden lo que aprenden. Por otro lado, la salud mental de los estudiantes también es importante y cuando atraviesan periodos de estrés y ansiedad, se sumergen en esta nueva plataforma de aprendizaje (21).

Según un informe de una organización internacional (15), hay cuatro áreas clave donde los niños se ven afectados por esta epidemia: educación, promoción, pobreza y salud mental.

Otro desafío importante en el contexto de la pandemia es la situación en la que los derechos de los niños se ven amenazados.

El estrés familiar derivado del desempleo, el aislamiento, el aislamiento excesivo, la inseguridad sanitaria y económica aumenta el riesgo de violencia contra los niños por parte de familiares, parejas y cuidadores (2-3). Al mismo tiempo, las medidas de control de infecciones pueden alterar significativamente las relaciones seguras, positivas y de apoyo de las que dependen los niños cuando enfrentan problemas y, por lo tanto, tienen el potencial de aumentar la violencia contra los niños, mientras que el aislamiento ya no es suficiente. Esto incluye escuelas, familias extendidas y comunidades.

En tales situaciones, el derecho de los niños a la seguridad está en riesgo, cualquiera de estos factores puede aumentar el riesgo de daño a los niños que ya están sufriendo abuso o abandono. Estos factores también pueden predisponer a los cuidadores con exceso de trabajo a volverse agresivos o violentos, estas nuevas tensiones hacen que los niños sean cada vez más invisibles para las personas y los profesionales que buscan protegerlos todos los días, y en ocasiones sobrecargan y desorganizan los servicios de protección infantil y familiar (24).

El impacto del sedentarismo en las personas siempre es significativo,

educativa de tingo maría 2021.

Objetivos específicos

- Especificar los cambios emocionales en la dimensión miedo y el sedentarismo en la pandemia COVID 19 en estudiantes de primaria, de una institución educativa de Tingo María 2021.
- Identificar los cambios emocionales en la dimensión estrés y su relación con el sedentarismo, en la pandemia COVID 19 en estudiantes de primaria, de una institución educativa de Tingo María 2021.
- Evaluar los cambios emocionales en la dimensión ansiedad y su relación el sedentarismo, en la pandemia COVID19 en estudiantes de primaria, de una institución educativa de Tingo María 2021.

1.4 Justificación

El informe final fue justificado por las siguientes consideraciones:

➤ **Aporte Práctico**

El plan de investigación pretendió formar conciencia respecto a la convivencia saludable en el contexto emocional y su vínculo con la práctica adecuada de hábitos favorables para el desarrollo infantil. Por tanto, fue pertinente realizar la investigación dando importancia a la realidad en tiempos de pandemia, donde el niño requiere apoyo emocional permanente de parte de los cuidadores y su debida atención por los servicios de salud; orientando siempre a brindar una cultura de afrontar situaciones difíciles y evitar las secuelas de salud mental.

La determinación de los cambios emocionales en estudiantes que cursan estudios en paralelo a la pandemia fue utilizado como instrumento referencial para iniciar procesos de mejora continua ante las evidencias del sedentarismo, de esta manera se logró disminuir las inequidades, vale decir desde una perspectiva asistencial, y de investigación en Tingo María. Asimismo, para se promovió una salud mental alentadora. Por ello, se convirtió en una herramienta importante, que se enlaza con afrontamiento ante situaciones difíciles fundamentada en teorías del cuidado en el contexto psico social.

➤ **Aporte Social**

El identificar cambios emocionales del estudiante en tiempos de confinamiento es un indicador muy importante, ver la calidad del cuidado

educativo, psicológico y social que brinda el docente y los padres de familia ayuda con la identificación del caso, por lo tanto la atención que brinda los actores social en torno al niño, no debe limitarse a cumplir estrategias de enseñanza sin medir las consecuencias del distanciamiento social y lo que ocurrió en los cambios emocionales, sino que la prioridad debe estar enfocada a aliviar las tensiones y emociones fuertes mediante el acompañamiento con el buen trato, logro de la satisfacción plena del estudiante.

La presente investigación fue importante porque respondió a las necesidades reales y potenciales en virtud a los cambios emocionales durante la pandemia, Por tanto, en la identificación de datos psico somáticos se propició los elementos de juicio del aporte que mejoró las conductas y ayudó a reducir el sedentarismo infantil, en la satisfacción de las perspectivas educativas, fue empleado en el tiempo adecuado en la utilización del proceso educativo y se convirtió en una oportunidad de cambio en el estudiante.

➤ **Aporte Metodológico**

Mediante el proyecto de investigación contribuimos información valiosa para mostrar aplicaciones y recomendaciones, las que son adquiridas de la fuente primaria los estudiantes, quienes, por una situación de pandemia mostraron cambios en torno a las emociones como respuesta humana, acudiendo al centro de atención primaria o establecimientos de salud cercanos en Tingo María, siendo al mismo tiempo una oportunidad para el personal de enfermería que está a cargo de la etapa de vida niño, quienes otorgaron el máximo grado de desarrollo posible cumpliendo con el apoyo emocional y fomentando la actividad física y una adecuada alimentación.

1.5 Limitaciones

Las limitaciones emergentes que fue presentado en la investigación son las siguientes: se estableció un trabajo a realizar en ello, presentándose algunas dificultades para trabajar con los docentes del aula por el tiempo , horario de clases, las visitas domiciliarias con el consentimiento, siendo las viviendas ubicadas de forma dispersa, todo ello se pudo superar buscando estrategias informáticas de comunicación y obtención de datos dirigidos hacia

los padres y cuidadores de los estudiantes como unidad de análisis.

II. ASPECTOS OPERACIONALES

2.1 Formulación de hipótesis de la investigación

Hipótesis general

H_a: Existe relación significativa entre cambios emocionales miedo, ansiedad, y estrés y sedentarismo en la pandemia COVID 19, en estudiantes de primaria, de una institución educativa de Tingo María 2021.

H_o: No Existe relación significativa entre cambios emocionales miedo, ansiedad, y estrés y sedentarismo en la pandemia COVID 19, en estudiantes de primaria, de una institución educativa de Tingo María 2021.

Hipótesis específicas

H_{a1}: El miedo tiene relación directa con el sedentarismo en la pandemia COVID 19, en estudiantes de primaria de una institución educativa de Tingo María 2021.

H_{o1}: El miedo no tiene relación directa con el sedentarismo en la pandemia COVID 19, en estudiantes de primaria de una institución educativa de Tingo María 2021.

H_{a2}: El estrés tiene relación directa con el sedentarismo en la pandemia COVID 19, en estudiantes. de primaria, colegio de Tingo María 2021.

H_{o2}: El estrés no tiene relación directa con el sedentarismo en la pandemia COVID 19, en estudiantes. de primaria, colegio de Tingo María 2021.

H_{a3}: La ansiedad tiene relación directa con el sedentarismo en la pandemia COVID 19, en estudiantes. de primaria, colegio de Tingo María 2021.

H_{o3}: La ansiedad no tiene relación directa con el sedentarismo en la pandemia COVID 19, en estudiantes. de primaria, colegio de Tingo María 2021.

2.2 Variables

a) Variable dependiente

- Sedentarismo

b) Variable independiente

Cambios emocionales:

- Miedo
- Estrés
- Ansiedad

c) Variable interviniente

- Edad
- Sexo
- Grado
- Sección
- Procedencia

2.3 Definición de términos operacionales**Cambios emocionales**

Los cambios emocionales varían mucho y cada niño los experimenta en mayor o menor medida, pero en la práctica se pueden notar algunos cambios muy característicos, como por ejemplo: Surgen nuevos miedos, la necesidad de relaciones más íntimas, la alegría de los amigos y la confusión entre tristeza y alegría (7).

Todos estos y otros cambios pueden crear tensiones y conflictos entre padres e hijos. Más importante aún, el conocimiento de que los niños no podrán afrontar fácilmente todos estos cambios y que la transición de la niñez a la edad adulta requiere el apoyo de padres comprensivos.

Influencia

La influencia es la cualidad que da la capacidad de ejercer algún poder sobre alguien o algo. Las influencias sociales contribuyen al desarrollo de la inteligencia, las emociones, la confianza, el comportamiento y el carácter (8).

Sedentarismo

Ocurre durante una actividad física que dura menos de 30 minutos y provoca enfermedades del corazón, los pulmones, los músculos y la circulación sanguínea. El cuerpo se vuelve inflexible y pesado, se pierde debilidad y tono muscular, el dolor de espalda empeora, se reduce la concentración y se produce fatiga, irritabilidad e inquietud (9).

Pandemia

Una pandemia es la propagación internacional de una nueva enfermedad contra la cual la mayoría de las personas aún no han adquirido inmunidad, una epidemia es una emergencia de salud

pública. La enfermedad se caracteriza por una condición muy grave que representa una vulnerabilidad persistente y no resuelta en una pequeña fracción de la población (10).

Miedo

Es una de las emociones básicas que todo el mundo tiene tiempo o no, muchas veces nos asustamos cuando la vemos, una amenaza real o percibida. Puede resultar incómodo e impedirle pensar en otras personas o en cosas.

Ansiedad

Es el sentimiento de ansiedad, miedo, ansiedad. Puede provocar sudoración, ansiedad, nerviosismo y palpitaciones del corazón. Puede ser una reacción normal al estrés.

Estrés

Un estado de ansiedad o tensión mental resultante de una situación difícil. Todo el mundo experimenta estrés hasta cierto punto porque el estrés es una reacción natural a las amenazas y otros estímulos.

III. MARCO TEÓRICO

3.1 Antecedentes de investigación

A continuación, presentamos estudios de investigación que servirán de referencia para contrastar con los resultados, mostrándose a continuación.

Antecedentes internacionales

Orellana (2020), en el Salvador realizó un estudio con el objetivo fue de examinar el desarrollo de síntomas afectivos y su posible pronóstico en salvadoreños en aislamiento domiciliario debido a la pandemia de COVID-19. La metodología incluyó una muestra aleatoria de 339 participantes de 18 años o más, 62% mujeres y 38% hombres, la mayoría de los cuales se encontraban trabajando (52,8%). El comportamiento y las observaciones sobre las condiciones epidemiológicas y los síntomas emocionales se registraron en un cuestionario en línea (escala DASS-21). Finalmente, señaló que alrededor del 75% de la muestra tenía síntomas psicóticos leves, y los resultados mostraron que las mujeres y otros participantes en actividades tenían más síntomas psicóticos que los hombres y los profesionales. El miedo a las enfermedades infecciosas, la juventud y los cambios en la rutina diaria fueron los principales predictores de los síntomas emocionales (60).

Buhring (2019), en Chile desarrolló un estudio “Determinación No Experimental de Niveles de Inactividad en Niños en Edad Escolar” tiene como objetivo determinar de forma no experimental el grado de inactividad en niños en edad escolar utilizando metodologías no experimentales. Niños entre 6 y 18 años, tanto hombres como mujeres. Esto demuestra que el sedentarismo está provocando problemas de salud en las personas. Los estudiantes de la escuela están en un período de independencia y dan esa impresión. La conclusión: un estilo de vida sedentario es ahora un problema de salud creciente para el público en general, independientemente del tipo de cuerpo. Factores sociales, económicos y generales. Este es un problema que causa problemas de salud a los pacientes y aumenta los costos médicos. La identificación del comportamiento sedentario es una medida de salud pública prioritaria en las políticas de intervención, prevención y promoción de la salud. La edad escolar es probablemente la última vez que una intervención es efectiva y logra revertir la proporción de población sedentaria, lo que demuestra la importancia de la detección temprana de este comportamiento

(18).

García (2019), en Ecuador, en su estudio “Sedentarismo en Niños y Adolescentes: Factor de riesgo en aumento” tuvo como objetivo de identificar factores de riesgo aumentados para evaluar el sedentarismo en niños y adolescentes. Para abordar este tema se utilizó la siguiente metodología, un estudio documental, utilizando las técnicas de subrayado, resumen y firma de documentos a medida que fueron verificados. Descubrieron que un estilo de vida sedentario se definía como la falta de actividad física regular con menos de 30 minutos de actividad física al día y menos de 3 días a la semana. Una persona sedentaria entrena el cuerpo a la misma intensidad y es incapaz de preparar el cuerpo para posibles sobrecargas. Entonces, si tienes que subir escaleras adicionales o caminar una distancia corta para tomar el autobús, estarás muy cansado. En resumen, los avances tecnológicos y científicos están haciendo que los niños y jóvenes tengan menos movilidad en su vida diaria, a medida que los juegos electrónicos, PlayStations, computadoras, teléfonos, etc. están transformando a las personas a través del acoso. Como máquina que lo hace todo para los humanos, la combinación de los avances tecnológicos actuales y la comodidad ha reducido el esfuerzo y el movimiento humanos, reduciendo así las tareas que antes realizaban cuerpos propulsados. Funciones que reducen la necesidad de ingenio con solo tocar un botón e inspiran a las personas a satisfacer todas sus necesidades (23).

Mera et, al. (2020), en Colombia se desarrolló el estudio titulado “Recomendaciones prácticas para evitar el des acondicionamiento físico durante el confinamiento por pandemia asociado a COVID-19”. El objetivo era proporcionar recomendaciones prácticas y rentables sobre medidas basadas en evidencia para prevenir daños físicos durante el aislamiento domiciliario, que pueden persistir mucho después de la pandemia. Materiales y métodos: Se realizó una revisión de la literatura sobre estrategias de estilos de vida saludables en el hogar para mitigar los efectos fisiológicos adversos del confinamiento pandémico. Los resultados mostraron que quedarse en casa conducía a una menor actividad física y a un aumento del estilo de vida sedentario. La actividad física en determinadas condiciones puede, entre otras cosas, fortalecer los sistemas respiratorio e inmunológico, mantenerte en forma y tener un impacto positivo en tu salud mental. En conclusión, se puede

decir que el hábito de actividad física en casa debe mantenerse durante mucho tiempo. Es recomendable hacerlo según un horario previsto, haciendo descansos entre actividades y por la noche, eligiendo lo que te aporta alegría (24).

Chacón y Esquivel (2020), en Colombia se desarrolló un estudio “Efectos de la cuarentena y las sesiones virtuales en tiempos del COVID-19” Tuvo como parte de su objetivo conocer el impacto de las medidas de cuarentena por COVID-19 relacionadas con las reuniones virtuales. El estudio utilizó un enfoque cuantitativo semiexperimental con poblaciones vulnerables y se realizó simultáneamente en dos países, Colombia y Costa Rica, utilizando una muestra de 50 pacientes. La pandemia de COVID-19 ha puesto a países de todo el mundo bajo cuarentena total, cambiando drásticamente la vida cotidiana de las personas. El grupo de población más afectado por este cambio son los niños, muchos de los cuales son funcionalmente diversos. Debido a una discapacidad del desarrollo, tuve que suspender el tratamiento. El objetivo de este artículo es, por tanto, profundizar el impacto del aislamiento en los grupos de niños mencionados e identificar los impactos derivados del realismo que proporcionan las sesiones de terapia. Por lo tanto, al estructurar el estudio en dos partes, llegamos a la conclusión de que entre los efectos secundarios del COVID-19 asociados al aislamiento, se ven afectados los dominios emocionales, conductual y del sueño de los niños. De manera similar, el inicio de sesiones virtuales puede tener un impacto positivo, contribuyendo no solo al logro de los objetivos de cada intervención, sino también a la salud mental de las relaciones familiares (25).

Antecedentes nacionales.

A nivel nacional se ha encontrado escasos estudios en torno a cambios emocionales primarios en tiempos de pandemia.

El MINEDU (2021), en Perú en su informe sobre Educación y Salud Mental, el propósito de este artículo es centrarse en la situación socioemocional de los educadores en el escenario peruano actual, centrarse en iniciativas, servicios y estrategias preventivas basadas en el empoderamiento, y reflejar preocupaciones sobre el bienestar social y emocional. Cabe señalar que la información utilizada en este análisis proviene de las bases de datos del Ministerio de Educación (MINEDU) y del Ministerio

de Salud (MINSA). Esto permite una visión general completa de la distribución de la tierra. Sea sociable, emocional y educativo. salud mental nacional. Sin embargo, tenga en cuenta que la información no se puede generalizar debido a los diferentes métodos utilizados (26).

Arellano et al. (2021), en su libro titulado “Estudio epidemiológico de salud mental en niños y adolescentes en Lima Metropolitana en el contexto de la COVID-19 2020”, el objetivo general de este estudio fue cuantificar los principales problemas de salud mental en niños y adolescentes relacionados con la pandemia del coronavirus (nueva enfermedad por coronavirus) de 2019, que es un problema de salud que va en aumento. y diferentes efectos. Sus brotes se han observado no sólo en Perú, sino en todo el mundo y, a pesar de su potencia, todavía no se reconoce lo suficiente. La situación se vio exacerbada por la pandemia de enfermedad causada por el nuevo coronavirus, síndrome respiratorio agudo grave (SARS-CoV2), declarada por la Organización Mundial de la Salud en marzo de 2020. Por ello, se han tomado medidas urgentes para mitigar brotes que tienen un fuerte impacto en la economía de la población y, a largo plazo, pueden tener un impacto psicológico más fuerte que el impacto directo de la pandemia en el mundo. minusválido. y las familias sobrevivientes, especialmente los niños y jóvenes más vulnerables. La investigación sobre el impacto psicológico de la pandemia en niños y adolescentes aún está en sus primeras etapas (26).

Mendoza (2022), en su tesis titulado “Artes plásticas e inteligencia emocional de los egresados de formación pedagógica de bellas artes. Ayacucho-2020”, el propósito de este estudio es identificar la relación entre las artes visuales y la inteligencia emocional de los egresados de la Academia de las Artes de Ayacucho 2020. Se realizó un estudio cuantitativo en forma de estudio de correlación cruzada. La población de estudio estuvo conformada por 40 docentes y la muestra estuvo conformada por 19 docentes de arte que finalizaron sus estudios académicos en los años 2008, 2009 y 2010. El método de investigación utilizado por el personal fue la observación y una herramienta denominada Arte e Inteligencia Emocional. El nivel de confianza del 95% y el nivel de significancia del 5% utilizando la lista de verificación del estadístico Rho de Spearman se utilizan para las pruebas de hipótesis utilizando IBM SPSS versión 23. A nivel descriptivo se realizó en forma tabular, y a nivel de

inferencia se realizó mediante estadística no paramétrica de Rho de Spearman, como lo muestran los resultados estadísticos de la prueba de normalidad. Las artes visuales están significativamente asociadas con la inteligencia y las impresiones de los graduados. Pasantía de Arte en Escuela de Arte de Ayacucho - 2020. El valor de correlación es 0,842, un nivel de correlación alto ($Rho=842$; $p<0,05$) (28).

Antecedentes Locales.

A nivel local no se encuentran antecedentes de estudios en función a las variables de estudio. sufrimiento, la ansiedad, la depresión desesperación.

3.2 Bases teóricas.

Para el desarrollo del proyecto de investigación se tendrá en consideración las siguientes teorías que sustentarán el marco teórico:

El modelo de Enfermería, "del sistema conductual" de Dorothy Johnson (11).

El modelo de Dorothy Johnson ve a los humanos como un sistema de comportamiento compuesto por siete subsistemas complementarios e interactuantes. Cada subsistema tiene objetivos estructurales como propósito, sujeto, lugar y acción. Funcional: protege contra los efectos nocivos, nutre y estimula para apoyar el desarrollo y prevenir el estancamiento.

Sostienen que el modelo es "fácilmente aplicable a pacientes psiquiátricos cuyos problemas médicos se limitan a trastornos del comportamiento, con enfermeras actuando como coordinadoras de sistemas externos y médicos examinando la fisiología y farmacología de la enfermedad".

En un sentido más amplio, la violencia doméstica también se asocia con problemas de conducta tanto para las víctimas como para los perpetradores, y los cuidadores desempeñan un papel muy importante en la recuperación y encuentran nuevas y mejores formas de lidiar con la realidad.

Dorothy Johnson, de 12 años, conocía el sistema en su totalidad porque sus partes estaban interconectadas, el sistema intenta mantener el equilibrio entre sus partes adaptándose a las fuerzas que actúan sobre ellas. De esta manera, las personas pueden entenderse como un sistema de conducta que incluye diversas formas de comportamiento estructurado, repetitivo y concreto. Como sistema de comportamiento, los humanos se

esfuerzan por lograr un equilibrio para poder trabajar de manera efectiva y eficiente mediante el ajuste y la adaptación, y hasta cierto punto tener éxito.

Johnson explica que cada subsistema es un microsistema con un propósito y función específicos que se pueden mantener siempre que no esté desconectado de otros subsistemas o del entorno. Aquí podemos analizar el impacto de la violencia doméstica en los sistemas de comportamiento. Y aunque un cambio en uno de los subsistemas puede afectar a todo el sistema, en general, los ciclos de violencia afectan directamente a todos los subsistemas, en diversos grados, como veremos más adelante, pero en definitiva afectan a todo.

En su modelo, Johnson sostiene que el sistema de conducta del individuo está en un estado de equilibrio, que él define como un estado de paz estable, aunque algo temporal, en el que el individuo está en armonía consigo mismo y con su entorno. Esto sugiere que las fuerzas biológicas y psicológicas están equilibradas entre sí y con las fuerzas sociales que se oponen a ellas. Un sistema de comportamiento equilibrado se enfrenta constantemente a presiones positivas y negativas desde dentro y fuera del cuerpo, lo que genera tensión y cierto grado de inestabilidad. Para Johnson, es un estado de estrés o tensión percibido como producto final del desequilibrio. El estrés puede ser constructivo para adaptarse al cambio, pero puede ser destructivo cuando la energía se utiliza de manera ineficiente, lo que dificulta la adaptación y causa daños estructurales.

