

UNIVERSIDAD DE HUANUCO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA



TESIS

**“Calidad del sueño y la capacidad de memoria auditiva en
estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San
Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024”**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

AUTORA: Lafosse Carrión, Jesli Jandira

ASESORA: Barrueta Santillán, Mercedes Vilma

HUÁNUCO – PERÚ

2025

U

D

H



TIPO DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN:

- Tesis (X)
- Trabajo de Suficiencia Profesional()
- Trabajo de Investigación ()
- Trabajo Académico ()

LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN: Psicología Educativa
AÑO DE LA LÍNEA DE INVESTIGACIÓN (2020)

CAMPO DE CONOCIMIENTO OCDE:

Área: Ciencias sociales

Sub área: Psicología

Disciplina: Psicología (incluye terapias de aprendizaje, habla, visual y otras discapacidades físicas mentales)

DATOS DEL PROGRAMA:

Nombre del Grado/Título a recibir: Título

Profesional de licenciada en psicología

Código del Programa: P05

Tipo de Financiamiento:

- Propio (x)
- UDH ()
- Fondos Concursables ()

DATOS DEL AUTOR:

Documento Nacional de Identidad (DNI): 70264289

DATOS DEL ASESOR:

Documento Nacional de Identidad (DNI): 22503206

Grado/Título: Magister en psicología educativa

Código ORCID: 0000-0003-3880-5624

DATOS DE LOS JURADOS:

Nº	APELLIDOS Y NOMBRES	GRADO	DNI	Código ORCID
1	Tellez Cordero, Reneé del Carmen	Maestro en psicología, con mención en intervención psicológica e investigación	08837346	0000-0001-6378-5050
2	Jaramillo Coz, Beatriz	Magister en administración de la educación	22489114	0000-0001-6288-8234
3	Calero Bravo, Roberto Angelo	Magíster en economía	71586889	0000-0002-7060-7866



Facultad de Ciencias de la Salud
Programa Académico Profesional de Psicología



"Psicología, la fuerza que mueve al mundo y lo cambia"

**"AÑO DE LA RECUPERACIÓN Y CONSOLIDACIÓN DE LA ECONOMÍA
PERUANA"**

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En la ciudad de Huánuco, siendo las **15:30 P.M** horas del día **13** del mes de **octubre** del año **dos mil veinticinco**, en el auditorio de la Facultad de Ciencias de la Salud de la ciudad universitaria La Esperanza en cumplimiento de lo señalado en el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad de Huánuco, se reunió el **Jurado Calificador** integrado por los docentes:

- MG. BETSY MALPARTIDA QUISPE **PRESIDENTE**
- MG. BEATRIZ JARAMILLO COZ **SECRETARIA**
- MG. ROBERTO ANGELO CALERO BRAVO **VOCAL**
- MG. RENEE DEL CARMEN TELLEZ CORDERO (**JURADO ACCESITARIO**)
- **ASESOR DE TESIS** MG. MERCEDES VILMA BARRUETA SANTILLAN

Nombrados mediante Resolución N° 744-2025-D-FCS-UDH, para evaluar la Tesis titulada. **"CALIDAD DEL SUEÑO Y LA CAPACIDAD DE MEMORIA AUDITIVA EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN PRIMARIA DEL COLEGIO EXCELENCIA "SAN VICENTE DE LA BARQUERA" – HUÁNUCO, 2024"**; Presentado por la Bachiller en Psicología, **SRA. LAFOSSE CARRION, JESLI JANDIRA**, para optar el Título Profesional de **LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**.

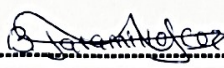
Dicho acto de sustentación se desarrolló en dos etapas: exposición y absolución de preguntas, procediéndose luego a la evaluación por parte de los miembros del Jurado.

Habiendo absuelto las objeciones que le fueron formuladas por los miembros del jurado y de conformidad con las respectivas disposiciones reglamentarias, procedieron a deliberar y calificar, declarándolo (a) aprobada por unanimidad con el calificativo cuantitativo de 14 y cualitativo de SUFICIENTE

Siendo las, 04:56 Horas del día 13 del mes de octubre del año 2025, los miembros del Jurado Calificador firman la presente Acta en señal de conformidad.


MG. RENEE DEL CARMEN TELLEZ CORDERO
orcid.org/0000-0001-6378-5050 - DNI: 08832346

PRESIDENTE


MG. BEATRIZ JARAMILLO COZ
orcid.org/0000-0001-7639-9191 - DNI: 22489114
SECRETARIA


MG. ROBERTO ANGELO CALERO BRAVO
orcid.org/0000-0002-7060-7866 DNI: 71586889
VOCAL



VICERRECTORADO DE
INVESTIGACIÓN



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO

CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD

El comité de integridad científica, realizó la revisión del trabajo de investigación del estudiante: JESLI JANDIRA LAFOSSE CARRIÓN, de la investigación titulada "CALIDAD DEL SUEÑO Y LA CAPACIDAD DE MEMORIA AUDITIVA EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN PRIMARIA DEL COLEGIO EXCELENCIA "SAN VICENTE DE LA BARQUERA" - HUÁNUCO, 2024", con asesor(a) MERCEDES VILMA BARRUETA SANTILLAN, designado(a) mediante documento: RESOLUCIÓN N° 1211-2024-D-FCS-UDH del P. A. de PSICOLOGÍA.

Puede constar que la misma tiene un índice de similitud del 25 % verificable en el reporte final del análisis de originalidad mediante el Software Turnitin.

Por lo que concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio y cumple con todas las normas de la Universidad de Huánuco.

Se expide la presente, a solicitud del interesado para los fines que estime conveniente.

Huánuco, 17 de octubre de 2025



RICHARD J. SOLIS TOLEDO
D.N.I.: 47074047
cod. ORCID: 0000-0002-7629-6421



MANUEL E. ALIAGA VIDURIZAGA
D.N.I.: 71345687
cod. ORCID: 0009-0004-1375-5004

84. Jesli Jandira Lafosse Carrión.docx

INFORME DE ORIGINALIDAD

25%

INDICE DE SIMILITUD

25%

FUENTES DE INTERNET

13%

PUBLICACIONES

12%

TRABAJOS DEL
ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1

hdl.handle.net

Fuente de Internet

7%

2

repositorio.ucv.edu.pe

Fuente de Internet

2%

3

repositorio.udh.edu.pe

Fuente de Internet

2%

4

repositorio.une.edu.pe

Fuente de Internet

2%

5

tesis.ucsm.edu.pe

Fuente de Internet

1%



RICHARD J. SOLIS TOLEDO

D.N.I.: 47074047

cod. ORCID: 0000-0002-7629-6421



MANUEL E. ALIAGA VIDURIZAGA

D.N.I.: 71345687

cod. ORCID: 0009-0004-1375-5004

DEDICATORIA

Al creador, Dios todo poderoso, ser de luz y hacedor de todo lo que rodea, por darme la capacidad del pensar y poner en virtudes y deseos en función a la ayuda del prójimo

Dedico también, esta investigación a mis padres, quienes nunca me dejaron desfallecer, quienes secaron mis lágrimas de frustración y luego de felicidad, por lograr mis metas y objetivos personales, académicos y profesionales.

AGRADECIMIENTO

Un reconocimiento y agradecimiento especial a cada uno de los artífices de la creación de esta casa superior de estudios, la cual es la universidad de Huánuco, responsables directos de la existencia de una institución, donde los jóvenes tengan un lugar cerca de casa donde puedan lograr cada una de sus metas personales, también hacer extensivo un saludo a la facultad de ciencias de la salud y al programa académico de psicología.

Un reconocimiento y agradecimiento especial, para cada uno de los docentes quienes fueron actores principales en el proceso de aprendizaje durante todos estos años, quienes supieron entregar sus mejores enseñanzas, consejos y darnos un poco de su sabiduría.

Un agradecimiento especial a la dirección, plana administrativa, plana de docente y auxiliares quienes laboran en el colegio excelencia "San Vicente de la Barquera", los cuales permitieron la aplicación de los instrumentos de recolección de datos.

ÍNDICE

DEDICATORIA	II
AGRADECIMIENTO	III
ÍNDICE.....	IV
ÍNDICE DE TABLAS	VI
ÍNDICE DE GRÁFICOS	VII
RESUMEN	VIII
INTRODUCCIÓN	X
CAPÍTULO I	12
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	12
1.1. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA.....	12
1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.....	14
1.2.1. PROBLEMA GENERAL	14
1.2.2. PROBLEMAS ESPECÍFICOS.....	14
1.3. OBJETIVOS	15
1.3.1. OBJETIVO GENERAL	15
1.3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	15
1.4. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN.....	16
1.4.1. JUSTIFICACIÓN TEÓRICA	16
1.4.2. JUSTIFICACIÓN PRACTICA.....	16
1.4.3. JUSTIFICACIÓN METODOLÓGICA.....	17
1.5. LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN.....	17
1.6. VIABILIDAD DE LA INVESTIGACIÓN	17
CAPÍTULO II	18
MARCO TEORICO	18
2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN.....	18
2.1.1. ANTECEDENTES INTERNACIONALES	18
2.1.2. ANTECEDENTES NACIONALES	19
2.1.3. ANTECEDENTES LOCALES	21
2.2. BASES TEÓRICAS.....	23
2.2.1. CALIDAD DE SUEÑO.....	23
2.2.2. MEMORIA AUDITIVA	31
2.3. DEFINICIONES CONCEPTUALES DE TÉRMINOS BÁSICOS	36

2.4. HIPÓTESIS	37
2.4.1. HIPÓTESIS GENERAL.....	37
2.4.2. HIPÓTESIS ESPECIFICAS	37
2.5. VARIABLES	39
2.5.1. VARIABLE 1	39
2.5.2. VARIABLE 2	39
2.6. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES	40
CAPÍTULO III.....	42
METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACION	42
3.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN	42
3.1.1. TIPO	42
3.1.2. ENFOQUE	42
3.1.3. ALCANCE O NIVEL DE INVESTIGACIÓN	42
3.1.4. DISEÑO DE INVESTIGACIÓN	43
3.2. POBLACIÓN Y MUESTRA	43
3.2.1. POBLACIÓN	43
3.2.2. MUESTRA	44
3.2.3. MUESTREO.....	44
3.3. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS. 45	
3.4. TÉCNICAS PARA EL PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS..	
.....	46
3.4.1. TÉCNICAS PARA EL PROCESAMIENTO DE DATOS	46
3.4.2. TÉCNICAS PARA EL ANÁLISIS DE DATOS	46
3.5. PLAN DE TABULACIÓN	47
3.5.1. PRUEBAS ESTADÍSTICAS (ESTADÍGRAFOS).....	47
CAPÍTULO IV.....	49
RESULTADOS.....	49
4.1. RESULTADOS DESCRIPTIVOS	49
4.1.1. CONTRASTACIÓN DE HIPÓTESIS.....	51
CAPITULO V.....	59
DISCUSIÓN DE RESULTADOS.....	59
CONCLUSIONES	63
RECOMENDACIONES.....	65
ANEXOS.....	71

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Distribución de la población	44
Tabla 2 Distribución de la muestra.....	44
Tabla 3 Ficha técnica de los instrumentos	45
Tabla 4 Prueba de normalidad.....	48
Tabla 5 Nivel de la dimensión calidad de sueño	49
Tabla 6 Nivel de la dimensión memoria auditiva.....	50
Tabla 7 Niveles de correlación de Pearson	51
Tabla 8 Correlación entre la variable Calidad de sueño y memoria auditiva	51
Tabla 9 Correlación entre la dimensión calidad subjetiva del sueño y la variable memoria auditiva.....	52
Tabla 10 Correlación entre la dimensión latencia del sueño y la variable memoria auditiva.....	53
Tabla 11 Correlación entre la dimensión duración del sueño y la variable memoria auditiva.....	54
Tabla 12 Correlación entre la dimensión eficiencia del sueño y la variable memoria auditiva.....	55
Tabla 13 Correlación entre la dimensión disfunción diurna y la variable memoria auditiva.....	56
Tabla 14 Correlación entre la dimensión perturbación del sueño y la variable memoria auditiva.....	57
Tabla 15 Correlación entre la dimensión medicación hipnótica y la variable memoria auditiva.....	58

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1 Calidad de sueño.....	49
Gráfico 2 Memoria auditiva	50

RESUMEN

La presente investigación abarca el estudio de dos variables las cuales son calidad del sueño y la capacidad de memoria auditiva, las cuales son fuente de la problemática observada en esta población, por lo cual se propuso como problema ¿Cuál es la relación que existe entre calidad del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024? para poder lograr dar respuesta a este cuestionamiento se propone como objetivo general identificar la relación que existe entre las variables. Para desarrollar el estudio se aplicó una metodología de tipo básica, con enfoque cuantitativo nivel descriptivo y el diseño de investigación fue no experimental de corte transversal, correlacional. La población fue conformada por 314 estudiantes, y una muestra de 95 estudiantes a los que se les aplicaron los instrumentos de recolección de datos, los cuales fueron el Índice de Calidad de Sueño de Pittsburgh y el Test de Memoria Auditiva Inmediata (MAI). Los resultados obtenidos fueron un nivel de correlación de,845** la cual nos indica que existe una correlación positiva alta, esto nos dice que a menor nivel de calidad de sueño también es menor la capacidad de desarrollar una memoria auditiva.

Palabras clave: Calidad, sueño, capacidad, estudiantes, educación, colegio.

ABSTRACT

This research addresses the study of two variables: sleep quality and auditory memory capacity, which are identified as the sources of the observed issues within this population. The problem proposed is: What is the relationship between sleep quality and auditory memory capacity in primary school students at the “San Vicente de la Barquera” Excellence School – Huánuco, 2024? To answer this question, the general objective was set to identify the relationship between the variables. A basic methodology was employed, with a quantitative approach, a descriptive level, and a non-experimental, cross-sectional, correlational design. The study population consisted of 314 students, with a sample of 95 students to whom data collection instruments were applied specifically, the Pittsburgh Sleep Quality Index and the Immediate Auditory Memory Test (MAI). The results showed a correlation level of 0.845, indicating a high positive correlation. This suggests that lower sleep quality is associated with a reduced capacity for developing auditory memory.

Keywords: Quality, dream, ability, students, education, school.

INTRODUCCIÓN

El desarrollo del siguiente estudio cumplió con lo establecido por la normativa de la Universidad de Huánuco y el área de investigación, el cual refleja los siguientes apartados:

Las secciones preliminares del trabajo incluyen los apartados de agradecimientos, dedicatoria, resumen del proyecto de investigación y su correspondiente traducción al inglés, además de la introducción, donde se expone la estructura de los capítulos que conforman el estudio.

El capítulo I desarrolla la caracterización del problema, presentando un análisis conciso de las dificultades observadas en cuanto calidad del sueño y la memoria auditiva en estudiantes de educación primaria de la institución educativa de excelencia "San Vicente de la Barquera". Este análisis fundamenta la formulación del problema de investigación, así como la definición de los objetivos general y específicos. También se justifica la importancia del estudio desde los enfoques teórico, metodológico y práctico, abordando sus limitaciones y la factibilidad para su ejecución.

En el capítulo II, se detallan los antecedentes investigativos a nivel internacional, nacional y local. Este capítulo también comprende el marco teórico, que desarrolla las definiciones clave, teorías, características y dimensiones de las variables: calidad del sueño y memoria auditiva. Se incorporan las definiciones conceptuales que precisan términos relevantes para el estudio, así como la hipótesis alterna que propone una relación entre ambas variables. Finalmente, se expone la matriz de operacionalización con sus respectivas dimensiones, indicadores, ítems e instrumento de recolección de datos.

El capítulo III explica el enfoque metodológico adoptado: una investigación de tipo básica, con enfoque cuantitativo, nivel descriptivo y diseño no experimental de corte transversal, correlacional. La población de estudio estuvo conformada por 314 estudiantes, y la muestra seleccionada fue de 95. A estos participantes se les aplicaron dos instrumentos: el Índice de Calidad de Sueño de Pittsburgh y el Test de Memoria Auditiva Inmediata

(MAI). Asimismo, se utilizaron técnicas para el procesamiento y el análisis estadístico mediante el programa SPSS.

En el capítulo IV, se presentan los hallazgos del estudio, destacando que el valor obtenido fue de p de 0.000, es decir, un valor menor al valor de significación ($\alpha = 0.05$), lo que llevó a refutar la hipótesis nula y aprobar la hipótesis alterna. Se evidenció una correlación positiva alta ($r = 0.845^{**}$) entre la calidad del sueño y la memoria auditiva, indicando que una menor calidad del sueño se asocia con una menor capacidad para desarrollar memoria auditiva.

El capítulo V se centra la discusión de resultados, donde se enfrentan los resultados propios y de los antecedentes más importantes presentes en esta investigación. Así como también las conclusiones y recomendaciones, se presentan también en este espacio los anexos para dar conformidad a la aplicación de este estudio.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

El reto de fortalecer las capacidades cognitivas de los estudiantes es un desafío transversal que enfrentan los sistemas educativos a nivel global, sin importar su grado de desarrollo. Actualmente, una de las dificultades más comunes entre los alumnos es la escasa retención de lo que leen o escuchan, la cual se relaciona con una baja capacidad de memoria auditiva. Este fenómeno no surge de manera aislada, sino que está vinculado a factores externos como calidad del sueño, que es presentada como una variable relevante en este contexto.

