



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO**  
PROGRAMA ÚNICO DE ESPECIALIZACIONES EN PSICOLOGÍA

EL USO DE VIDEOJUEGOS Y SU RELACIÓN CON EL AUTOCONTROL EN LA  
ADOLESCENCIA

**T E S I S**

QUE PARA OPTAR POR EL GRADO DE:  
**ESPECIALISTA EN INTERVENCIÓN CLÍNICA EN NIÑOS Y ADOLESCENTES**

PRESENTA:

PAOLA PEÑALOZA PACHECO

DIRECTOR:

**Mtro. Salvador Chavarría Luna**  
Facultad de Psicología

COMITÉ:

**Dra. Cecilia Silva Gutiérrez**  
Facultad de Psicología

**Dra. Mariana Gutiérrez Lara**  
Facultad de Psicología

**Dra. Paulina Arenas Landgrave**  
Facultad de Psicología

**Mtra. Iliana González Huerta**  
Facultad de Psicología

Ciudad Universitaria, Cd. Mx. , noviembre de 2016.



Universidad Nacional  
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

**Biblioteca Central**



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

## ÍNDICE

RESUMEN .....	6
ABSTRACT .....	7
INTRODUCCIÓN.....	8
Capítulo I.....	10
1.1 Definición del constructo.....	10
1.2 El autocontrol en la adolescencia.....	15
Capítulo II.....	21
2.1 Comportamiento adictivo .....	21
2.2 Adicción comportamental.....	21
2.2.1 Adicción comportamental y autocontrol.....	24
2.3 Adolescencia y adicciones tecnológicas .....	25
2.3.1 Adolescentes y uso de TIC.....	25
2.3.2 Uso problemático de las TIC.....	30
CAPÍTULO III .....	32
3.1 Los videojuegos en el mundo .....	32
3.2 Videojuegos: ¿por qué resultan tan atractivos? .....	34
3.2.1 Videojuegos: ¿Qué son?.....	35
3.2.2 Tipos de videojuegos.....	36
3.2.3 Características psico-estructurales de los videojuegos.....	40
3.3 Posibles consecuencias .....	43
3.3.1 Adicción a videojuegos. ....	44
CAPÍTULO IV .....	48
Primera fase .....	48
Planteamiento del problema.....	48
Objetivo general.....	50
Objetivos específicos .....	50
Variable.....	50

Dependencia a videojuegos.....	50
Participantes.....	51
Tipo de estudio.....	52
Diseño.....	52
Instrumentos.....	52
Procedimiento.....	54
RESULTADOS.....	55
Aspectos descriptivos del Test de Dependencia a Videojuegos.....	60
DISCUSION.....	69
CAPÍTULO V.....	79
Segunda fase.....	79
Planteamiento del problema.....	79
Objetivo general.....	80
Objetivos específicos.....	80
Hipótesis.....	80
Definición de variables.....	81
Participantes.....	81
Tipo de estudio.....	82
Tipo de diseño.....	82
Instrumentos.....	82
Procedimiento.....	83
RESULTADOS.....	84
DISCUSIÓN.....	86
CONCLUSIONES.....	89
REFERENCIAS.....	94
ANEXO 1.- Batería aplicada.....	102

Hoy tu tiempo es real, nadie lo inventa  
Y aunque otros olviden tus festejos  
Las noches sin amos quedaron lejos  
Y lejos el pesar que desalienta.  
Tu edad de otras edades se alimenta  
No importa lo que digan los espejos...  
Tu esperanza ya sabe su tamaño  
Y por eso no habrá quién la destruya  
Ya no te sentirás solo ni extraño.  
Vida tuya tendrás y muerte tuya...  
**M. BENEDETTI; *Hoy tu tiempo es real.***

## **DEDICATORIAS**

A mis padres, porque con su ejemplo pude descubrir que el amor y la paciencia son indispensables para alcanzar los sueños; porque de ellos aprendí que el entusiasmo no basta, pues debe acompañarse de esfuerzo; porque ellos me dieron fuerza cuando no todo fue bien.

A mi hermana, mi compañera de juego, mi cuentacuentos. Sin ti hubiera conocido tarde lo que significa compartir y lo que facilita ver las cosas con alegría.