Entonces, los individuos se comportan de manera diferente dependiendo de su nivel de adaptación y resiliencia. La conducta se entiende como una serie de estructuras y procesos orgánicos que se coordinan y expresan mediante respuestas a cambios en los estímulos sensoriales. En este caso, necesitamos analizar cómo el comportamiento se ve influenciado por la presencia real o percibida de otras entidades sociales que causan estrés, se recuperan o permanecen morbosas. El modelo de Johnson se basa en el hecho de que la enfermería debe ayudar a las personas a prevenir y recuperarse de enfermedades y lesiones, que fue una de las ideas centrales de Florence Nightingale. Estos términos reflejan varios conceptos de estrategias de intervención VIF. Cuando decimos "ayuda", nos referimos a lo inverso del modelo de crianza: el papel del individuo en el proceso de

recuperación. Los cuidadores se convierten así en un elemento de apoyo que les ayuda a desarrollar las habilidades necesarias para afrontar con éxito sus problemas. Por otro lado, analizando si estas ayudas están dirigidas a la prevención o al tratamiento, puede tener relación con un modelo de prevención y promoción que ha resultado efectivo desde la última reforma sanitaria. La contribución de la enfermería en el ámbito clínico también es muy importante y debe ser analizada en varias dimensiones, como campañas de promoción en la comunidad y en instituciones educativas, primeros ingresos al CESFAM y apoyo a las mujeres víctimas de violencia en el hospital. Puedo. Un taller dentro del programa de salud psicológica.

Como ya hemos visto, la enfermería desempeña un papel muy activo a la hora de ayudar a quienes han sufrido violencia doméstica a proporcionar cuidados en muchos niveles y, como veremos más adelante, el modelo de Dorothy Johnson encaja bien con los requisitos teóricos para la intervención.

Teoría de Enfermería según, Pender (13).

Modelo de promoción de la salud.

Nos ayuda a comprender los comportamientos relacionados con la salud humana y guía el desarrollo de comportamientos saludables. Enfatiza la relación entre las características individuales y aspectos de experiencias, conocimientos, creencias y situaciones que son relevantes para el comportamiento saludable y el comportamiento que uno desea lograr. Se divulgan características y experiencias personales, así como conocimientos y condiciones de comportamiento específicas que determinan si una persona se comporta de forma saludable.

Teoría de Enfermería según, Neuman B. (14)

Modelo de aspecto emocional

Las intervenciones de enfermería tienen como objetivo reducir los factores estresantes y las condiciones adversas que pueden interferir o perjudicar el funcionamiento ideal de la persona en situaciones específicas. La intervención de enfermería es la principal medida preventiva contra el contacto con factores estresantes, el propósito es evitar que el compresor entre en su línea de defensa natural, o disminuir su nivel de reacción para reducir su capacidad de contrarrestar el compresor, debilitando así su rendimiento. La prevención secundaria es preferible cuando el estrés altera

las defensas naturales. La atención incluye la planificación y evaluación de intervenciones sintomáticas, así como el tratamiento inmediato de la enfermedad. La prevención terciaria implica restablecer el equilibrio que pone énfasis en la rehabilitación para prevenir la recurrencia, rehabilitar y mantener la estabilidad.

El modelo Betty Newman Systems permite a las enfermeras brindar una atención óptima y las guía a través del apoyo, el mantenimiento, la prevención, la recuperación y todos los aspectos que el individuo/cliente (como se define en el modelo) comprende, pero no puede explicar.

Teoría de enfermería según. Barnard K. (15)

“Modelo interacción padre hijo” La psicología y teoría del desarrollo humano con enfoque en la interacción de las madres, los niños y el medio ambiente. Esta teoría se basa en datos empíricos recopilados mediante escalas diseñadas para medir la nutrición, la educación y el medio ambiente. Reconoce la importancia del desarrollo del niño en los primeros tres años de vida y lo cuida, exponiéndolo a condiciones externas que lo ayuden a crecer en el hogar y en la sociedad.

Teoría de enfermería según, Mercer R. (16)

“Adopción del papel maternal” El fundamento son las condiciones para criar a los niños en entornos de alto y bajo riesgo, como la transición a la maternidad. Es un proceso evolutivo e interactivo, los ataques de asma continúan hasta que el niño desarrolla la capacidad de adaptarse al entorno.

3.3 Bases conceptuales n

Las Emociones

Según Zaccagnini (17), las emociones son “combinaciones complejas de procesos físicos, cognitivos y motivacionales que dan lugar al estado mental general de una persona, ya sea positivo o negativo, de baja intensidad, de baja intensidad, que puede ser de corta o larga duración y provoca gestos expresivos identificables. un concepto que describe posibles fenómenos emocionales:

- A. Respuesta: Las características del estado emocional general giran en torno a tres dimensiones principales: calidad, intensidad y duración. Dimensiones correspondientes a los siguientes conceptos: sentimientos, emociones, emociones, estados de ánimo, reacciones

emocionales, amor y odio. La calidad de la emoción caracteriza una emoción como placentera o desagradable, positiva o negativa. La intensidad emocional, por otro lado, describe el nivel de activación (cognitiva, fisiológica, motora) que evoca una respuesta emocional, el nivel de expresión de esta respuesta y la fuerza con la que se produce. En cuanto a la duración emocional, cabe decir que un estado emocional es una respuesta específica a una situación o tendencia particular que puede durar más tiempo.

- B. Combina los tres componentes principales de la emoción: el componente físico (fisiológico), el componente perceptual (cognitivo) y el componente motivacional (conductual). Las emociones siempre van acompañadas de cambios fisiológicos en el cuerpo (respiración agitada, pulso acelerado, etc.). Cuando experimentamos estos cambios, normalmente los notamos y los interpretamos de cierta manera. Estamos felices o tristes, ansiosos o motivados, tristes o inspirados, incluso si no siempre somos conscientes de estos estados porque nuestra atención puede estar centrada en otros estímulos.
- C. Expresión emocional. Los seres humanos exhiben patrones específicos de expresiones faciales y posturas cuando experimentan tipos específicos de emociones relacionadas con la interacción social y la supervivencia biológica. Por lo tanto, las emociones no son sólo el estado mental interno de un individuo, sino también un aspecto externo de la comunicación.

Componentes de la emoción según Scherer (19).

El primer componente es la parte cognitiva involucrada en el procesamiento de la información como sistema funcional, y su base orgánica es el sistema nervioso central. Desempeña un papel importante en el proceso emocional de evaluar eventos, cosas y situaciones que el cuerpo puede manejar.

El segundo componente es la "referencia periférica" que respalda la función de los sistemas reguladores dependientes de los sistemas central, autónomo y neuroendocrino.

El tercer componente es la motivación, que prepara y dirige la actividad

según funciones ejecutivas asociadas al sistema nervioso central.

Un cuarto componente de los procesos afectivos es la expresión motora, que funciona mediante la acción del sistema nervioso somático y cumple una función comunicativa, señalando reacciones e intenciones de acción.

El quinto y último componente del proceso emocional es la emoción subjetiva. Lo utiliza el sistema nervioso central para controlar el estado interno del cuerpo y la interacción con el medio ambiente.

El desarrollo emocional

Las emociones, que proporcionan información sobre cuánto gusta un determinado estímulo o situación, pueden ser emociones positivas (alegría, satisfacción, deseo, paz, etc.) o emociones negativas (tristeza, frustración, tristeza, miedo, etc.). Diferentes intensidades que se manifiestan en determinadas situaciones de una relación. Los niños construyen el significado de sus experiencias emocionales a partir de interacciones con quienes los cuidan (48). Cada una de las situaciones de estas personas provoca cada reacción específica en el niño, quien inspira al adulto con su presencia y crea un vínculo único entre ellos. Un niño que sonrío en respuesta a la voz de un adulto provoca una respuesta diferente de un adulto que un niño que no muestra interés en escuchar la voz del adulto. Por otro lado, un adulto que cuida a un niño que destaca con sus gritos o gestos y pasa desapercibido ante un niño tranquilo provocará una reacción diferente en cada uno, cada niño construye una imagen de sí mismo, su percepción de la realidad circundante, la moral y el pensamiento.

Al estar en contacto con personas importantes durante el primer año de vida, los niños aprenden a interpretar las reacciones de los demás, y sus experiencias emocionales les ayudan a determinar cómo actuar en consecuencia. A esta edad, sus interacciones, comportamientos y reacciones se vuelven más complejas, aprendió a reconocer e imitar las acciones de los demás, se interesó tanto por los pensamientos como por las acciones, y estos pensamientos aparecieron como imágenes en su mente, lo que le permitió pensar en las acciones antes de actuar. A medida que se desarrolla el lenguaje oral, pronto es posible sustituir palabras por verbos de este tipo (20).

Durante este período, la relación afectiva entre maestro y niño adquiere

un carácter conversacional, debe darle placer a través de la comunicación y el diálogo interactivo, satisfacer sus necesidades y animarlo a pensar, no sólo a actuar. Por ejemplo, si un niño dice "Quiero una pelota", usted puede estar dispuesto a decirle "Está bien" o simplemente entregársela y preguntarle "¿Qué vas a hacer con ella?". No les des simplemente la pelota, hazles exigencias; así, los niños desarrollan ideas y aprenden a reflejar sus propios sentimientos, metas y deseos (21).

Los docentes deben encontrar estrategias de interacción adecuadas para cada situación y etapa del proceso educativo, especialmente para cada niño. Porque nuestra relación con cada niño es personal y única, y las etapas por las que pasan nuestros hijos determinan su construcción.

La autorregulación emocional

Según Palacios e Hidalgo (22), los signos de control de los impulsos aparecen alrededor de los 6 años. A partir de esta edad, el niño es capaz de distinguir entre experiencias emocionales internas obvias y expresiones emocionales externas, y es capaz de ocultar sus emociones a los demás, al mismo tiempo que cambia sus expresiones de comportamiento externas.

Además, a esta edad se dan cuenta de que los cambios en su apariencia no van acompañados de cambios en su estado emocional interior. Si queremos cambiar este estado, debemos aplicar las estrategias más agresivas desarrolladas en la infancia.

Ya a los 4-5 años se puede observar que utilizan determinadas estrategias para cambiar su estado no deseado. El comportamiento más común es buscar alternativas relacionadas con las emociones positivas intentando cambiar la situación que provoca un estado emocional por otra situación que provoca otro estado. Por ejemplo, toma un juguete y juega con él para cambiar tu estado emocional de tristeza. Esta estrategia conductual de distracción, que todavía se utiliza durante toda la primera infancia, es un proceso cognitivo que permite a los niños mayores alejarse de las actividades recreativas de una manera más sutil y, sobre todo, más consciente para poder comprender y explicar. Las emociones negativas pueden "salir de tu cabeza" (27).

Otra estrategia que utilizan los niños cuando se sienten abrumados por emociones negativas es pedir ayuda a los demás. Hasta aproximadamente

los 6 o 7 años, los padres son la principal fuente de consuelo y apoyo en tales situaciones. Con el paso de los años, ha aumentado el número de solicitudes de ayuda, consuelo y apoyo de otros niños. El papel de los amigos es muy importante aquí.

Afecciones de una cuarentena en niños y adolescentes

Según Brazendale (29): Quedarse en casa es una solución sin precedentes para nuestro país y puede impactar negativamente la salud física y mental de niños y jóvenes.

Según Brazendale: Romper rutinas (como faltar a la escuela) o desarrollar otros hábitos poco saludables (como no hacer ejercicio, comer de manera poco saludable, dormir de manera irregular o usar pantallas) durante el parto puede provocar problemas físicos y aumento de peso.

Según Barlett (30): La cuarentena y otras situaciones pandémicas pueden resultar estresantes para los niños y jóvenes, el grado de impacto depende de varios factores, incluida la edad del niño. Los niños menores de 2 años pueden extrañar a sus cuidadores habituales (como los abuelos) y sentirse ansiosos y nerviosos ante situaciones nuevas. Los niños en edad escolar y mayores pueden sentirse inseguros acerca de la situación, su seguridad, la seguridad de sus padres y el futuro (por ejemplo, "¿Cuándo podré volver a la escuela?").

Según, Minsal (31): Eventos catastróficos como la pandemia y el posterior encarcelamiento afectarán inevitablemente la salud mental de las personas que enfrentan estrés y ansiedad a nivel personal y familiar causados por cambios repentinos en la vida diaria debido al cierre de escuelas y guarderías. Por otro lado, la gran cantidad de información que circula a través de diversos medios de comunicación y redes sociales expone a los niños a información que puede afectarlos emocionalmente si no es manejada por adultos bajo la orientación y supervisión adecuada. Asociado con esto, uno esperaría respuestas adaptativas como inquietud, ansiedad, irritabilidad, inquietud e ira.

En tanto, **Brooks (32).** La cuarentena como medida de salud pública tiene múltiples efectos en las experiencias individuales y colectivas de las personas. Uno de ellos es la coerción externa que restringe la libertad de acción y movimiento, esta experiencia se asocia con síntomas depresivos y

estrés postraumático. Sufre discapacidad porque conduce a la destrucción de las relaciones íntimas, la pérdida de libertad, la ansiedad por enfermedad y el aburrimiento.

Teoría del sedentarismo.

Calcule el gasto energético diario total según el peso corporal y el diagnóstico de sedentarismo como porcentaje del gasto energético logrado mediante actividades que requieren al menos 4 equivalentes metabólicos (MET). Esto corresponde aproximadamente a la energía gastada al caminar a paso ligero. Esta condición considera el consumo total si el uso es inferior al 10% (33).

Medición del sedentarismo.

Los métodos empíricos (los más objetivos, pero los menos prácticos) miden el gasto de energía y registran la frecuencia cardíaca, el consumo de oxígeno, podómetros, acelerómetros y, más precisamente, agua con doble etiqueta. Las formas más utilizadas en la práctica clínica habitual son las básculas o las mediciones mediante cuestionarios. Cuestionarios para determinar las percepciones autoevaluadas del nivel de actividad, la cantidad de actividad física, el ritmo o medida de la actividad de ocio y el tiempo dedicado a entrenamiento intensivo, pero la métrica del estilo de vida sedentario sigue siendo grandiosa, principalmente debido a dos problemas. Una es que no existe una definición uniforme del término y la otra es que se han propuesto varios métodos para evaluarlo (34).

Cuantificar empíricamente este estilo de vida en niños es fundamental para posteriores evaluaciones geoepidemiológicas, así como para investigaciones e intervenciones en personas con este factor de riesgo modificable, un cuestionario autoadministrado para adultos jóvenes se llama Cuestionario de actividad sedentaria del adolescente (ASAQ). Evalúe cinco dimensiones explícitamente detalladas, de las cuales derivará 10 u 11 elementos que representan una cantidad específica de tiempo invertido. Se evaluarán las actividades sedentarias predeterminadas (menos de 1,5 MET utilizados). Las actividades evaluadas incluyen mirar televisión, videojuegos, DVD, computadoras, juegos en línea y socializar, estudiar, leer, pasar tiempo con amigos, hablar por teléfono, hacer ejercicio, tocar instrumentos musicales y moverse. Los viajes en automóvil, los pasatiempos, las artes y los viajes de

fin de semana a la iglesia o la escuela se realizan fuera del horario escolar, el ASAQ ha demostrado una buena fiabilidad test-retest y, hasta que se desarrollen mejores métodos para evaluar la adecuación de los criterios, evalúa el tiempo que los jóvenes pasan en una serie de comportamientos sedentarios. Parece ser el mejor medio disponible para Fuera de la escuela (35).

Un cuestionario para evaluar la actividad física en adolescentes durante la semana previa a la evaluación, denominado Cuestionario de Actividad Física (PAQ-C), tiene el inconveniente de no poder distinguir entre intensidad, frecuencia y duración de la actividad física (36).

Además, determina indirectamente el sedentarismo, ya que sólo proporciona información sobre la duración e intensidad de la actividad física. Ya te hemos explicado cómo puedes calcular tus horas semanales para un trabajo sedentario antes de presentar tu solicitud. La actividad sedentaria se evaluó mediante un cuestionario, se creó una encuesta para captar el estilo de vida sedentario de jóvenes estudiantes de secundaria (37).

Miedo

Es una reacción psicofísica, social y emocional ante situaciones en las que uno se siente inseguro acerca de una situación o cosa en particular. Por lo tanto, se trata principalmente de una alarma que advierte de amenazas a la naturaleza física y emocional de una persona, al mismo tiempo que regula y prepara el cuerpo para afrontar la amenaza. Sin embargo, si esta alarma no se activa correctamente y se activa incluso ante la más mínima amenaza, pueden producirse trastornos de ansiedad y fobias (38).

El miedo es natural, pero una vez que ha hecho su trabajo (proteger a las personas del daño) debe desaparecer, de lo contrario, se vuelve inútil y peligroso. El problema, por tanto, no es sentir, sino dejar que se convierta en miedo, ansiedad o fobia que puede afectar la capacidad de adaptación de una persona (39).

A medida que ocurren situaciones y eventos, se evalúan emocionalmente. Esta valoración emocional se puede definir como el proceso mediante el cual las personas evalúan un evento tal como ocurre y cómo afrontan las emociones que lo provocan (40).

Hombres y mujeres socializan de manera diferente y tienen objetivos

diferentes según su edad, cultura e historia familiar. Por tanto, no es de extrañar que existan diferencias en la gestión de las emociones. Por lo tanto, los hombres suelen utilizar estrategias directas de resolución de problemas en situaciones que les provocan ansiedad, a diferencia de las mujeres que están entrenadas para buscar ayuda cuando se enfrentan a tales situaciones (41).

Dimensiones del miedo

Son 5 las dimensiones del miedo; miedos relacionados con el fracaso y la crítica de los social, miedos a fenómenos desconocidos como la oscuridad, miedos a los animales, miedos al peligro y muerte, miedos relacionados con la medicina (42).

Estrés

El estrés es cualquier demanda que crea una situación tensa o amenazante y requiere cambio o ajuste, una respuesta al estrés es un trastorno causado por un estímulo nocivo o estresante. Hans Selye, al definir el estrés como la respuesta no específica de un organismo a nuevas demandas, también estudió los problemas de estrés, llamándolo "síndrome de adaptación general (GAS) o síndrome de estrés" (43). El estrés de los niños se manifiesta de muchas maneras, dependiendo de su etapa de desarrollo y de sus experiencias de vidas pasadas. En general, a los efectos de este estudio, el estrés se considera una respuesta orgánica y funcional perfectamente normal. Pero más allá de cierto nivel, puede tener efectos físicos, psicológicos y sociales e incluso limitar el aprendizaje, cabe destacar que se ha observado que ocurre con mayor frecuencia en niños pequeños que desarrollan enfermedades y cambios de comportamiento que afectan incluso el rendimiento académico (44).

Causas del estrés en los niños, en ciertos casos con los niños, el estrés puede estar relacionado con situaciones y experiencias, incluidas aquellas relacionadas con el entorno escolar. Cambiar de clase, colegio, grupo, nivel o llegar tarde al colegio, interacción social en este espacio académico, peleas y enfados entre compañeros, burlas e insultos por parte de los profesores, etc. ¿Qué pasará con los salarios de los profesores? Especialmente cuando se trata de amonestaciones, recordatorios y otras acciones disciplinarias.

Una segunda fuente de estrés en los niños está relacionada con el ambiente hogareño. Pérdida de familiares inmediatos, padre, madre, abuelo,

hermano o hermana, peleas, separación de familiares e ingreso de nuevos integrantes a este grupo social (hermanos, hijos, esposo de uno de los padres). Otras fuentes de estrés para los niños pueden ser las actividades extracurriculares (deportes y recreación) y las actividades que disfrutan, fiestas y celebraciones (Navidad, Reyes Magos, Giras), una característica de los niños es que el estrés se asocia a situaciones imaginarias o no realizadas, como en las aventuras, sueños y pesadillas (especialmente aquellas que involucran monstruos). Síntomas físicos, emocionales o conductuales que un niño puede experimentar como resultado de cierto nivel de estrés. Síntomas físicos Dolor de cabeza o malestar abdominal bajo (inespecífico) Terrores nocturnos, enuresis nocturna (temprana o frecuente), disminución del apetito, cambios en los hábitos alimentarios u otros síntomas físicos sin enfermedad aparente. Síntomas emocionales o problemas de conducta Ansiedad Incapacidad para relajarse Miedos nuevos o recurrentes (miedo a la oscuridad, soledad, miedo a los extraños), apego a los adultos (padre, madre, abuelos), incapacidad para relajarse durante preguntas frecuentes Cómo afrontar o no enfadarse, llorar, quejarse, cambios emocionales, incontrolables, comportamiento agresivo, obstinado, regresión al comportamiento típico del desarrollo temprano, reacción a la participación en actividades familiares y escolares. Cómo el estrés se manifiesta en conductas regresivas: chuparse el dedo, enuresis, morderse las uñas, etc. (45).

Factores estresantes en las relaciones y comportamiento infantil, los niños pueden exhibir patrones en cómo responden a los factores estresantes. Estos son intentos adaptativos de adaptarse a las demandas de entornos estresantes. Imagina una línea recta; por un lado, es una conducta adaptativa y operante, y por otro, es una conducta desadaptativa ante los estresores. Por tanto, las conductas que adoptan los niños para afrontar el estrés se encuentran en ambos extremos de estos, incluido el punto medio, los cuatro tipos de respuestas al estrés se pueden describir de la siguiente manera: Reacciones dependientes: falta de confianza en uno mismo, dificultad para aceptar críticas, baja autoestima, participación reducida en actividades. Respuesta eliminada: Altamente sensible, fácilmente molesto o herido, miedo a situaciones nuevas, baja autoestima, preocupación innecesaria. Agresión pasiva: Generalmente bajas calificaciones y tendencia a posponer las tareas.

Poco cooperativo e ignorante. Reacciones impulsivas: estados de ánimo exigentes, excitantes y explosivos. Por un lado, son muy activos, pero pueden resultar perezosos a la hora de aprender, desde esta perspectiva, el comportamiento de los niños en situaciones estresantes puede variar desde muy pasivo hasta muy agresivo; por otro lado, del lado introvertido al lado extrovertido. Cuanto más extremo es el comportamiento (hacia la actividad pasiva o los polos introvertido-extrovertido), peor es la adaptación del niño al entorno (50).

En este estudio se analizaron las siguientes variables: Niveles de estrés tanto para niños como para niñas y el nivel de presión que experimenta cada niño al utilizar la herramienta varía de 0 a 54 puntos. indicadores nivel de estrés - normal; De 1 a 17 puntos en promedio. Grande, de 18 a 36 puntos. De 37 puntos a 54 puntos (51).

Dimensión ansiedad.

La ansiedad se refiere a la excitación y emoción caracterizadas por una combinación de anticipación de peligro, beneficio de manifestaciones psíquicas y una sensación de desastre o peligro inminente. Como expresión de los esfuerzos por encontrar soluciones al peligro, este fenómeno puede distinguirse claramente entre manifestaciones de conciencia y fisiología (65).

