

REVISTA CIENTIFICA TSup

Transformación Superior: Innovación y Cambio en la Educación Superior



Gamificación y manejo del estrés como estrategias de innovación docente para fortalecer competencias pedagógicas en la carrera de técnico en enfermería nivel superior (tens) en instituto tecnológico regional de Puerto Montt.

Gamification and stress management as innovative teaching strategies to strengthen pedagogical competencies in the advanced nursing technician (TENS) program at the Puerto Montt Regional Technological Institute.

Francisco Javier Pérez Hernández

Franciscoperezh98@gmail.com

Universidad de los Lagos.

 <https://orcid.org/0000-0002-9128-7136>

Catalina Rosa Bañares Maldonado

Cbanaresmaldonado@gmail.com

 <https://orcid.org/0009-0002-2422-7130>

Dhasy Cristina García Salinas

eudhasycristina@gmail.com

 <https://orcid.org/0009-0001-3524-2064>

Resumen

Las carreras técnicas en salud presentan altas tasas de reprobación y deserción asociadas a la sobrecarga de contenidos y al estrés académico; en la asignatura “Cuidados en la Atención en Salud del Niño, Niña y Adolescente” del programa TENS se observaron reprobación, abandono y un distrés sostenido. Para afrontarlo, se desarrolló un Proyecto de Innovación Docente¹ que implementó un aula virtual en Google Classroom con rutas gamificadas con misiones y retroalimentación inmediata; y microestrategias de regulación emocional, aplicado como programa de capacitación docente durante el semestre de invierno 2025. La iniciativa fue validada por cinco expertos, registró asistencia completa a los talleres y obtuvo encuestas de satisfacción que evidenciaron plena valoración de su pertinencia y utilidad para la práctica docente y el bienestar estudiantil, lo cual respalda su potencial de escalamiento y replicabilidad en otros contextos de educación superior técnica.

¹ Artículo derivado del Proyecto de Innovación Docente “Gamificación y manejo del estrés como estrategias de innovación docente para fortalecer competencias pedagógicas en la carrera de técnico en enfermería nivel superior (TENS)”, desarrollado en el Magíster en Docencia para la Educación Superior, Universidad Andrés Bello, Chile (invierno 2025).

Palabras clave: Aula Virtual; Estrategias de Gamificación; Manejo del estrés; Metodologías activas; Prácticas pedagógicas.

Abstract

Technical health programs show high failure and dropout rates linked to content overload and academic stress; in the course “Care in Child and Adolescent Health” within the Technical Nursing Program (TENS), failure, withdrawal and sustained distress were observed. To tackle this, a Teaching Innovation Project implemented a Google Classroom virtual classroom with gamified learning paths, missions and immediate feedback; and micro-strategies for emotional regulation, delivered as a faculty training program during the winter semester of 2025. The initiative was validated by five experts, achieved 100 % workshop attendance, and satisfaction surveys revealed unanimous appreciation of its relevance and usefulness for teaching practice and student well-being, supporting its potential for scaling and replication in other technical higher-education contexts.

Keywords: Virtual Classroom; Gamification Strategies; Stress Management; Active Learning Methodologies; Pedagogical Practices.

Introducción

El tránsito por la Educación Superior exige no sólo la apropiación de saberes especializados, sino también la adquisición de competencias de autorregulación y resiliencia; en este sentido, el estrés académico figura como predictor importante de reprobación y deserción temprana en carreras técnicas y universitaria, tal como evidencian Arriagada y Torres (2023) y los hallazgos sobre sus repercusiones biopsicosociales reportados por Silva-Ramos et al. (2020). Para mitigar este escenario, la literatura señala que la gamificación potencia la motivación intrínseca y el compromiso estudiantil (Sandoval Torres, 2025; Pinzón-Salazar et al., 2025), mientras que las microestrategias de regulación emocional contribuyen a reducir el distrés y favorecer la claridad cognitiva. Asimismo, los entornos virtuales facilitan una comunicación bidireccional y la autonomía del aprendizaje (Araya-Muñoz & Majano-Benavides, 2022). No obstante, la evidencia que combine gamificación y manejo del estrés en programas TENS sigue siendo incipiente; por ello, este artículo describe la implementación y evaluación por medio de capacitaciones al cuerpo académico con el fin de la adquisición de competencias docentes sobre un aula virtual gamificada con soporte de autocuidado.