La OMS (2020) estima que el 40 % aproximadamente de la población en el mundo tiene trastornos en calidad del sueño, manifestados frecuentemente en despertares nocturnos, dificultad para conciliar nuevamente el sueño o despertares excesivamente tempranos. Estas alteraciones provocan somnolencia diurna, siestas recurrentes y sueño en horarios inapropiados, afectando la rutina diaria de quienes las padecen.

Por su parte, Collado et al. (2020) destacan que, en América Latina, existe conciencia sobre la importancia del sueño para la salud y el bienestar, aunque muchas personas no logran cumplir con las 7 a 9 horas recomendadas ni mantienen una regularidad en sus horarios de descanso. El sueño ha sido identificado como uno de los hábitos más influyentes en la salud integral en Brasil (68 %) y Argentina (54 %), y es altamente valorado en Colombia (61 %) y México (74 %). Un aspecto preocupante es la creciente alteración del sueño a causa del uso excesivo de dispositivos electrónicos, siendo Argentina el país con mayor incidencia (38 %), en comparación con el promedio global (26 %).

En el caso de Perú, Vilchez et al. (2019) llevaron a cabo un estudio en ocho facultades de medicina ubicadas en Lima, Ica, Ucayali, Junín y Pasco, revelando que el 77,69 % de los estudiantes eran considerados “malos dormidores”. Además, hallaron una relación directa entre el sueño deficiente

y trastornos emocionales, medidos mediante la escala DASS-21. En particular, los estudiantes con síntomas de depresión tenían un 23 % más de posibilidades de presentar niveles bajos de calidad de sueño; aquellos con ansiedad con un 32%; y quienes reportaban estrés con un 26%. Estos hallazgos refuerzan la evidencia de que las alteraciones crónicas del sueño están estrechamente ligadas a un mayor riesgo de sufrir trastornos psicológicos como la ansiedad y la depresión, los cuales son factores predisponentes del insomnio.

Según Dufour (2010), la memoria auditiva inmediata constituye una habilidad esencial en la vida cotidiana de las personas, desempeñando un papel clave en el proceso de aprendizaje lector. En sus inicios, algunos estudios planteaban que la adquisición del lenguaje escrito derivaba directamente del desarrollo gráfico, como el dibujo. Sin embargo, investigaciones posteriores revelaron una perspectiva distinta: el aprendizaje de la lengua escrita no se limita a la asociación entre símbolos gráficos y sonidos, sino que responde a una construcción cognitiva interna del objeto por parte del sujeto. En este proceso, la memoria cumple la función de vincular los conocimientos previos con las nuevas experiencias adquiridas. Desde esta óptica, la memoria inmediata o de corto plazo se reconoce como una capacidad cognitiva sofisticada, indispensable para el desarrollo de otras funciones intelectuales. Diversos autores han establecido una relación estrecha entre memoria y aprendizaje, al señalar que toda habilidad lectora que un individuo adquiera debe haber sido previamente almacenada en la memoria. Aunque ambos conceptos representan procesos distintos, se encuentran profundamente interconectados.

De tal forma, existe un malestar latente entre la mayoría de los docentes que afirmaron que los estudiantes perdieron el interés por cada uno de los cursos o unidades didácticas las cuales involucran de manera directa a la lectura y la práctica constante de las matemáticas, debido a que no leen por iniciativa propia debido al uso inadecuado de la tecnología, los cuales son usados hasta altas horas de la noche provocando además la pérdida de las horas de sueño, esto genera que el estudiante no descanse como debe de

ser y las consecuencias inmediatas son que se queden dormidos en el al no que baje de manera gradual o instantánea su rendimiento académico, mientras que el aprendizaje se entiende como el proceso mediante el cual una persona incorpora nuevos conocimientos, mientras que la memoria representa tanto el resultado como el componente indispensable que permite consolidar y recuperar dicha información en el contexto educativo.

1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

1.2.1. PROBLEMA GENERAL

¿Cuál es la relación que existe entre calidad del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024?

1.2.2. PROBLEMAS ESPECÍFICOS

- ¿Cuál es la relación que existe entre Calidad subjetiva del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024?
- ¿Cuál es la relación que existe entre la latencia del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024?
- ¿Cuál es la relación que existe entre la duración del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024?
- ¿Cuál es la relación que existe entre la eficiencia del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024?

- ¿Cuál es la relación que existe entre la disfunción diurna y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024?
- ¿Cuál es la relación que existe entre la perturbación del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024?

¿Cuál es la relación que existe entre la medicación hipnótica y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024?

1.3. OBJETIVOS

1.3.1. OBJETIVO GENERAL

Determinar la relación que existe entre calidad del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024

1.3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Analizar la relación que existe entre la perturbación del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024
- Establecer la relación que existe entre la Calidad subjetiva del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024
- Analizar la relación que existe entre la latencia del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024.

- Calcular la relación que existe entre la duración del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024
- Determinar la relación que existe entre la eficiencia del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024
- Establecer la relación que existe entre la disfunción diurna y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024
- Calcular la relación que existe entre la medicación hipnótica y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024

1.4. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

1.4.1. JUSTIFICACIÓN TEÓRICA

Dentro de la diversidad de teóricos existentes los cuales definen a las siguientes variables las cuales son calidad de sueño y la memoria auditiva buscando en si la relación existente las variables de estudio, como parte de una problemática ante la población esta cobra relevancia en su estudio, es por ello que el saber acerca de los beneficios de un buen descanso nocturno va a generar sucesos positivos dentro del proceso de enseñanza - aprendizaje

1.4.2. JUSTIFICACIÓN PRACTICA

La investigación planteada contribuirá en dar a conocer el nivel de relación entre las dos variables de estudio propuestas dentro de este estudio, ya que es importante conocer si los participantes de esta investigación sean considerados como parte de un grupo en el cual se va a investigar desde el descanso, las horas de sueño y demás situaciones que traen consigo consecuencias positivas dentro de su

entorno educativo, ya que el desarrollo del proceso de la memoria auditiva es parte esencial de la educación.

1.4.3. JUSTIFICACIÓN METODOLÓGICA

A nivel metodológico, la presente indagación se ratifica en la obtención de datos ligados de manera directa a la relación existente o no de la calidad de sueño y la memoria auditiva, es por ello que para la medición de esta variable se empleará un cuestionario para cada una de las variables propuestas en esta investigación, el cual será validado a través de un juicio de expertos y pruebas de confiabilidad estadística.

1.5. LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN

La limitación principal para el desarrollo del estudio fue la carencia de material bibliográfico relacionado de manera directa al ámbito local, así como el tiempo propuesto para su desarrollo y ejecución.

1.6. VIABILIDAD DE LA INVESTIGACIÓN

Este estudio será viable porque contará con un potencial humano, así como el investigador, asesores externos y demás colaboradores, así como la participación activa de la población de estudio, el cual comprende a los alumnos de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" para darnos acceso al recojo de información. Así como también se realizará a través de un autofinanciamiento, el cual será costado completamente por el investigador.

CAPÍTULO II

MARCO TEORICO

2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

2.1.1. ANTECEDENTES INTERNACIONALES

Carvajal (2024), en su estudio “Calidad de vida, dieta, y sueño de estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil, durante el periodo junio a diciembre del 2023”. El propósito principal de la investigación fue identificar el grado de asociación entre las variables consideradas en el estudio. Para ello, se implementaron enfoques metodológicos de tipo prospectivo, descriptivo y observacional, haciendo uso de instrumentos previamente validados: el QUALEFFO-41, el Índice de Alimentación Saludable y el Índice de Calidad de Sueño de Pittsburgh. Los hallazgos indicaron que el 40,4 % de los estudiantes evaluó su calidad de sueño como satisfactoria. En cuanto a los hábitos alimenticios, todos los participantes reportaron una alimentación de calidad favorable. Finalmente, se concluyó que el 56 % manifestó tener una buena calidad y duración del sueño, lo que sugiere una posible tendencia hacia una mayor conciencia o valorización del descanso adecuado por parte de los estudiantes vinculados a programas académicos en ciencias de la salud.

De la Cruz (2023), en su tesis “Análisis de la memoria auditiva en el proceso lector”, se realizó con el objetivo de analizar el nivel de la variable de estudio, La metodología empleada en el estudio respondió a un enfoque cualitativo, con un nivel descriptivo y una estrategia combinada de investigación documental y de campo. Para obtener la información necesaria, se recurrió a entrevistas realizadas a tres docentes del área de Lengua y Literatura. Los resultados evidenciaron que la memoria auditiva cumple una función esencial en la comprensión y asimilación de mensajes, además de facilitar la distinción entre sonidos fonéticamente similares, pero con significados distintos. A partir de estos

hallazgos, se concluye que el aprendizaje auditivo representa un recurso valioso dentro del proceso lector. No obstante, su efectividad varía entre estudiantes, ya que no todos comparten el mismo estilo de aprendizaje, algunos responden mejor a estímulos visuales o kinestésicos. En este sentido, si bien la memoria auditiva contribuye significativamente al aprendizaje en el entorno educativo, no constituye un elemento exclusivo, sino parte de una gama de habilidades que los estudiantes pueden combinar para lograr una comprensión eficaz.

Vega (2022), en su tesis “Calidad del sueño en estudiantes universitarios de primer ciclo de Enfermería de una universidad estatal” presentado en la universidad de la republica del Uruguay, su objetivo general fue determinar la calidad subjetiva de la variable, el estudio adoptó un diseño descriptivo con enfoque transversal, y se trabajó con una población compuesta por 230 estudiantes. Para la recolección de datos, se utilizó el Índice de Calidad del Sueño de Pittsburgh con validación colombiana (ICSP-VC). Los resultados evidenciaron que el 66,1 % (152) de los participantes presentó una calidad subjetiva global del sueño deficiente, tomando como criterio de referencia una puntuación igual o superior a 6 en el ICSP-VC. Este porcentaje se distribuyó en tres niveles: alteración leve (35,7 %), moderada (24,3 %) y severa (6,1 %). A partir de estos hallazgos, se destaca la necesidad de implementar estrategias orientadas a la prevención y corrección de problemas relacionados con la higiene del sueño, así como dar continuidad a investigaciones en esta línea, dada su relevancia para el bienestar estudiantil.

2.1.2. ANTECEDENTES NACIONALES

Rodríguez (2022), en su estudio “Calidad del sueño en estudiantes de un colegio secundario de Huancayo-2022”, tuvo como finalidad brindar la caracterización de la variable de estudio presente en esta investigación. Se llevó a cabo una investigación con enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo, prospectivo y de corte transversal, en la cual se empleó como instrumento de recolección de datos el Índice de

Calidad del Sueño de Pittsburgh. Los resultados obtenidos reflejaron un panorama mayoritariamente negativo: el 65,9 % de los participantes reportó una mala calidad del sueño, mientras que el 6,3 % presentó alteraciones severas, un 26,1 % manifestó recurrir al uso de medicamentos para dormir y el 33,5 % evidenció disfunción diurna leve. A partir de estos datos, se concluye que los sujetos evaluados presentan deficiencias significativas en la calidad de su descanso nocturno.

Lozano (2022), en su estudio “Memoria inmediata auditiva y la comprensión lectora en los estudiantes de primaria en una institución educativa en Lima-2022”, tuvo como finalidad determinar la relación entre las dos variables de estudio propuestas. El estudio desarrollado se enmarcó dentro de una investigación básica de enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental, de tipo transversal y correlacional. La muestra estuvo compuesta por 84 estudiantes de sexto grado de primaria. Para la recolección de datos, se emplearon el test de memoria inmediata auditiva de Cordero (1978) y una prueba de comprensión lectora adaptada por la tesista, ambos instrumentos validados por especialistas y con evidencia de confiabilidad. Los resultados revelaron la existencia de correlaciones significativas entre las distintas dimensiones de la memoria inmediata auditiva y la comprensión lectora: memoria lógica ($Rho = 0.176^{**}$), memoria numérica ($Rho = 0.261^{**}$) y memoria asociativa ($Rho = 0.336^{**}$). Asimismo, la relación general entre memoria auditiva inmediata y comprensión lectora alcanzó un valor de Spearman de 0.258, lo que indica una relación moderada entre ambas variables, con un valor de significación estadística de $p = 0.001$, inferior al umbral de 0.05.

Pariona (2021), en su tesis titulada “Memoria inmediata auditiva y el desarrollo de las competencias en el área de comunicación en los estudiantes de la I.E. N° 20311 Nuestra Señora de la Asunción de Ámbar, 2021”, tuvo como finalidad hallar el grado de correlación entre las dos variables de estudio, se trabajó bajo un diseño no Experimental, de tipo descriptiva, bajo un enfoque cuantitativo. Su población fue de 151

estudiantes y su muestra de 62, a los cuales se les fue aplicado el Test de Memoria Inmediata Auditiva (MAI). Se concluye que la hipótesis principal fue confirmada, evidenciando una asociación positiva entre las variables de estudio. El análisis de ambas variables mostró valores superiores al 50 %, lo que respalda la existencia de dicha relación. La mayoría de los estudiantes incluidos en la muestra presentó habilidades en las dimensiones numérica, asociativa y lógica de la memoria. No obstante, se reconoce que aún es necesario fortalecer estas capacidades mediante estrategias que optimicen la retención auditiva y su recuperación en diferentes contextos temporales.

2.1.3. ANTECEDENTES LOCALES

Jurado (2022), en su tesis “Calidad de sueño en los estudiantes de enfermería de la universidad de Huánuco, 2018”, de la universidad de Huánuco, el propósito central de este estudio fue evaluar la calidad del sueño en los estudiantes pertenecientes a la facultad previamente mencionada. La investigación se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo de tipo descriptivo, con un diseño no experimental, y contó con la participación de 112 estudiantes de la Facultad de Enfermería. Para la recolección de datos, se utilizó el instrumento conocido como el Índice de Calidad del Sueño de Pittsburgh. Los resultados permitieron concluir que los alumnos de enfermería de la Universidad de Huánuco presentan una percepción negativa respecto a la calidad subjetiva de su sueño. Muchos de ellos reportaron dificultades tanto para iniciar como para mantener el sueño, así como problemas relacionados con la latencia, ya que suelen permanecer largos periodos en cama sin lograr dormirse.

Estacio y Herrera (2021), en su tesis “Uso de los dispositivos móviles, síndrome visual informático y estrés académico, asociados a la calidad de sueño de estudiantes de 1º a 6º año de la E.P medicina humana en la UNHEVAL, Huánuco, 2022”, el objetivo principal de este estudio fue examinar la posible relación entre el uso de dispositivos móviles y la calidad del sueño. La investigación se desarrolló bajo un diseño de tipo observacional, analítico y correlacional, con un enfoque

transversal. La muestra estuvo conformada por 163 estudiantes, a quienes se les aplicaron instrumentos validados para la recolección de datos: el Índice de Calidad del Sueño de Pittsburgh para evaluar el descanso nocturno, el Inventario de Estrés Académico SISCO SV-21 para medir niveles de estrés relacionados al ámbito académico y el cuestionario CVS-Q, orientado a identificar síntomas visuales vinculados al uso prolongado de pantallas. Como resultados se obtiene que el 79,1% de los participantes del estudio tuvieron un bajo nivel en cuanto a conciliar el sueño. Se concluye que las dos variables estuvieron asociadas entre sí.

Espinoza et al (2019), en sus tesis “Calidad del sueño y confort percibida por pacientes de estancia hospitalaria prolongada en el hospital público de Huánuco – 2019”, estudio presentado por la universidad Hermilio Valdizán, tuvo como objetivo general hallar la relación entre las dos variables de estudio presentado, la investigación adoptó un enfoque cuantitativo de tipo descriptivo y correlacional, trabajando con una población total de 232 pacientes y una muestra seleccionada de 60 personas pertenecientes a los servicios de medicina y cirugía. Los hallazgos indicaron que la mayoría de los pacientes (65,0 %, equivalente a 39 personas) reportó una adecuada calidad de sueño, mientras que solo el 1,7 % (1 paciente) experimentó dificultades significativas para dormir. Los análisis estadísticos evidenciaron una correlación significativa entre el confort proporcionado por el personal de enfermería y la percepción de calidad del sueño en pacientes con hospitalización prolongada en un hospital público de Huánuco durante el año 2018. Este vínculo se respaldó con un coeficiente de correlación de $r = 0,50$ y un valor de significación $p = 0,000$, lo cual permitió refutar la hipótesis nula. En consecuencia, se interpreta que a mayor nivel de confort brindado, mejor es la calidad del sueño experimentada por los pacientes, y viceversa.

2.2. BASES TEÓRICAS

2.2.1. CALIDAD DE SUEÑO

2.2.1.1. TEORÍA DE LA CALIDAD DE SUEÑO

Teoría de la activación –síntesis

Según McCarley y Hobson (1971). Las neuronas que regulan la actividad cerebral durante el sueño participan en dos procesos que se repiten aproximadamente cada 90 minutos. En la primera etapa, de tipo modulador, se activan neuronas encargadas de inhibir los estímulos sensoriales, lo que permite la aparición del contenido onírico característico de esta fase. Durante este proceso, se da paso al inicio del sueño REM (movimiento ocular rápido), donde el cerebro sigue procesando señales externas. La segunda fase corresponde al procesamiento sintético, en la cual el cerebro interpreta estímulos internos como si fueran externos. Este mecanismo induce una desconexión funcional de diversas regiones cerebrales, favoreciendo el descanso fisiológico y la inhibición tanto de la actividad motora del sistema nervioso como de los niveles de atención.