El miedo es una respuesta emocional a la percepción de peligro o amenaza, caracterizada por la forma en que una persona reacciona, activa e inhibe la capacidad de afrontar dificultades, situaciones y entornos, y se caracteriza por niveles más altos y la persistencia conduce al terror. Abordar la ansiedad porque puede reducir la capacidad de una persona para afrontar la situación y adaptarse, para ayudar a difundir el modelo de atención y proporcionar un elemento de pensamiento crítico, el propósito de esta teoría es conceptualizar los conceptos considerados y aplicar las prácticas mostradas en la literatura, así como un enfoque basado en el conocimiento. Un recurso teórico para que la práctica de enfermería se desarrolle dentro de relaciones éticas, teóricas y filosóficas que enfatizan la seguridad humana (66).

Edad

Tiempo transcurrido a partir del nacimiento de un individuo (Real Academia Española, 1970). Se determina en base a la confirmación de la

fecha de nacimiento de cada evaluado y la fecha de participación en el estudio (46).

Sexo

Aparición de diferencias morfológicas entre hombres y mujeres asociadas con la reproducción sexual (Real Academia Española, 1970). Clasificar entre hombres y mujeres según características externas (47).

Procedencia

Espacio geográfico donde se ubica el núcleo familiar y la vivienda razón de procedencia, por lo general dentro de una jurisdicción reconocida (48).

Grado

Orden jerárquico y ubicación educativa del estudiante en mérito a su aprovechamiento. (71)

Sección

Área diferenciada para albergar un determinado objetivo, en este caso la ubicación de escolares por nóminas o padrones registrados taxonómicamente según políticas educativas.

3.4 Bases filosóficas

Por identificar según consideraciones técnicas y fundamentalista.

IV. METODOLOGÍA

4.1 Ámbito de estudio

El proyecto de investigación que fue llevado a cabo en el colegio de Ciencias, en Tingo María, con domicilio institucional, Av. Tito Jaime Fernández No. 624, Distrito de Rupa Rupa. Provincia Leoncio Prado, Departamento de Huánuco.

La ciudad de Tingo María está situada en la margen derecha del río Huallaga, en la selva peruana considerada como puerta de la Amazonía Peruana.

Entre sus atractivos el emporio comercial, en todo el recorrido de la carretera Belaunde, también conocida como la carretera Marginal de la Selva que enlaza las localidades de Aucayacu, Uchiza y Tocache, asimismo la vía valle de Monzón que une las localidades de Sacha Vaca y Monzón.

- **Extensión:** Rupa Rupa como distrito tiene una superficie territorial de 428.58 Km² y una densidad poblacional de 131.6 habitantes por Km².
- **Localización geográfica:** El ámbito de estudio, es una de las ciudades con mayor desarrollo urbano y socio - económico de esta parte de la zona Amazónica, siendo una base que caracteriza en el desarrollo y fortaleciéndose con el departamento San Martín y Ucayali.
- **Clima:** La característica esencial de Tingo María, es que posee un clima húmedo, su temperatura mínima se da entre los meses de mayo a noviembre Con 22° a 25°, y máxima temperatura de diciembre a abril entre 33° a 36°, considerada también como la zona más lluviosa con intenso calor en el día, siempre acogedor por sus cambios y repentinos movimientos climáticos.
- **Latitud y longitud:** Tingo María se encuentra entre las coordenadas "09°17'08" de latitud sur y 75°59'52" de longitud oeste del meridiano de Greenwich.
- **Altitud:** Tingo María se encuentra en una altitud de 649 msnm. Al margen derecho del Río Huallaga.

El colegio de Ciencias, considerado como una de las instituciones que inician su desarrollo de la mano con su población, brinda oportunidad de educar a los niños y jóvenes de la ciudad, de forma presencial y en el tiempo

de pandemia en la fase virtual autorizados por el ministerio de educación.

4.2 Población y selección de la muestra

En el proyecto de investigación la población estuvo conformada por los estudiantes del 5to y 6to grado de primaria del Colegio de Ciencias de Tingo María, durante año 2021, siendo un total de 100 estudiantes matriculados en la institución del presente calendario académico.

Criterios de inclusión

- Estudiantes matriculados de ambos sexos que se encuentre en la nómina docente de 5to y 6to grado de primaria de la institución educativa de Ciencias en Tingo María.
- Estudiantes que son interactuados mediante la plataforma autorizado por la institución.
- Estudiantes que cuenten el consentimiento informado con sus respectivos padres y firma de conformidad.

Criterios de exclusión

- Estudiantes matriculados de ambos sexos que se retiraron por la pandemia a otras instituciones excepto del Colegio de Ciencias en Tingo María.
- Estudiantes que no cuenten con el medio virtual unipersonal y familiar y no se conectan plataforma autorizado por la institución
- Estudiantes que no cuenten el consentimiento informado y desistimiento de los padres.

Muestra

La muestra estuvo conformada por 73 estudiantes entre el 5to y 6to grado del colegio Ciencias en Tingo María, de la provincia de Leoncio Prado en el departamento de Huánuco durante el año 2021.

$$n = \frac{Z^2 * p * q * N}{e^2 * (N - 1) + Z^2 * p * q}$$

Donde:

- N = Total de la población = 100
- Z = seguridad es del 95% = 1.96²
- p = proporción esperada = 0.50
- q = proporción de fracaso = 0.50
- e = error muestral. = 0.06

Reemplazando:

$$n = \frac{1.96^2 * 0.50 * 0.50 * 100}{0.06^2 * (100 - 1) + 1.96^2 * 0.50 * 0.50}$$

$$n = 96.04 / 1.3168$$

$$n = 73$$

4.3 Nivel y tipo de estudio

Nivel de estudio

El proyecto de investigación es de nivel descriptivo, con enfoque cuantitativo, transversal. Realizando un periodo de tiempo determinado (2021) en el colegio Ciencias en Tingo María. Para este plan fue utilizado instrumentos de recolección de datos apropiados para valorar el cambio de conducta y el sedentarismo en estudiantes durante tiempos de pandemia COVID 19 (49).

Tipo de estudio

Proyectando la intervención del investigador, el plan pertenece al tipo observacional, por lo que los investigadores no se realizaron ninguna intervención directa, se identifico los datos según la realidad mediante estrategias tecnológicas en tiempos de pandemia.

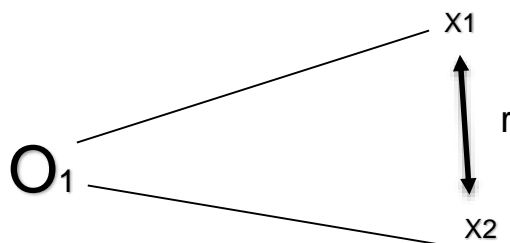
Según la planificación de la toma de datos, el proyecto de investigación es de tipo prospectivo, porque valoramos los datos en un solo momento en torno a la pandemia mundial y sus cambios en los estudiantes por cumplimiento de las ordenes de control sanitario de cuarentena, por ello la recolección de datos realizamos de fuente secundaria mediante el sinceramiento de los padres y docentes de los estudiantes del 5to y 6to grado.

Según el número de ocasiones en que se midió la variable es de corte transversal, por lo mismo que aplicaremos el instrumento en un solo tiempo de no perder el cumplimiento de las ordenes sanitarias a nivel nacional.

Según el número de variables el estudio es analítico multivariada, con la finalidad de determinar los cambios emocionales primarios y el sedentarismo de los estudiantes que cursan la educación primaria en el colegio Ciencias.

Diseño de investigación

Utilizando para el presente proyecto de investigación el diseño correlacional, por tanto, presenta el siguiente esquema:



Dónde:

O = Muestra

X_1 = Cambios emocionales

X_2 = Sedentarismo

r = Relación

4.4. Métodos, técnicas e instrumentos:

La Técnica:

Fue utilizado la técnica apropiada, para ello es pertinente emplear una encuesta, con ello estructurar para la recolección de los datos de acuerdo con las dimensiones, variables e indicadores, así determinar los cambios emocionales primarios y el sedentarismo en los estudiantes del 5to y 6to grado de primaria del colegio Ciencias en Tingo María.

El instrumento:

Fue utilizado como instrumento el cuestionario elaborado por las investigadoras, seleccionando cada ítem acorde a la operacionalización mediante los indicadores propuestos. Por ello para medir la variable cambios emocionales en estudiantes del 5to y 6to de primaria de una institución Educativa en Tingo María, consta de 20 preguntas enfocados con los siguientes elementos:

- Miedo
- Estrés
- Ansiedad

Se obtuvo las respuestas mediante la escala que considera cinco opciones de respuesta: 'nunca', 'casi nunca', 'de vez en cuando', 'a menudo' y 'muy a menudo', que se clasifican de 1 al 5.

- Nunca 1
- Casi nunca 2
- De vez en cuando 3
- A menudo 4
- Muy a menudo 5

De la misma manera para medir la variable sedentarismo en estudiantes del 5to y 6to de primaria de una Institución Educativa en Tingo María, consta de 20 preguntas enfocados con los siguientes elementos:

- Actividad física
- Biológico o genético
- Tecnológico cultural

Asimismo, se valoró la opinión de estudiantes sobre el sedentarismo mediante el cuestionario también elaboradas por las observadoras, dicho instrumento consta de 20 preguntas, buscando respuestas siguientes: se calificarán de menor a mayor la puntuación de 1 al 3.

- Ausente 1
- Disminuida 2
- Aumentada 3

También se consideras las variables intervinientes como: edad, sexo, grado y sección, procedencia de los estudiantes con sus padres. La formalización será puesta a disposición para las opiniones y sugerencias de expertos en la especialidad y de investigación.

a) Validación de los Instrumentos

Los instrumentos de medición son sometidos a los siguientes procesos de validación.

Revisión del conocimiento disponible (validez racional)

Para tener representatividad en el contenido de los instrumentos de recolección de datos, se realizó revisión de estudios como antecedentes donde tienen similitud con las variables propuestas en el proyecto, con la cual se pudo concretar los instrumentos para la medición.

Juicio de expertos (validación por jueces)

Los instrumentos de obtención de datos fueron sometidos a la revisión de expertos y jueces, quienes evaluaron de manera independientes cada pregunta dentro del contenido de cada instrumento para medir, para ello se consideró los criterios siguientes:

- Pertinencia: debe tener relación lógica con la dimensión o indicador de la variable.
- Suficiente: apreciar si hay suficiencia con las dimensiones
- Claridad: apreciar la claridad, sencillez y comprensión para la muestra de estudio.
- Vigencia: si las dimensiones o indicadores están vigentes
- Objetividad: si están relacionadas con el estudio
- Estrategia: Si la metodología responde al objetivo de estudio
- Consistencia: cuando la variable es posible de descomponer adecuadamente para la medición.

Los jueces y expertos seleccionados tomando en cuenta dominio del tema y multidisciplinario según la línea de investigación para Enfermería.

b) Confiabilidad de los Instrumentos (interna)

Para determinar la consistencia interna en cuanto a los instrumentos que se aplicaron para recoger datos en función a las variables, se realizó una prueba piloto a una muestra pequeña de 10 estudiantes con cualidades similares al objeto de estudio, con ello se construyó una plantilla en donde se calculó la confiabilidad mediante Alfa de Cronbach, por la naturaleza del estudio, con ello se estableció el nivel de confiabilidad de los instrumentos que son desarrolladas si cumple con la puntuación necesaria. Esperando obtener una confiabilidad aceptada con el puntaje de 0.6 a 0.8, confiabilidad elevada de 0.8 a 1. Con ello estaremos seguros de promover una adecuada información y confiable para fines del estudio.

Prueba piloto

Mediante esta forma de validación, el instrumento se puso a prueba a una muestra pequeña, con ello se identificó los ítems a mejorar para que tenga claridad, para ello los jueces identificaran dichas características para mejorar

el contenido. Con ello aseguraremos en adelante una adecuada recolección de los datos.

Mediante los instrumentos corregidos se cumplió con la validez del contenido, cumpliendo con la validez del total del contenido de los instrumentos de recolección.

4.5 Procedimiento de recolección de datos

Para el procedimiento de la recolección de datos fue realizado de la siguiente manera.

- Fue presentado un oficio al director, solicitando autorización para la ejecución de la recolección de datos en el colegio Ciencias de Tingo María y del mismo modo socializar a los docentes y padres responsables del grado y sección.
- Los datos recolectados fueron tabulados
- Elaboración de una base de datos en Excel y SPSS
- Los resultados se presentaron en tablas y figuras para su análisis e interpretación respectiva considerando el marco teórico y la aplicación de los estadígrafos significativos.

4.6. Plan de tabulación y análisis de datos estadísticos

Tabulación de los datos

Para la elaboración de datos de la presente investigación fue considerado las siguientes etapas:

- Revisión de los datos: Cada uno de los instrumentos de recolección de datos utilizados en este estudio fue revisado críticamente, también se realizó un control de calidad para realizar las correcciones necesarias.
- Codificación de los datos: El cuestionario que utilizaremos ya se encuentra codificadas la cual facilitaba dicho procedimiento.
- Procesamiento de los datos: Luego de la recolección de datos estos son ingresados a la base de datos del estudiante, la cual genera un resultado en base a las variables y dimensiones planteadas.
- El aplicativo es un archivo Excel “cambios emocionales primarios y el sedentarismo en niños de 5to y 6to de primaria”.
- Digital y almacenar los datos de las encuestas aplicadas.

- Crear los reportes de los indicadores del “los cambios emocionales primarios y el sedentarismo en el colegio Ciencias en Tingo María” establecidos, así como tablas y gráficos estadísticos.
- Puede utilizarse en las versiones Excel 2019.
- Plan de tabulación de datos: Con base en los datos obtenidos, los datos fueron agregados de acuerdo con los resultados obtenidos durante la recolección de información para lograr las tareas y objetivos de este proyecto de investigación.
- Presentación de datos: Los datos se presentan en forma de tablas de variables investigadas y datos científicos para su análisis e interpretación según el marco teórico.

Análisis de los datos

La encuesta estructurada respecto a “cambios emocionales primarios y el sedentarismo en niños del 5to y 6to grado del colegio Ciencias en Tingo María” genera un reporte en base a las tablas y gráficos en números y porcentajes, la cual permitía analizar de forma categórica cada una de las variables y las dimensiones planteadas en el estudio y su comprobación con el estadístico RO de Spearman.

4.7. Aspectos éticos de la Investigación

Principio de beneficencia, hacer el bien sobre toda la cosa, cuya máxima es el estudiante, no dañar. Se tuvo en cuenta posibles situaciones que puedan causar daño a los sujetos investigados, considerando que siempre se enfocó al objeto de estudio. También se asegura que, a lo largo del proyecto, la información se recabó, para fines científicos.

Principio de justicia, recae la responsabilidad y el derecho a un trato justo, para ello los estudiantes, padres y docentes recibió un trato justo, respecto al avance de la investigación. Se entendió que no se debía inmiscuir demasiado en la vida privada de los participantes, que se respetaba la privacidad de cada persona y que eran libres de firmar el consentimiento informado.

V. RESULTADOS

5.1 Procesamiento de datos

Tabla 1.

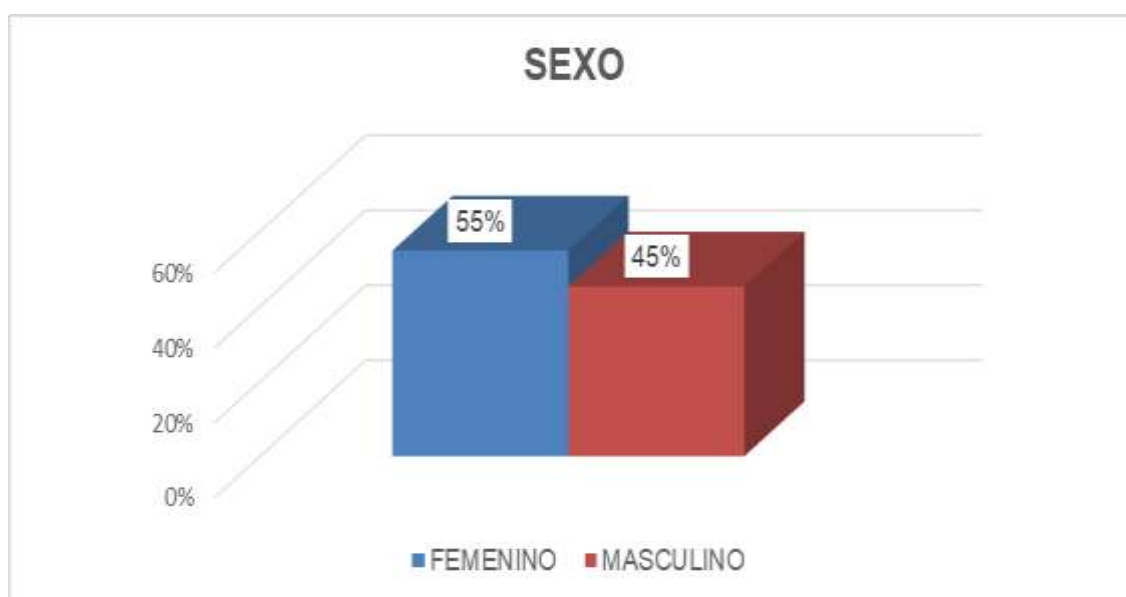
Género de estudiantes

GENERO DE ESTUDIANTES	f	Porcentaje
FEMENINO	40	55%
MASCULINO	33	45%
TOTAL	73	100%

Nota: Elaboración propia.

Grafico 1.

Genero de estudiantes



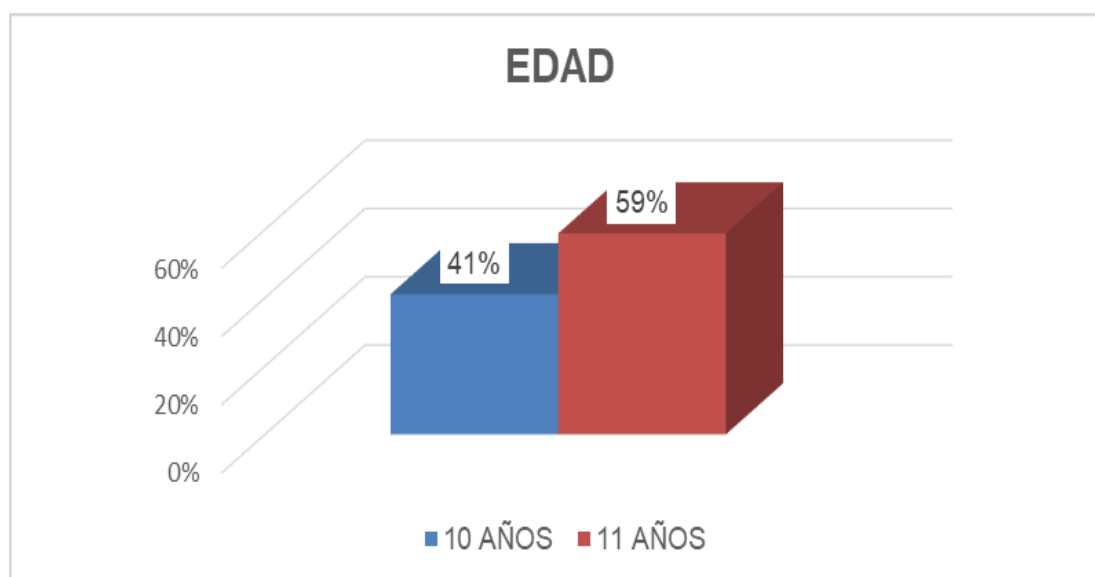
Nota: Elaboración propia.

Interpretación

En el presente estudio se hizo la encuesta a un total de 73 estudiantes de 5to y 6to grado de primaria del Colegio Ciencias de Tingo María, de los cuales el 55% del sexo femenino y al 45% del sexo masculino.

Tabla 2.*Edades de los estudiantes.*

EDAD	f	Porcentaje
10 AÑOS	30	41%
11 AÑOS	43	59%
TOTAL	73	100%

Nota: Elaboración propia.**Grafico 2.***Edad de los estudiantes**Nota:* Elaboración propia**Interpretación.**

Las edades de los estudiantes del 5to y 6to grado de la primaria del Colegio de Ciencias de Tingo María, fue conformada de 10 años el 41% y de 11 años el 59%.

Tabla 3.

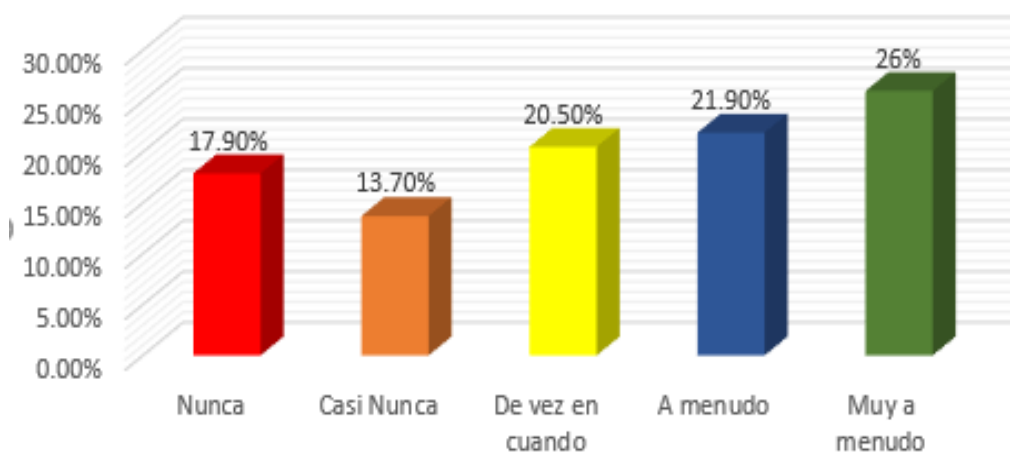
Manifestación de miedo durante la pandemia COVID 19 en estudiantes de primaria, de una Institución Educativa de Tingo María 2021.