A mis amigos, por ser confidentes y apoyo. Por las risas, celebraciones y las tristezas compartidas.

A mi abuelo, porque él siempre creyó que esto sería posible.

## AGRADECIMIENTOS

A la *Universidad Nacional Autónoma de México*, particularmente a la Facultad de Psicología, por darme la oportunidad de prepararme profesionalmente y enriquecerme como persona. Es un orgullo ser universitaria.

Especialmente, al *Mtro. Salvador* por su calidez, disposición y confianza. Fue un gran apoyo durante la especialidad y durante la elaboración de esta tesis. No hubiera sido lo mismo sin usted.

A la *Dra. Cecilia*, por su paciencia para explicarme aquello que resultó complejo y por compartirme un poco de su experiencia.

Gracias *Dra. Mariana* por creer en este proyecto desde el inicio, por las facilidades para realizarlo y por sus aportes.

A la *Dra. Paulina* y la *Mtra. Iliana*, por su tiempo y comentarios, sus conocimientos me hicieron ver con otros ojos este proyecto.

A todos aquellos maestros que han estado presentes en mi vida, por ser ejemplo de compromiso y pasión por la profesión, por compartir un poco de su conocimiento y por ser guías durante estos años de formación. Gracias a la *Mtra. Blanca Mancilla* porque por ella descubrí lo maravilloso de la psicoterapia infantil.

Una mención especial al *Dr. Mariano Chóliz*, por permitirme emplear parte del trabajo que ha desarrollado respecto a adicciones tecnológicas. Un saludo hasta la Universidad de Valencia.

## **RESUMEN**

El autocontrol es la capacidad que permite a las personas la regulación de su comportamiento mediante la modificación o inhibición de sus respuestas (Converse, Piccone & Tocci, 2013). Por ello, un pobre nivel de autocontrol se ha relacionado con la implicación en conductas poco adaptativas, como son las llamadas adicciones tecnológicas (Echeburúa, et al., 2009; García, 2013), las cuales han sido mayormente identificadas entre adolescentes pues al parecer es en dicha etapa donde existe mayor vulnerabilidad a desarrollar un uso disfuncional de estas herramientas, particularmente en lo que se refiere a videojuegos.

Debido a que en México no se cuenta con instrumentos válidos y confiables que permitan evaluar el uso problemático de videojuegos, el objetivo de la primera fase de esta tesis fue explorar las propiedades psicométricas de la Test de Dependencia a Videojuegos (TDV) desarrollado por Chóliz y Marco en 2011. La escala fue aplicada en un grupo de 505 jóvenes de entre 12 y 15 años; el análisis factorial arrojó un instrumento de dos dimensiones: Evitación y Abstinencia, dicha escala cuenta con un  $\alpha = .853$ . Además del análisis de aspectos descriptivos, el segundo objetivo fue analizar la relación entre el nivel de autocontrol y la dependencia a videojuegos. Para ello se aplicó la versión del TDV resultante y la escala de Autocontrol (Zuñiga, 2006) a 11 adolescentes que presentaron dependencia a videojuegos. Los resultados indican una relación negativa y estadísticamente significativa entre el nivel de autocontrol y la dependencia a videojuegos.

*Palabras clave:* dependencia a videojuegos, autocontrol, adolescencia, evaluación.

## **ABSTRACT**

Self-control is the skill which allows people have control in their behavior through either the modification or the inhibition of responses (Converse, Piccone & Tocci, 2013). Thus, a poor level of self-control has been related with the involvement in low-adaptive conducts as such as the so called technological addictions. This kind of dependency has been mostly identified among adolescents because apparently at this age exists a bigger vulnerability to develop a misuse of tech gadgets, particularly videogames.

Despite the high levels of young video-gamers, Mexico doesn't have validated scales which allow assessing the abuse of videogames, as consequence, one of the purposes of this thesis was to test the psychometric properties of the Test of Dependence to Video Games previously developed by Chóliz & Marco in 2011. The scale was applied in a group of 505 teenagers between 12 and 15 years old, the factor analysis revealed a two-dimensional scale: Avoidance and Withdrawal ( $\alpha=.853$ ).