2.2.1.2. DEFINICIÓN DE CALIDAD DE SUEÑO

El sueño es una función biológica esencial que forma parte de las actividades cotidianas y permite la recuperación tanto física como psicológica del organismo, lo cual es fundamental para un desempeño adecuado (Instituto del Sueño, 2019).

De acuerdo con Rico y Vega (2018), la Asociación Americana del Sueño lo describe como un fenómeno dinámico y multifacético, que va más allá de su función reparadora, pues también involucra procesos interactivos donde intervienen los sistemas endocrino, inmunológico y psíquico.

Según Béguin (2017), el sueño está integrado al ciclo circadiano y mantiene una relación bidireccional con diversas funciones fisiológicas, psicológicas y ambientales. Su papel es tan relevante que ocupa aproximadamente una tercera parte de la vida humana, y su ausencia genera consecuencias perjudiciales que aún no se comprenden del todo.

Miró et al. (2005) sostienen que tanto el sueño como el descanso son pilares fundamentales para mantener una buena salud y calidad de vida. La falta de sueño afecta negativamente la concentración, el juicio y la participación en las tareas diarias, al mismo tiempo que incrementa la irritabilidad.

2.2.1.3. FISIOLÓGÍA DEL SUEÑO

El sueño es regulado por una serie de procesos fisiológicos que buscan mantener la homeostasis del descanso. En el proceso de la vigilia, las actividades diurnas provocan una acumulación progresiva de adenosina, un neurotransmisor que favorece la inducción del sueño. Esta sustancia es acumulada en el hipotálamo lateral, donde se une a receptores localizados en el área ventrolateral preóptica, lo que desencadena la inhibición del sistema reticular ascendente, responsable del procesamiento de estímulos externos. Este mecanismo se denomina homeostasis reactiva (Franco y Vanegas, 2019).

Desde el punto de vista fisiológico, el sueño se divide en dos grandes fases: sueño con movimientos oculares rápidos (REM) y sueño sin movimientos oculares rápidos (NREM). Estas últimas, a su vez, comprenden las siguientes etapas:

Fase I: Representa el estado inicial de somnolencia, equivalente al 5 % del sueño de ondas lentas. Es una fase transicional con actividad eléctrica cerebral de baja amplitud y ritmo regular en el EEG. Pueden observarse movimientos oculares lentos

y respuestas verbales inconscientes que no se recuerdan al despertar.

Fase II: Corresponde al sueño ligero y ocupa alrededor del 50 % del ciclo total. Surge aproximadamente a los diez minutos del inicio del sueño. El EEG muestra husos del sueño, caracterizados por ráfagas de ondas rápidas (12–15 Hz), intercaladas con patrones similares a los observados en la fase I.

Fase III: Se considera sueño profundo y aparece tras los primeros 30 minutos. Abarca cerca del 10 % del tiempo total y se asocia con una reducción de parámetros fisiológicos como la frecuencia respiratoria, cardíaca y la presión arterial. Las ondas cerebrales son lentas y predominan los ritmos delta.

Fase IV: Conocida como sueño muy profundo o sueño delta, representa entre el 20 y 25 % del ciclo. Se caracteriza por un predominio de ondas delta en más del 50 % del EEG y escasa o nula actividad ocular.

El sueño REM se relaciona con la aparición de sueños vívidos y movimientos musculares involuntarios. Durante esta fase, el despertar mediante estímulos sensoriales resulta más difícil que en las fases de sueño profundo no REM, lo que refleja una intensa desconexión con el entorno externo.

2.2.1.4. TRASTORNOS DEL SUEÑO

Los trastornos del sueño comprenden una variedad de manifestaciones, como dificultades para iniciar o mantener el sueño, episodios de somnolencia en momentos inadecuados, exceso de sueño y comportamientos anómalos durante el descanso nocturno. Estas alteraciones se agrupan, principalmente, en disomnias y parasomnias:

Disomnias

Según lo planteado por Martínez (2014), las disomnias son trastornos primarios del sueño que se distinguen por problemas para conciliar o conservar el sueño, así como por una somnolencia excesiva durante el día. Estas condiciones conllevan modificaciones en la cantidad, calidad y regularidad del ciclo de sueño. Las personas afectadas pueden experimentar insomnio inicial, despertares frecuentes durante la noche, despertar precoz, o bien una combinación de estos síntomas. En muchos casos, los episodios de corta duración no revisten mayor gravedad clínica.

Algunos de los trastornos más conocidos relacionados con este tipo son:

Trastornos intrínsecos del sueño

- Hipersomnia idiopática
- Narcolepsia
- Trastorno del movimiento periódico de las extremidades.
- Síndrome de piernas inquietas.
- Apnea del sueño.
- Percepción errónea del estado de sueño

Trastornos extrínsecos del sueño

- Trastorno del sueño dependiente del alcohol.
- Insomnio producido por alergia a algunos alimentos.
- Ritmo de sueño inadecuado

Trastornos del sueño del ritmo circadiano

- Síndrome de fase de sueño avanzado
- Síndrome de fase del sueño retardada
- Desorden del sueño por el trabajo.

Parasomnias

Según Medina (2017). Las parasomnias son alteraciones del sueño caracterizadas por la aparición de conductas, movimientos, emociones, percepciones o experiencias oníricas inusuales, que tienen lugar al inicio del sueño, durante las fases del descanso o en el proceso de despertar.

En la mayoría de los casos, estas manifestaciones corresponden a despertares incompletos, en los que se produce una disociación entre los diferentes estados del sueño. Este fenómeno suele ocurrir en las transiciones entre la vigilia y el sueño NREM o entre la vigilia y el sueño REM. Entre los tipos de parasomnias más representativos se encuentran:

- Despertar confuso.
- Sonambulismo
- Terrores nocturnos
- Bruxismo
- Síndrome de piernas inquietas y movimientos periódicos.
- Sexomnio.
- Trastornos de la alimentación relacionados al sueño.

2.2.1.5. FUNCIONES DEL SUEÑO

Durante la etapa inicial del sueño no REM, se producen importantes cambios fisiológicos: la frecuencia cardíaca disminuye hasta aproximadamente 60 latidos por cada minuto, al igual que la frecuencia de la respiración, el tono muscular y la presión arterial. En esta fase, también se activa el proceso de regeneración de tejidos, incluyendo la mucosa gástrica, la piel, la médula ósea y la corteza cerebral. Además, se reduce el metabolismo basal, lo que permite al organismo conservar energía durante el descanso nocturno. Por otro lado, el sueño REM desempeña un papel crucial

en el ámbito cognitivo, ya que se asocia con un incremento en la actividad cortical, modificaciones en el flujo de sangre cerebral, se libera adrenalina y una mayor necesidad de oxígeno. Estas condiciones favorecen los procesos de memorización y consolidación del aprendizaje (Charcas et al., 2016).

2.2.1.6. DIMENSIONES DE LA CALIDAD DEL SUEÑO

Según Buysse et al., el Índice de Calidad del Sueño de Pittsburgh (PSQI) evalúa siete componentes clave para medir la experiencia subjetiva del descanso. Estos son:

Calidad subjetiva del sueño

Corresponde a la valoración personal que cada individuo realiza sobre su descanso. Esta percepción interna se considera fundamental, ya que influye directamente en el comportamiento y en la interpretación que el sujeto tiene sobre la eficacia de su sueño en un momento específico.

Latencia de sueño

Se refiere al tiempo que transcurre desde que la persona se dispone a dormir (por ejemplo, apaga las luces) hasta que se inicia la Fase I del sueño no REM. Esta categoría se puede clasificar en:

- Latencia muy buena: el individuo concilia el sueño en un tiempo óptimo.
- Latencia buena: el tiempo requerido para dormir es aceptable, sin ser excesivamente corto ni prolongado.
- Latencia deficiente: representa una demora significativa en quedarse dormido, común en quienes tienen horarios de sueño irregulares o se acuestan tarde.
- Latencia muy deficiente: implica un tiempo excesivamente largo para iniciar el sueño, situación que afecta la calidad general del

descanso, y suele observarse en personas con rutinas nocturnas o turnos laborales nocturnos.

Duración de sueño

Hace referencia a la cantidad de horas que una persona duerme. Se considera insuficiente cuando el promedio es menor a siete horas por noche durante el último mes, especialmente en adultos jóvenes, para quienes se recomienda un rango entre 7 y 9 horas diarias como patrón saludable de sueño.

Eficiencia de sueño

Este componente evalúa la proporción entre el tiempo real de descanso nocturno y el tiempo total que un individuo se queda en la cama. Se considera que una persona tiene una buena eficiencia de sueño cuando logra dormir la mayor parte del tiempo que permanece acostada. En contraste, si pasa más tiempo despierta que dormida, se interpreta que tiene dificultades para conciliar el sueño adecuadamente.

Los niveles de eficiencia se clasifican de la siguiente manera:

- Muy buena eficiencia: superior al 85 %.
- Buena eficiencia: entre 75 % y 84 %.
- Eficiencia deficiente: entre 65 % y 74 %.
- Eficiencia muy baja: inferior al 65 %.

Perturbaciones de sueño

Este factor se refiere a las interrupciones o disrupciones que impiden que una persona logre un descanso reparador. Entre las causas comunes se incluyen despertares frecuentes, necesidad de levantarse a orinar, dificultades respiratorias, pesadillas, entre otras.

Las alteraciones se clasifican en distintos niveles:

- Ausencia de alteraciones: no se reportan interrupciones que afecten la calidad del sueño.
- Alteración leve: se presentan síntomas mínimos que impactan de forma marginal el descanso.
- Alteración moderada: las disrupciones son suficientes para afectar significativamente la calidad del sueño y requieren atención clínica.
- Alteración severa: se presentan perturbaciones intensas, como episodios de insomnio, pesadillas frecuentes o problemas fisiológicos, que generan somnolencia diurna y dificultan el desarrollo de actividades cotidianas.

Disfunción Diurna

Hace referencia a una alteración en el rendimiento físico y mental que se manifiesta durante el día, evaluada comúnmente en distintos contextos científicos. Esta disfunción considera tanto la percepción de descanso experimentada tras el sueño, como el nivel de fatiga al realizar actividades diarias.

- Sin disfunción diurna: El individuo no presenta signos de fatiga, lo cual se interpreta como un funcionamiento normal del estado de alerta.
- Disfunción leve: Se experimenta cansancio ocasional durante las tareas diarias, que tiende a estabilizarse con el paso del tiempo.
- Disfunción moderada: La fatiga afecta de forma tangible el desempeño diario del individuo.

- Disfunción severa: El agotamiento es considerable y limita la capacidad de permanecer atento o de llevar a cabo labores habituales.

Medicación Hipnótica

Este componente evalúa la frecuencia con la que una persona recurre a fármacos para conciliar el sueño, ya sea por prescripción médica o por automedicación. El término hipnótico abarca sustancias con propiedades sedantes, relajantes o ansiolíticas utilizadas para inducir o mantener el sueño.

2.2.2. MEMORIA AUDITIVA

2.2.2.1. ENFOQUE

Teoría unificada o sintáctica del procesamiento de la información

Según lo planteado por Castro (2019), la memoria se aborda desde una perspectiva sintáctica, en la cual se concibe como una estructura jerárquica compuesta por nodos cognitivos interconectados. Estas unidades se activan a través de conexiones dentro de la memoria de trabajo, y su activación influye directamente sobre el conocimiento. Desde un enfoque conductual, este modelo incluye la memoria sensorial, encargada de conservar temporalmente estímulos que, pese a ser breves, prolongan su impacto y permiten tomar decisiones rápidas. Entre los recuerdos más significativos emocionalmente se encuentra la memoria sensorial visual, también conocida como memoria saliente.

2.2.2.2. DEFINICIÓN

Yates (2015) la conceptualiza desde una visión histórico-cultural como el proceso que permite grabar, conservar y reproducir las huellas de experiencias pasadas. Esta capacidad posibilita al

ser humano acumular conocimiento, motivado por la intención o el interés de conservar la información adquirida.

Por su parte, Candau (2013) define la memoria como la habilidad de los organismos vivos para adquirir, almacenar y utilizar conocimientos o datos, los cuales son codificados, organizados con sentido y recuperados cuando se requiere su evocación.

Asimismo, López (1980) describe la memoria como una facultad que permite captar, codificar, conservar y evocar hechos pasados, constituyéndose como el mecanismo mediante el cual damos cuenta de acontecimientos ocurridos en un momento anterior.

2.2.2.3. PROCESOS DE LA MEMORIA

Según Gluck et al. (2009), la memoria se entiende como un proceso compuesto por tres etapas fundamentales: codificación, almacenamiento y recuperación de la información, cada una con una función específica.

Codificación: Es la etapa inicial, en la que los datos se transforman en un formato comprensible para la memoria. En contextos aplicados, este proceso puede implicar la asignación de valores codificados —como números— a respuestas de preguntas abiertas, dentro de un sistema integrado de recolección y procesamiento de información que incluye verificación y análisis posterior.

Almacenamiento: Consiste en la retención del material registrado, mediante sistemas diseñados específicamente para conservar y mantener disponibles los datos hasta que se necesiten nuevamente.

Recuperación: Implica acceder a la información previamente codificada y almacenada. En el marco del procesamiento de datos,

esta fase es esencial, ya que permite utilizar y aplicar los conocimientos acumulados.

2.2.2.4. DEFINICIÓN DE MEMORIA AUDITIVA INMEDIATA

Cerdán (2017) señala que la memoria auditiva inmediata es la capacidad de recordar de forma inmediata lo escuchado, partiendo de estímulos sonoros interpretados por los analizadores auditivos. Esta memoria integra diversas dimensiones: memoria lógica, que permite recuperar ideas en función de su significado y relevancia contextual; memoria numérica, que implica recordar secuencias numéricas, y memoria asociativa, donde los datos se vinculan con elementos previos o mensajes relacionados para facilitar su evocación.

Rojas y Romani (2016) la describen como la capacidad para interpretar los estímulos auditivos y extraer sus significados, tanto a nivel de palabras como de oraciones, permitiendo la comprensión efectiva del mensaje. Esta función resulta esencial para el aprendizaje, ya que la fijación de contenidos requiere su adecuada codificación y almacenamiento.

Desde una perspectiva neurofisiológica, Marimon y Méndez (2013) sostienen que esta forma de memoria pertenece al sistema sensorial y se encarga de almacenar temporalmente la información sonora percibida, para luego recuperarla de forma casi inmediata.

Kolb y Whishaw (2009) coinciden en que esta habilidad permite interpretar e integrar los estímulos auditivos, y afirman que estos son conservados durante un breve periodo, lo cual facilita su rápida evocación cuando se requiere.

2.2.2.5. TIPOS DE MEMORIA

Según el autor Cerdán (2017), nos da un par de definiciones para la explicación de:

La memoria a corto plazo (MCP), también conocida como memoria operativa o memoria secundaria, se encarga de transformar los estímulos sensoriales en información útil, aunque por un tiempo limitado. Esta modalidad de memoria retiene datos por un lapso que no suele superar los 40 segundos, y permite procesar simultáneamente entre dos y siete elementos. A pesar de su naturaleza transitoria, cumple una función crucial en operaciones cognitivas como el razonamiento lógico y la resolución de problemas.

Por otro lado, la memoria a largo plazo (MLP), o memoria pasiva, constituye el sistema responsable del almacenamiento sostenido de información, con una duración que puede extenderse desde unas pocas horas hasta varios años. La eficiencia con la que esta información se conserva y se recupera de manera inmediata depende de una serie de factores individuales y contextuales:

- El nivel de elaboración cognitiva con el que fue procesado el estímulo.
- Las estrategias de asociación empleadas para facilitar la memorización (por ejemplo, algunas personas logran recordar secuencias numéricas extensas al vincularlas con patrones significativos).
- La frecuencia con la que la información ha sido evocada, ya que la repetición activa fortalece la consolidación y dificulta el olvido.

Memoria explícita: Hace referencia a la información que puede recuperarse de manera consciente. Esta se divide en:

- Memoria episódica, orientada al recuerdo de eventos particulares situados en un tiempo y espacio determinados.
- Memoria semántica, encargada de almacenar conocimientos generales sobre el mundo, sin necesidad de remitir a experiencias específicas.

Memoria implícita o procedimental: También conocida como memoria no declarativa, se relaciona con el almacenamiento de habilidades motoras y procedimientos, los cuales se ejecutan de manera automática sin requerir conciencia explícita de lo aprendido.

2.2.2.6. DIMENSIONES

Según León y Rodríguez (2005), plantea que este tipo de memoria funciona como un sistema destinado al almacenamiento y recuperación de información procesada a través del canal auditivo, el cual se estructura en tres dimensiones principales: memoria lógica, memoria numérica y memoria asociativa (pp. 48–57).

Memoria lógica: Consiste en la capacidad para rememorar situaciones previamente escuchadas, identificando sus elementos esenciales, las relaciones existentes o asociaciones relevantes. Esta habilidad permite reconstruir el sentido global de una narración, utilizando estructuras lingüísticas similares, sinónimos o incluso los mismos términos empleados originalmente.