Miedo	n=73									
	Nunca		Casi Nunca		De vez en cuando		A menudo		Muy a menudo	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
TOTAL	13	17.9	10	13.7	15	20.5	16	21.9	19	26

Fuente. Encuesta de medición del Miedo durante la pandemia COVID 19 en estudiantes de primaria, de una Institución Educativa de Tingo María 2021.

Gráfico 3.

Encuesta de medición del Miedo durante la pandemia COVID 19 en estudiantes de primaria, de una Institución Educativa de Tingo María 2021.



Nota. Elaboración propia

Interpretación: En el gráfico 3, el Miedo durante la pandemia COVID 19 en estudiantes de primaria, de una Institución Educativa de Tingo María 2021, en la mayor parte respondieron muy a menudo 26%, a menudo 21.9%, de vez en cuando 20.5%, casi nunca 13.7% y nunca 17.9%; indicando que la mayor parte del nivel del miedo es muy a menudo.

Tabla 4.

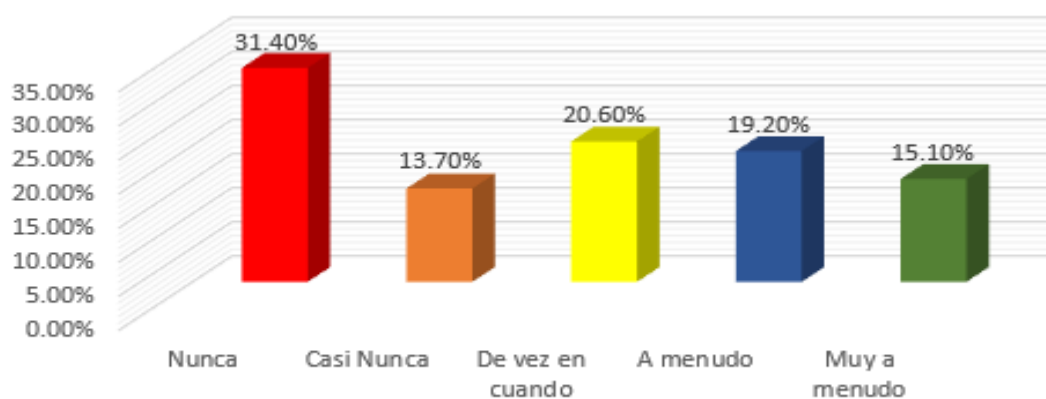
Manifestación de ansiedad durante la pandemia COVID 19 en estudiantes de primaria, de una Institución Educativa de Tingo María 2021.

Ansiedad	n=73									
	Nunca		Casi Nunca		De vez en cuando		A menudo		Muy a menudo	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Total	23	31.4	10	13.7	15	20.6	14	19.2	11	15.1

Fuente. Encuesta de medición de la Ansiedad durante la pandemia COVID 19 en estudiantes de primaria, de una Institución Educativa de Tingo María 2021.

Grafico 4.

Encuesta de medición de la Ansiedad durante la pandemia COVID 19 en estudiantes de primaria, de una Institución Educativa de Tingo María 2021.



Nota. Elaboración propia

Interpretación: En el gráfico 4, la ansiedad durante la pandemia COVID 19 en estudiantes de primaria, de una Institución Educativa de Tingo María 2021, en la mayor parte respondieron nunca 31.4%, casi nunca 13.7%, de vez en cuando 20.5%, a menudo 19.3% y muy a menudo 15.1%; indicando que la mayor parte del nivel de la ansiedad es nunca.

Tabla 5.

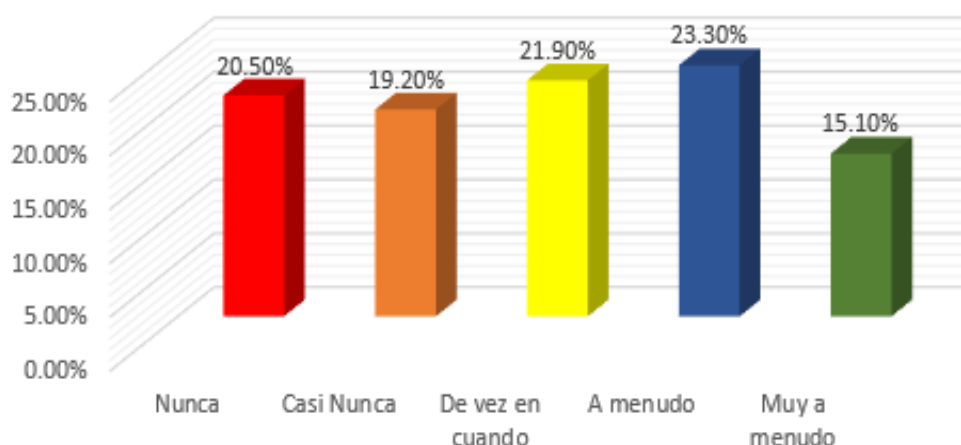
Manifestación de estrés durante la pandemia COVID 19 en estudiantes de primaria, de una Institución Educativa de Tingo María 2021.

Estrés	n=73									
	Nunca		Casi Nunca		De vez en cuando		A menudo		Muy a menudo	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Total	15	20.5	14	19.2	16	21.9	17	23.3	11	15.1

Fuente. Encuesta de medición del Estrés durante la pandemia COVID 19 en estudiantes de primaria, de una Institución Educativa de Tingo María 2021.

Grafico 5.

Encuesta de medición del Estrés durante la pandemia COVID 19 en estudiantes de primaria, de una Institución Educativa de Tingo María 2021.



Nota. Elaboración propia

Interpretación: En el gráfico 5, del estrés durante la pandemia COVID 19 en estudiantes de primaria, de una Institución Educativa de Tingo María 2021, en la mayor parte respondieron a menudo 23.3%, muy a menudo 15.1%, de vez en cuando 21.9%, casi nunca 19.2% y nunca 20.5%; indicando que la mayor parte del nivel del estrés es a menudo.

Tabla 6.

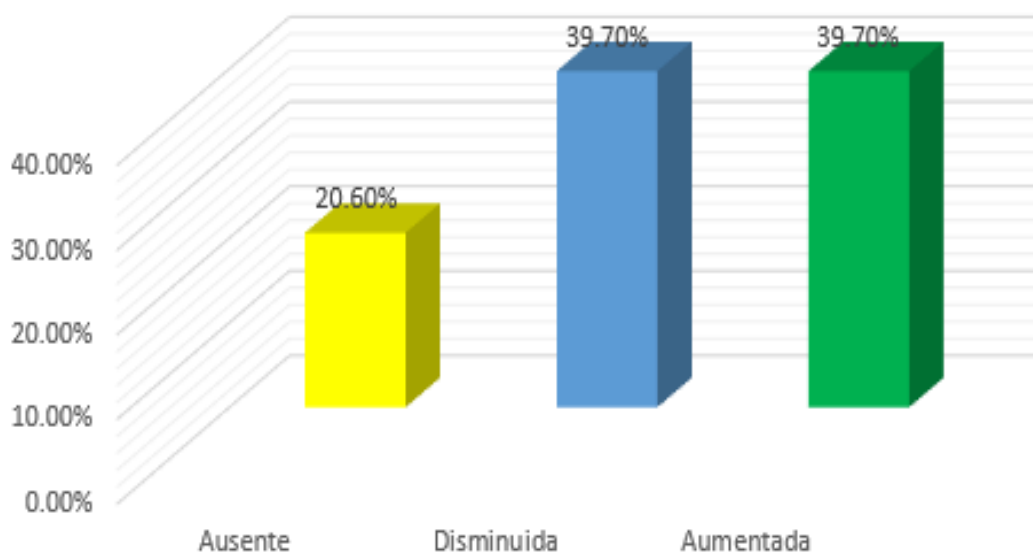
Manifestación de actividad física durante la pandemia COVID 19 en estudiantes de primaria, de una Institución Educativa de Tingo María 2021.

Actividad física	n=73					
	Ausente		Disminuida		Aumentada	
	f	%	f	%	f	%
Total	15	20.6	29	39.7	29	39.7

Nota: Encuesta de medición de la Actividad física durante la pandemia COVID 19 en estudiantes de primaria, de una Institución Educativa de Tingo María 2021.

Grafico 6.

Distribución porcentual de la Actividad física realizada durante la pandemia de la COVID 19 por estudiantes de primaria, de una Institución Educativa de Tingo María, 2021.



Nota. Elaboración propia

Interpretación: En el gráfico 6, se observa la distribución porcentual de la actividad física realizada durante la pandemia de la COVID 19 por la muestra de estudio, donde, el 39,70% observó incremento y otro porcentaje similar observó disminución y nótese que un 20,60% no realizaba dicha actividad.

Tabla 7.

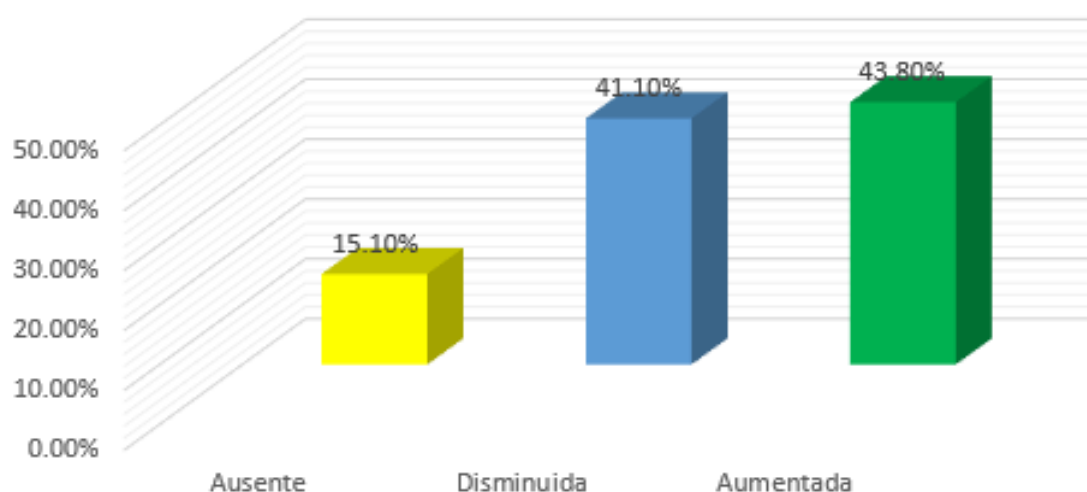
Predisposición genética o genético durante la pandemia COVID 19 en estudiantes de primaria, de una Institución Educativa de Tingo María 2021.

Biológico o genético	n=73					
	Ausente		Disminuida		Aumentada	
	f	%	f	%	f	%
Total	11	15.1	30	41.1	32	43.8

Nota. Encuesta de medición Biológico o genético durante la pandemia COVID 19 en estudiantes de primaria, de una Institución Educativa de Tingo María 2021.

Grafico 7.

Encuesta de medición de la Biológico o genético durante la pandemia COVID 19 en estudiantes de primaria, de una Institución Educativa de Tingo María



2021.

Nota. Elaboración propia

Interpretación: En el gráfico 7, el nivel biológico o genético durante la pandemia COVID 19 en estudiantes de primaria, de una Institución Educativa de Tingo María 2021, en la mayor parte fue aumentada con el 43.8%, disminuida con el 41.1% y los que estaban ausente es un 15.1%; indicando que la mayor parte del nivel biológico o genético ha sido aumentada.

Tabla 8.

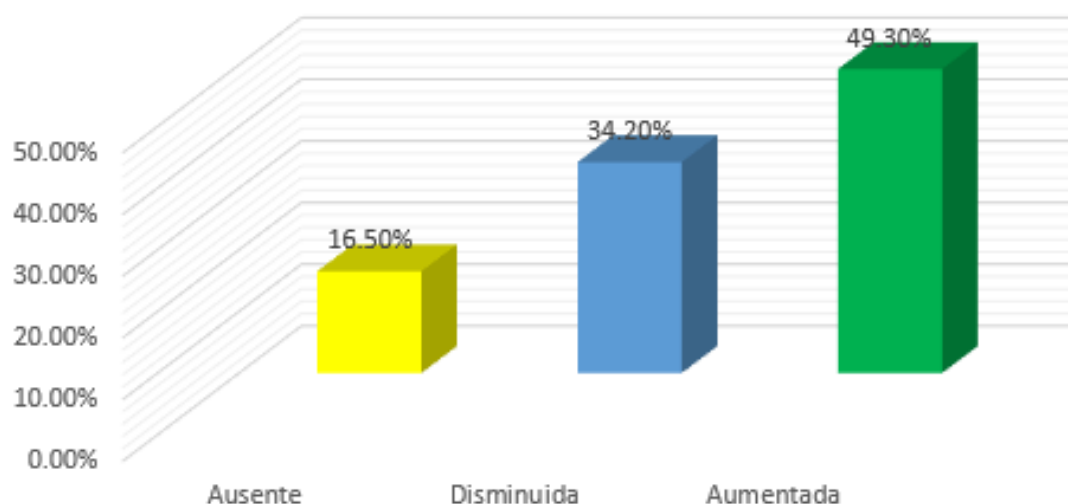
Distribución de la exposición al sedentarismo en la dimensión tecnológico cultural durante la pandemia COVID 19 en estudiantes de una IE de Tingo María, 2021.

Libre disponibilidad de tecnología educativa	n=73					
	Ausente		Disminuida		Aumentada	
	f	%	f	%	f	%
Total	12	16.5	25	34.2	36	49.3

Nota: Encuesta de medición de lo Tecnológico cultural durante la pandemia COVID 19 en estudiantes de primaria, de una Institución Educativa de Tingo María 2021.

Grafico 8.

Exposición al sedentarismo en la dimensión tecnológico cultural durante la pandemia COVID 19 en estudiantes de una IE de Tingo María, 2021.



Nota. Elaboración propia

Interpretación. En el gráfico 8, que deriva la información correspondiente de la tabla 6, se observa que el nivel de exposición al sedentarismo en la dimensión tecnológico cultural, se incrementó en el 49.3%, estuvo disminuida en el 34.2% y ausente en el 16.5% de los estudiantes de primaria de la Institución Educativa en estudio.

Tabla 9.*Análisis Inferencial:**Análisis inferencial: Prueba de normalidad*

	Kolmogórov-Smirnov		
	Estadístico	gl	Sig.
Cambios Emocionales	,143	73	,034
Sedentarismo	,191	73	,013
Miedo	,227	73	,000
Ansiedad	,349	73	,024
Estrés	,119	73	,003

Fuente. IBM SPSS Statistics

Interpretación

Según esta tabla de la prueba de normalidad observadas de las variables y dimensiones el gl (Número de encuestados) es de 73 por lo que se está utilizando la prueba de normalidad de Kolmogórov-Smirnov por el tamaño de muestra. Asimismo, la significancia dada de todos es inferior a 0.05 y esto es equivalente a que la distribución de los datos indicando que son una prueba de tipo No Paramétrica; por lo tanto, se está aplicando la contratación de hipótesis con la correlación de Spearman.

5.2 Contratación de Hipótesis

5.2.1 Hipótesis General

H0: No existe relación significativa entre cambios emocionales miedo, ansiedad y estrés y sedentarismo durante la pandemia COVID 19, en estudiantes de primaria de una institución educativa de Tingo María 2021.

Ha: Existe relación significativa entre el miedo, la ansiedad, y el estrés en los cambios emocionales con el sedentarismo durante la pandemia COVID 19, en estudiantes de primaria, de una institución educativa de Tingo María 2021.

Tabla 10.

Correlaciones de hipótesis general

			Cambios Emocionales	Sedentarismo
Rho de Spearman	Cambios Emocionales	Coefficiente de correlación	1,000	,990**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	73	73
	Sedentarismo	Coefficiente de correlación	,990**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	73	73

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente. IBM SPSS Statistics.

Interpretación:

En la tabla 7 se observa la relación entre los cambios emocionales: miedo, ansiedad, y el estrés con el sedentarismo durante la pandemia COVID 19, donde se obtuvo un valor $r = 0.990$ con $p = 0.00$ inferior al $p \leq 0.05$ siendo una correlación significativa positiva muy alta en la correlación de Rho Spearman. Por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula y se determina que existe relación significativa entre los cambios emocionales miedo, ansiedad, y estrés y sedentarismo durante la pandemia COVID 19, en estudiantes de primaria, de una institución educativa de Tingo María 2021.

5.2.2 Hipótesis Específica N°1.

H0₁: No existe relación significativa entre el miedo en los cambios emocionales con el sedentarismo durante la pandemia COVID 19, en estudiantes de primaria, en estudio.

Ha₁: Existe relación significativa entre el miedo en los cambios emocionales con el sedentarismo durante la pandemia COVID 19, en estudiantes de primaria, en estudio.

Tabla 11.

Correlaciones de hipótesis específica 1

		Miedo	Sedentarismo
Rho de Spearman	Miedo	Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,000
		N	73
	Sedentarismo	Coefficiente de correlación	,989**
		Sig. (bilateral)	,000
		N	73

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente. IBM SPSS Statistics.

Interpretación:

En la tabla 8 se analiza la relación del cambio emocional: miedo con el sedentarismo, donde se obtuvo un valor $r = 0.989$ con $p = 0.00$ inferior al $p \leq 0.05$ siendo una correlación significativa positiva muy alta en la correlación de Rho de Spearman. Por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula y se determina, que el miedo ocasionado durante la pandemia de la COVID 19, tiene relación directa con el sedentarismo en estudiantes de primaria en estudio.

5.2.3 Hipótesis Específica N°2.

H_{a2}: El estrés tiene relación directa con el sedentarismo durante la pandemia COVID 19, en estudiantes, de primaria, colegio de Tingo María 2021.

H_{o2}: El estrés no tiene relación directa con el sedentarismo durante la pandemia COVID 19, en estudiantes, de primaria, colegio de Tingo María 2021.

Tabla 12.

Correlaciones de hipótesis específica 2

		Estrés	Sedentarismo
Rho de Spearman	Estrés	Coeficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,990**
		N	73
	Sedentarismo	Coeficiente de correlación	,990**
		Sig. (bilateral)	1,000
		N	73

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente. IBM SPSS Statistics.

Interpretación:

Al observar la tabla 9 y al tratarse de la dimensión Estrés y la variable Sedentarismo, donde se obtuvo un valor $r = 0.990$ con $p = 0.00$ inferior al $p \leq 0.05$ que nos indica que existe una correlación positiva muy alta en la correlación de Rho Spearman, demostrando así, que el estrés tiene relación directa con el sedentarismo durante la pandemia COVID 19, en estudiantes. de primaria, colegio de Tingo María 2021. Por lo tanto, se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la nula.

5.2.4 Hipótesis Específica N°3.

Ha3: La ansiedad tiene relación directa con el sedentarismo durante la pandemia COVID 19, en estudiantes. de primaria, colegio de Tingo María 2021.

Ho3: La ansiedad no tiene relación directa con el sedentarismo durante la pandemia COVID 19, en estudiantes de primaria, colegio de Tingo María 2021.

Tabla 13.

Correlaciones de hipótesis específica 3

		Ansiedad	Sedentarismo
Rho de Spearman	Ansiedad	Coeficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,000
		N	73
	Sedentarismo	Coeficiente de correlación	,984**
		Sig. (bilateral)	,000
		N	73

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente. IBM SPSS Statistics.

Interpretación:

Al observar la tabla 10 y al tratarse de la dimensión Ansiedad y la variable Sedentarismo, donde se obtuvo un valor $r = 0.984$ con $p = 0.00$ inferior al $p \leq 0.05$ que nos indica que existe una correlación positiva muy alta en la correlación de Rho de Spearman, demostrando así, que La ansiedad tiene relación directa con el sedentarismo durante la pandemia COVID 19, en estudiantes. de primaria, colegio de Tingo María 2021. Por lo tanto, se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la nula.

DISCUSIÓN DE RESULTADOS

- ❖ Al respecto del objetivo general: Determinar la relación entre los cambios emocionales y sedentarismo, en la pandemia COVID 19 en estudiantes de primaria, de una institución educativa de tingo maría 2021, se ha demostrado estadísticamente en la tabla 10 la relación entre las variables de estudio (sedentarismo y cambios emocionales), con una correlación de Rho Spearman de 0,990 y nivel de significancia de 0,00 inferior al 0,05 que nos indica que existe una relación positiva. Este resultado hallado en la investigación coincide con lo de Orellana (2020), concluye que alrededor del 75% de la muestra tenía síntomas psicóticos leves, y los resultados mostraron que las mujeres y otros participantes en actividades tenían más síntomas psicóticos que los hombres y los profesionales. El miedo a las enfermedades infecciosas, la juventud y los cambios en la rutina diaria fueron los principales predictores de los síntomas emocionales.
- ❖ Al respecto del objetivo específico N°1: Especificar los cambios emocionales en la dimensión miedo y el sedentarismo en la pandemia COVID 19 en estudiantes de primaria, de una institución educativa de Tingo María 2021. Se pudo corroborar, a través de la tabla 11 con una relación entre dimensión y variable dependiente, con una correlación de Rho Spearman es 0,989, demostrando así una correlación positiva. El resultado encontrado en esta investigación se asemeja al de Mendoza (2022), afirma que a nivel descriptivo se realizó mediante tabulaciones y a nivel de inferencia se realizó mediante estadística no paramétrica de Rho de Spearman, como lo muestran los resultados estadísticos de la prueba de normalidad. Las artes visuales están significativamente asociadas con la inteligencia y las impresiones de los graduados de la Pasantía de la Escuela de Arte de Ayacucho – 2020, dando como valor de la correlación de 0,842, un nivel de correlación alto ($Rho=842$; $p<0,05$).
- ❖ Al respecto del objetivo específico N°2: Identificar los cambios emocionales en la dimensión estrés y su relación con el sedentarismo, en la pandemia COVID 19 en estudiantes de primaria, de una institución educativa de Tingo María 2021, la tabla 12 muestra la relación entre la

dimensión y la variable dependiente, con una correlación de Rho Spearman es 0,990 indicando una correlación positiva. Los resultados obtenidos en este estudio son similares a los de Arellano et al. (2021), concluyendo en tomar medidas primordiales para mitigar los brotes que tienen un fuerte impacto en la economía de la población y, a largo plazo, pueden tener un impacto psicológico más fuerte que el impacto directo de la pandemia en el mundo y las familias sobrevivientes, especialmente los niños y jóvenes más vulnerables. La investigación sobre el impacto psicológico de la pandemia en niños y adolescentes aún está en sus primeras etapas.