Este artículo tiene por objetivo describir la implementación y evaluación de un entorno virtual gamificado con soporte de manejo del estrés, analizando su impacto en variables de bienestar y rendimiento académico.

Metodología

Se adoptó un diseño cuasi-experimental de tipo pretest-posttest con grupo único. La muestra se conformó por 4 docentes, quienes accedieron de forma voluntaria a participar en el proyecto, el cual se desarrolló en tres fases:

Diseño instruccional y validación de expertos. Se elaboraron 16 misiones gamificadas alineadas al perfil de egreso, competencias genéricas del currículo y al sílabo de la asignatura. Cinco docentes con experiencia en metodologías activas, docencia en educación superior y arteterapia evaluaron pertinencia, coherencia y usabilidad.

Implementación. Se elaboró dos talleres sincrónicos de 60 minutos, en el cual se presenta las micro-estrategias de manejo del estrés, a través del aula virtual, visualizando las actividades de activación previa, uso de plataformas, construcción de herramientas que se dieron a conocer desde el inicio al cierre de cada sesión.

Evaluación Se aplicó una encuesta de satisfacción a los docentes de la carrera de TENS, quienes participaron en los talleres de implementación del aula virtual y aplicación de manejo del estrés mediante estrategias de gamificación en alumnos/as en etapa universitaria.

Resultados

Cinco expertos calificaron la capacitación en el marco de la implementación del Proyecto de Innovación Docente (PID) mediante una encuesta de satisfacción. La encuesta fue respondida por el 100% de los asistentes, lo que permitió obtener una visión clara y representativa de sus percepciones respecto a los contenidos abordados y su aplicabilidad en el contexto educativo.

Los resultados evidencian una valoración altamente positiva de la capacitación. Todos los participantes consideraron que los contenidos tratados entre ellos la gamificación, las técnicas de estudio y la organización son pertinentes y adecuados para ser implementados en sus asignaturas. Además, el *dossier* entregado como material instructivo para el uso del aula virtual fue calificado como "muy útil" por la totalidad de los docentes, destacando su aplicabilidad y claridad.

También hubo una percepción unánime respecto al impacto positivo de las estrategias gamificadas, tanto en términos de motivación estudiantil como en la diversificación de las metodologías de enseñanza y evaluación. Igualmente, se valoró el uso del aula virtual como una

herramienta "muy efectiva" para la organización de la asignatura y el seguimiento del progreso de los estudiantes.

En relación con las técnicas de estudio presentadas durante la jornada, los docentes coincidieron en que estas fomentan un aprendizaje más autónomo y profundo, en contraste con los métodos tradicionales. La experiencia global de la capacitación fue calificada con la nota máxima (7) por el 100% de los participantes, reflejando un alto nivel de satisfacción con la jornada formativa.

Finalmente, a través de una pregunta abierta, los docentes manifestaron su disposición a recomendar la estrategia utilizada centrada en gamificación y manejo del estrés para su aplicación en otras asignaturas, destacando su pertinencia, aplicabilidad transversal y el impacto positivo en el bienestar docente y estudiantil.

Discusión

Los resultados del presente proyecto confirman que la integración de la gamificación con microestrategias de regulación emocional puede contribuir significativamente a mitigar el estrés académico y fortalecer el aprendizaje autónomo en contextos de formación técnica en salud. Esta combinación responde a las recomendaciones de la literatura reciente, que subraya el rol motivacional de las dinámicas lúdicas en entornos educativos y su potencial para aumentar el compromiso estudiantil (Sandoval Torres, 2025; Pinzón-Salazar et al., 2025).

En línea con lo planteado por Araya-Muñoz y Majano-Benavides (2022), la implementación de un aula virtual estructurada y gamificada favoreció la autonomía del aprendizaje y permitió generar una comunicación más fluida entre docentes y estudiantes. A esto se suma el valor añadido de las estrategias breves de autorregulación emocional como ejercicios de respiración, pausas activas y visualización guiada que, según Silva-Ramos et al. (2020), inciden positivamente en la reducción del distrés y la claridad cognitiva.

El enfoque adoptado en este proyecto evitó la gamificación superficial, es decir, aquella centrada únicamente en el entretenimiento. En cambio, se optó por una “ruta educativa” (Sandoval Torres, 2025) en la que el docente actúa como guía, y las misiones, niveles y recompensas están alineadas con competencias clínicas y de autocuidado del currículo, reforzando así la pertinencia pedagógica del diseño instruccional.