Memoria numérica: Hace referencia a la facultad de recordar secuencias de números que han sido pronunciadas, ya sea en orden directo o inverso. Se trata de una habilidad inmediata y temporal, donde la persona debe reproducir correctamente series numéricas de acuerdo con la disposición en que le fueron presentadas verbalmente.

Memoria asociativa: Implica la recuperación de información previamente almacenada a partir de estímulos auditivos parciales o relacionados. Esta forma de memoria permite evocar datos completos a partir de un fragmento o señal vinculada al contenido original, facilitando así el acceso a conocimientos previamente aprendidos.

2.3. DEFINICIONES CONCEPTUALES DE TÉRMINOS BÁSICOS

- **Calidad subjetiva del sueño:** Hace referencia a la percepción individual sobre la calidad y cantidad del descanso nocturno. Una deficiencia en este aspecto impacta negativamente en el bienestar general, siendo un fenómeno cada vez más común en contextos académicos exigentes, como el de los estudiantes de medicina.
- **Disfunción diurna:** está relacionada a un nivel inadecuado para realizar diferentes tareas durante el día, en sus actividades diarias.
- **Duración del sueño:** Corresponde al tiempo total dedicado al descanso nocturno, considerando que el sueño ocurre en ciclos de entre 90 y 120 minutos, los cuales se repiten aproximadamente cuatro a cinco veces durante la noche, variando la duración de cada fase a lo largo del ciclo.
- **Eficiencia del sueño:** Es la proporción entre el tiempo efectivamente dormido y el tiempo total que la persona permanece en la cama. Una alta eficiencia indica que la mayor parte del tiempo en cama es aprovechada para dormir.
- **Latencia de sueño:** Hace alusión al intervalo que transcurre desde que se apagan las luces hasta que la persona entra en la primera fase del sueño. En evaluaciones específicas, si el sueño no se inicia, se considera un valor estándar de latencia de 20 minutos.
- **Mediación hipnótica:** Implica el empleo de fármacos con propiedades sedantes o relajantes que inducen un estado de conciencia modificado y promueven la relajación, facilitando la conciliación del sueño y mejorando la atención.
- **Memoria asociativa:** Es la capacidad de evocar información mediante conexiones previas, permitiendo recordar experiencias pasadas al reconocer estímulos similares, lo que favorece el aprendizaje relacional.

- **Memoria lógica:** Consiste en almacenar y recuperar información a través del análisis de contenidos, identificando características relevantes y estableciendo vínculos significativos entre ellas.
- **Memoria numérica:** Faculta a la persona para retener y evocar secuencias vinculadas a contenidos cuantitativos, tales como cifras o series numéricas, muchas veces relacionadas con representaciones simbólicas o contextuales.
- **Perturbación del sueño:** Son condiciones que modifican el patrón normal del descanso, afectando su calidad. Estas perturbaciones pueden comprometer la salud física, la estabilidad emocional y el rendimiento funcional diario.

2.4. HIPÓTESIS

2.4.1. HIPÓTESIS GENERAL

Hi: Existe relación entre calidad del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024

H0: No existe relación entre calidad del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024

2.4.2. HIPÓTESIS ESPECIFICAS

Hi₁: Existe relación entre la Calidad subjetiva del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024

H0₁: No existe relación entre la Calidad subjetiva del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024

Hi₂: Existe relación entre la latencia del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio

excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024.

H0₂: No existe relación entre la latencia del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024.

Hi₃: Existe relación entre la duración del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024

H0₃: No existe relación entre la duración del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024

Hi₄: Existe relación entre la eficiencia del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024

H0₄: No existe relación entre la eficiencia del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024

Hi₅: Existe relación entre la disfunción diurna y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024

H0₅: No existe relación entre la disfunción diurna y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024

Hi₆: Existe relación entre la perturbación del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024

H0₆: No existe relación entre la perturbación del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024

H_{i7}: Existe relación entre la medicación hipnótica y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024

H₀₇: No existe relación entre la medicación hipnótica y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024

2.5. VARIABLES

2.5.1. VARIABLE 1

Calidad de sueño

2.5.2. VARIABLE 2

Memoria auditiva

2.6. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Instrumento	Escala
Calidad de sueño	Domínguez (2007) señala que esta implica no solo lograr un descanso adecuado durante la noche, sino también mantener un desempeño óptimo en las actividades diurnas como reflejo de ese descanso.	El desarrollo de esta investigación se va a ejecutar mediante la aplicación del instrumento el cual se centra en el abordaje de opciones diferentes para cada ítem.	calidad subjetiva del sueño	Muy mala Mala Buena Muy buena	Índice de Calidad de Sueño de Pittsburgh	nominal
			latencia del sueño	Latencia muy buena Latencia buena Latencia mala Latencia muy mala		
			duración del sueño	Más de 7 horas Entre 6 y 7 horas Entre 5 y 6 horas Menos de 5 horas		
			eficiencia del sueño	>85% 75-84% 65-74% <65% Muy Mala		
			disfunción diurna	Sin disfunción diurna Disfunción diurna leve Disfunción diurna moderada Disfunción diurna severa		
			perturbación del sueño	Ninguna perturbación Perturbación leve Perturbación moderada Perturbación severa		
			medicación hipnótica	Ninguna vez en el último mes. Menos de una vez a la semana.		

				Una o dos veces a la semana. Tres o más veces a la semana		
Memoria auditiva	Dioses (2005) la define como la facultad que poseen los organismos vivos para incorporar, conservar y aplicar información o conocimientos adquiridos (p. 36).	Para la obtención y poder desarrollar la variable, se aplicará un instrumento de recolección de datos el cual constara de 3 dimensiones, la primera con 4 ítems, la segunda con 5 y la tercera con 6.	Memoria lógica	1ra y 2da lectura Escribe lo que escucha Utiliza sinónimos	Test de Memoria Auditiva Inmediata (MAI)	Ordinal
			Memoria numérica	Escribe correctamente las series Escribe en distinto orden las series Escribe al revés las series		
			Memoria asociativa	Asocia los pares de palabras en 3 presentaciones		

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACION

3.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN

3.1.1. TIPO

El presente estudio correspondió a un tipo de estudio básica o también denominada como fundamental, busca el enriquecimiento del conocimiento sobre una teoría ya existente y una definición que se va acrecentando cada vez más, este no busca la aplicación o manipulación de los descubrimientos, sino solo busca aumentar el conocimiento con la finalidad de que otros investigadores puedan hacer uso y análisis de los resultados de tal investigación. (Hernández et al, 2014).

3.1.2. ENFOQUE

Correspondió su elaboración a un enfoque de tipo cuantitativo reconoce al proceso de recolección de datos, como una técnica para aprobar o refutar la hipótesis, la cual se debe de presentar dentro del estudio, es por ello poder utilizar la medición numérica y el análisis estadístico como base para establecer patrones de comportamiento y validar teorías. (Hernández y Torres, 2018).

Esta investigación se basa en las valoraciones de tipo numéricas las cuales están presentes en las categorías y puntajes dentro del instrumento de recolección de datos, en este caso un cuestionario, luego de la interpretación de datos se obtendrán resultados propicios para el desarrollo y ejecución de la investigación.

3.1.3. ALCANCE O NIVEL DE INVESTIGACIÓN

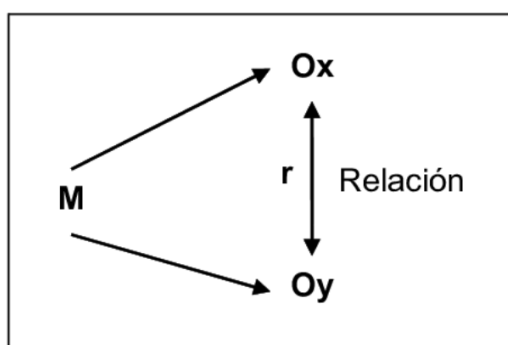
El presente trabajo de investigación se enmarcó en un nivel de alcance descriptivo-relacional, orientado a identificar y comprender las características, comportamientos, contextos y actitudes predominantes mediante una descripción detallada de las actividades, objetos, procesos

y sujetos involucrados. La intención de este tipo de alcance es no analizar, sino detallar un fenómeno. (Fernández et al, 2014).

3.1.4. DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

No experimental de corte transversal, correlacional.

Un estudio no experimental es el que se realiza sin una deliberada manipulación de ninguna de las variables, es aquí donde se expresa específicamente lo que se observa, los fenómenos o la problemática se mencionan dentro de su ambiente natural para después analizarlo, así lo afirma. (Fernández et al, 2014).



Dónde:

M : Muestra de estudio.

Ox : Variable independiente

Oy : Variable dependiente

R : Relación entre las variables.

3.2. POBLACIÓN Y MUESTRA

3.2.1. POBLACIÓN

Según Lilia (2015), Es la totalidad de personas, cosas o acciones que tienen algunas características observables en un lugar y momento específicos durante el cual se llevará a cabo el estudio, es para ello que se tiene un conjunto de elementos para su escogencia.

Tabla 1
Distribución de la población

Estudiantes de nivel primaria												
Grado	1°		2°		3°		4°		5°		6°	
Sección	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B
Cantidad	26	27	29	23	30	25	27	32	28	21	23	23
Total	314											

Fuente. Nominas de matricula

3.2.2. MUESTRA

Según Lilia (2015), este autor nos da como definición que la muestra es un subgrupo de la población interesada sobre el cual se recogerán datos, y que previamente debe definirse y delimitarse con precisión, además de tener que ser representativo del grupo más grande.

La muestra es escogida mediante criterio del investigador, ya que se tendrá mayor acceso a la población mencionada a continuación:

Tabla 2
Distribución de la muestra

Estudiantes de nivel primaria				
Grado	5°		6°	
Sección	A	B	A	B
Cantidad	28	21	23	23
Total	95			

Fuente. Nóminas de matricula

3.2.3. MUESTREO

Es una técnica de muestreo no probabilístico y no aleatorio, por conveniencia, es utilizada para crear muestras de acuerdo con la facilidad de acceso, las muestras de la población se seleccionan solo porque están convenientemente disponibles para el investigador.

Es por ello por lo que se tendrá en consideración los recursos como el tiempo y disponibilidad de la muestra para el investigador, ya que los alumnos de 5 y 6 grado de educación primaria cuentan con horas de tutoría, en la cual sería un buen horario para la aplicación de los instrumentos de recolección de datos.

3.3. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

Se tuvo que aplicar las siguientes técnicas e instrumentos para desarrollar el estudio:

La encuesta: Es considerada como una técnica de información primaria basada en un conjunto de preguntas objetivas, convincentes y bien articuladas que garantizan que la información proporcionada se base en una muestra de sujetos que son representativos de un colectivo más amplio. (Candil, 2015).

Instrumento: Para el desarrollo de esta investigación se utilizará dos cuestionarios:

El cuestionario: Constituye una de las técnicas más utilizadas para la recolección de datos en investigaciones, ya que permite acceder a una muestra amplia de participantes. Su aplicación facilita el análisis de aspectos directamente relacionados con el problema de estudio, así como también la exploración de percepciones, creencias o conceptos específicos que el investigador desea contrastar o validar (Arribas, 2004).

Tabla 3
Ficha técnica de los instrumentos

Cuestionarios	Calidad de Sueño de Pittsburgh	Test de Memoria Auditiva Inmediata (MAI)
Nombre del instrumento	Índice de Calidad de Sueño de Pittsburgh	Test de Memoria Auditiva Inmediata (MAI)
Año de Creación	1988	1978
Año de adaptación	2014	2017
Administración	Individual o colectiva	Individual o colectiva
Aplicación	10 a 5 minutos.	10 a 5 minutos.
Ámbito de Aplicación	Mayores de 10 años	Mayores de 10 años
Autor	Royuela Rico A, Macías Fernández JA	Sánchez y Reyes
Validez	Evaluación de jueces expertos	Evaluación de jueces expertos
Año de validación	2024	2017
Confiabilidad	Confiabilidad de 0.912	Confiabilidad de 0.873

3.4. TÉCNICAS PARA EL PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS

3.4.1. TÉCNICAS PARA EL PROCESAMIENTO DE DATOS

La recolección de datos se efectuó conforme al procedimiento previsto para un diseño pretest–posttest con un solo grupo. Las acciones desarrolladas incluyeron:

- Trámites para la implementación del estudio: gestión de autorizaciones y formalización de solicitudes pertinentes para la obtención de los datos.
- Análisis estadístico descriptivo: se utilizaron pruebas que permitieron caracterizar la muestra en relación con variables y dimensiones específicas, reportando diversos parámetros o medidas resumidas, en concordancia con los objetivos del estudio.

3.4.2. TÉCNICAS PARA EL ANÁLISIS DE DATOS

El procesamiento de los datos del instrumento se realizó mediante el programa SPSS, utilizando estadística inferencial para la comprobación de las hipótesis planteadas. Los resultados fueron representados mediante tablas y gráficos estadísticos, organizados según las variables correspondientes.

Los datos fueron clasificados y estructurados según su naturaleza, agrupándolos por tipo para facilitar su análisis y posterior presentación de manera sintética y comprensible.

La aplicación estadística de manera descriptiva nos permitió conocer en primer lugar los niveles antes, durante y después de la variable dependiente, en este caso la comprensión lectora.

La aplicación de la estadística inferencial se trabajó mediante la aceptación o rechazo de la hipótesis presentada en este estudio.

La verificación de las hipótesis se efectuó siguiendo los siguientes criterios:

- Formulación de la hipótesis de investigación,
- Definición del valor de significación asumido por el investigador, y
- Selección de la prueba estadística adecuada para validar los resultados.

3.5. PLAN DE TABULACIÓN

Tablas estadísticas: Constituyen un recurso esencial en el análisis cuantitativo, ya que permiten organizar información derivada de funciones estadísticas tanto continuas como discretas, en relación con la probabilidad de ocurrencia de un evento, según el modelo estadístico correspondiente. Su estructura facilita la presentación ordenada de los datos, que pueden complementarse posteriormente con representaciones visuales como gráficos.

Gráficos estadísticos: Son herramientas visuales utilizadas para representar conjuntos de datos numéricos. Su propósito principal es sintetizar y comunicar visualmente la información estadística, facilitando la interpretación y el análisis de los patrones o tendencias observadas en la muestra.

3.5.1. PRUEBAS ESTADÍSTICAS (ESTADÍGRAFOS)

Estas herramientas permiten inferir conclusiones sobre la estructura y características de una muestra o conjunto de datos recolectados, a partir de su análisis estadístico.

Prueba estadística de Spearman: Se trata de una prueba estadística de carácter no paramétrico que evalúa el grado de asociación entre dos variables cuantitativas. Es especialmente útil cuando los datos presentan valores atípicos o no siguen una distribución normal, condiciones que podrían distorsionar los resultados de pruebas paramétricas como el coeficiente de Pearson. Una ventaja adicional de esta prueba es que no se ve afectada por cambios en las unidades de medida, lo que la hace robusta ante transformaciones métricas.