- ❖ Al respecto del objetivo específico N°3: Evaluar los cambios emocionales en la dimensión ansiedad y su relación el sedentarismo, en la pandemia COVID19 en estudiantes de primaria, de una institución educativa de Tingo María 2021. Se pudo corroborar, a través de la tabla 13 con una relación entre la dimensión y la variable dependiente mostrando una correlación de Rho Spearman es 0,984 indicando una correlación positiva. El resultado encontrado en esta investigación se asemeja al de Chacón y Esquivel (2020), concluyendo de que entre los efectos secundarios del COVID-19 asociados al aislamiento, se ven afectados los dominios emocionales, conductual y del sueño de los niños. De manera similar, el inicio de sesiones virtuales puede tener un impacto positivo, contribuyendo no solo al logro de los objetivos de cada intervención, sino también a la salud mental de las relaciones familiares.

CONCLUSIONES

- Se determinó que, existe relación significativa entre cambios emocionales miedo, ansiedad, y estrés y sedentarismo durante la pandemia COVID 19, en estudiantes de primaria, de una institución educativa de Tingo María 2021, demostrado en la tabla 10 con una significancia bilateral de P-valor $<0,000$ considerando que el criterio de decisión es que P-valor debe ser menor a 0,01, según la tabla de los niveles de significancia se obtuvo como resultado un coeficiente de la correlación de Rho de Spearman con $r=0,990$ lo que indica que existe una correlación positiva muy alta.
- Se determinó que, el miedo tiene relación directa con el sedentarismo durante la pandemia COVID 19, en estudiantes de primaria de una institución educativa de Tingo María 2021, demostrado en la tabla 11 con una significancia bilateral de P-valor $<0,000$ considerando que el criterio de decisión es que P-valor debe ser menor a 0,01, según la tabla de los niveles de significancia se obtuvo como resultado un coeficiente de la correlación de Rho de Spearman con $r=0,989$ lo que indica que existe una correlación positiva muy alta.
- Se determinó que, el estrés tiene relación directa con el sedentarismo durante la pandemia COVID 19, en estudiantes. de primaria, colegio de Tingo María 2021, demostrado en la tabla 12 con una significancia bilateral de P-valor $<0,000$ considerando que el criterio de decisión es que P-valor debe ser menor a 0,01, según la tabla de los niveles de significancia se obtuvo como resultado un coeficiente de la correlación de Rho de Spearman con $r=0,990$ lo que indica que existe una correlación positiva muy alta.
 - Se determinó que, la ansiedad tiene relación directa con el sedentarismo durante la pandemia COVID 19, en estudiantes. de primaria, colegio de Tingo María 2021, demostrado en la tabla 13 con una significancia bilateral de P-valor $<0,000$ considerando que el criterio de decisión es que P-valor debe ser menor a 0,01, según la tabla de los niveles de significancia se obtuvo como resultado un coeficiente de la correlación de Rho de Spearman con $r=0,984$ lo que indica que existe una correlación positiva muy alta.

RECOMENDACIONES

Al director de la Institución Educativa Ciencias, docentes y los profesionales de la salud.

- Deben fomentar la práctica de actividades deportivas, incluyéndola como un taller dentro de la malla curricular para monitorear la evolución en los estudiantes y concientizar los efectos de estas prácticas sobre la salud, de esta manera evitar que por el bajo nivel de actividad física estén llegando a enfermedades tempranas como la obesidad que sería perjudicial para su salud, así mismo realizar ejercicios de relajación durante las clases para así evitar el estrés, miedo y la ansiedad.

Al director, docentes de la Institución Educativa Ciencias y profesionales de la salud.

- A ser comprensivos y pacientes con los estudiantes, elaborar un plan para que cada día se enfrente poco a poco al problema sin miedo y hablar con ellos, además, hacerles ver que no tiene nada que temer, por lo contrario, motivarlos siempre y brindarles las facilidades de recrearse deportivamente para el bien de su salud.

Al director, docentes y profesionales del sector salud de la Institución Educativa Ciencias.

- Hacer taller con el fin de manejar el estrés de los estudiantes por lo tanto utilizar técnicas de estudio, separar un tiempo para que puedan realizar actividades que disfruten como su recreación y de esa manera no llegan a tener ansiedad.
- De la misma manera tomar en cuenta que cuando un niño se está retorciendo en su asiento y no está prestando atención, la ansiedad podría ser la causa y al psicólogo de la institución educativa fomentar talleres permanentes a los estudiantes en cómo manejar la ansiedad, así mismo a los docentes tomar en cuenta que cuando un niño se está retorciendo en su asiento y no está prestando atención, la ansiedad podría ser la causa y para remediar fomentar las recreaciones deportivas en la escuela.
- Diagnosticar oportunamente los niveles actuales de actividad física y sedentarismo los estudiantes, llegar a la causa que la produce, y

tomar sugerencias de los alumnos para mejorar su actitud para que pueden enfrentar su problema con la ansiedad.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Gallardo P. El desarrollo emocional en la educación primaria de 6 a 12 años. Cuestiones pedagógicas [Internet] 2006; 18: 143 – 159. Disponible en: <https://institucional.us.es/revistas/cuestiones/18/09%20desarrollo%20emocional.pdf>
2. Costa T. Sistema nervioso autónomo, en los cambios emocionales, Hospital general Mar [Internet]. [Barcelona]; 2010. Disponible en: <http://www.scartd.org/arxius/sistemanerviosoautonomo.pdf>
3. Aguilar J, Alcántara A, Álvarez F, Amador R, Barrón C, Bravo M, et al. Educación y pandemia: Una visión académica [Internet]. México: Universidad Nacional Autónoma de México; 2020 [consultado 2023 May 23]. Disponible en: <http://www.iisue.unam.mx/nosotros/covid/educacion-y-pandemia>
4. Espada J, Orgilés M, Piqueras J, y Morales A. Las Buenas Prácticas en la Atención Psicológica Infanto-juvenil ante el COVID-19 [Internet]. 2020. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.5093/clysa2020a14>
5. Barlett J. Recursos para apoyar el bienestar emocional de los niños durante la pandemia COVID-19. Clínica y Salud [Internet] 2020; 31 (2): 109 – 113. Disponible en: <https://www.childtrends.org/publications/resources-for-supporting-childrens-emotional-well-being-during-the-covid-19-pandemic>
6. Pérez E. R, Delgado MF. INVENTARIO DE AUTOEFICACIA PARA EL ESTUDIO: DESARROLLO Y VALIDACION INICIAL. Evaluación Psicológica [Internet]. 2006;5(2):135-143. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=335027180003>
7. Pérez A, Cruz M. Situación actual de la obesidad infantil en México. SciELO [Internet] 2020; 36(2). Disponible en: <https://www.nutricionhospitalaria.org/filesPortalWeb/2116/MA-02116-02.pdf>
8. Rundle A., Park Y., Herbstman J., Kinsey E., Y Wang, Y. Cierre de escuelas relacionado con COVID – 19 y riesgo de aumento de peso entre los niños. Wiley Online Library [Internet] 2020; 28(6): 1008 – 1009.

Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1002/oby.22813>

9. Organismo Andino de Salud. La situación del sobrepeso, obesidad y el impacto de la enfermedad por COVID – 19 Situación del sobrepeso y obesidad y el impacto de la enfermedad por covid-19 en países andinos [Internet] Perú: ORAS – CONHU; 2022 [revisado 2022; consultado 2023 May 24]. Disponible en: <https://orasconhu.org/sites/default/files/file/webfiles/doc/LIBRO%20SOBREPESO%20OBESIDAD%20Y%20EL%20IMPACTO%20DE%20LA%20ENFERMEDAD%20POR%20COVID%2019%20EN%20PAISES%20ANDINOS.pdf>
10. Alvarez J, Casajús J, Leis R, López D, Moreno L, Rodriguez G, et al. Ejercicio físico como medicina en enfermedades crónicas durante la infancia y adolescencia [Internet] 2020; 92(3): 173.e1 – 173.e8. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1016/j.anpedi.2020.01.010>
11. Radom Aizik S. COVID-19, Ejercicio, Niños y su Sistema Inmunitario en Desarrollo. [Internet]. Exercise is Medicine; 2020. [Consultado 23 de May 2023]. Disponible en: https://www.exerciseismedicine.org/support_page.php/stories/?b=902
12. Real decreto por el que se declara estado de alarma. Publicado en el Boletín oficial del estado [Internet]. Decreto N° 463, (14 de marzo de 2020). Disponible en: <https://anpecastillalamancha.es/notices/111699/real+decreto+4632020+por+el+que+se+declara+estado+de+alarma>
13. Brooks SK, Webster RK, Smith LE, Woodland L, Wrsselt S, Greenberg N, et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. The Lancet [Internet] 2019; 395: 912 – 920. Disponible en: [http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
14. Liao JJ, Yanpingbao, Huang X, Shi J, Lu L. Consideraciones de salud mental para niños en cuarentena debido a COVID – 19. The Lancet: Child and Adolescent Health [Internet] 2010; 4(5): 347 - 349. Disponible en: [https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(20\)30096-1](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(20)30096-1)
15. UNESCO. Aportes para una respuesta educativa frente al COVID-19 en América Latina. Oficina Regional de Educación para América Latina y el Caribe (OREALC/UNESCO Santiago) [Internet]. 2020. Disponible

en: <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000373761>

16. Anual R. La Alianza para la Protección de la Niñez y Adolescencia en la Acción Humanitaria [Internet]. 2020. Disponible en: <http://dx.doi.org/https://alliancecpha.org/es>
17. Tan M, He FJ, MacGregor G. Obesity and covid – 19: the role of the food industry. British Medical Journal [Internet] 2020: 1 – 2. Disponible en: <https://www.cholesterolfamilial.org/web2015/wp-content/uploads/2020/06/Obesity-and-covid-19-bmj-2020.pdf>
18. Buhning K, Oliva P, Bravo C. Determinación no experimental de la conducta sedentaria en escolares. Rev Chil Nutr [Internet] 2009; 36(1): 23 – 30. Disponible en: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182009000100003
19. Tarrés S. Cambios emocionales en la preadolescencia. [Internet]. Guía infantil: 2019. [revisado 2023; consultado 24 de May del 2023]. Disponible en: <https://www.guiainfantil.com/articulos/adolescencia/cambios-emocionales-en-la-preadolescencia/>
20. García Matamoros WF. Sedentarismo en niños y adolescentes: Factor de riesgo en aumento. RECIMUNDO [Internet]. 2019 3(1):1602-24. Disponible en: <https://www.recimundo.com/index.php/es/article/view/449>
21. OMS. Alertas y respuestas mundiales [Internet]. 2001. Disponible en: https://www.who.int/csr/disease/swineflu/frequently_asked_questions/pandemic/es/
22. Orellana CI, Orellana LM. Predicciones de síntomas emocionales durante la cuarentena domiciliar por pandemia de COVID 19 en El Salvador [Internet] 2020; 34(128): 103 – 120. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.15517/ap.v34i128.41431>
23. García Matamoros WF. Sedentarismo en niños y adolescentes: Factor de riesgo en aumento. RECIMUNDO [Internet]. 2019 [citado 24 may 2023]; 3(1):1602-24. Available from: <https://www.recimundo.com/index.php/es/article/view/449>
24. Mera-Mamián AY, Tabares-González E, Montoya-Gonzalez S, Muñoz-

- Rodríguez DI, Monsalve Vélez F. Recomendaciones prácticas para evitar el desacondicionamiento físico durante el confinamiento por pandemia asociada a COVID-19. Univ. Salud [Internet]. 1 de mayo de 2020 [citado 24 de mayo de 2023]; 22(2): 166-77. Disponible en: <https://revistas.udenar.edu.co/index.php/usalud/article/view/5283>
25. Chacón-Lizarazo OM, Esquivel-Nuñez S. Efectos de la cuarentena y las sesiones virtuales en tiempos del COVID-19. ECOMATEMATICO [Internet]. 1 de enero de 2020 [citado 24 de mayo de 2023]; 11(1): 31-9. Disponible en: <https://revistas.ufps.edu.co/index.php/ecomatematico/article/view/2599>
26. Castillo Martell WH, Saavedra Castillo JE, Albusquerque Jaramillo F, Stucchi Portocarrero S, Arellano Kanashiro M, Chuchón Calle V, et al. Estudio Epidemiológico de salud mental en niños y adolescentes en Lima Metropolitana en el contexto de la Covid – 19 2020. Anales de salud mental [internet] 2021; 37(2): 3 – 113. Disponible en: https://www.insm.gob.pe/investigacion/archivos/estudios/_notes/EES_M_Ninos_y_Adolescentes_en_LM_ContextoCOVID19-2020.pdf
27. PUCP. Afectación del Bienestar Socioemocional: Docente de Servicios Educativos Públicos por la CIVD – 19 en el Perú [Internet]. Perú: Equipo responsable de Pulso PUCP; 2021 [consultado 2023 May 24]. Disponible en: https://www.grade.org.pe/creer/archivos/EVIDENCIAPULSO_0003.pdf
28. Mendoza A. Artes plásticas e inteligencia emocional de los egresados de formación pedagógica de bellas artes. Ayacucho – 2020. [Tesis para optar el título profesional de licenciado de educación artística]. Ayacucho: Escuela Superior de Formación Artística Pública “Felipe Guamán Poma de Ayala”; 2022. Disponible en: <https://renati.sunedu.gob.pe/bitstream/sunedu/3335556/1/TESIS%20E%20ALIBECH%20TINCO%20MENDOZA.pdf>
29. Jhonson D. Modelo del sistema conductual. [Internet]. Desarrollo Enfermería Ed. Masson-Salvat; 1984. [Consultado 23 de May 2023]. Disponible en: <http://modelosenfermerosucaldas.blogspot.com/2013/06/modelo-del->

sistema-conductual.html

30. Cisneros F. Teorías y Modelos de Enfermería [Internet]. Univ. Cauca; 2002. Disponible en: <http://artemisa.unicauca.edu.co/~pivalencia/archivos/IntroduccionALasTeoriasYModelosDeEnfermeria.pdf>
31. Bernard K. Modelo interacción padre hijo - Teoría y modelos de enfermería: Un análisis histórico de los cuidados de enfermería. McGraw-Hill. Interamericana. Madrid; 1995.
32. Zaccagnini JL. Qué es inteligencia emocional. Madrid: Editorial Biblioteca Nueva [Internet]. 2013. Disponible en: <https://www.amazon.es/Inteligencia-Emocional-Pensamientos-Sentimientos-Cotidiana/dp/8497423119>
33. Scherer K. Componentes de la emoción: La relación entre pensamientos y sentimientos en la vida cotidiana [Internet]. 2017. Disponible en: https://eva.fcs.edu.uy/pluginfile.php/71230/mod_folder/content/0/1-textos%20obligatorios/Texto%201%20en%20espa%C3%B1ol.pdf?forcedownload=1
34. Enciso Domínguez G, Lara A. Emociones y ciencias sociales en el s. XX: la precuela del giro afectivo. Atenea Digital. Revista de Pensamiento e Investigación Social [Internet]. 2014; 14(1): 263-288. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=53730481012>
- Desarrollo de la personalidad desde los 6 años hasta la adolescencia [Internet]. Alianza: Madrid: Desarrollo psicológico y educación. Psicología evolutiva; 1999. Disponible en: <https://institucional.us.es/revistas/cuestiones/18/09%20desarrollo%20emocional.pdf>
35. OMS. Consideraciones de Salud Mental y Apoyo Psicosocial durante COVID - 19 [Internet]. Ministerio de Salud; 2020. Disponible en: <https://degreyd.minsal.cl/wp-content/uploads/2020/04/Consideraciones-de-salud-mental-y-apoyo-psicosocial-durante-pandemia-de-Covid-19.pdf>
36. Gómez R. Análisis de los métodos didácticos en la enseñanza [Internet]. Málaga. Rioja: Estudio de UNED; 2002. Disponible en:

<http://dx.doi.org/Málaga.Riojahttps://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/638360.pdf>

37. Bautista S, López P, McCoy S, Muñoz R, Saric D, Vivo S. Guía para medir comportamientos de riesgo en jóvenes [Internet]. República de Corea, Finlandia: Vivo S, Saric D; 2013. [Consultado 24 de May de 2023]. Disponible en: <https://www.google.com/search?biw=667&bih=579&ei=dZm4X-DQA->
38. Martínez RI, Ayán C, Sánchez A, Cancela JM, Valcarce R. Cuestionarios de actividad física para niños y adolescentes españoles: una revisión sistemática. Anales Sis San Navarra [Internet] 2016; 39(3). Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1137-66272016000300009&script=sci_arttext&lng=en
39. Ramona M. Adopción del papel maternal - Teoría y modelos de enfermería. Madrid: Un análisis histórico de los cuidados de enfermería. McGraw-Hill. Interamericana; 1995.
40. Taimalú M, Lahikainen AR, Korhonen P, Kraav I. Miedos auto informados como indicadores del bienestar de los niños pequeños en el cambio social: una perspectiva transcultural. Springer Link [Internet] 2006; 80: 51 – 78. Disponible en: <https://link.springer.com/article/10.1007/s11205-006-9021-2>
41. Marina JA. Anatomía del miedo [Internet]. Barcelona: Ensayo Anagrama; 2006. [Consultado 24 de May de 2023]. Disponible en: http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:2_ef9ZsvFtJ:www.ojosdepapel.com/Index.aspx%3Farticle%3D2526+&cd=3&hl=es&ct=clnk&gl=pe
42. Juang L, Matsumoto D. Culture, and psychology [Internet]. California: Cengage Learning; 2012 [Consultado 25 de May 2023]. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-48322012000200003
43. Reyes Pérez V, Reidl Martínez L M. Miedo y afrontamiento en adolescentes mexicanos. Psicogente [Internet]. 2013; 16(30): 280-295. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=497552364004>
44. Ollendick TH. Confiabilidad y validez del programa revisado de encuestas de miedo para niños (FSSC – R). ELSEVIER [Internet] 1983;

- 21(6): 685 – 692. Disponible en:
<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0005796783900876?via%3Dihub>
45. Sierra JC, Ortega V, Zubeidat I. Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. Rev Mal – Estar Subj [Internet]. 2003; 3(1). Disponible en:
http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1518-61482003000100002
46. Real Academia Española. Edad. [Internet]. Diccionario de la lengua española: Espasa-Calpe; 2001 [Consultado 23 de May 2023]. Disponible en: <https://dle.rae.es/edad>
47. Real Academia Española. Sexo. [Internet]. Diccionario de la lengua española: Espasa-Calpe; 2001. [Consultado 23 de May 2023]. Disponible en: <https://dle.rae.es/sexo>
48. Real Academia Española. Procedencia. [Internet]. Diccionario de la lengua española: Espasa-Calpe; 2001. [Consultado 23 de May 2023]. Disponible en: <https://dle.rae.es/procedencia>
49. Sánchez Carlessi H, Reyes Meza C. Metodología y diseños en la investigación científica [Internet]. Lima, Perú: San Marcos; 2006. [Consultado 25 de May 2023]. Disponible en:
<http://biblioteca.unfv.edu.pe/cgi-bin/koha/opac-detail.pl?biblionumber=91481>
50. Cuesta Ríos J. Estrés percibido durante la pandemia Covid-19 en un grupo de estudiantes de enfermería de una universidad en Lima Norte, 2020 [Tesis para optar el título profesional de Licenciado en Enfermería]. Lima, Perú: Universidad de Ciencias y Humanidades; 2020. Disponible en:
[https://repositorio.uch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12872/561/Cuestas J tesis enfermeria 2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12872/561/Cuestas%20J%20tesis%20enfermeria%202021.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
51. Campo Arias A, Bustos Leiton GJ, Romero Chaparro A. Consistencia interna y dimensionalidad de la Escala de Estrés Percibido (EEP-10 y EEP-14) en una muestra de universitarias de Bogotá, Colombia. SciELO [Internet] 2009; 9(3): 271 – 280. Disponible en:
<http://www.scielo.org.co/pdf/aqui/v9n3/v9n3a07.pdf>

52. Cluver L, Lachman JM, Sherr L, Wessels I, Krug E, Rakotomalala S, et al. Parenting in a time of COVID-19. *Lancet*. 2020;395(10231): e64. `simplexml_load_string()` [function.simplexml-load-string]: ^ in /srv-new/scielo/www/htdocs/scielo.php on line 52
53. Balluerka Lasas N, Gómez Benito J, Hidalgo Montesinos MD, Gorostiaga Manterola A, Espada Sánchez JP, Padilla García JL, et al. Las consecuencias psicológicas de la COVID-19 y el confinamiento. Universidad del país vasco. 2020 [citado 07/02/2020]. Disponible en: https://www.ub.edu/web/ub/ca/menu_eines/noticies/docs/Consecuencias_psicologicas_COVID-19.pdf
54. Scholten H, Quezada Scholz V, Salas G, Barria Asenjo NA, Rojas Jara C, Molina R, et al. Abordaje psicológico del COVID-19: una revisión narrativa de la experiencia latinoamericana. *Revista Interamericana de Psicología*. 2020; 54(1): e1287. <http://repositorio.ucm.cl/handle/ucm/3057>
55. Wang C, Pan R, Wan X, Tan Y, Xu L, Ho CS et al. Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 Coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *Int J Environ Res Public Health*. 2020;17(5):1729. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32155789/>
56. Sandín B, Valiente RM, García J, Chorot P. Impacto psicológico de la pandemia de COVID-19: Efectos negativos y positivos en población española asociados al periodo de confinamiento nacional. *Rev Psicopatol Psicol Clín*. 2020; 25(1):1-22. <https://revistas.uned.es/index.php/RPPC/article/view/27569>
57. Organización Mundial de la Salud. Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 outbreak. Nota informativa presentada a WHO/2019-nCoV/MentalHealth/2020. 1. Geneva. 18 de marzo de 2020, 6 p. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/331490>
58. Taylor, S. *The Psychology of Pandemics: Preparing for the Next Global Outbreak of Infectious Disease* [Internet]. Gran Bretaña: Cambridge Scholars Publishing; 2019 [citado 16 de marzo de 2023]. 155 p. Disponible de: <https://www.cambridgescholars.com/resources/pdfs/978-1-5275-3959->