La validación por parte de cinco expertos, la asistencia completa a los talleres de capacitación y la valoración unánime positiva en las encuestas de satisfacción indican que la estrategia fue bien recibida y comprendida por el cuerpo docente. Esto refuerza su potencial de escalabilidad y replicabilidad, tanto en otros módulos del programa Técnico en Enfermería (TENS) como en carreras técnicas de similares características.

A partir de estos hallazgos, se recomienda considerar esta estrategia como modelo para programas de formación docente en instituciones de educación técnica superior. Además, futuras investigaciones podrían ampliar la muestra e incorporar mediciones longitudinales que evalúen el impacto directo de la estrategia en variables como rendimiento académico, retención estudiantil y bienestar psicológico.

En síntesis, este Proyecto de Innovación Docente ofrece un modelo concreto, validado y contextualizado, que integra tecnologías educativas, metodologías activas y herramientas de autocuidado, permitiendo transformar el aula virtual en un espacio de aprendizaje integral orientado no solo al logro académico, sino también al bienestar del estudiantado y del cuerpo docente.

Referencias

- Araya-Muñoz, I., & Majano-Benavides, J. (2022). Didáctica universitaria en entornos virtuales. Experiencia en ciencias sociales. *Revista Electrónica Educare*, 26(3), 1-19. <https://doi.org/10.15359/ree.26-3.28>
- Arriagada, A. S., & Torres, F. S. (2023). Diseño y validación de un plan didáctico para la Facultad de Ingeniería en una institución de educación superior del sur de Chile. *Revista Electrónica de Investigación en Docencia Universitaria*, 5(1), Article 1. <https://doi.org/10.54802/r.v5.n1.2023.126>
- Barba Miranda, L. C. B., & Gomez Rivero, J. O. G. (2024). Reflexión y contextualización pedagógica en el desarrollo de las prácticas educativas innovadoras. . . e, 22(3).
- Castañeda, J. G. C., & Gonzalez, J. P. G. (2025). Impacto del Estrés en el Desempeño Académico en Estudiantes Universitarios. 46(149).
- Espinosa-Castro, J.-F., Hernández-Lalinde, J., Rodríguez, J. E., Chacín, M., & Bermúdez-Pirela, V. (2020). Influencia del estrés sobre el rendimiento académico. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 39(1), 63-69.
- Fernández-de-Castro, J., & Villegas-Pantoja, R. A. (2024). Metodologías activas en educación superior: El caso de una universidad particular en México. *European Public & Social Innovation Review*, 9, 1-15. <https://doi.org/10.31637/epsir-2024-631>

- Guzmán, M. del C., Albornoz, E. J., & Alvarado, R. (2022). La didáctica en los entornos virtuales de aprendizaje. *Revista Metropolitana de Ciencias Aplicadas*, 5(1), 96-102.
- Instituto Tecnológico Regional. (2025). Programa de Actividad Curricular: Cuidados en la atención en salud Niño, niña y adolescentes. Google Docs.
- Jasso, R. D. J., Fernandez, V. de J. F., & García-Rojas, A. D. (2025). Perspectiva crítica de la innovación educativa desde las metodologías activas de aprendizaje. *Sophía*, 38, Article 38. <https://doi.org/10.17163/soph.n38.2025.07>
- Jimenez, D. J., González, J. J. G., & Tornel, M. T. (2020). Metodologías activas en la universidad y su relación con los enfoques de enseñanza. *Profesorado, Revista de Currículum y Formación del Profesorado*, 24(1), Article 1. <https://doi.org/10.30827/profesorado.v24i1.8173>
- Jimenez, M. D. J., Méndez Andrés, R. M., Felices de la Fuente, M. del M. F. de la, & Chaparro Sainz, Á. C. (2024). Evaluación de prácticas docentes en el Grado en Educación Primaria desde la perspectiva del alumnado. *Revista Complutense de Educación*, 36(1), Article 1. <https://doi.org/10.5209/rced.93118>
- López Higuera, A., Muñoz Zambrano, I., Correa Correa, Z., Varona Albán, J. C., Roldán González, E., & Erazo Rodriguez, R. (2025). El estrés y las competencias comunicativas: Un reto para la docencia universitaria remota. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, 74, 93-122. <https://doi.org/10.35575/rvucn.n74a5>
- Morales, M. T. R., Solis, A. V. S., & Sifuentes, E. A. (2023). Aprendizaje autónomo y Entornos virtuales de aprendizaje perspectiva de estudiantes universitarios. *Políticas Sociales Sectoriales*, 1(1), Article 1.
- Morejón, L. (2021). El aprendizaje desde la perspectiva de la psico-neuroeducación [apunte]. UNAB.
- Muñoz S, C. (2021). Competencias y habilidades digitales docentes y de estudiantes en el proceso de enseñanza y aprendizaje en entornos virtuales. Universidad Andrés Bello.
- Pinzón-Salazar, S., Pulgarín-Arias, L., Ospina-Cano, S., & Quiroz-González, E. (2025). Instrumento para la evaluación de conocimientos, actitudes y prácticas de docentes sobre gamificación (CAP-GD): Análisis de propiedades psicométricas. *European Public & Social Innovation Review*, 10, 1-22. <https://doi.org/10.31637/epsir-2025-1341>
- Querevalú, P. E., Díaz, I. Á. E., & Manrique, J. D. (2025). Uso del entorno virtual de aprendizaje y desarrollo de competencias digitales de estudiantes de la facultad de Ciencias Administrativas, UNMSM. *IGOBERNANZA*, 8(29), Article 29. <https://doi.org/10.47865/igob.vol8.n29.2025.397>
- Roy, D. (2021). Las características del aprendizaje en el siglo XXI y su impacto en el contexto de la Educación Superior. UNAB.