Análisis inferencial

- **Prueba de normalidad**

- **H_i**: Los datos de la muestra tienen una distribución normal.
- **H_o**: Los datos de la muestra no tienen una distribución normal.
- valor de significación: 0,05
- Estadístico de prueba: sig. < 0,05, refutar h₀
- sig. > 0,05, aprobar h₀

Tabla 4
Prueba de normalidad

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Calidad de sueño	,167	95	,200	,456	95	,021
Memoria auditiva	,324	95	,200	,768	95	,045
<i>a. Corrección de significación de Lilliefors</i>						

Nota. Información procesada del SPSS

De acuerdo con la cantidad de datos que se evaluaron, se utiliza para comprobar si una variable se distribuye de manera normal, y cuando la muestra es mayor a 50 se debe tener en cuenta la prueba de normalidad de Kolmogorov. Donde nos muestra que la significancia el cual tiene un valor p inferior a 0,05, lo cual evidencia que los datos no tienen una distribución normal. Puesto que se trata de un análisis no paramétrico, se procede a aceptar la hipótesis de investigación. En consecuencia, para contrastar las hipótesis formuladas, se empleará el estadígrafo de Wilcoxon, apropiado para muestras relacionadas que no cumplen con los supuestos de normalidad.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS

4.1. RESULTADOS DESCRIPTIVOS

Tabla 5

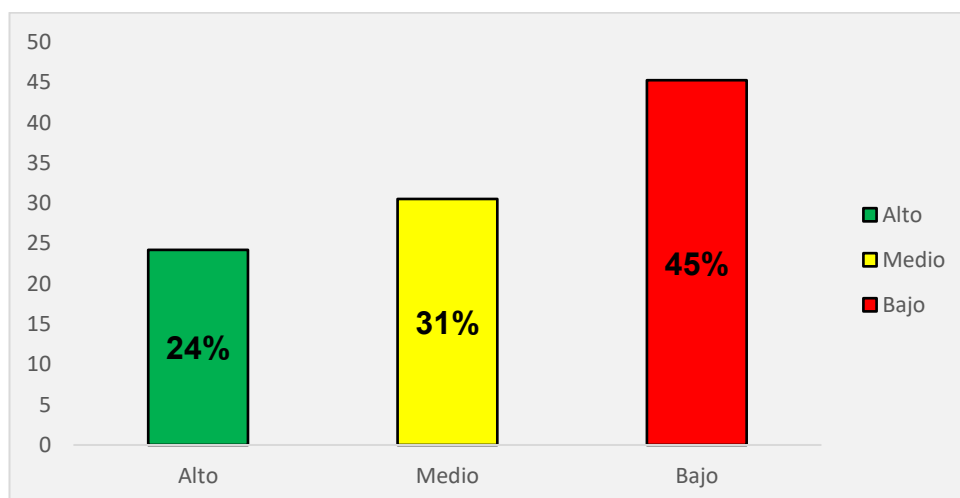
Nivel de la dimensión calidad de sueño

Calidad de sueño	f	%
Alto	23	24
Medio	29	31
Bajo	43	45
Total	95	100

Fuente. Índice de Calidad de Sueño de Pittsburgh

Gráfico 1

Calidad de sueño

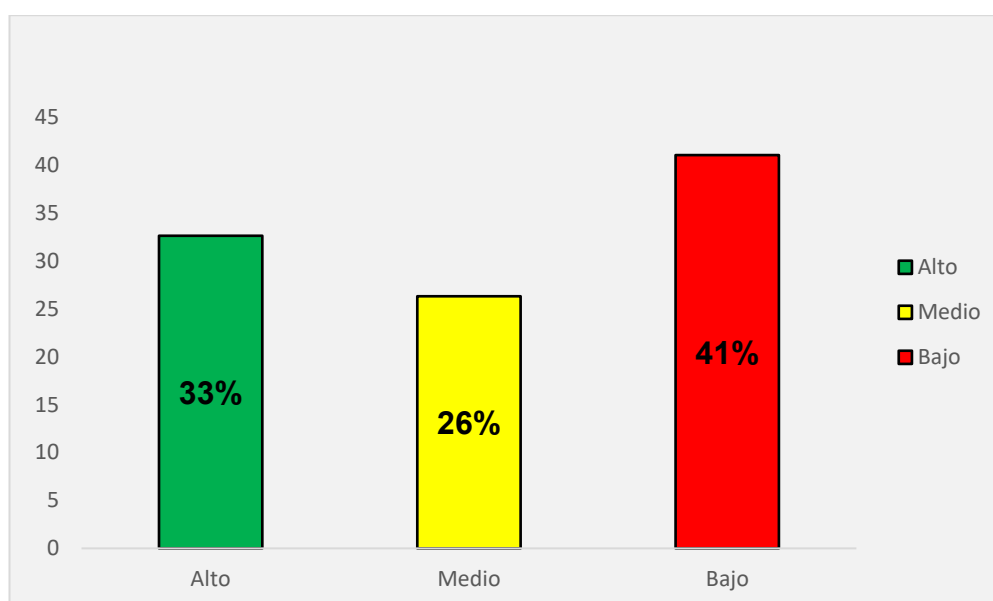


Interpretación:

En la tabla 5 y el gráfico 1, observamos que el nivel más predominante de la variable calidad del sueño, se encuentra en un nivel bajo, el cual está conformado por 43 (45%) estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera", Huánuco, el cual muestra que no hay un adecuado nivel de descanso y horas de sueño en los estudiantes, mientras que el de menor frecuencia fue el nivel alto con 23 (24%) de la población restante.

Tabla 6*Nivel de la dimensión memoria auditiva*

Memoria auditiva	f	%
Alto	31	33
Medio	25	26
Bajo	39	41
Total	95	100

Fuente. Test de Memoria Auditiva Inmediata (MAI)**Gráfico 2***Memoria auditiva***Interpretación:**

En la tabla 6 y el gráfico 2, observamos que el nivel más predominante de la variable memoria auditiva, se encuentra en un nivel bajo, el cual está conformado por 39 (41%) estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera", Huánuco, el cual muestra que existen carencias en la capacidad para almacenar y recordar información sonora que se recibe del entorno, mientras que el de menor frecuencia fue el nivel medio con 25 (%) de la población restante.

4.1.1. CONTRASTACIÓN DE HIPÓTESIS

Tabla 7

Niveles de correlación de Pearson

Valor	Significado
1	Correlación grande y perfecta positiva
0.9 a 0.99	Correlación muy alta positiva
0.7 a 0.89	Correlación alta positiva
0.4 a 0.69	Correlación moderada positiva
0.2 a 0.39	Correlación baja positiva
0.01 a 0.19	Correlación muy baja positiva
0	Correlación nula

Fuente. Elaboración propia

- **Hipótesis general**

Hi: Existe relación entre calidad del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024

H0: No existe relación entre calidad del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024

Tabla 8

Correlación entre la variable Calidad de sueño y memoria auditiva

Correlaciones			
		Calidad de sueño	Memoria auditiva
Calidad de sueño	Correlación de Pearson	1	,845**
	Sig. (bilateral)		,000
	N	95	95
Memoria auditiva	Correlación de Pearson	,845**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	95	95

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

Interpretación:

Podemos ver en la tabla 8, se obtuvo un valor de $p = 0.000$, por debajo del valor de significación establecido ($\alpha = 0.05$), lo que permite refutar la hipótesis nula y aprobar la hipótesis alternativa. Esto evidencia que si hay una correlación significativa entre la calidad del sueño y la memoria auditiva. El coeficiente de correlación reportado fue de $r = 0.845$, lo cual representa una relación positiva alta entre ambas variables, lo cual evidencia la existencia una correlación positiva alta, esto nos dice que a menor nivel de calidad de sueño también es menor la capacidad de desarrollar una memoria auditiva.

- **Hipótesis específicas**

Hi₁: Existe relación entre Calidad subjetiva del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024

H0₁: No existe relación entre Calidad subjetiva del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024

Tabla 9

Correlación entre la dimensión calidad subjetiva del sueño y la variable memoria auditiva

Correlaciones			
		Calidad subjetiva del sueño	Memoria auditiva
Calidad subjetiva del sueño	Correlación de Pearson	1	,807**
	Sig. (bilateral)		,000
	N	95	95
Memoria auditiva	Correlación de Pearson	,807**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	95	95

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

Interpretación:

Podemos ver en la tabla 9, se obtuvo un valor de $p = 0.000$, por debajo del valor de significación establecido ($\alpha = 0.05$), lo que permite refutar la hipótesis nula y aprobar la hipótesis alternativa. Esto evidencia que si hay una correlación directa y significativa entre la dimensión calidad subjetiva del sueño y la variable memoria auditiva, pues se obtuvo el valor de ,807** lo cual representa una relación positiva alta entre ambas variables.

Hi₂: Existe relación entre la latencia del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024.

H0₂: No existe relación entre la latencia del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024.

Tabla 10

Correlación entre la dimensión latencia del sueño y la variable memoria auditiva

Correlaciones			
		Latencia del sueño	Memoria auditiva
Latencia del sueño	Correlación de Pearson	1	,848**
	Sig. (bilateral)		,000
	N	95	95
Memoria auditiva	Correlación de Pearson	,848**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	95	95

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

Interpretación:

Podemos ver en la tabla 10, se obtuvo un valor de $p = 0.000$, por debajo del valor de significación establecido ($\alpha = 0.05$), lo que permite refutar la hipótesis nula y aprobar la hipótesis alternativa. Esto evidencia

que si hay una correlación directa y significativa entre la dimensión latencia del sueño y la variable memoria auditiva, pues se obtuvo el nivel de ,848** lo cual representa una relación positiva alta entre ambas variables.

H_{i3}: Existe relación entre la duración del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024

H₀₃: No existe relación entre la duración del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024

Tabla 11

Correlación entre la dimensión duración del sueño y la variable memoria auditiva

Correlaciones			
		Duración del sueño	Memoria auditiva
Duración del sueño	Correlación de Pearson	1	,851**
	Sig. (bilateral)		,000
	N	95	95
Memoria auditiva	Correlación de Pearson	,851**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	95	95

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

Interpretación:

Podemos ver en la tabla 11, se obtuvo un valor de $p = 0.000$, por debajo del valor de significación establecido ($\alpha = 0.05$), lo que permite refutar la hipótesis nula y aprobar la hipótesis alternativa. Esto evidencia que si hay una correlación directa y significativa entre la dimensión duración del sueño y la variable memoria auditiva, pues se obtuvo el valor de ,851** lo cual representa una relación positiva alta entre ambas variables.

H_{i4}: Existe relación entre la eficiencia del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024

H₀₄: No existe relación entre la eficiencia del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024

Tabla 12
Correlación entre la dimensión eficiencia del sueño y la variable memoria auditiva

Correlaciones			
		Eficiencia del sueño	Memoria auditiva
Eficiencia del sueño	Correlación de Pearson	1	,841**
	Sig. (bilateral)		,000
	N	95	95
Memoria auditiva	Correlación de Pearson	,841**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	95	95

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

Interpretación:

Podemos ver en la tabla 12, se obtuvo un valor de $p = 0.000$, por debajo del valor de significación establecido ($\alpha = 0.05$), lo que permite refutar la hipótesis nula y aprobar la hipótesis alternativa. Esto evidencia que si hay una correlación directa y significativa entre la dimensión eficiencia del sueño y la variable memoria auditiva, pues se obtuvo el valor de ,841** lo cual representa una relación positiva alta entre ambas variables.

H_{i5}: Existe relación entre la disfunción diurna y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024

H₀₅: No existe relación entre la disfunción diurna y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024

Tabla 13

Correlación entre la dimensión disfunción diurna y la variable memoria auditiva

Correlaciones			
		Disfunción diurna	Memoria auditiva
Disfunción diurna	Correlación de Pearson	1	,829**
	Sig. (bilateral)		,000
	N	95	95
Memoria auditiva	Correlación de Pearson	,829**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	95	95

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

Interpretación:

Podemos ver en la tabla 13, se obtuvo un valor de $p = 0.000$, por debajo del valor de significación establecido ($\alpha = 0.05$), lo que permite refutar la hipótesis nula y aprobar la hipótesis alternativa. Esto evidencia que si hay una correlación directa y significativa entre la dimensión disfunción diurna y la variable memoria auditiva, pues se obtuvo el valor de ,829** lo cual representa una relación positiva alta entre ambas variables.

H₁₆: Existe relación entre la perturbación del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024

H₀₆: No existe relación entre la perturbación del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024

Tabla 14
Correlación entre la dimensión perturbación del sueño y la variable memoria auditiva

Correlaciones			
		Perturbación del sueño	Memoria auditiva
Perturbación del sueño	Correlación de Pearson	1	,838**
	Sig. (bilateral)		,000
	N	95	95
Memoria auditiva	Correlación de Pearson	,838**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	95	95

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

Interpretación:

Podemos ver en la tabla 14, se obtuvo un valor de $p = 0.000$, por debajo del valor de significación establecido ($\alpha = 0.05$), lo que permite refutar la hipótesis nula y aprobar la hipótesis alternativa. Esto evidencia que si hay una correlación directa y significativa entre la dimensión perturbación del sueño y la variable memoria auditiva, pues se obtuvo el valor de ,838** lo cual representa una relación positiva alta entre ambas variables.

Hi₇: Existe relación entre la medicación hipnótica y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024

H0₇: No existe relación entre la medicación hipnótica y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024

Tabla 15
Correlación entre la dimensión medicación hipnótica y la variable memoria auditiva

Correlaciones			
		Medicación hipnótica	Memoria auditiva
Medicación hipnótica	Correlación de Pearson	1	,850**
	Sig. (bilateral)		,000
	N	95	95
Memoria auditiva	Correlación de Pearson	,850**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	95	95

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

Interpretación:

Podemos ver en la tabla 15, se obtuvo un valor de $p = 0.000$, por debajo del valor de significación establecido ($\alpha = 0.05$), lo que permite refutar la hipótesis nula y aprobar la hipótesis alternativa. Esto evidencia que si hay una correlación directa y significativa entre la dimensión medicación hipnótica y la variable memoria auditiva, pues se obtuvo el valor de ,850** lo cual representa una relación positiva alta entre ambas variables.

CAPITULO V

DISCUSIÓN DE RESULTADOS

Tras presentar la hipótesis general, se confirma entonces la hipótesis alterna, la cual indica la existencia de un nivel de correlación positiva alta de ,845^{**}. Resultados similares obtenidos por Carvajal (2024), el cual en su estudio concluye que el 40,4% de los estudiantes calificaron su calidad de sueño como buena, el 56% de los participantes reportó una buena calidad en su sueño y duración de este, este hallazgo podría reflejar una mayor conciencia o interés con sus horas de descanso y sueño. Esto se afirma con la definición de Hobson y McCarley (1971), el cual refiere que la actividad cerebral es la encargada de regular el sueño por medio de intervalos aproximados de 90 minutos, se generan estímulos periódicos, siendo el primero de ellos de tipo modulador, caracterizado por la activación de neuronas encargadas de inhibir la recepción de estímulos sensoriales externos.

Según es presentada nuestra hipótesis específica 1, se confirma entonces la hipótesis alterna, la cual indica la existencia de un nivel de correlación positiva alta de ,807^{**}. Resultados similares obtenidos por Rodríguez (2022), el cual concluye que en su mayoría presentando un 65,9%, perturbaciones del sueño grave (6,3%), uso de medicación para dormir (26,1%), disfunción diurna leve (33,5%), es por ello que se concluye que los participantes a esta investigación tienen una mala calidad de sueño. Esto se afirma con la definición de Rico y Vega (2018), el cual refiere que el sueño se trata de un proceso dinámico y multifactorial, que no solo cumple funciones reparadoras, sino que también involucra una activa participación de los sistemas endocrino, inmunológico y psíquico, los cuales llevan a cabo sus respectivas funciones a lo largo del ciclo del sueño mediante diversas formas de interacción fisiológica.

Según es presentada nuestra hipótesis específica 2, se confirma entonces la hipótesis alterna, la cual indica la existencia de un nivel de correlación positiva alta de ,848^{**}. Resultados similares obtenidos por Lozano

(2022), el cual sostiene que los resultados evidenciaron una asociación directa entre la memoria auditiva inmediata y la comprensión lectora, respaldada por un coeficiente de correlación de Spearman de 0.258, lo que indica una correlación de magnitud media entre ambas variables. El valor de significación obtenido fue $p = 0.001$, valor inferior al umbral convencional ($\alpha = 0.05$), lo que confirma la validez estadística de la relación encontrada. Estos hallazgos se alinean con lo planteado por Béguin (2017), quien señala que el sueño forma parte del ritmo circadiano, interactuando de forma recíproca con distintos procesos fisiológicos, psicológicos y ambientales, lo que subraya la complejidad funcional del descanso en la consolidación cognitiva.

Según es presentada nuestra hipótesis específica 3, se confirma entonces la hipótesis alterna, la cual indica la existencia de un nivel de correlación positiva alta de ,851^{**}. Resultados similares obtenidos por Pariona (2021), se concluye que el 50%, lo que evidencia la relación entre ellas, debido a que la mayoría de los estudiantes que conformaron la muestra evidenciaron un adecuado dominio de la memoria lógica, numérica y asociativa. No obstante, se identificó la necesidad de fortalecer sus capacidades de retención auditiva mediante estrategias de entrenamiento específicas. Esta conclusión se respalda en lo señalado por Miró et al. (2005), quienes afirman que el sueño y el descanso son fundamentales para la salud integral y determinantes en la calidad de vida. La falta de un descanso adecuado compromete funciones cognitivas esenciales como la concentración, el juicio crítico y la participación efectiva en las actividades diarias, limitando así su pleno desarrollo.

Tras presentar la hipótesis específica 4, se confirma entonces la hipótesis alterna, la cual indica la existencia de un nivel de correlación positiva alta de ,841^{**}. Resultados similares obtenidos por Jurado (2022), estudio que tuvo como finalidad identificar que los estudiantes de enfermería de la Universidad de Huánuco presentan una percepción negativa respecto a la calidad subjetiva de su sueño, evidenciando dificultades para iniciar el descanso nocturno. Esto se traduce en una latencia del sueño elevada, ya que los participantes reportan permanecer durante largos periodos en la cama sin lograr conciliar el sueño. Estos hallazgos se respaldan en la definición

propuesta por Vanegas y Franco (2019), quienes destacan que el sueño constituye un conjunto de procesos fisiológicos fundamentales para mantener la homeostasis del organismo.

Tras presentar la hipótesis específica 5, se confirma entonces la hipótesis alterna, la cual indica la existencia de un nivel de correlación positiva alta de ,829^{**}. Resultados similares obtenidos por Estacio y Herrera (2021), el cual concluye que el 79,1% de los participantes del estudio tuvieron un bajo nivel en cuanto a conciliar el sueño. Esto se afirma con la definición de Martínez (2014), existen además trastornos del sueño como las Disomnias las cuales se presentan como las dificultades para mantener o iniciar el sueño o la existencia de excesiva de somnolencia diurna.

Tras presentar la hipótesis específica 6, se confirma entonces la hipótesis alterna, la cual indica la existencia de un nivel de correlación positiva alta de ,838^{**}. Resultados similares obtenidos por Espinoza et al (2019), el cual concluyó que los pacientes con estancia hospitalaria prolongada en un hospital público de Huánuco, durante el año 2018, presentaron una baja calidad del sueño percibida, evidenciada por un coeficiente de correlación de $r = 0.50$ y un valor de $p = 0.000$. Estos resultados permitieron rechazar la hipótesis nula, confirmando una relación estadísticamente significativa entre las variables analizadas. Este hallazgo se respalda en la definición propuesta por Medina (2017), quien describe los trastornos del sueño como las parasomnias, como alteraciones que involucran movimientos involuntarios, conductas inusuales, reacciones emocionales intensas, percepciones distorsionadas y sueños anómalos, los cuales suelen manifestarse durante el proceso de conciliación del sueño o mientras este transcurre.