4-sample.pdf

59. Abad A. COVID-19: O factor psicológico. Integración Académica en Psicología. 2020 [citado 14/06/2020]; 8 (23):4-10. Disponible en: <http://integracion-academica.org/36-volumen-8-numero-23-mayo-agosto-2020/271-covid-19-o-fator-psicologico>
60. Llana CI, Orellana LM. Predictores de síntomas emocionales durante la cuarentena domiciliar por pandemia de COVID-19 en El Salvador. Actualidades en Psicología, 34(128), enero-junio 2020, 103-120. <http://revistas.ucr.ac.cr/index.php/actualidades> DOI: 10.15517/AP.V34I128.41431
61. Orgilés, M., Morales, A., Delvecchio, E. Mazzeschi, C., y Espada, JP (21 de abril de 2020). Efectos psicológicos inmediatos de la cuarentena por COVID-19 en jóvenes de Italia y España. <https://doi.org/10.31234/osf.io/5bpfz>
62. Sara, M., (7 de abril del 2022). La pandemia ha provocado un aumento en los trastornos de salud mental de los menores.
63. Pérez P (2021). Salud mental de estudiantes en pandemia, obtenido de Salud mental de estudiantes en pandemia: investigación del Consorcio de Universidades permitirá tomar acciones de apoyo (puccp.edu.pe).
64. Moreno Galvez, N., A. Inteligencia Emocional en Estudiantes de Segundo Grado de Primaria de una Institución Educativa Pública de Ventanilla – Callao. Tesis para optar la Maestría en Educación con mención en Psicopedagogía 2019. <https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/dc7858d4-acd8-4b3c-8e12-7a3701c29c06/content>
65. Sierra, J C, Ortega, Virgilio, y Zubeidat, Ihab. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. Revista Mal Estar e Subjetividade, 3(1), 10-59. Recuperado http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1518-61482003000100002&lng=pt&tlng=es
66. Torrents, Roser, Ricart, Maite, Ferreira, María, López, Ana, Renedo, Laura, Lleixà, Mar, y Ferré, Carme. (2013). Ansiedad en los cuidados: una mirada desde el modelo de Mishel. Index de Enfermería, 22(1-2), 60-64. <https://dx.doi.org/10.4321/S1132-12962013000100013>

67. Sánchez H., H y Mejía, K., B.,(2020), Investigación en salud mental en condiciones de pandemia por la COVID – 19, <http://repositorio.urp.edu.pe/handle/URP/1195>

ANEXOS



UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZAN

FACULTAD DE ENFERMERÍA

SEGUNDA ESPECIALIDAD EN ENFERMERÍA PEDIÁTRICA

ANEXO 01: MATRIZ DE CONSISTENCIA

CAMBIOS EMOCIONALES Y SEDENTARISMO, DURANTE LA PANDEMIA COVID 19 EN ESTUDIANTES DE PRIMARIA, DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE TINGO MARÍA 2021



PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN	OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN	HIPÓTESIS DE INVESTIGACIÓN	VARIABLE	POBLACIÓN Y MUESTRA	NIVEL Y TIPO DE ESTUDIO	ANÁLISIS DE LOS DATOS	TÉCNICAS DE INSTRUMENTOS
<p>PROBLEMA GENERAL: ¿Cuáles son los cambios emocionales y sedentarismo durante la pandemia COVID 19, en estudiantes de primaria, de una institución educativa de Tingo María 2021?</p> <p>PROBLEMA ESPECÍFICOS ¿Cuáles serán los cambios emocionales y sedentarismos en la dimensión miedo durante la pandemia COVID 19 en estudiantes de primaria, de una institución educativa de Tingo María 2021?</p>	<p>OBJETIVO GENERAL Determinar los cambios emocionales y sedentarismo durante la pandemia COVID 19, en estudiantes primaria, de una institución educativa de Tingo María 2021.</p> <p>OBJETIVOS ESPECÍFICOS Especificar los cambios emocionales y sedentarismo en la dimensión miedo durante la pandemia COVID 19 en estudiantes de primaria, de una institución educativa de Tingo María 2021</p> <p>Identificar los cambios</p>	<p>HIPÓTESIS GENERAL Ha: Existe relación significativa entre cambios emocionales miedo, ansiedad, y estrés y sedentarismo durante la pandemia COVID 19, en estudiantes de primaria, de una institución educativa de Tingo María 2021.</p> <p>Ho: No existe relación significativa entre cambios emocionales miedo, ansiedad y estrés y sedentarismo durante la pandemia COVID 19, en estudiantes de primaria de una institución educativa de Tingo María 2021.</p> <p>HIPÓTESIS ESPECÍFICAS Ha1: El miedo tiene relación directa con el sedentarismo durante la</p>	<p>VARIABLE INDEPENDIENTE</p> <p>Cambios emocionales</p> <p>Miedo</p> <p>Estrés</p> <p>Ansiedad</p>	<p>Estará conformada por los estudiantes del 5to y 6to grado de primaria del Colegio de Ciencias de Tingo María, 2021, siendo un total de 100 estudiantes matriculados en la institución para el presente calendario académico.</p>	<p>NIVEL: APLICATIVO</p> <p>nivel descriptivo, con enfoque cuantitativo, de corte transversal</p>	<p>ANÁLISIS DE DATOS</p> <p>Mediante la estadística descriptiva, presentación de datos en tablas y gráficos estadísticos.</p> <p>Se utilizará la comprobación con el estadístico Pearson y Spearman.</p>	<p>TÉCNICAS:</p> <p>La Encuesta</p> <p>INSTRUMENTO</p> <p>Cuestionario</p>

<p>institución educativa de Tingo María 2021?</p> <p>¿Cuáles son los cambios emocionales en la dimensión estrés durante la pandemia COVID 19 en estudiantes de primaria, de una institución educativa de Tingo María 2021?</p> <p>¿Cuáles son los cambios emocionales en la dimensión ansiedad durante la pandemia COVID 19 en estudiantes de primaria, de una institución educativa de Tingo María 2021?</p>	<p>emocionales y sedentarismo en la dimensión ansiedad durante la pandemia COVID 19 en estudiantes de primaria, de una institución educativa de Tingo María 2021</p> <p>Describir los cambios emocionales y sedentarismo en la dimensión estrés durante la pandemia COVID19 en estudiantes de primaria, de una institución educativa de Tingo María 2021</p>	<p>pandemia COVID 19, en estudiantes de primaria de una institución educativa de Tingo María 2021.</p> <p>H₀₁: El miedo no tiene relación directa con el sedentarismo durante la pandemia COVID 19, en estudiantes de primaria, colegio de Tingo María 2021.</p> <p>H_{a2}: El estrés tiene relación directa con el sedentarismo durante la pandemia COVID 19, en estudiantes de primaria, colegio de Tingo María 2021.</p> <p>H₀₂: El estrés no tiene relación directa con el sedentarismo durante la pandemia COVID 19, en estudiantes de primaria, colegio de Tingo María 2021.</p> <p>H_{a3}: La ansiedad tiene relación directa con el sedentarismo durante la pandemia COVID 19, en estudiantes de primaria, colegio de Tingo María 2021.</p> <p>H₀₃: La ansiedad no tiene relación directa con el sedentarismo durante la pandemia COVID 19, en estudiantes de primaria, colegio de Tingo María 2021.</p>					
---	--	---	--	--	--	--	--



**UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZAN
FACULTAD DE ENFERMERÍA**



SEGUNDA ESPECIALIDAD EN ENFERMERÍA PEDIÁTRICA

ANEXO 02

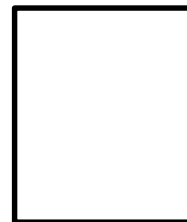
FORMULARIO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo :.....con
DNI:.....

A través del presente documento expreso mi voluntad de que mi niño (a) participe en la investigación titulada “**Cambios emocionales y sedentarismo durante la pandemia COVID 19 en estudiantes de primaria de una institución educativa de tingo María 2021**”, habiendo sido informado(a) del propósito de la misma, así como de los objetivos, y teniendo la confianza plena de que por la información que se vierte en el instrumento será solo y exclusivamente para fines de la investigación en mención, además confío en que la investigación utilizará adecuadamente dicha información asegurándome la máxima confidencialidad del caso.

Sólo tomaremos un tiempo aproximado de 20 a 30 minutos para que su niño puede responder a las preguntas formuladas.

Firma del participante: _____





UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN
ESCUELA DE POSGRADO
DOCTORADO EN CIENCIAS DE LA SALUD
ANEXO 03



CUESTIONARIO DE CARACTERÍSTICAS GENERALES DE LA MUESTRA

Código:

Fecha: / /

TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN: Cambios emocionales y sedentarismo durante la pandemia COVID 19, en estudiantes de primaria, de una Institución Educativa de Tingo María 2021.

INSTRUCCIONES: Apreciados estudiantes y apoderados: Estamos realizando un estudio de interés en tiempos de pandemia. Para ello recurrimos a usted para pedirle su opinión sobre posibles cambios emocionales y sedentarismo durante la pandemia COVID 19. Es así, requerimos su participación por este medio.

Leer con atención y poner un aspa (X) en la respuesta que usted haya sentido durante la pandemia de la COVID 19, en torno a ello, se recomienda seguir la puntuación como se muestra a continuación.

Gracias por su colaboración.

I. CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS

Género

1. ¿Cuál es su género? Masculino () Femenino ()

Edad

2. ¿Cuántos años cumplidos tiene usted a la fecha? _____

Grado de estudios

3. ¿Cuál es su grado de estudio? 5to de Primaria () 6to de primaria ()

Religión

4. ¿Qué religión profesa?

Evangélico () católico ()

Mormón () Testigo de Jehová ()

Adventista ()

Procedencia

5. ¿Cuál es su procedencia? Costa () Sierra () Selva ()



UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZAN
FACULTAD DE ENFERMERÍA
SEGUNDA ESPECIALIDAD EN ENFERMERÍA PEDIÁTRICA



ANEXO 04
CUESTIONARIO DE MEDICIÓN DE CAMBIOS
EMOCIONALES

TITULO DE LA INVESTIGACIÓN: Cambios emocionales y sedentarismo durante la pandemia COVID 19, en estudiantes de primaria, de una Institución Educativa de Tingo María 2021.

INSTRUCCIONES. Apreciados estudiantes y apoderados: Estamos realizando un estudio de interés en tiempos de pandemia. Para ello recurrimos a usted para pedirle su opinión sobre posibles cambios emocionales y sedentarismo durante la pandemia COVID 19. Es así, requerimos su participación por este medio.

Leer con atención y poner un aspa (X) en la respuesta que usted haya sentido durante la pandemia de la COVID 19, en torno a ello, se recomienda seguir la puntuación como se muestra a continuación.

1	2	3	4	5
Nunca	Casi nunca	De vez en cuando	A menudo	Muy a menudo

Gracias

N.º	ITEMS	Puntuación				
		1	2	3	4	5
1.	¿Tuviste mucho miedo en tiempo de pandemia?					
2.	¿Te surgieron muchas dudas respecto al peligro que ocasionaba la pandemia?					
3.	¿Tuviste incomodidad al pensar en la enfermedad de la COVID-19?					
4.	¿Entendías a ciertas explicaciones que te brindaban en torno a medidas preventivas del COVID 19?					
5.	¿Te proporcionaron seguridad ante el peligro del COVID 19?					
6.	¿Tenías miedo de perder tu vida a causa del					

	coronavirus (COVID-19)?					
7.	¿Con que frecuencia ha podido controlar las dificultades de su vida?					
8.	¿Tenías miedo cuando escuchabas las noticias e historias sobre el coronavirus (COVID-19)?					
9.	¿Podías dormir con el peligro de contagiarte del coronavirus (COVID-19)?					
II	Ansiedad	1	2	3	4	5
10.	¿Con que frecuencia presentabas temor durante la pandemia?					
11.	¿Tu corazón se aceleraba o palpitaba cuando pensabas en contagiarte del coronavirus (¿COVID-19)?					
12.	¿Ha recibido recomendaciones por parte del personal de salud para controlar la ansiedad?					
13.	¿Manifestabas a tus padres sobre la inquietud que tenías del COVID 19?					
III	Estrés	1	2	3	4	5
14.	¿Con que frecuencia te sentías cansado durante la pandemia del COVID 19?					
15.	¿Durante la pandemia del COVID 19 con qué frecuencia te sentías confundido?					
16.	¿Te sentías seguro en la casa junto a sus familiares durante la pandemia?					
17.	¿Con que frecuencia presentabas dolor de cabeza durante la pandemia de COVID 19?					
18.	¿Sentías que te concentrabas en tus clases virtuales durante la pandemia?					
19.	¿Te enojaste porque por las cosas relacionadas con la pandemia estaban fuera de tu control?					
20.	¿Te sentiste nervioso o estresado por la pandemia?					

VALORACIÓN DE LOS CAMBIOS EMOCIONALES

Valoración general	Nunca	Casi nunca	De vez en cuando	A menudo	Muy a menudo
	0 a 10	11 a 13	14 a 17	18 a 23	24 a más
Valoración específica	Nunca	Casi nunca	De vez en cuando	A menudo	Muy a menudo
Miedo					
Ansiedad					
Estrés					

Leyenda:

Nunca 1, Casi nunca 2, De vez en cuando 3, A menudo 4. Muy a menudo 5



UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZAN
FACULTAD DE ENFERMERÍA



SEGUNDA ESPECIALIDAD EN ENFERMERÍA PEDIÁTRICA

ANEXO 05

**CUESTIONARIO DE MEDICIÓN DEL
SEDENTARISMO**

TITULO DE LA INVESTIGACIÓN: Cambios emocionales y sedentarismo durante la pandemia COVID 19, en estudiantes de primaria, de una institución educativa de Tingo María 2021.

INSTRUCCIONES. Apreciados estudiantes y apoderados: Estamos realizando un estudio de interés en tiempos de pandemia. Para ello recurrimos a usted para pedirle su opinión sobre posibles cambios emocionales y y sedentarismo durante la pandemia COVID 19, en estudiantes de primaria, de una institución educativa de Tingo María 2021; Es así, requerimos su participación por este medio.

Leer con atención y poner un aspa (X) en la alternativa que ve por conveniente, debiendo de marcar solo alguna en base a la siguiente puntuación.

1	2	3
Ausente	Disminuida	Aumentada

Gracias.

Nº	ÍTEM	PUNTUACIÓN		
		1	2	3
I	Actividad física			
1.	Durante la pandemia, ¿Cómo fue tu actividad física?			
2.	¿Mostrabas interés por realizar actividad deportiva durante la pandemia COVID 19?			
3.	¿Utilizabas la bicicleta como medio de transporte durante la pandemia COVID 19?			
4.	¿Cómo era la saturación de oxígeno durante la pandemia COVID 19?			
5.	Durante el receso en las clases virtuales, ¿con qué frecuencia caminabas, corrías o practicabas juegos activos?			

6.	¿Pasabas mucho tiempo sentado o mirando televisión durante la pandemia por el COVID 19?			
7.	¿Percibes que tu rendimiento escolar en la asignatura de educación física se ha visto afectado por la pandemia COVID-19?			
II	Biológico o genético	1	2	3
8.	¿Cambiaron tu estilo de vida durante la pandemia COVID 19?			
9.	¿Durante la pandemia como fue tu apetito en cuanto a la alimentación?			
10.	¿Cómo fue el cambio tu peso habitual durante la pandemia COVID 19?			
11.	¿Tenías mucha sed durante la pandemia COVID 19?			
12.	¿Cómo fue tu satisfacción en cuanto necesidades básicas durante la pandemia COVID 19?			
13.	¿En tu alimentación como fue el consumo de verduras y frutas durante la pandemia del COVID 19?			
III	Tecnológico cultural	1	2	3
14.	¿Con que frecuencia jugabas videojuegos durante la pandemia por COVID 19?			
15.	¿Cómo fue el uso de teléfono celular después de la jornada de clases virtuales?			
16.	¿Con que frecuencia usabas el celular durante la pandemia por COVID 19?			
17.	¿Cuándo te aburres, usas los videojuegos como una forma de distracción?			
18.	¿Con que frecuencia utilizaste el internet durante la pandemia por COVID 19?			
19.	¿Con que frecuencia usabas la computadora durante la pandemia por COVID 19?			
20.	¿Surgieron cambios en tu comportamiento durante la pandemia por COVID 19?			

VALORACIÓN DE LA EXPOSICIÓN AL SEDENTARISMO

Valoración general	Ausente	Disminuida	Aumentada
	≤ 42	43-51	52-60
Valoración específica	Ausente	Disminuida	Aumentada
Miedo	≤ 15	16-18	19-21
Ansiedad	≤ 12	13-15	16-18
Estrés	≤ 15	16-18	19-21

ANEXO 06. FORMATO DE VALIDACIÓN DE LOS INSTRUMENTOS POR EXPERTOS

Nombre del experto:

Especialidad:

“Calificar con 1,2,3 ó 4 cada ítem respecto a los criterios de relevancia, coherencia, suficiencia y claridad”

DIMENSIÓN	ÍTEM	RELEVANCIA	COHERENCIA	SUFICIENCIA	CLARIDAD
ACTIVIDAD FÍSICA	Durante la pandemia, ¿Cómo fue tu actividad física?				
	¿Mostrabas interés por realizar actividad deportiva durante la pandemia COVID 19?				
	¿Utilizabas la bicicleta como medio de transporte durante la pandemia COVID 19?				
	¿Cómo era la saturación de oxígeno durante la pandemia COVID 19?				
	Durante el receso en las clases virtuales, ¿con qué frecuencia camina, corre o practica juegos activos?				
	¿Pasabas mucho tiempo sentado o mirando televisión durante la pandemia del COVID 19?				
	¿Percibes que tu rendimiento escolar en la asignatura de educación física se ha visto afectado por la pandemia COVID-19?				

BIOLÓGICO O GENÉTICO	¿Cambiaron tu estilo de vida durante la pandemia COVID 19?				
	¿Durante la pandemia como fue tu apetito en cuanto a la alimentación?				
	¿Cómo fue el cambio tu peso habitual durante la pandemia COVID 19?				
	¿Tenías mucha sed durante la pandemia COVID 19?				
	¿Cómo fue tu satisfacción en cuanto necesidades básicas durante la pandemia COVID 19?				
	¿En tu alimentación como fue el consumo de verduras y frutas durante la pandemia del COVID 19?				
TECNOLÓGICO CULTURAL	¿Con que frecuencia Jugabas videojuegos durante la pandemia COVID 19?				
	¿Cómo fue el uso de teléfono celular después de la jornada de clases virtuales?				
	¿Con que frecuencia usabas el celular durante la pandemia OVID 19?				
	¿Cuándo te aburres, usas los videojuegos como una forma de distracción?				
	¿Con que frecuencia fue el uso de internet durante la pandemia COVID 19?				

	¿Con que frecuencia usabas la computadora durante la pandemia COVID 19?				
	¿Surgieron cambios en tu comportamiento durante la pandemia COVID 19?				
MIEDO	¿Tuviste mucho miedo en tiempo de pandemia?				
	¿Te surgieron muchas dudas respecto al peligro que ocasionaba la pandemia?				
	¿Tuviste incomodidad al pensar en la enfermedad de la COVID-19?				
	¿Entendías a ciertas explicaciones que te brindaban en torno a medidas preventivas del COVID 19?				
	¿Te proporcionaron seguridad ante el peligro del COVID 19?				
	¿Tenías miedo de perder tu vida a causa del coronavirus (COVID-19)?				
	¿Con que frecuencia ha podido controlar las dificultades de su vida?				
	¿Tenías miedo cuando escuchabas las noticias e historias sobre el coronavirus (COVID-19)?				
	¿Podías dormir con el peligro de contagiarte del coronavirus (COVID-19)?				
ESTRÉS	¿Con que frecuencia te sentías cansado durante la pandemia del COVID 19?				

	¿Durante la pandemia del COVID 19 con qué frecuencia te sentías confundido?				
	¿Te sentías seguro en la casa junto a sus familiares durante la pandemia?				
	¿Con que frecuencia presentabas dolor de cabeza durante la pandemia de COVID 19?				
	¿Sentías que te concentrabas en tus clases virtuales durante la pandemia?				
	¿Te enojaste porque por las cosas relacionadas con la pandemia estaban fuera de tu control?				
	¿Te sentiste nervioso o estresado por la pandemia?				
ANSIEDAD	¿Con que frecuencia presentabas temor durante la pandemia?				
	¿Tu corazón se aceleraba o palpitaba cuando pensabas en contagiarte del coronavirus (¿COVID-19)?				
	¿Ha recibido recomendaciones por parte del personal de salud para controlar la ansiedad?				
	¿Manifestabas a tus padres sobre la inquietud que tenías del COVID 19?				

¿Hay alguna dimensión o ítem que no fue evaluada? SI () NO (). En caso de Sí,

¿Qué dimensión o ítem falta?