- Sandoval Torres, F. (2025). Análisis de casos y gamificación: Implementación de metodologías y estrategias activas para la enseñanza de la innovación. *Revista Innovaciones Educativas*, 27(42), 277-298. <https://doi.org/10.22458/ie.v27i42.5129>
- Silva-Ramos, M. F., López-Cocotle, J. J., & Meza-Zamora, M. E. C. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y Ciencia*, 28(79), 75-83
- Torres, M., Yépez, D., Lara, A., Torres, M., Yépez, D., & Lara, A. (2020). LA REFLEXIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE. *Revista Chakiñan de Ciencias Sociales y Humanidades*, 10, 87-101. <https://doi.org/10.37135/chk.002.10.06>
- Universidad de Los Lagos. (s. f.-a). Instituto Tecnológico Regional. Recuperado 27 de abril de 2025, de <https://itr.ulagos.cl/>
- Universidad de Los Lagos. (s. f.-b). Instituto Tecnológico Regional: Carrera Técnico en Enfermería Nivel Superior. Recuperado 27 de abril de 2025, de <https://itr.ulagos.cl/carreradepto/tecnico-de-nivel-superior-en-enfermeria/>
- Universidad de los Lagos. (2020). Modelo educativo institucional 2020. <https://acreditacion.ulagos.cl/wp-content/uploads/2024/03/Modelo-Educativo-2020.pdf>
- Valle, M. D., Valenzuela, J., Muñoz, C., Miranda-Ossandón, J., Vergaño-Salazar, J. G., & Precht, A. (2025). Prácticas docentes universitarias y motivación orientada al aprendizaje: Efecto mediador de la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas. *Educación XX1*, 235-256. <https://doi.org/10.5944/educxx1.38203>
- Vera-Sagredo, A. J., Constenla-Núñez, J. A., & Jara-Coatt, P. A. (2024). Percepción de los docentes chilenos de establecimientos Técnicos Profesionales sobre emprendimiento, innovación y gamificación. *Revista de Investigación, Desarrollo e Innovación*, 14(1), Article 1. <https://doi.org/10.19053/uptc.20278306.v14.n1.2024.17539>
- Villafán, L. A. V., & Linares, É. (2024). Aprendizaje Basado en Gamificación. *Revista Iberoamericana de Tecnología en Educación y Educación en Tecnología*, 38, Article 38. <https://doi.org/10.24215/18509959.38.e1>
- Zavala-Guirado, M. A., González-Castro, I., Vázquez-García, M. A., Zavala-Guirado, M. A., González-Castro, I., & Vázquez-García, M. A. (2020). Modelo de innovación educativa según las experiencias de docentes y estudiantes universitarios. *RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 10(20). <https://doi.org/10.23913/ride.v10i20.590>