Según es presentada nuestra hipótesis específica 7, se confirma entonces la hipótesis alterna, la cual indica la existencia de un nivel de correlación positiva alta de ,850^{**}. Resultados similares obtenidos por Vega (2022), el cual concluyó que el 35,7 % ($n=82$) de los participantes presentó una alteración leve del sueño, mientras que un 24,3 % ($n=56$) manifestó una alteración de carácter moderado, y un 6,1 % ($n=14$) evidenció una perturbación severa en su descanso nocturno. Estos resultados se alinean

con la definición propuesta por Charcas et al. (2016), quienes explican que durante el sueño, la tasa de metabolismo basal disminuye, lo cual favorece la conservación energética del organismo durante el periodo de descanso fisiológico.

CONCLUSIONES

- Se concluye que existe una correlación alta ($,845^{**}$), entre la variable calidad de sueño y la variable memoria auditiva, la cual nos dice que, a un bajo nivel de la calidad de sueño, el desarrollo de la memoria auditiva también es baja, afectando el desempeño escolar o la adquisición de nuevos aprendizajes
- Se concluye que existe una correlación alta ($,807^{**}$), entre la dimensión calidad subjetiva del sueño y la variable memoria auditiva, relacionada de manera directa a la carencia de un buen descanso, convirtiéndose en un problema común.
- Se concluye que existe una correlación alta ($,848^{**}$), entre la dimensión latencia del sueño y la variable memoria auditiva, se presenta como el tiempo transcurrido entre el momento que se apaga la luz hasta la primera época de cualquier fase de sueño, este periodo no se da de manera adecuada en el estudiante.
- Se concluye que existe una correlación alta ($,851^{**}$), entre la dimensión duración del sueño y la variable memoria auditiva
- Se concluye que existe una correlación alta ($,841^{**}$), entre la dimensión eficiencia del sueño y la variable memoria auditiva, se relaciona de manera directa con el desarrollo de las etapas de sueño transcurridas durante la noche.
- Se concluye que existe una correlación alta ($,829^{**}$), dimensión disfunción diurna y la variable memoria auditiva, relacionada con un nivel inadecuado para realizar las diferentes tareas cotidianas del estudiante, en un plano personal o académico.
- Se pudo concluir que si hay una correlación alta ($,838^{**}$), entre la dimensión perturbación del sueño y la variable memoria auditiva, relacionada con una frecuencia alta en cuanto a los cambios en la forma de dormir, afectando la salud del estudiante.

- Se concluye que existe una correlación alta ($.850^{**}$), entre la dimensión medicación hipnótica y la variable memoria auditiva, la cual se relaciona con un cambio en el estado de la conciencia y un aumento de la relajación antes de conciliar el sueño, la cual se ve perturbada por diferentes factores.

RECOMENDACIONES

Al colegio excelencia "San Vicente de la Barquera", Huánuco

- Se recomienda realizar charlas o talleres donde se centren los temas o consecuencias próximas de una mala calidad del sueño, ya que luego de recibir este tipo de información le será más fácil buscar estrategias que permitan fortalecer este aspecto de su desarrollo, sin comprometer el adecuado desempeño de tareas o actividades cotidianas.
- Crear estrategias que permitan trabajar en cuanto al desarrollo de las líneas de prevención ante posibles problemas de aprendizaje producidos por esta problemática, crear grupos de apoyo que enseñen nuevos métodos para mejorar la atención.
- Crear en los estudiantes entornos familiares saludables que ayuden a fortalecer las virtudes de los alumnos y disminuya la frecuencia del desvelo en los estudiantes, identificando su razón o causa.
- Se sugiere desarrollar acciones de prevención, promoción y orientación en concordancia con los hallazgos obtenidos en esta investigación, con el fin de mejorar la atención en el contexto analizado.

A la Universidad de Huánuco

- Se recomienda fomentar nuevas investigaciones de carácter experimental o cualitativo, que permitan generar estrategias de intervención y prevención, contribuyendo a un entorno educativo saludable.
- Facilitar a los estudiantes el acceso a espacios académicos e instituciones educativas públicas y privadas para el desarrollo de sus proyectos de investigación, fortaleciendo así su formación científica.

A los estudiantes de psicología

- Se exhorta a cumplir con los principios institucionales de misión y visión, promoviendo la investigación como un eje fundamental en su formación

profesional, con el propósito de generar propuestas innovadoras en beneficio de la sociedad.

- Crear o programar además planes de trabajo para cada institución en la que se trabaje.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Béguin, A. (2017). *El alma romántica y el sueño*. Fondo de cultura económica.
- Candau, J. (2003). *Memoria e identidad*. Ediciones del sol.
- Carvajal H. (2024), Calidad de vida, dieta, y sueño de estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil, durante el periodo junio a diciembre del 2023. (Universidad católica de Guayaquil)
- Castro, C. (2019). Evaluación de atención memoria y flexibilidad cognitiva en niños bilingües. *Educacion y educadores*, 19. Obtenido de <https://doi.org/10.5294/edu.2019.22.2.1>
- Cerdán, L. (2017). La memoria en el proceso de aprendizaje. España: Asociación Sociocultural Mundieduca.
- Charcas, M., Melchiori, B., Ozán, D. (2016). Patrón descanso-sueño en el personal de Enfermería. https://bdigital.uncu.edu.ar/objetos_digitales/8662/charcas-melisa-andrea.pdf
- Collado M, Sánchez O, Almanza J. (2020). Epidemiología de los trastornos del sueño en población mexicana: seis años de experiencia en un centro de tercer nivel. *An Med (Mex)*. 2016;61(2):87-92.
- de la Cruz, L. (2023), Análisis de la memoria auditiva en el proceso lector. (Universidad católica de Guayaquil)
- Dufour, M. (2010). Memoria visual y memoria auditiva en las relaciones musicales. *A parte rei. Revista de filosofía*, 11, 1-5.
- Espinoza Garay, M. B., Jara Robles, J. K., & Justo Velez de Villa, K. K. (2019). Confort y calidad del sueño percibida por pacientes de estancia hospitalaria prolongada en el Hospital Público de Huánuco—2018.
- Gluck, A., Mercado, E., & Myers, E. (2009). Aprendizaje y memoria. Del

cerebro al comportamiento. México: McGraw-Hill.

Hernandez, R., Fernández C., & Baptista. P. (2013). Metodología de la Investigación Hernandez Sampieri 6a Edición. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9).

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (Vol. 6, pp. 102-256). México: McGraw-Hill.

Hobson, J., y McCarley, R (1971). Actividad de la unidad cortical durante el sueño y la vigilia. *Electroencefalografía y neurofisiología clínica*, 30 (2), 97-112.

Instituto del Sueño. (2019). ¿Qué es el sueño? www.iis.es/que-es-como-se-produce-el-suenofases-cuantas-horas-dormir/

Jurado E. (2022). Calidad de sueño en los estudiantes de enfermería de la Universidad de Huánuco-Huánuco 2018.

Kolb, B., y Whishaw, I (2009). *Fundamentos de la neuropsicología humana*. Macmillan.

León, L., & Rodríguez, T. (2017). Tareas de escritura y memoria auditiva inmediata en escolares peruanos. *Propósitos y representaciones*, 5(1), 21-69.

López, J. (1980). Sistema de memoria operativa. España: Editores SA.

Lozano J. (2023). Memoria auditiva inmediata y la comprensión lectora en estudiantes de primaria en una institución educativa Lima, 2022.

Marimon, A., & Méndez, A. (2013). La memoria auditiva inmediata en niños con habilidad y dificultades en el aprendizaje

Martínez M. (2014). Estudio descriptivo transversal sobre la calidad del sueño y somnolencia diurna según el índice de Pittsburgh y la escala de Epworth respectivamente, Universidad de San Carlos de Guatemala,

Miró, E., Lozano, C., y Casal, B. (2005). Sueño y calidad de vida. *Revista*

colombiana de psicología, (14), 11-27.

Organización mundial de la salud. (2020). Trastornos del sueño: el 40% de la población duerme mal. Mala calidad del sueño Recuperado a partir de: <https://www.infobae.com/salud/2020/01/20/trastornos-del-sueno-el-40-de-lapoblacion-mundial-duerme-mal/>

Ortiz T. (2022), Estudio clínico y epidemiológico en pacientes con diagnósticos de depresión y/o ansiedad en pacientes atendidos en el Centro de Salud Bastión Popular 3 (Universidad de Guayaquil)

Pariona A. (2021). Memoria auditiva inmediata y el desarrollo de las competencias en el área de comunicación en los estudiantes de la institución educativa N° 20311 Nuestra Señora de la Asunción, Ámbar, año 2021.

Ramírez C., Soto del Águila, D., & Valdivia C. (2023). Memoria afectiva y su relación con las competencias transversales en los estudiantes del ciclo avanzado del CEBA Amauta de la Provincia de Huánuco, 2021.

Rico G., y Vega B. (2018). Sueño y sistema inmune. *Revista Alergia México*, 65(2), 160-170.

Rodríguez N. (2022). Calidad del sueño en estudiantes de un colegio secundario de huancayo-2022.

Rojas, T., & Romani, J. (2016). Memoria auditiva inmediata y procesos lectores. Obtenido de Repositorio digital de la Universidad Femenina del Sagrado Corazón

Vanegas, D. y Franco, P. (2019). Fisiología del sueño. <https://scc.org.co/wpcontent/uploads/2019/09/Fisiolog%C3%ADa-del-sue%C3%B1o-1.pdf>

Vilchez J, Quiñones D, Failoc V, Acevedo T, Larico G, Mucching S. (2019). Salud mental y calidad de sueño en estudiantes de ocho facultades de medicina humana del Perú. *Rev chil neuropsiquiatr.* 2016;54(4):272–

81. doi: 10.4067/S0717-92272016000400002

Yates, A. (2015). *El arte de la memoria* (Vol. 40). Siruela.

COMO CITAR ESTE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Lafosse Carrión, J. (2025). *Calidad del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024* [Tesis de pregrado, Universidad de Huánuco]. Repositorio Institucional UDH. <http://...>

ANEXOS

ANEXO 1

MATRIZ DE CONSISTENCIA

Problema	Objetivo	Hipótesis	Variables e Indicadores	Tipo de Investigación	Técnica e Instrumentos
Problema general	Objetivo general	Hipótesis General	Variable 1	Enfoque	Técnica:
¿Cuál es la relación que existe entre la calidad del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024?	Determinar la relación que existe entre la calidad del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024	Hi: Existe relación entre la calidad del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024 H0: No existe relación entre la calidad del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024	Calidad de sueño Dimensiones: - Calidad subjetiva del sueño. - Latencia del sueño. - Duración del sueño. - Eficiencia del sueño - Disfunción diurna. - Perturbación del sueño. - Medicación hipnótica	Enfoque cuantitativo Alcance o nivel Nivel descriptivo Diseño Diseño no experimental transversal, correlacional Población La población está conformada por 256 estudiantes del nivel primario	Psicométrica Instrumento: - Índice de Calidad de Sueño de Pittsburgh - Cuestionario: memoria auditiva inmediata
Problemas específicos	Objetivos específico	Hipótesis Específica			
¿Cuál es la relación que existe entre la Calidad subjetiva del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024?	Establecer la relación que existe entre la Calidad subjetiva del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024	Hi₁: Existe relación entre la Calidad subjetiva del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024 H0₁: No existe relación entre la Calidad subjetiva del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024 Hi₂: Existe relación entre la latencia del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes			
¿Cuál es la relación que existe existente	Analizar la relación que existe existente entre la				

entre la latencia del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024?	latencia del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024.	de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024.	Variable 2 Memoria auditiva Dimensiones: - Memoria lógica - Memoria numérica. - Memoria asociativa	Muestra La muestra está conformada por 75 estudiantes del 1 grado del nivel primario Tipo de Muestreo Muestreo probabilístico
¿Cuál es la relación que existe entre la duración del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024?	Calcular la relación que existe entre la duración del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024	H0₂: No existe relación entre la latencia del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024. Hi₃: Existe relación entre la duración del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024 H0₃: No existe relación entre la duración del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024		
¿Cuál es la relación que existe entre la eficiencia del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024?	Determinar la relación que existe entre la eficiencia del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024	Hi₄: Existe relación entre la eficiencia del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024 H0₄: No existe relación entre la eficiencia del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024		
¿Cuál es la relación que existe entre la disfunción diurna y la capacidad de memoria	Establecer la relación que existe entre la disfunción diurna y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes	Hi₅: Existe relación entre la disfunción diurna y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes		

auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024? ¿Cuál es la relación que existe entre la perturbación del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024? ¿Cuál es la relación que existe entre la medicación hipnótica y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024?	de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024 Analizar la relación que existe entre la perturbación del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024 Calcular la relación que existe entre la medicación hipnótica y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024	de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024 H0₅: No existe relación entre la disfunción diurna y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024 Hi₆: Existe relación entre la perturbación del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024 H0₆: No existe relación entre la perturbación del sueño y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024 Hi₇: Existe relación entre la medicación hipnótica y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024 H0₇: No existe relación entre la medicación hipnótica y la capacidad de memoria auditiva en estudiantes de educación primaria del colegio excelencia "San Vicente de la Barquera" – Huánuco, 2024
---	--	--

ANEXO 2

INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

Índice de Calidad de Sueño de Pittsburgh

Este cuestionario contiene una serie de frases cortas que permiten hacer una descripción de ti mismo(a). Para ello, debes indicar en qué medida cada una de las oraciones que aparecen a continuación es verdadera, de acuerdo a como te sientes, piensas o actúas la mayoría de las veces.

Lee cada una de las frases y selecciona UNA de las cinco alternativas, la que sea más apropiada para ti, seleccionando el ítem que mejor le parezca apropiado. NO hay límite de tiempo, pero, por favor, trabaja con rapidez y asegúrate de responder a TODAS las oraciones.

1. Durante el último mes ¿Cuál ha sido usualmente su hora de acostarse?
 - a) 9:01 pm a 10:00 pm
 - b) 10:01 pm a 11:00 pm
 - c) 11:01 pm a 12:00 pm
 - d) 12:00 pm a mas
2. Durante el último mes ¿Cuánto tiempo ha tardado en dormirse en las noches el último mes?
 - a) De inmediato
 - b) Menos de 1 hora
 - c) Más de 1 hora
 - d) No tengo registro
3. Durante el último mes ¿A qué hora se ha estado levantado por la mañana?
 - a) Antes de las 5:00 am
 - b) 5:00 am entre las 6:00 am
 - c) 6:01 am entre las 7:00 am
 - d) 7:01 am entre las 8:00 am
4. ¿Cuántas horas calcula que ha dormido verdaderamente cada noche durante el último mes? (el tiempo es diferente al que permanezca en la cama)
 - a) 4 horas a menos
 - b) 5 horas
 - c) 6 horas
 - d) 7 horas a mas
5. Durante el ultimo mes ¿Cuántas veces ha tenido problemas para dormir a causa de:
 - a) No poder conciliar el sueño en la primera hora
() Ninguna vez el último mes
() Menos de una vez la última semana
() Una o dos veces a la semana

- () Tres o más veces a la semana
- b) Despertarse durante la noche o de madrugada
- () Ninguna vez en el último mes
- () Menos de una vez la última semana
- () Una o dos veces a la semana
- () Tres o más veces a la semana
- c) Tener que levantarse para ir al sanitario
- () Ninguna vez en el último mes
- () Menos de una vez la última semana
- () Una o dos veces a la semana
- () Tres o más veces a la semana
- d) No poder espirar bien
- () Ninguna vez en el último mes
- () Menos de una vez la última semana
- () Una o dos veces a la semana
- () Tres o más veces a la semana
- e) Toser o roncar ruidosamente
- () Ninguna vez en el último mes
- () Menos de una vez la última semana
- () Una o dos veces a la semana
- () Tres o más veces a la semana
- f) Sentir frío
- () Ninguna vez en el último mes
- () Menos de una vez la última semana
- () Una o dos veces a la semana
- () Tres o más veces a la semana
- g) Sentir demasiado calor
- () Ninguna vez en el último mes
- () Menos de una vez la última semana
- () Una o dos veces a la semana
- () Tres o más veces a la semana
- h) Tener pesadillas o malos sueños
- () Ninguna vez en el último mes
- () Menos de una vez la última semana
- () Una o dos veces a la semana
- () Tres o más veces a la semana
- i) Sentir dolores
- () Ninguna vez en el último mes
- () Menos de una vez la última semana

- ☐ Una o dos veces a la semana
- ☐ Tres o más veces a la semana

j) Otras razones (Por favor descríbalas a continuación)

- ☐ Ninguna vez en el último mes
- ☐ Menos de una vez la última semana
- ☐ Una o dos veces a la semana
- ☐ Tres o más veces a la semana

6. Durante el último mes ¿Cómo valorarías, en conjunto su calidad al dormir?

- ☐ Bastante buena
- ☐ Buena
- ☐ Mala
- ☐ Bastante mala

7. Durante el último mes ¿Cuántas veces habrá tomado medicinas (por su cuenta o recetas) para dormir?

- ☐ Ninguna vez en el último mes
- ☐ Menos de una vez a la semana
- ☐ Una o dos veces a la semana
- ☐ Tres o más veces a la semana

8. Durante el último mes ¿Cuántas veces ha sentido somnolencia mientras conducía, comía o desarrollaba alguna otra actividad?