DECISIÓN DEL EXPERTO:

El instrumento debe ser aplicado: SI () NO ()

Firma y Sello del experto

ANEXO 7: OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DIMENSIÓN	INDICADOR	VALOR FINAL
VARIABLE DEPENDIENTE				
Sedentarismo Ausente ≤ 42 Disminuida 43 a 51 Aumentada 52 a 60	Significativamente asociado con el aumento de peso y un descenso del nivel de actividad física en individuos estudiados. De hecho, algunos estudios encontraron que el uso de computadora está inversamente relacionado con la actividad física.	actividad física Ítem 1 al 7	Actividades físicas durante la pandemia	Ausente 0 a 11 Disminuida 12 a 23 Aumentada ≥ 24
		Biológico o genético Ítem 8 al 13	Predisposición genética o problemas metabólicos	Ausente 0 a 11 Disminuida 12 a 23 Aumentada ≥ 24
		Tecnológico cultural Ítem 14 al 20	Disponibilidad a libre albedrío de tecnologías educativas	Ausente 0 a 11 Disminuida 12 a 23 Aumentada ≥ 24
VARIABLE INDEPENDIENTE				
Cambios emocionales Puntaje 0 a 10 Puntaje 11 a 13 Puntaje 14 a 17 Puntaje 18 a 23 Puntaje ≥ 24	Son estados psicológicos modificados por presentaciones exógenas y endógenas. Los cambios del estado de ánimo son continuos y sin motivos aparentes. Algunas estamos más eufóricas o hiperactivas, mientras que otras podemos estar más pasivas.	Miedo Son emociones básicas que todo el mundo siente en un momento, a menudo sentimos miedo cuando percibimos una amenaza, ya sea real o imaginaria. Puede ser una sensación muy incómoda. Ítem 1-9	Manifestación de angustia ante el peligro	Nunca 1 Casi nunca 2 De vez en cuando 3 A menudo 4 Muy a menudo 5
		Estrés Un estado de preocupación o tensión mental generado por una situación difícil. Todas las personas tenemos un cierto grado de estrés, ya que se trata de una respuesta natural a las amenazas y a otros estímulos. Ítem 14 - 20	Manifestación de agotamiento ante la pandemia	Nunca 1 Casi nunca 2 De vez en cuando 3 A menudo 4 Muy a menudo 5
		Ansiedad Sentimiento de miedo, temor e inquietud. y tener palpitaciones. Puede ser una reacción normal al estrés. Ítem 10-13	Manifestación de desesperación ante la pandemia	Nunca 1 Casi nunca 2 De vez en cuando 3 A menudo 4 Muy a menudo 5
VARIABLES INTERVINIENTES				
Edad	Tiempo transcurrido a partir del nacimiento de	Demográfico	Reporte de edad cronológica	Años cumplidos

	un individuo			
Sexo	características biológicas y fisiológicas que definen al hombre y a la mujer	Demográfico	Género de nacimiento	Masculino Femenino
Grado académico	instrucción de una persona es el grado más elevado	Académico	Avance académico	Según indica
Sección	de estudios realizados o en curso	Académico	Ubicación o agrupamiento	Según indica
Procedencia	Lugar de donde se ubica una persona	Demográfico	Lugar de donde procede	Urbano Rural

ANEXO 8: CONSTANCIA DE VALIDACIÓN POR JUECES

CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, Wilmer Cepeda Alvarez, con DNI
 N° 20074219 de profesión
Médico, ejerciendo actualmente como
Coordinador Pediatría en la Institución
Hospital Tingo María

Por medio de la presente hago constar que he revisado con fines de validación del instrumento, a los efectos de su aplicación de la tesis titulada: "CAMBIOS EMOCIONALES Y SU INFLUENCIA EN EL SEDENTARISMO, DURANTE LA PANDEMIA COVID 19, EN ESTUDIANTES DEL 5to Y 6to GRADO DE PRIMARIA, COLEGIO DE CIENCIAS TINGO MARÍA – MARZO A SETIEMBRE 2021".

Luego de hacer las observaciones pertinentes, puedo formular las siguientes apreciaciones:

	DEFICIENTE	ACEPTABLE	BUENO	EXCELENTE
Congruencia de ítems			/	
Amplitud de contenido			/	
Redacción de los ítems			/	
Claridad y precisión			/	
Pertinencia			/	

En Tingo María, a los 06 días del mes de Octubre del 2021.


 MINISTERIO DE SALUD
 HOSPITAL TINGO MARÍA
 DR. WILMER CEPEDA ALVAREZ
 Coordinador Pediatría
 Tingo María

CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, Mg. JOSE WILY LOPEZ MARIANO, con DNI
 N° 22506580, de profesión
ENTRENADOR, ejerciendo actualmente como
DOCENTE UNIVERSITARIO, en la Institución
UNIVERSIDAD DE HUANCAYO

Por medio de la presente hago constar que he revisado con fines de validación del instrumento, a los efectos de su aplicación de la tesis titulada: "CAMBIOS EMOCIONALES Y SU INFLUENCIA EN EL SEDENTARISMO, DURANTE LA PANDEMIA COVID 19, EN ESTUDIANTES DEL 5to Y 6to GRADO DE PRIMARIA, COLEGIO DE CIENCIAS TINGO MARÍA – MARZO A SETIEMBRE 2021".

Luego de hacer las observaciones pertinentes, puedo formular las siguientes apreciaciones:

	DEFICIENTE	ACEPTABLE	BUENO	EXCELENTE
Congruencia de ítems				SI
Amplitud de contenido				SI
Redacción de los ítems				SI
Claridad y precisión				SI
Pertinencia				SI

En Tingo María, a los 05 días del mes de Octubre del 2021.


 Mg. José Wily López Mariano
 Firma

CONSTANCIA DE VALIDACIÓN


Yo, Karen Herrera Beltrán con DNI
 N° 4432249 de profesión
Pic Enfermera ejerciendo actualmente como
Docente en la Institución
Hospital de Tingo María

Por medio de la presente hago constar que he revisado con fines de validación del instrumento, a los efectos de su aplicación de la tesis titulada: "CAMBIOS EMOCIONALES Y SU INFLUENCIA EN EL SEDENTARISMO, DURANTE LA PANDEMIA COVID 19, EN ESTUDIANTES DEL 5to Y 6to GRADO DE PRIMARIA, COLEGIO DE CIENCIAS TINGO MARÍA - MARZO A SETIEMBRE 2021".

Luego de hacer las observaciones pertinentes, puedo formular las siguientes apreciaciones:

	DEFICIENTE	ACEPTABLE	BUENO	EXCELENTE
Congruencia de ítems		X		
Amplitud de contenido		X		
Redacción de los ítems			X	
Claridad y precisión		X		
Pertinencia		X		

En Tingo María, a los 06 días del mes de Octubre del 2021.


 Karen Herrera Beltrán
 ESPECIALISTA EN ENFERMERÍA
 FIRMA

VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

Nombre del experto: Moni Lina Ballester Kouri Especialidad: Pediatría

Calificar con 1, 2, 3 ó 4 cada ítem respecto a los criterios de relevancia, coherencia, suficiencia y claridad

DIMENSIÓN	ÍTEM	RELEVANCIA	COHERENCIA	SUFICIENCIA	CLARIDAD
CUESTIONARIO 1: SOBRE CAMBIOS EMOCIONALES EN ESTUDIANTES DE PRIMARIA EN TIEMPOS DE COVID 19					
CAMBIOS EMOCIONALES					
Miedo	Se identificaron en tiempo de pandemia miedo ante la realidad mundial			4	
	Fueron seguidos las preguntas de la situación de pandemia			3	
	Entendieron o comprendieron estar preparados para la enfermedad			4	
	Mostraron entendimiento a ciertas explicaciones que le brindaron en torno a medidas preventivas			3	
	Le proporcionaron seguridad antes de acudir al descanso en su habitación			2	
	Le orientaron sobre los cambios a producirse, utilizando lenguaje claro y sencillo			3	
	Le pusieron atención cuando conversaba tratando de explicar respecto a la pandemia			3	
	Fueron expresivos con usted en todo momento			3	
	Le proporcionaron confianza al realizar algún procedimiento a evitar la enfermedad			3	
	Durante el día noto usted a su niño con las manos sudorosas			2	
Ansiedad					

	Acude permanentemente hacia usted despejando alguna duda del estudiante				
	Le proporcionaron algunos paliativos para controlar la ansiedad	3			2
	Intuyeron lo que necesitabas el estudiante sin tener que decirse a ustedes.				2
	Le hicieron saber a usted, la curiosidad de saber la magnitud del problema de la pandemia			3	
	Le hicieron saber, si está cómodo dormir solo en su habitación			3	
	Le hicieron saber si está seguro en la casa junto a sus familiares			3	
Estrés	Le brindaron información sobre cada medida después de los acuerdos en casa			3	
	Le orientaron respecto, cómo cuidarse para evitar contagiarse mediante sus animales domésticos.			3	
	Le enseñaron cómo cuidarse para no generar preocupación en el entorno familiar			3	
	Considera que la orientación que le ha dado al estudiante, ha facilitado la disminución de la preocupación				2
					3

¿Hay alguna dimensión o ítem que no fue evaluada? SI () NO (X) En caso de SI, ¿Qué dimensión o ítem falta? _____

DECISIÓN DEL EXPERTO:

El instrumento debe ser aplicado:

SI NO ()

[Firma]
 Karen Horguthier Bellón
 ESPECIALISTA UQMA
 CEB-0000000

Firma y Sello

DIMENSIÓN	ÍTEM	RELEVANCIA	COHERENCIA	SUFICIENCIA	CLARIDAD
CUESTIONARIO 2: SOBRE SEDENTARISMO EN ESTUDIANTES DE PRIMARIA EN TIEMPOS DE COVID 19					
SEDENTARISMO					
Actividad física	El niño (a) antes de la pandemia, realizaba actividad física.			3	
	Le explica al niño del procedimiento que debe realizar antes de iniciar su aprendizaje				2
	Le menciona a usted, el deporte que quiere realizar				3
	Muestra interés por realizar actividad deportiva				3
Biológico	Muestra interés para conocer el procedimiento de calentamiento corporal			4	
	Le brinda confianza y respeto para iniciar una actividad física			4	
	El tiempo que dedica a la actividad física es:				3
	Sus hermanos y padres practican deporte semanal				3
	Algún familiar tiene problemas de ansiedad				3
	Algún familiar o padre tiene problemas metabólicos como diabetes mellitus u otro			4	
Ha notado que su niño presenta cambios en la alimentación					2
Por lo general tiene el temperamento de algún miembro de la familia					2
Sus abuelos del niño, promovieron consumo de alimentos saludables					2
Ante la tecnología, su hijo se mantiene dedicado al					2

Tecnológico cultural	uso indiscriminado								
	El niño es consentido habitualmente por los familiares en el hogar								4
	La intensidad de uso de los medios de comunicación para las clases virtuales, es a libre disposición del niño								3
	De las ideas culturales, valora el niño el uso adecuado del tiempo								4
	Le dan oportunidad al niño de expresar sus necesidades								4
	Durante la atención a clases fijan su mirada hacia los medios didácticos								3
	Los familiares demuestran uso del celular permanente frente al estudiante								3

¿Hay alguna dimensión o ítem que no fue evaluada? SI () NO (X) En caso de SI. ¿Qué dimensión o ítem falta? _____

El instrumento debe ser aplicado: SI (X) NO ()

DECISIÓN DEL EXPERTO:


 Karen Hoeseliner Borra
 ESPECIALISTA
 FIPMBA/Salto

CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, Claudia Melissa Amador Malpartida, con DNI
 Nº 48067109 de profesión
Psicología, ejerciendo actualmente como
Psicóloga en la Institución
Hospital Tingo María

Por medio de la presente hago constar que he revisado con fines de validación del instrumento, a los efectos de su aplicación de la tesis titulada: "CAMBIOS EMOCIONALES Y SU INFLUENCIA EN EL SEDENTARISMO, DURANTE LA PANDEMIA COVID 19, EN ESTUDIANTES DEL 5to Y 6to GRADO DE PRIMARIA, COLEGIO DE CIENCIAS TINGO MARÍA – MARZO A SETIEMBRE 2021".

Luego de hacer las observaciones pertinentes, puedo formular las siguientes apreciaciones:

	DEFICIENTE	ACEPTABLE	BUENO	EXCELENTE
Congruencia de ítems				X
Amplitud de contenido				X
Redacción de los ítems				X
Claridad y precisión				X
Pertinencia				X

En Tingo María, a los 06 días del mes de Octubre del 2021.


 MINISTERIO DE SALUD
 REGIONAL PLURINACIONAL
 HOSPITAL TINGO MARÍA

 CLAUDIA MELISSA AMADOR MALPARTIDA
 PSICOLOGA
 C.P.P. 30842

Firma

CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, Cristel Yadira Romero Contreras, con DNI
 Nº 76355105 de profesión
Psicóloga ejerciendo actualmente como
Psicóloga Clínica en la institución
Hospital de Tingo María.

Por medio de la presente hago constar que he revisado con fines de validación del instrumento, a los efectos de su aplicación de la tesis titulada: "CAMBIOS EMOCIONALES Y SU INFLUENCIA EN EL SEDENTARISMO, DURANTE LA PANDEMIA COVID 19, EN ESTUDIANTES DEL 5to Y 6to GRADO DE PRIMARIA, COLEGIO DE CIENCIAS TINGO MARÍA - MARZO A SETIEMBRE 2021".

Luego de hacer las observaciones pertinentes, puedo formular las siguientes apreciaciones:

	DEFICIENTE	ACEPTABLE	BUENO	EXCELENTE
Congruencia de ítems		X		
Amplitud de contenido		X		
Redacción de los ítems		X		
Claridad y precisión		X		
Periódica		X		

En Tingo María, a los 05 días del mes de Octubre del 2021.


 MINISTERIO DE SALUD
 GOBIERNO REGIONAL HUÁNUCO
 HOSPITAL TINGO MARÍA
Cristel Y. Romero Contreras
 Psicóloga
 C.P. Firma

UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN

Huánuco, 05 de Setiembre de 2021

OFICIO CIRC. N° 005-UNHEVAL-ID-FE-2021Señor: Doña Analia Campos Campos

ASUNTO: SOLICITO VALIDACION DE INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

Presente. -

De mi mayor consideración:

Mediante el presente, le saludo cordialmente y a su vez tengo a bien hacer de su conocimiento que, por motivo de rigor metodológico en los trabajos de investigación, se requiere de la validación de instrumentos de recolección de datos.

Motivo por el cual le solicito tenga a bien participar como **Experto** para la validación del instrumento y así comprobar hasta donde los ítems de dichos instrumentos son representativos del dominio o universo de contenido de la propiedad que deseamos medir. Siendo que el proyecto de investigación tiene como título: CAMBIOS EMOCIONALES Y SU INFLUENCIA EN EL SEDENTARISMO, DURANTE LA PANDEMIA COVID 19, EN ESTUDIANTES DEL 5to Y 6to GRADO DE PRIMARIA, COLEGIO DE CIENCIAS TINGO MARÍA - MARZO A SETIEMBRE 2021.

Agradeciendo anticipadamente su atención, me despido de usted reiterándole las muestras de mi deferencia y estima personal.

Atentamente,


 Mariela L. Díaz Calisto
 Lic. Enfermería
 C.E.P. 19520


 Analia J. Berón Estela
 Lic. Psicología
 C.E.P. 08197


 Diana C. Curt Rodríguez
 LIC. ENFERMERIA
 C.E.P. 88512

INVESTIGADOR RESPONSABLE

CONSTANCIA DE VALIDACIÓN


Yo, Dra. Amelia Campos Campos con DNI
 N° 23014744 de profesión
Médico pediatra ejerciendo actualmente como
Médico pediatra en la Institución
Hospital Tingo María - Mingo.

Por medio de la presente hago constar que he revisado con fines de validación del instrumento, a los efectos de su aplicación de la tesis titulada: "CAMBIOS EMOCIONALES Y SU INFLUENCIA EN EL SEDENTARISMO, DURANTE LA PANDEMIA COVID 19, EN ESTUDIANTES DEL 5to Y 6to GRADO DE PRIMARIA, COLEGIO DE CIENCIAS TINGO MARÍA – MARZO A SETIEMBRE 2021".

Luego de hacer las observaciones pertinentes, puedo formular las siguientes apreciaciones:

	DEFICIENTE	ACEPTABLE	BUENO	EXCELENTE
Congruencia de ítems				Si
Amplitud de contenido				Si
Redacción de los ítems				Si
Claridad y precisión				Si
Pertinencia				Si

En Tingo María, a los 06 días del mes de Octubre del 2021.


 Dra. Amelia L. Campos C.
 MEDICO PEDIATRA
 C.O.P. 2445 - FINE 1209

Firma

VALIDACIÓN POR JUECES

Hoja de instrucciones para la evaluación
CATEGORÍA

CATEGORÍA	CALIFICACIÓN	INDICADOR
RELEVANCIA El ítem es esencial o importante, es decir, debe ser incluido	1. No cumple con el criterio 2. Bajo nivel 3. Moderado nivel 4. Alto nivel	El ítem puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide este El ítem es relativamente importante El ítem es muy relevante y debe ser incluido
COHERENCIA El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que están midiendo	1. No cumple con el criterio 2. Bajo nivel 3. Moderado nivel 4. Alto nivel	El ítem puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión El ítem tiene una relación tangencial con la dimensión El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que está midiendo El ítem tiene relación lógica con la dimensión
SUFICIENCIA Los ítems que pertenecen a una misma dimensión bastan para obtener la medición de esta.	1. No cumple con el criterio 2. Bajo nivel 3. Moderado nivel 4. Alto nivel	Los ítems no son suficientes para medir la dimensión Los ítems miden algún aspecto de la dimensión pero no corresponden con la dimensión total Se deben incrementar algunos ítems para poder evaluar la dimensión completamente Los ítems son suficientes
CLARIDAD El ítem se comprende fácilmente, es decir, sus sintácticas y semánticas son adecuadas	1. No cumple con el criterio 2. Bajo nivel 3. Moderado nivel 4. Alto nivel	El ítem no es claro El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras que utilizan de acuerdo a su significado o por la ordenación de los mismos Se requiere una modificación muy específica de algunos términos de ítem. El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada

VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

Nombre del experto: Amelia Campos Campos Especialidad: Pediatría (Niños)

"Calificar con 1, 2, 3 ó 4 cada ítem respecto a los criterios de relevancia, coherencia, suficiencia y claridad"

DIMENSIÓN	ÍTEM	RELEVANCIA	COHERENCIA	SUFICIENCIA	CLARIDAD
CUESTIONARIO 1: SOBRE CAMBIOS EMOCIONALES EN ESTUDIANTES DE PRIMARIA EN TIEMPOS DE COVID 19					
CAMBIOS EMOCIONALES					
Miedo	Se identificaron en tiempo de pandemia miedo ante la realidad mundial	4	4	4	4
	Fueron seguidos las preguntas de la situación de pandemia	4	4	4	4
	Entendieron o comprendieron estar preparados para la enfermedad	4	4	4	4
	Mostraron entendimiento a ciertas explicaciones que le brindaron en torno a medidas preventivas	4	4	4	4
	Le proporcionaron seguridad antes de acudir al descanso en su habitación	4	4	4	4
	Le orientaron sobre los cambios a producirse, utilizando lenguaje claro y sencillo	4	4	4	4
	Le pusieron atención cuando conversaba tratando de explicar respecto a la pandemia	4	4	4	4
	Fueron expresivos con usted en todo momento	4	4	4	4
	Le proporcionaron confianza al realizar algún procedimiento a evitar la enfermedad	4	4	4	4
	Durante el día noto usted a su niño con las manos sudorosas	4	4	4	4
Ansiedad					

	Acude permanentemente hacia usted despojando alguna duda del estudiante	4	4	4	4
	Le proporcionaron algunos paliativos para controlar la ansiedad	4	4	4	4
	Intuyeron lo que necesitabas el estudiante sin tener que decirselo a ustedes.	4	4	4	4
	Le hicieron saber a usted, la curiosidad de saber la magnitud del problema de la pandemia	4	4	4	4
	Le hicieron saber, si está cómodo dormir solo en su habitación	4	4	4	4
	Le hicieron saber si está seguro en la casa junto a sus familiares	4	4	4	4
Estrés	Le brindaron información sobre cada medida después de los acuerdos en casa	4	4	4	4
	Le orientaron respecto, cómo cuidarse para evitar contagiarse mediante sus animales domésticos.	4	4	4	4
	Le enseñaron cómo cuidarse para no generar preocupación en el entorno familiar	4	4	4	4
	Considera que la orientación que le ha dado al estudiante, ha facilitado la disminución de la preocupación.	4	4	4	4

¿Hay alguna dimensión o ítem que no fue evaluada? SI () NO (X) En caso de SI, ¿Qué dimensión o ítem falta? _____

DECISIÓN DEL EXPERTO:

El instrumento debe ser aplicado:

SI (X) NO ()


 Dra. Annelis L. Campos C.
 MÉRICO PEÑUÑAL
 CIP 2465 - RNE 1028

Firma y Sello

DIMENSIÓN	ÍTEM	RELEVANCIA	COHERENCIA	SUFICIENCIA	CLARIDAD
CUESTIONARIO 2: SOBRE SEDENTARISMO EN ESTUDIANTES DE PRIMARIA EN TIEMPOS DE COVID 19					
SEDENTARISMO					
Actividad física	El niño (a) antes de la pandemia, realizaba actividad física.	4	4	4	4
	Le explica al niño del procedimiento que debe realizar antes de iniciar su aprendizaje	2	4	4	2
	Le menciona a usted, el deporte que quiere realizar	4	4	4	4
	Muestra interés por realizar actividad deportiva	1	4	4	4
	Muestra interés para conocer el procedimiento de calentamiento corporal	2	4	4	2
	Le brinda confianza y respeto para iniciar una actividad física	4	4	4	4
Biológico	El tiempo que dedica a la actividad física es:	4	4	4	4
	Sus hermanos y padres practican deporte semanal	2	4	4	4
	Algún familiar tiene problemas de ansiedad	4	4	4	4
	Algún familiar o padre tiene problemas metabólicos como diabetes mellitus u otro	4	4	4	4
	Ha notado que su niño presenta cambios en la alimentación	1	4	4	4
	Por lo general tiene el temperamento de algún miembro de la familia	2	4	4	4
	Sus abuelos del niño, promovieron consumo de alimentos saludables	4	4	4	4
	Ante la tecnología, su hijo se mantiene dedicado al	1	4	4	4

Tecnológico cultural	uso indiscriminado	4	4	4
	El niño es consentido habitualmente por los familiares en el hogar.	4	4	4
	La intensidad de uso de los medios de comunicación para las clases virtuales, es a libre disposición del niño.	4	4	4
	De las ideas culturales, valora el niño el uso adecuado del tiempo	4	4	4
	Le dan oportunidad al niño de expresar sus necesidades	4	4	4
	Durante la atención a clases fijan su mirada hacia los medios didácticos	4	4	4
	Los familiares demuestran uso del celular permanente frente al estudiante	4	4	4

¿Hay alguna dimensión o ítem que no fue evaluada? SI () NO (X) En caso de SI, ¿Qué dimensión o ítem falta? _____

DECISIÓN DEL EXPERTO:

El instrumento debe ser aplicado:

SI (X) NO ()

Dr. Anicela L. Sanguis C.
 MEdCO
 CARR. 30000, P.O. BOX 10000

Firma y Sello



"Año de la unidad, la paz y el desarrollo"
UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN
HUÁNUCO – PERÚ
FACULTAD DE ENFERMERÍA



ACTA DE DEFENSA DE TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO DE SEGUNDA ESPECIALIDAD PROFESIONAL EN ENFERMERÍA EN PEDIATRÍA

En la Plataforma "Cisco Webex Meetings" asignado a la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, siendo las veinte horas, del día veintisiete, del mes de setiembre del 2023, ante los miembros integrantes del Jurado Calificador, nombrados mediante la **RESOLUCIÓN N°0281-2023-UNHEVAL-D-ENF, del 08.JUN.2023.**

- | | |
|--|------------|
| • Mg. Tania FERNANDEZ GINES | PRESIDENTE |
| • Mg. Florian Gualberto FABIAN FLORES | SECRETARIO |
| • Dra. Bethsy Diana HUAPALLA CÉSPEDES | VOCAL |

La aspirante al Título de la Segunda Especialidad Profesional en Enfermería en Pediatría, Lic. Enf. **Paulina Juanita BERAUN ESTELA**; bajo la asesoría de la Mg. **Mida AGUIRRE CANO (RESOLUCIÓN N°266-2021-UNHEVAL-D-ENF, del 29.OCT.2021)**; procedió a la defensa de la tesis titulado: **CAMBIOS EMOCIONALES Y SEDENTARISMO, DURANTE LA PANDEMIA COVID 19 EN ESTUDIANTES DE PRIMARIA, DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE TINGO MARÍA 2021.**

Finalizado el acto de defensa, cada miembro del Jurado procedió a la evaluación de la aspirante al Título de Segunda Especialidad Profesional en Enfermería en Pediatría, teniendo presente los criterios siguientes:

- e) Presentación personal.
- f) Exposición: el problema a resolver, hipótesis, objetivos, resultados, conclusiones, los aportes, contribución a la ciencia y/o solución a un problema social y recomendaciones.
- g) Grado de convicción y sustento bibliográfico utilizados para las respuestas a las interrogantes del Jurado y público asistente.
- h) Dicción y dominio de escenario.

Así mismo, el Jurado plantea a la tesis las observaciones siguientes:

.....

.....

Obteniendo en consecuencia la Nota de **DIECISEIS (16)** equivalente a **BUENO** por lo que se declara **APROBADO (Aprobado o desaprobado).**

Los miembros del jurado firman el presente ACTA en señal de conformidad, en Huánuco, siendo 21:13 horas del día 27 de setiembre de 2023.



PRESIDENTE
 Mg. Tania FERNANDEZ GINES
 DNI N° 22516168



SECRETARIO (A)
 Mg. Florian Gualberto FABIAN FLORES
 DNI N° 20681625



VOCAL
 Dra. Bethsy Diana HUAPALLA CÉSPEDES
 DNI N° 41753598

- Deficiente (11, 12, 13)
- Bueno (14, 15, 16)
- Muy Bueno (17, 18)
- Excelente (19, 20)



"Año de la unidad, la paz y el desarrollo"
UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN
HUÁNUCO – PERÚ
FACULTAD DE ENFERMERÍA



ACTA DE DEFENSA DE TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO DE SEGUNDA ESPECIALIDAD PROFESIONAL EN ENFERMERÍA EN PEDIATRÍA

En la Plataforma "Cisco Webex Meetings" asignado a la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, siendo las veinte horas, del día veintisiete, del mes de setiembre del 2023, ante los miembros integrantes del Jurado Calificador, nombrados mediante la **RESOLUCIÓN N°0281-2023-UNHEVAL-D-ENF, del 08.JUN.2023.**

- | | |
|---------------------------------------|------------|
| • Mg. Tania FERNANDEZ GINES | PRESIDENTE |
| • Mg. Florian Gualberto FABIAN FLORES | SECRETARIO |
| • Dra. Bethsy Diana HUAPALLA CÉSPEDES | VOCAL |

La aspirante al Título de la Segunda Especialidad Profesional en Enfermería en Pediatría, Lic. Enf. **Diana Carolina CURI RODRÍGUEZ**; bajo la asesoría de la Mg. **Mida AGUIRRE CANO (RESOLUCIÓN N°266-2021-UNHEVAL-D-ENF, del 29.OCT.2021)**; procedió a la defensa de la tesis titulado: **CAMBIOS EMOCIONALES Y SEDENTARISMO, DURANTE LA PANDEMIA COVID 19 EN ESTUDIANTES DE PRIMARIA, DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE TINGO MARÍA 2021.**

Finalizado el acto de defensa, cada miembro del Jurado procedió a la evaluación de la aspirante al Título de Segunda Especialidad Profesional en Enfermería en Pediatría, teniendo presente los criterios siguientes:

- m) Presentación personal.
- n) Exposición: el problema a resolver, hipótesis, objetivos, resultados, conclusiones, los aportes, contribución a la ciencia y/o solución a un problema social y recomendaciones.
- o) Grado de convicción y sustento bibliográfico utilizados para las respuestas a las interrogantes del Jurado y público asistente.
- p) Dicción y dominio de escenario.

Así mismo, el Jurado plantea a la tesis las observaciones siguientes:

.....

.....

Obteniendo en consecuencia la Nota de **DIECISEIS (16)** equivalente a **BUENO** por lo que se declara **APROBADO (Aprobado o desaprobado).**

Los miembros del jurado firman el presente ACTA en señal de conformidad, en Huánuco, siendo 21:13 horas del día 27 de setiembre de 2023.

.....
PRESIDENTE
Mg. Tania FERNANDEZ GINES
DNI N° 22516168

.....
SECRETARIO (A)
Mg. Florian Gualberto FABIAN FLORES
DNI N° 20681625

.....
VOCAL
Dra. Bethsy Diana HUAPALLA CÉSPEDES
DNI N° 41753598

- Deficiente (11, 12, 13)
- Bueno (14, 15, 16)
- Muy Bueno (17, 18)
- Excelente (19, 20)



"Año de la unidad, la paz y el desarrollo"
UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN
HUÁNUCO – PERÚ
FACULTAD DE ENFERMERÍA



ACTA DE DEFENSA DE TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO DE SEGUNDA ESPECIALIDAD PROFESIONAL EN ENFERMERÍA EN PEDIATRÍA

En la Plataforma "Cisco Webex Meetings" asignado a la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, siendo las veinte horas, del día veintisiete, del mes de setiembre del 2023, ante los miembros integrantes del Jurado Calificador, nombrados mediante la **RESOLUCIÓN N°0281-2023-UNHEVAL-D-ENF, del 08.JUN.2023.**

- | | |
|---------------------------------------|------------|
| • Mg. Tania FERNANDEZ GINES | PRESIDENTE |
| • Mg. Florian Gualberto FABIAN FLORES | SECRETARIO |
| • Dra. Bethsy Diana HUAPALLA CÉSPEDES | VOCAL |

La aspirante al Título de la Segunda Especialidad Profesional en Enfermería en Pediatría, Lic. Enf. **Marivel Lucia DAZA CALIXTO**; bajo la asesoría de la Mg. **Mida AGUIRRE CANO (RESOLUCIÓN N°266-2021-UNHEVAL-D-ENF, del 29.OCT.2021)**; procedió a la defensa de la tesis titulado: **CAMBIOS EMOCIONALES Y SEDENTARISMO, DURANTE LA PANDEMIA COVID 19 EN ESTUDIANTES DE PRIMARIA, DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE TINGO MARÍA 2021.**

Finalizado el acto de defensa, cada miembro del Jurado procedió a la evaluación de la aspirante al Título de Segunda Especialidad Profesional en Enfermería en Pediatría, teniendo presente los criterios siguientes:

- i) Presentación personal.
- j) Exposición: el problema a resolver, hipótesis, objetivos, resultados, conclusiones, los aportes, contribución a la ciencia y/o solución a un problema social y recomendaciones.
- k) Grado de convicción y sustento bibliográfico utilizados para las respuestas a las interrogantes del Jurado y público asistente.
- l) Dicción y dominio de escenario.

Así mismo, el Jurado plantea a la tesis las observaciones siguientes:

.....

.....

Obteniendo en consecuencia la Nota de **DIECISEIS (16)** equivalente a **BUENO** por lo que se declara **APROBADO (Aprobado o desaprobado).**

Los miembros del jurado firman el presente ACTA en señal de conformidad, en Huánuco, siendo 21:13 horas del día 27 de setiembre de 2023.

PRESIDENTE

Mg. Tania FERNANDEZ GINES
 DNI N° 22516168

SECRETARIO (A)

Mg. Florian Gualberto FABIAN FLORES
 DNI N° 20681625

VOCAL

Dra. Bethsy Diana HUAPALLA CÉSPEDES
 DNI N° 41753598

- Deficiente (11, 12, 13)
- Bueno (14, 15, 16)
- Muy Bueno (17, 18)
- Excelente (19, 20)



UNIVERSIDAD NACIONAL "HERMILIO VALDIZÁN"
FACULTAD DE ENFERMERÍA

Licenciada con Resolución del Consejo Directivo N° 099-2019-SUNEDU/CD



Anexo 2:

DECLARACIÓN JURADA

Yo, Beraún Estela, Paulina Juanita, identificado con DNI N° 43061345, Daza Calixto, Marivel Lucia con DNI N° 43373139, Curi Rodriguez, Diana Carolina con DNI N°48084689. Con domicilios en el distrito de Rupa Rupa, provincia de Leoncio Prado, departamento de: Huánuco; aspirantes a la Segunda Especialidad Profesional en Enfermería en Pediatría correspondiente al programa de enfermería.

DECLAROMOS BAJO JURAMENTO QUE:

La tesis titulada "CAMBIOS EMOCIONALES Y SEDENTARISMO, DURANTE LA PANDEMIA COVID 19 EN ESTUDIANTES DE PRIMARIA, DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE TINGO MARÍA 2021" fue elaborada dentro del marco ético y legal en su redacción. Si en el futuro se detectara evidencias de vulnerabilidad en el sistema de antiplagio mediante actos que lindan con lo ético y legal, me someto a las sanciones a que hubiera lugar.

Huánuco, 11 de Octubre del 2023.



Paulina Juanita, Beraún Estela



Marivel Lucia, Daza Calixto



Diana Carolina, Curi Rodriguez

"Año de la unidad, la paz y el desarrollo"

UNIVERSIDAD NACIONAL "HERMILIO VALDIZAN" HUANUCO



FACULTAD DE ENFERMERIA

UNIDAD DE INVESTIGACION



DIRECCION UNIDAD DE
INVESTIGACION



CONSTANCIA ANTIPLAGIO

Código: 0006-UI-FE

Prov. N°670-2023-UNHEVAL-D-FENF

LA DIRECTORA DE LA UNIDAD DE INVESTIGACION DE LA FACULTAD DE ENFERMERIA DE LA UNHEVAL, HACE CONSTAR:

Que, la Tesis titulada: **"CAMBIOS EMOCIONALES Y SEDENTARISMO, DURANTE LA PANDEMIA COVID 19 EN ESTUDIANTES DE PRIMARIA, DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE TINGO MARÍA 2021"**, de las Lic. Enf. BERAUN ESTELA, Paulina Juanita, CURI RODRIGUEZ, Diana Carolina y DAZA CALIXTO, Marivel Lucia, de la Segunda Especialidad Profesional en Enfermería en Pediatría; presento **21% de Similitud y CUMPLE**, con lo que indica la Tercera Disposición Complementaria del Reglamento General de Grados y títulos modificado de la UNHEVAL *"Los trabajos de investigación y tesis del pregrado deberán tener una similitud máxima de 35% y de posgrado y segundas especialidades una similitud de 30%.*

Se expide la presente constancia a solicitud de las interesadas.

Cayhuayna, 19 de septiembre de 2023



Dra. Irene Deza y Falcón

DIRECTORA UNIDAD DE INVESTIGACION
FACULTAD DE ENFERMERIA

NOMBRE DEL TRABAJO

CAMBIOS EMOCIONALES Y SEDENTARISMO DURANTE LA PANDEMIA COVID 19 EN ESTUDIANTES DE PRIMARIA, DE UNA INSTITUCION EDUCATIVA DE TINGOMARI 2021

AUTOR

BERAUN ESTELA Paulina Juanita - CURIRODRIGUEZ Diana Carolina - DAZA CALIXTO Marivel Lucia

RECUENTO DE PALABRAS

22999 Words

RECUENTO DE CARACTERES

128829 Characters

RECUENTO DE PÁGINAS

113 Pages

TAMAÑO DEL ARCHIVO

4.7MB

FECHA DE ENTREGA

Sep 5, 2023 4:48 PM GMT-5

FECHA DEL INFORME

Sep 5, 2023 4:49 PM GMT-5

● **24% de similitud general**

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base

- 20% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 17% Base de datos de trabajos entregados
- 2% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

● **Excluir del Reporte de Similitud**

- Material bibliográfico
- Coincidencia baja (menos de 12 palabras)
- Material citado



.....
Dra. Irene Deza y Falcon
DIRECTORA UNIDAD DE INVESTIGACION
FACULTAD DE ENFERMERIA

AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN DIGITAL Y DECLARACIÓN JURADA DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN PARA OPTAR UN GRADO ACADÉMICO O TÍTULO PROFESIONAL

1. Autorización de Publicación: (Marque con una "X")

Pregrado	<input type="checkbox"/>	Segunda Especialidad	<input checked="" type="checkbox"/>	Posgrado:	Maestría	<input type="checkbox"/>	Doctorado	<input type="checkbox"/>
-----------------	--------------------------	-----------------------------	-------------------------------------	------------------	----------	--------------------------	-----------	--------------------------

Pregrado (tal y como está registrado en **SUNEDU**)

Facultad	-----
Escuela Profesional	-----
Carrera Profesional	-----
Grado que otorga	-----
Título que otorga	-----

Segunda especialidad (tal y como está registrado en **SUNEDU**)

Facultad	ENFERMERÍA
Nombre del programa	PEDIATRÍA
Título que Otorga	TITULO DE SEGUNDA ESPECIALIDAD PROFESIONAL EN ENFERMERÍA EN PEDIATRÍA

Posgrado (tal y como está registrado en **SUNEDU**)

Nombre del Programa de estudio	-----
Grado que otorga	-----

2. Datos del Autor(es): (Ingrese todos los datos requeridos completos)

Apellidos y Nombres:	BERAÚN ESTELA, PAULINA JUANITA							
Tipo de Documento:	DNI	<input checked="" type="checkbox"/>	Pasaporte	<input type="checkbox"/>	C.E.	<input type="checkbox"/>	Nro. de Celular:	952085362
Nro. de Documento:	43061345				Correo Electrónico:	Paloma_J85@hotmail.com		

Apellidos y Nombres:	DAZA CALIXTO, MARIVEL LUCIA							
Tipo de Documento:	DNI	<input checked="" type="checkbox"/>	Pasaporte	<input type="checkbox"/>	C.E.	<input type="checkbox"/>	Nro. de Celular:	981621469
Nro. de Documento:	43373139				Correo Electrónico:	marivellucia@gmail.com		

Apellidos y Nombres:	CURI RODRIGUEZ, DIANA CAROLINA							
Tipo de Documento:	DNI	<input checked="" type="checkbox"/>	Pasaporte	<input type="checkbox"/>	C.E.	<input type="checkbox"/>	Nro. de Celular:	938399918
Nro. de Documento:	48084689				Correo Electrónico:	Burgos_curi@outlook.com		

3. Datos del Asesor: (Ingrese todos los datos requeridos completos según DNI, no es necesario indicar el Grado Académico del Asesor)

¿El Trabajo de Investigación cuenta con un Asesor?: (marque con una "X" en el recuadro del costado, según corresponda)	SI	<input checked="" type="checkbox"/>	NO	<input type="checkbox"/>				
Apellidos y Nombres:	AGUIRRE CANO, MIDA			ORCID ID:	https://orcid.org/ 0000 – 001-8830-5850			
Tipo de Documento:	DNI	<input checked="" type="checkbox"/>	Pasaporte	<input type="checkbox"/>	C.E.	<input type="checkbox"/>	Nro. de documento:	22427307

4. Datos del Jurado calificador: (Ingrese solamente los Apellidos y Nombres completos según DNI, no es necesario indicar el Grado Académico del Jurado)

Presidente:	MG. FERNANDEZ GINES, TANIA
Secretario:	MG FLORIAN GUALBERTO, FABIAN FLORES
Vocal:	DRA.HUAPALLA CESPEDES, BETSY DIANA
Vocal:	
Vocal:	
Accesitario	DRA. VILLAR CARBAJAL, ENIT IDA

5. Declaración Jurada: (Ingrese todos los **datos** requeridos **completos**)

a) Soy Autor (a) (es) del Trabajo de Investigación Titulado: (Ingrese el título tal y como está registrado en el Acta de Sustentación)
“CAMBIOS EMOCIONALES Y SEDENTARISMO, DURANTE LA PANDEMIA COVID 19 EN ESTUDIANTES DE PRIMARIA, DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE TINGO MARÍA 2021”
b) El Trabajo de Investigación fue sustentado para optar el Grado Académico ó Título Profesional de: (tal y como está registrado en SUNEDU)
TITULO DE SEGUNDA ESPECIALIDAD PROFESIONAL EN ENFERMERÍA EN PEDIATRÍA
c) El Trabajo de investigación no contiene plagio (ninguna frase completa o párrafo del documento corresponde a otro autor sin haber sido citado previamente), ni total ni parcial, para lo cual se han respetado las normas internacionales de citas y referencias.
d) El trabajo de investigación presentado no atenta contra derechos de terceros.
e) El trabajo de investigación no ha sido publicado, ni presentado anteriormente para obtener algún Grado Académico o Título profesional.
f) Los datos presentados en los resultados (tablas, gráficos, textos) no han sido falsificados, ni presentados sin citar la fuente.
g) Los archivos digitales que entrego contienen la versión final del documento sustentado y aprobado por el jurado.
h) Por lo expuesto, mediante la presente asumo frente a la Universidad Nacional Hermilio Valdizan (en adelante LA UNIVERSIDAD), cualquier responsabilidad que pudiera derivarse por la autoría, originalidad y veracidad del contenido del Trabajo de Investigación, así como por los derechos de la obra y/o invención presentada. En consecuencia, me hago responsable frente a LA UNIVERSIDAD y frente a terceros de cualquier daño que pudiera ocasionar a LA UNIVERSIDAD o a terceros, por el incumplimiento de lo declarado o que pudiera encontrar causas en la tesis presentada, asumiendo todas las cargas pecuniarias que pudieran derivarse de ello. Asimismo, por la presente me comprometo a asumir además todas las cargas pecuniarias que pudieran derivarse para LA UNIVERSIDAD en favor de terceros con motivo de acciones, reclamaciones o conflictos derivados del incumplimiento de lo declarado o las que encontraren causa en el contenido del trabajo de investigación. De identificarse fraude, piratería, plagio, falsificación o que el trabajo haya sido publicado anteriormente; asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a la normatividad vigente de la Universidad Nacional Hermilio Valdizan.

6. Datos del Documento Digital a Publicar: (Ingrese todos los **datos** requeridos **completos**)

Ingrese solo el año en el que sustentó su Trabajo de Investigación: (Verifique la Información en el Acta de Sustentación)			2023
Modalidad de obtención del Grado Académico o Título Profesional: (Marque con X según Ley Universitaria con la que inició sus estudios)	Tesis	x	Tesis Formato Artículo
	Trabajo de Investigación		Trabajo de Suficiencia Profesional
	Trabajo Académico		Otros (especifique modalidad)
Palabras Clave: (solo se requieren 3 palabras)	CAMBIO EMOCIONAL	CONTROL EMOCIONAL	SEDENTARISMO EN ESCOLARES







Tipo de Acceso: (Marque con X según corresponda)	Acceso Abierto	X	Condición Cerrada (*)	
	Con Periodo de Embargo (*)		Fecha de Fin de Embargo:	

¿El Trabajo de Investigación, fue realizado en el marco de una Agencia Patrocinadora? (ya sea por financiamientos de proyectos, esquema financiero, beca, subvención u otras; marcar con una “X” en el recuadro del costado según corresponda):	SI	NO	X
Información de la Agencia Patrocinadora:			

El trabajo de investigación en digital y físico tienen los mismos registros del presente documento como son: Denominación del programa Académico, Denominación del Grado Académico o Título profesional, Nombres y Apellidos del autor, Asesor y Jurado calificador tal y como figura en el Documento de Identidad, Título completo del Trabajo de Investigación y Modalidad de Obtención del Grado Académico o Título Profesional según la Ley Universitaria con la que se inició los estudios.

7. Autorización de Publicación Digital:

A través de la presente. Autorizo de manera gratuita a la Universidad Nacional Hermilio Valdizán a publicar la versión electrónica de este Trabajo de Investigación en su Biblioteca Virtual, Portal Web, Repositorio Institucional y Base de Datos académica, por plazo indefinido, consintiendo que con dicha autorización cualquier tercero podrá acceder a dichas páginas de manera gratuita pudiendo revisarla, imprimirla o grabarla siempre y cuando se respete la autoría y sea citada correctamente. Se autoriza cambiar el contenido de forma, más no de fondo, para propósitos de estandarización de formatos, como también establecer los metadatos correspondientes.

Firma: 		
Apellidos y Nombres:	BERAUN ESTELA PAULINA JUANITA	Huella Digital
DNI:	43061345	
Firma: 		
Apellidos y Nombres:	DAZA CALIXTO MARIVEL LUCIA	Huella Digital
DNI:	43373139	
Firma: 		
Apellidos y Nombres:	CURI RODRIGUEZ DIANA CAROLINA	Huella Digital
DNI:	48084689	
Fecha: 11 de OCTUBRE DEL 2023		

Nota:

- ✓ No modificar los textos preestablecidos, conservar la estructura del documento.
- ✓ Marque con una X en el recuadro que corresponde.
- ✓ Llenar este formato de forma digital, con tipo de letra **calibri**, **tamaño de fuente 09**, manteniendo la alineación del texto que observa en el modelo, sin errores gramaticales (*recuerde las mayúsculas también se tildan si corresponde*).
- ✓ La información que escriba en este formato debe coincidir con la información registrada en los demás archivos y/o formatos que presente, tales como: DNI, Acta de Sustentación, Trabajo de Investigación (PDF) y Declaración Jurada.
- ✓ Cada uno de los datos requeridos en este formato, es de carácter obligatorio según corresponda.