- ☐ Ninguna vez en el último mes
- ☐ Menos de una vez a la semana
- ☐ Una o dos veces a la semana
- ☐ Tres o más veces a la semana

9. Durante el último mes ¿Ha presentado para usted mucho problema el “tener ánimos” para realizar alguna de las actividades detalladas en la pregunta anterior?

- ☐ Ningún problema
- ☐ Un problema muy ligero
- ☐ Algo de problema
- ☐ Un gran problema

CUESTIONARIO: MEMORIA AUDITIVA INMEDIATA

Este cuestionario contiene una serie de frases cortas que permiten hacer una descripción de ti mismo(a). Para ello, debes indicar en qué medida cada una de las oraciones que aparecen a continuación es verdadera, de acuerdo a como te sientes, piensas o actúas la mayoría de las veces.

N°	ÍTEMS	SI	NO
MEMORIA LÓGICA			
1	El estudiante escribe la primera lectura correctamente de acuerdo a lo que escuchó		
2	El estudiante escribe la primera lectura correctamente de acuerdo a lo que escuchó usando sinónimos		
3	El estudiante escribe la segunda lectura correctamente de acuerdo a lo que escuchó		
4	El estudiante escribe la segunda lectura correctamente de acuerdo a lo que escuchó usando sinónimos		
MEMORIA NUMÉRICA			
5	El estudiante escribe toda la serie de cuatro y cinco números en el mismo orden que escuchó.		
6	El estudiante escribe toda la serie de cuatro y cinco números, pero en distinto orden.		
7	El estudiante escribe toda la serie de seis a más números en el mismo orden que escuchó		
8	El estudiante escribe toda la serie de seis a más números pero en distinto orden		
9	El estudiante escribe toda la serie al revés de lo que escuchó		
MEMORIA ASOCIATIVA			
10	El estudiante escribe palabra que es pareja de la primera lista de palabras que escuchó.		
11	El estudiante escribe palabra que es pareja de la primera lista de palabras que escuchó pero en distinto orden		
12	El estudiante escribe palabra que es pareja de la segunda lista de palabras que escuchó.		
13	El estudiante escribe palabra que es pareja de la segunda lista de palabras que escuchó pero en distinto orden		
14	El estudiante escribe las 10 palabras que son parejas de la tercera lista de palabras que escuchó		
15	El estudiante escribe las 10 palabras que son parejas de la tercera lista que escuchó pero en distinto orden		

ANEXO 5.

VALIDACIÓN DE DATOS DEL INSTRUMENTO

EVALUADOR: HG. MANUEL SANTIAGO CALDERON CARRILLO
 PROFESIÓN: PSICOLOGIA N° DE COLEGIATURA: 12584
 INSTITUCIÓN DONDE TRABAJA: I.S.P.T. MARX PLANCK
 CARGO QUE DESEMPEÑA: DOCENTE / SUB DIRECTOR
 NOMBRE DEL INSTRUMENTO: CIUDAD DE JUEVES DE PITTSBURGH

N°	INDICACIONES	CRITERIOS	PUNTUACION			
1	Claridad	Está formulado con lenguaje apropiado	1	2	3	X
2	Consistencia	Basado en aspectos teóricos científicos				X
3	Objetividad	Esta expresado en conductas observables				X
4	Actualidad	Adecuado al avance de la ciencia				X
5	Organicidad	Existe organización lógica				X
6	Suficiencia	Comprende los aspectos en calidad y cantidad				X
7	Intencionalidad	Adecuado para valorar lo que el investigador desea estudiar				X
8	Coherencia	Existe relación lógica entre el problema y los objetivos				X
9	Metodología	Responde al propósito de la investigación				X
10	Pertinencia	Es útil y adecuado para la investigación				X

4	Excelente (76% - 30-40)	✓
3	Bueno (51% - 75%)	22-32
2	Regular (26% - 50%)	11-21
1	Deficiente (01% - 25%)	00-10

RESULTADO: Aplicable (✓) Aplicable después de corregir () No aplicable ()
 Lugar y fecha: Huánuco, 03/Agosto de 2024


 HG. Manuel S. Calderon Carrillo
 C.P.N. 12584

FIRMA/SELLO DEL VALIDADOR

ANEXO 5.

VALIDACIÓN DE DATOS DEL INSTRUMENTO

EVALUADOR: Mg. Manuel Santiago Calderon CornejoPROFESIÓN: Psicología N° DE COLEGIATURA: 12584INSTITUCIÓN DONDE TRABAJA: I.S.P.T. Marx PlanckCARGO QUE DESEMPEÑA: Docente / Sub DirectorNOMBRE DEL INSTRUMENTO: TEST. DE MEMORIA AUDITIVA INMEDIATA

N°	INDICACIONES	CRITERIOS	PUNTUACION			
			1	2	3	4
1	Claridad	Está formulado con lenguaje apropiado				X
2	Consistencia	Basado en aspectos teóricos científicos				X
3	Objetividad	Esta expresado en conductas observables				X
4	Actualidad	Adecuado al avance de la ciencia				X
5	Organicidad	Existe organización lógica				X
6	Suficiencia	Comprende los aspectos en calidad y cantidad				X
7	Intencionalidad	Adecuado para valorar lo que el investigador desea estudiar				X
8	Coherencia	Existe relación lógica entre el problema y los objetivos				X
9	Metodología	Responde al propósito de la investigación				X
10	Pertinencia	Es útil y adecuado para la investigación				X

4	Excelente (76% - 30-40)	✓
3	Bueno (51% - 75%)	22-32
2	Regular (26% - 50%)	11-21
1	Deficiente (01% - 25%)	00-10

RESULTADO: Aplicable (✓) Aplicable después de corregir () No aplicable ()

Lugar y fecha: Huánuco, 03/Agosto de 2024


 Mg. Manuel S. Calderon Cornejo
 I.S.P.T. 2024

FIRMA/SELLO DEL VALIDADOR

VALIDACIÓN DE DATOS DEL INSTRUMENTO

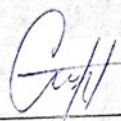
EVALUADOR: CARLOS AUGUSTO FLORES HIDALGO
 PROFESIÓN: PSICÓLOGO N° DE COLEGIATURA: 28091
 INSTITUCIÓN DONDE TRABAJA: UGEL - ULAVALI
 CARGO QUE DESEMPEÑA: PSICOPEDAGOGO
 NOMBRE DEL INSTRUMENTO: CALIDAD DE SUEÑO DE PITTSBURGH

N°	INDICACIONES	CRITERIOS	PUNTUACION			
			1	2	3	4
1	Claridad	Está formulado con lenguaje apropiado				X
2	Consistencia	Basado en aspectos teóricos científicos				X
3	Objetividad	Esta expresado en conductas observables			X	
4	Actualidad	Adecuado al avance de la ciencia				X
5	Organicidad	Existe organización lógica				X
6	Suficiencia	Comprende los aspectos en calidad y cantidad				X
7	Intencionalidad	Adecuado para valorar lo que el investigador desea estudiar				X
8	Coherencia	Existe relación lógica entre el problema y los objetivos				X
9	Metodología	Responde al propósito de la investigación				X
10	Pertinencia	Es útil y adecuado para la investigación				X

4	Excelente (76% - 30-40)	39
3	Bueno (51% - 75%)	22-32
2	Regular (26% - 50%)	11-21
1	Deficiente (01% - 25%)	00-10

RESULTADO: Aplicable ☒ No aplicable ()

Lugar y fecha: Huánuco, 29 JULIO de 2024



FIRMA/SELLO DEL VALIDADOR

VALIDACIÓN DE DATOS DEL INSTRUMENTO

EVALUADOR: CARLOS AUGUSTO FLORES HIDALGO.
 PROFESIÓN: Psicólogo N° DE COLEGIATURA: 28091.
 INSTITUCIÓN DONDE TRABAJA: UGEL - UCAVALI
 CARGO QUE DESEMPEÑA: Psicopedagogo
 NOMBRE DEL INSTRUMENTO: TEST DE MEMORIA AUDITIVA INMEDIATA.

N°	INDICACIONES	CRITERIOS	PUNTUACION			
			1	2	3	
1	Claridad	Está formulado con lenguaje apropiado				X
2	Consistencia	Basado en aspectos teóricos científicos				X
3	Objetividad	Esta expresado en conductas observables				X
4	Actualidad	Adecuado al avance de la ciencia				X
5	Organicidad	Existe organización lógica				X
6	Suficiencia	Comprende los aspectos en calidad y cantidad				X
7	Intencionalidad	Adecuado para valorar lo que el investigador desea estudiar				X
8	Coherencia	Existe relación lógica entre el problema y los objetivos				X
9	Metodología	Responde al propósito de la investigación				X
10	Pertinencia	Es útil y adecuado para la investigación				X

4	Excelente (76% - 80%)	30-40
3	Bueno (51% - 75%)	22-32
2	Regular (26% - 50%)	11-21
1	Deficiente (01% - 25%)	00-10

RESULTADO: Aplicable (X) Aplicable después de corregir () No aplicable ()

Lugar y fecha: Huánuco, 29 JULIO de 2024



FIRMA/SELLO DEL VALIDADOR

ANEXO 5.

VALIDACIÓN DE DATOS DEL INSTRUMENTO

EVALUADOR: Maximilia Celis Victorio
 PROFESIÓN: Psicóloga N° DE COLEGIATURA: 28094
 INSTITUCIÓN DONDE TRABAJA: Hospital Regional "Hermilio Valdizan"
 CARGO QUE DESEMPEÑA: Neuropsicóloga
 NOMBRE DEL INSTRUMENTO: Calidad de Sueño de Pittsburgh.

N°	INDICACIONES	CRITERIOS	PUNTUACION			
			1	2	3	4
1	Claridad	Está formulado con lenguaje apropiado			X	
2	Consistencia	Basado en aspectos teóricos científicos				X
3	Objetividad	Esta expresado en conductas observables				X
4	Actualidad	Adecuado al avance de la ciencia				X
5	Organicidad	Existe organización lógica				X
6	Suficiencia	Comprende los aspectos en calidad y cantidad			X	
7	Intencionalidad	Adecuado para valorar lo que el investigador desea estudiar				X
8	Coherencia	Existe relación lógica entre el problema y los objetivos				X
9	Metodología	Responde al propósito de la investigación				X
10	Pertinencia	Es útil y adecuado para la investigación				X

4	Excelente (76% - 80-40)	(38)
3	Bueno (51% - 75%)	22-32
2	Regular (26% - 50%)	11-21
1	Deficiente (01% - 25%)	00-10

RESULTADO: Aplicable ☒ No aplicable ☐ Aplicable después de corregir ☐

Lugar y fecha: Huánuco, 02 Agosto de 2024.


 Mg. Maximilia Celis Victorio
 NEUROPSICÓLOGA
 RNE 604

FIRMA/SELLO DEL VALIDADOR

ANEXO 5.

VALIDACIÓN DE DATOS DEL INSTRUMENTO

EVALUADOR: Mauriliana Celis Victoria
 PROFESIÓN: Psicóloga N° DE COLEGIATURA: 28094
 INSTITUCIÓN DONDE TRABAJA: Hospital Regional "Hermilio Valdizan"
 CARGO QUE DESEMPEÑA: Neuropsicóloga
 NOMBRE DEL INSTRUMENTO: Test de Memoria Auditiva Inmediata

N°	INDICACIONES	CRITERIOS	PUNTUACION			
			1	2	3	4
1	Claridad	Está formulado con lenguaje apropiado				X
2	Consistencia	Basado en aspectos teóricos científicos				X
3	Objetividad	Esta expresado en conductas observables				X
4	Actualidad	Adecuado al avance de la ciencia				X
5	Organicidad	Existe organización lógica				X
6	Suficiencia	Comprende los aspectos en calidad y cantidad				X
7	Intencionalidad	Adecuado para valorar lo que el investigador desea estudiar				X
8	Coherencia	Existe relación lógica entre el problema y los objetivos				X
9	Metodología	Responde al propósito de la investigación				X
10	Pertinencia	Es útil y adecuado para la investigación				X

4	Excelente (76% - 100%)	30-40
3	Bueno (51% - 75%)	22-32
2	Regular (26% - 50%)	11-21
1	Deficiente (01% - 25%)	00-10

RESULTADO: ☒ Aplicable ☐ Aplicable después de corregir () ☐ No aplicable ()

Lugar y fecha: Huánuco, 02 Agosto de 2024.


 M^{te}. Mauriliana Celis Victoria
 NEUROPSICÓLOGA
 RNE 604

FIRMA/SELLO DEL VALIDADOR

Huánuco, 19 de agosto del 2024

Dir. Benito Chamorro Bermúdez

DIRECTOR

I.E.P SAN VICENTE DE LA BARQUERA

Es grado dirigirme a Ud. para saludarlo cordialmente y al mismo tiempo con el objetivo de solicitarle la debida autorización para que mi persona, Jesli Jandira Lafosse Carrión con DNI 70264289 - Bachiller en la carrera de Psicología de la Universidad de Huánuco pueda tener el debido permiso de su persona para realizar el proyecto de Tesis: "LA CALIDAD DEL SUEÑO Y LA CAPACIDAD DE MEMORIA AUDITIVA EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN PRIMARIA DEL COLEGIO DE EXCELENCIA "SAN VICENTE DE LA BARQUERA" – HUÁNUCO 2024" en los siguientes grados; 4to, 5to y 6to de nivel primario.

Asimismo, poder tener acceso a la misma con fines de obtener información que me permita desarrollar mi proyecto de trabajo de grado.

Saludos cordiales y a tiempo agradecerle su atención a esta solicitud, aprovecho la oportunidad para reiterarle mi saludo, más alta consideración y estima.

Atentamente.

Jesli Jandira Lafosse Carrión

I.E.P. SAN VICENTE DE LA BARQUERA	
SECRETARIA	
FECHA 19/08/24	FOLIOS
Nº DE	HORA
INGRESO	Recepcionista

CONSENTIMIENTO INFORMADO

La presente investigación es conducida por Jesli Jandira Lafosse Carrión **bachiller** en Psicología de la Universidad de Huánuco, autor (a) de la investigación titulada: "LA CALIDAD DEL SUEÑO Y LA CAPACIDAD DE MEMORIA AUDITIVA EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN PRIMARIA DEL COLEGIO DE EXCELENCIA "SAN VICENTE DE LA BARQUERA" – HUÁNUCO 2024". Cuyo objetivo es aplicar los instrumentos para investigación con el fin de optar **el Título de Licenciado en Psicología**.

Se firma el presente, habiendo accedido a participar en este estudio, conociendo los objetivos y fines de la investigación, y procediendo a desarrollar los instrumentos denominados Índice de Calidad de Sueño de Pittsburgh y el cuestionario: memoria auditiva inmediata.

La participación en este estudio es estrictamente voluntaria.

La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Las respuestas son anónimas, por lo que no se está consignando los nombres ni apellidos en el instrumento.

Huánuco, 19 de Agosto de 2024.



Lic. Benito Chamorro Bermúdez
DIRECTOR

Índice de Calidad de Sueño de Pittsburgh

Este cuestionario contiene una serie de frases cortas que permiten hacer una descripción de ti mismo(a). Para ello, debes indicar en qué medida cada una de las oraciones que aparecen a continuación es verdadera, de acuerdo a como te sientes, piensas o actúas la mayoría de las veces.

Lee cada una de las frases y selecciona UNA de las cinco alternativas, la que sea más apropiada para ti, seleccionando el ítem que mejor le parezca apropiado. NO hay límite de tiempo, pero, por favor, trabaja con rapidez y asegúrate de responder a TODAS las oraciones.

1. Durante el último mes ¿Cuál ha sido usualmente su hora de acostarse?
 - a) 9:01 pm a 10:00 pm
 - ☒ b) 10:01 pm a 11:00 pm
 - c) 11:01 pm a 12:00 pm
 - d) 12:00 pm a mas
 2. Durante el último mes ¿Cuánto tiempo ha tardado en dormirse en las noches el último mes?
 - ☒ a) De inmediato
 - b) Menos de 1 hora
 - c) Más de 1 hora
 - d) No tengo registro
 3. Durante el último mes ¿A qué hora se ha estado levantado por la mañana?
 - a) Antes de las 5:00 am
 - b) 5:00 am entre las 6:00 am
 - ☒ c) 6:01 am entre las 7:00 am
 - d) 7:01 am entre las 8:00 am
 4. ¿Cuántas horas calcula que ha dormido verdaderamente cada noche durante el último mes? (el tiempo es diferente al que permanezca en la cama)
 - a) 4 horas a menos
 - ☒ b) 5 horas
 - c) 6 horas
 - d) 7 horas a mas
 5. Durante el ultimo mes ¿Cuántas veces ha tenido problemas para dormir a causa de:
 - a) No poder conciliar el sueño en la primera hora
 - () Ninguna vez el último mes
 - ☒ Menos de una vez la última semana
 - () Una o dos veces a la semana
 - () Tres o más veces a la semana
-

- b) Despertarse durante la noche o de madrugada
☒ Ninguna vez en el último mes
☐ Menos de una vez la última semana
☐ Una o dos veces a la semana
☐ Tres o más veces a la semana
- c) Tener que levantarse para ir al sanitario
☒ Ninguna vez en el último mes
☐ Menos de una vez la última semana
☐ Una o dos veces a la semana
☐ Tres o más veces a la semana
- d) No poder espirar bien
☒ Ninguna vez en el último mes
☐ Menos de una vez la última semana
☐ Una o dos veces a la semana
☐ Tres o más veces a la semana
- e) Toser o roncar ruidosamente
☒ Ninguna vez en el último mes
☐ Menos de una vez la última semana
☐ Una o dos veces a la semana
☐ Tres o más veces a la semana
- f) Sentir frío
☒ Ninguna vez en el último mes
☐ Menos de una vez la última semana
☐ Una o dos veces a la semana
☐ Tres o más veces a la semana
- g) Sentir demasiado calor
☐ Ninguna vez en el último mes
☒ Menos de una vez la última semana
☐ Una o dos veces a la semana
☐ Tres o más veces a la semana
- h) Tener pesadillas o malos sueños
☒ Ninguna vez en el último mes
☐ Menos de una vez la última semana
☐ Una o dos veces a la semana
☐ Tres o más veces a la semana
- i) Sentir dolores
☐ Ninguna vez en el último mes
☒ Menos de una vez la última semana
☐ Una o dos veces a la semana
☐ Tres o más veces a la semana

- j) Otras razones (Por favor descríbalas a continuación)
- ☒ Ninguna vez en el último mes
 - ☐ Menos de una vez la última semana
 - ☐ Una o dos veces a la semana
 - ☐ Tres o más veces a la semana
6. Durante el último mes ¿Cómo valorarías, en conjunto su calidad al dormir?
- ☐ Bastante buena
 - ☒ Buena
 - ☐ Mala
 - ☐ Bastante mala
7. Durante el último mes ¿Cuántas veces habrá tomado medicinas (por su cuenta o recetas) para dormir?
- ☒ Ninguna vez en el último mes
 - ☐ Menos de una vez a la semana
 - ☐ Una o dos veces a la semana
 - ☐ Tres o más veces a la semana
8. Durante el último mes ¿Cuántas veces ha sentido somnolencia mientras conducía, comía o desarrollaba alguna otra actividad?
- ☒ Ninguna vez en el último mes
 - ☐ Menos de una vez a la semana
 - ☐ Una o dos veces a la semana
 - ☐ Tres o más veces a la semana
9. Durante el último mes ¿Ha presentado para usted mucho problema el "tener ánimos" para realizar alguna de las actividades detalladas en la pregunta anterior?
- ☒ Ningún problema
 - ☐ Un problema muy ligero
 - ☐ Algo de problema
 - ☐ Un gran problema

Índice de Calidad de Sueño de Pittsburgh

Este cuestionario contiene una serie de frases cortas que permiten hacer una descripción de ti mismo(a). Para ello, debes indicar en qué medida cada una de las oraciones que aparecen a continuación es verdadera, de acuerdo a como te sientes, piensas o actúas la mayoría de las veces.

Lee cada una de las frases y selecciona UNA de las cinco alternativas, la que sea más apropiada para ti, seleccionando el ítem que mejor le parezca apropiado. NO hay límite de tiempo, pero, por favor, trabaja con rapidez y asegúrate de responder a TODAS las oraciones.

1. Durante el último mes ¿Cuál ha sido usualmente su hora de acostarse?
 - a) 9:01 pm a 10:00 pm
 - ☒ b) 10:01 pm a 11:00 pm
 - c) 11:01 pm a 12:00 pm
 - d) 12:00 pm a mas
2. Durante el último mes ¿Cuánto tiempo ha tardado en dormirse en las noches el último mes?
 - ☒ a) De inmediato
 - b) Menos de 1 hora
 - c) Más de 1 hora
 - d) No tengo registro
3. Durante el último mes ¿A qué hora se ha estado levantado por la mañana?
 - a) Antes de las 5:00 am
 - b) 5:00 am entre las 6:00 am
 - ☒ c) 6:01 am entre las 7:00 am
 - d) 7:01 am entre las 8:00 am
4. ¿Cuántas horas calcula que ha dormido verdaderamente cada noche durante el último mes? (el tiempo es diferente al que permanezca en la cama)
 - a) 4 horas a menos
 - ☒ b) 5 horas
 - c) 6 horas
 - d) 7 horas a mas
5. Durante el ultimo mes ¿Cuántas veces ha tenido problemas para dormir a causa de:
 - a) No poder conciliar el sueño en la primera hora
 - () Ninguna vez el último mes
 - ☒ Menos de una vez la última semana
 - () Una o dos veces a la semana
 - () Tres o más veces a la semana

- b) Despertarse durante la noche o de madrugada
☒ Ninguna vez en el último mes
☐ Menos de una vez la última semana
☐ Una o dos veces a la semana
☐ Tres o más veces a la semana
- c) Tener que levantarse para ir al sanitario
☒ Ninguna vez en el último mes
☐ Menos de una vez la última semana
☐ Una o dos veces a la semana
☐ Tres o más veces a la semana
- d) No poder espirar bien
☒ Ninguna vez en el último mes
☐ Menos de una vez la última semana
☐ Una o dos veces a la semana
☐ Tres o más veces a la semana
- e) Tosser o roncar ruidosamente
☒ Ninguna vez en el último mes
☐ Menos de una vez la última semana
☐ Una o dos veces a la semana
☐ Tres o más veces a la semana
- f) Sentir frío
☐ Ninguna vez en el último mes
☒ Menos de una vez la última semana
☐ Una o dos veces a la semana
☐ Tres o más veces a la semana
- g) Sentir demasiado calor
☐ Ninguna vez en el último mes
☒ Menos de una vez la última semana
☐ Una o dos veces a la semana
☐ Tres o más veces a la semana
- h) Tener pesadillas o malos sueños
☒ Ninguna vez en el último mes
☐ Menos de una vez la última semana
☐ Una o dos veces a la semana
☐ Tres o más veces a la semana
- i) Sentir dolores
☐ Ninguna vez en el último mes
☒ Menos de una vez la última semana
☐ Una o dos veces a la semana
☐ Tres o más veces a la semana

- j) Otras razones (Por favor descríbalas a continuación)
- ☒ Ninguna vez en el último mes
 - ☐ Menos de una vez la última semana
 - ☐ Una o dos veces a la semana
 - ☐ Tres o más veces a la semana
6. Durante el último mes ¿Cómo valorarías, en conjunto su calidad al dormir?
- ☐ Bastante buena
 - ☒ Buena
 - ☐ Mala
 - ☐ Bastante mala
7. Durante el último mes ¿Cuántas veces habrá tomado medicinas (por su cuenta o recetas) para dormir?
- ☒ Ninguna vez en el último mes
 - ☐ Menos de una vez a la semana
 - ☐ Una o dos veces a la semana
 - ☐ Tres o más veces a la semana
8. Durante el último mes ¿Cuántas veces ha sentido somnolencia mientras conducía, comía o desarrollaba alguna otra actividad?
- ☒ Ninguna vez en el último mes
 - ☐ Menos de una vez a la semana
 - ☐ Una o dos veces a la semana
 - ☐ Tres o más veces a la semana
9. Durante el último mes ¿Ha presentado para usted mucho problema el "tener ánimos" para realizar alguna de las actividades detalladas en la pregunta anterior?
- ☒ Ningún problema
 - ☐ Un problema muy ligero
 - ☐ Algo de problema
 - ☐ Un gran problema

CUESTIONARIO: MEMORIA AUDITIVA INMEDIATA

Este cuestionario contiene una serie de frases cortas que permiten hacer una descripción de ti mismo(a). Para ello, debes indicar en qué medida cada una de las oraciones que aparecen a continuación es verdadera, de acuerdo a como te sientes, piensas o actúas la mayoría de las veces.

N°	ÍTEMS	SI	NO
MEMORIA LÓGICA			
1	El estudiante escribe la primera lectura correctamente de acuerdo a lo que escuchó	X	
2	El estudiante escribe la primera lectura correctamente de acuerdo a lo que escuchó usando sinónimos		X
3	El estudiante escribe la segunda lectura correctamente de acuerdo a lo que escuchó	X	
4	El estudiante escribe la segunda lectura correctamente de acuerdo a lo que escuchó usando sinónimos	X	
MEMORIA NUMÉRICA			
5	El estudiante escribe toda la serie de cuatro y cinco números en el mismo orden que escuchó.	X	
6	El estudiante escribe toda la serie de cuatro y cinco números, pero en distinto orden.	X	
7	El estudiante escribe toda la serie de seis a más números en el mismo orden que escuchó	X	
8	El estudiante escribe toda la serie de seis a más números pero en distinto orden		X
9	El estudiante escribe toda la serie al revés de lo que escuchó	X	
MEMORIA ASOCIATIVA			
10	El estudiante escribe palabra que es pareja de la primera lista de palabras que escuchó.	X	
11	El estudiante escribe palabra que es pareja de la primera lista de palabras que escuchó pero en distinto orden		X
12	El estudiante escribe palabra que es pareja de la segunda lista de palabras que escuchó.	X	
13	El estudiante escribe palabra que es pareja de la segunda lista de palabras que escuchó pero en distinto orden	X	
14	El estudiante escribe las 10 palabras que son parejas de la tercera lista de palabras que escuchó	X	
15	El estudiante escribe las 10 palabras que son parejas de la tercera lista que escuchó pero en distinto orden	X	

CUESTIONARIO: MEMORIA AUDITIVA INMEDIATA

Este cuestionario contiene una serie de frases cortas que permiten hacer una descripción de ti mismo(a). Para ello, debes indicar en qué medida cada una de las oraciones que aparecen a continuación es verdadera, de acuerdo a como te sientes, piensas o actúas la mayoría de las veces.

N°	ÍTEMS	SI	NO
MEMORIA LÓGICA			
1	El estudiante escribe la primera lectura correctamente de acuerdo a lo que escuchó	X	
2	El estudiante escribe la primera lectura correctamente de acuerdo a lo que escuchó usando sinónimos	X	
3	El estudiante escribe la segunda lectura correctamente de acuerdo a lo que escuchó	X	
4	El estudiante escribe la segunda lectura correctamente de acuerdo a lo que escuchó usando sinónimos	X	
MEMORIA NUMÉRICA			
5	El estudiante escribe toda la serie de cuatro y cinco números en el mismo orden que escuchó.	X	
6	El estudiante escribe toda la serie de cuatro y cinco números, pero en distinto orden.	X	
7	El estudiante escribe toda la serie de seis a más números en el mismo orden que escuchó	X	
8	El estudiante escribe toda la serie de seis a más números pero en distinto orden	X	
9	El estudiante escribe toda la serie al revés de lo que escuchó	X	
MEMORIA ASOCIATIVA			
10	El estudiante escribe palabra que es pareja de la primera lista de palabras que escuchó.	X	
11	El estudiante escribe palabra que es pareja de la primera lista de palabras que escuchó pero en distinto orden	X	
12	El estudiante escribe palabra que es pareja de la segunda lista de palabras que escuchó.	X	
13	El estudiante escribe palabra que es pareja de la segunda lista de palabras que escuchó pero en distinto orden	X	
14	El estudiante escribe las 10 palabras que son parejas de la tercera lista de palabras que escuchó	X	
15	El estudiante escribe las 10 palabras que son parejas de la tercera lista que escuchó pero en distinto orden	X	

CUESTIONARIO: MEMORIA AUDITIVA INMEDIATA

Este cuestionario contiene una serie de frases cortas que permiten hacer una descripción de ti mismo(a). Para ello, debes indicar en qué medida cada una de las oraciones que aparecen a continuación es verdadera, de acuerdo a como te sientes, piensas o actúas la mayoría de las veces.

N°	ÍTEMS	SI	NO
MEMORIA LÓGICA			
1	El estudiante escribe la primera lectura correctamente de acuerdo a lo que escuchó	+	
2	El estudiante escribe la primera lectura correctamente de acuerdo a lo que escuchó usando sinónimos		+
3	El estudiante escribe la segunda lectura correctamente de acuerdo a lo que escuchó	+	
4	El estudiante escribe la segunda lectura correctamente de acuerdo a lo que escuchó usando sinónimos	+	
MEMORIA NUMÉRICA			
5	El estudiante escribe toda la serie de cuatro y cinco números en el mismo orden que escuchó.		+
6	El estudiante escribe toda la serie de cuatro y cinco números, pero en distinto orden.	+	
7	El estudiante escribe toda la serie de seis a más números en el mismo orden que escuchó	+	
8	El estudiante escribe toda la serie de seis a más números pero en distinto orden	+	
9	El estudiante escribe toda la serie al revés de lo que escuchó	+	
MEMORIA ASOCIATIVA			
10	El estudiante escribe palabra que es pareja de la primera lista de palabras que escuchó.	+	
11	El estudiante escribe palabra que es pareja de la primera lista de palabras que escuchó pero en distinto orden		+
12	El estudiante escribe palabra que es pareja de la segunda lista de palabras que escuchó.	+	
13	El estudiante escribe palabra que es pareja de la segunda lista de palabras que escuchó pero en distinto orden	+	
14	El estudiante escribe las 10 palabras que son parejas de la tercera lista de palabras que escuchó	+	
15	El estudiante escribe las 10 palabras que son parejas de la tercera lista que escuchó pero en distinto orden	+	

CUESTIONARIO: MEMORIA AUDITIVA INMEDIATA

Este cuestionario contiene una serie de frases cortas que permiten hacer una descripción de ti mismo(a). Para ello, debes indicar en qué medida cada una de las oraciones que aparecen a continuación es verdadera, de acuerdo a como te sientes, piensas o actúas la mayoría de las veces.

N°	ÍTEMS	SI	NO
MEMORIA LÓGICA			
1	El estudiante escribe la primera lectura correctamente de acuerdo a lo que escuchó	☒	☐
2	El estudiante escribe la primera lectura correctamente de acuerdo a lo que escuchó usando sinónimos	☒	☐
3	El estudiante escribe la segunda lectura correctamente de acuerdo a lo que escuchó	☒	☐
4	El estudiante escribe la segunda lectura correctamente de acuerdo a lo que escuchó usando sinónimos	☒	☐
MEMORIA NUMÉRICA			
5	El estudiante escribe toda la serie de cuatro y cinco números en el mismo orden que escuchó.	☒	☐
6	El estudiante escribe toda la serie de cuatro y cinco números, pero en distinto orden.	☒	☐
7	El estudiante escribe toda la serie de seis a más números en el mismo orden que escuchó	☒	☐
8	El estudiante escribe toda la serie de seis a más números pero en distinto orden	☒	☐
9	El estudiante escribe toda la serie al revés de lo que escuchó	☒	☐
MEMORIA ASOCIATIVA			
10	El estudiante escribe palabra que es pareja de la primera lista de palabras que escuchó.	☒	☐
11	El estudiante escribe palabra que es pareja de la primera lista de palabras que escuchó pero en distinto orden	☒	☐
12	El estudiante escribe palabra que es pareja de la segunda lista de palabras que escuchó.	☒	☐
13	El estudiante escribe palabra que es pareja de la segunda lista de palabras que escuchó pero en distinto orden	☒	☐
14	El estudiante escribe las 10 palabras que son parejas de la tercera lista de palabras que escuchó	☒	☐
15	El estudiante escribe las 10 palabras que son parejas de la tercera lista que escuchó pero en distinto orden	☒	☐

CUESTIONARIO: MEMORIA AUDITIVA INMEDIATA

Este cuestionario contiene una serie de frases cortas que permiten hacer una descripción de ti mismo(a). Para ello, debes indicar en qué medida cada una de las oraciones que aparecen a continuación es verdadera, de acuerdo a como te sientes, piensas o actúas la mayoría de las veces.

N°	ÍTEMS	SI	NO
MEMORIA LÓGICA			
1	El estudiante escribe la primera lectura correctamente de acuerdo a lo que escuchó	X	
2	El estudiante escribe la primera lectura correctamente de acuerdo a lo que escuchó usando sinónimos	X	
3	El estudiante escribe la segunda lectura correctamente de acuerdo a lo que escuchó	X	
4	El estudiante escribe la segunda lectura correctamente de acuerdo a lo que escuchó usando sinónimos	X	
MEMORIA NUMÉRICA			
5	El estudiante escribe toda la serie de cuatro y cinco números en el mismo orden que escuchó.	X	
6	El estudiante escribe toda la serie de cuatro y cinco números, pero en distinto orden.	X	
7	El estudiante escribe toda la serie de seis a más números en el mismo orden que escuchó	X	
8	El estudiante escribe toda la serie de seis a más números pero en distinto orden	X	
9	El estudiante escribe toda la serie al revés de lo que escuchó	X	
MEMORIA ASOCIATIVA			
10	El estudiante escribe palabra que es pareja de la primera lista de palabras que escuchó.	X	
11	El estudiante escribe palabra que es pareja de la primera lista de palabras que escuchó pero en distinto orden	X	
12	El estudiante escribe palabra que es pareja de la segunda lista de palabras que escuchó.	X	
13	El estudiante escribe palabra que es pareja de la segunda lista de palabras que escuchó pero en distinto orden	X	
14	El estudiante escribe las 10 palabras que son parejas de la tercera lista de palabras que escuchó	X	
15	El estudiante escribe las 10 palabras que son parejas de la tercera lista que escuchó pero en distinto orden	X	