Besides the descriptive aspects, the second objective was to analyze the relationship between the self-control level and the video games dependence. For this, it was applied the TDV version resultant and the self-control scale (Zuñiga, 2006) to 11 youths that presented dependence. The results indicated a statistically significant negative relationship between the self-control level and video games dependence.

*Key words:* adolescence, assessment, self-control, videogames dependence.



## **INTRODUCCIÓN**

La posibilidad de modificar y detener nuestro comportamiento a unape sar de las situaciones que pueden de sviar nuestros propósitos, es una habilidad ampliamente estudiada debido al impacto que tiene sobre diversas áreas que conforman la vida de una persona, como son los aspectos emocionales, las relaciones interpersonales, cuestiones escolares, laborales, entre otros. (Weir, 2012). Tal como se describe en el capítulo 1, el autocontrol se consolida como una capacidad importante durante la adolescencia debido a que componentes tan relevantes como el aprendizaje de nuevas formas de interacción con el medio o la consolidación de procesos psicológicos como lo es la identidad, demandan al joven una adecuada regulación de su comportamiento. Es por ello que un déficit en la capacidad de autocontrol comprometería habilidades necesarias para un exitoso tránsito a la vida adulta y supondría el desarrollo de pautas comportamentales poco adaptativas, por ejemplo una adicción.

Siguiendo particularmente con este problema y tomando en cuenta el contexto actual, donde el desarrollo de nuevas Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC) así como la afinidad de los adolescentes por este tipo de herramientas es algo cotidiano, nos lleva a considerar el término adicción en un sentido más amplio pues recientemente ha sido sustentado el hecho de que aún con la ausencia de una droga, la repetición de un comportamiento puede acarrear resultados desfavorables e equiparables a los ocasionados por el uso desmedido del alcohol u otras sustancias (Echeburúa, 2012). Tal situación nos lleva a hablar de adicciones comportamentales y particularmente de adicciones tecnológicas, tema que será presentado con más detalle en el capítulo 2.

Específicamente, este trabajo se centrará en la adopción de los videojuegos como el prototipo de entretenimiento entre adolescentes desde el punto de vista de los efectos negativos que los usuarios pueden presentar como consecuencia de su uso patológico (Lemmens, et al., 2009), lo cual es expuesto más ampliamente en el tercer capítulo.

Tal como se verá en el capítulo 4, esta investigación tuvo dos fases, en la primera de ellas el objetivo fue conocer las propiedades psicométricas del Test de Dependencia a Videojuegos (Choliz & Marco, 2011) en población mexicana dado que actualmente no se cuenta con una escala similar y a que su adaptación permitirá conocer las características del patrón de juego entre adolescentes. La segunda fase tuvo el propósito de conocer si el autocontrol se encuentra relacionado con la presencia de una dependencia a videojuegos entre los participantes ya que la literatura indica que un bajo nivel de autocontrol se encuentra implicado en el desarrollo de conductas adictivas (Abedini, EShrat, Kheradmand & Rajabizadeh, 2012; Oliva, Antolín-Suárez, Ramos, Jiménez, Jiménez-Iglesias, Moreno & Hidalgo, 2014).

Los resultados obtenidos a partir del método planteado en el capítulo cuatro, serán expuestos en un siguiente apartado de este trabajo. Posteriormente, se analizarán de manera teórica los resultados obtenidos exponiendo los principales aspectos que de ellos derivan. Para finalizar, serán presentadas las conclusiones a las que se llega con esta investigación, sus alcances y limitaciones a la igual que algunas consideraciones futuras.

## **Capítulo I**

### **AUTOCONTROL**

#### **1.1 Definición del constructo**

Son numerosas las situaciones en que debemos poner en práctica la capacidad para moderar nuestro comportamiento, ya que constantemente nos encontramos con eventos o circunstancias que nos demandan tomar decisiones que guíen nuestras respuestas; debemos elegir entre aquellas que nos produzcan las mejores consecuencias posibles. Como es de esperarse, si no tuviéramos dicha habilidad resultaría su mamente afectada nuestra supervivencia y adaptación al medio, cuestión por la que esta capacidad llamada autocontrol resulta de sumo interés para las disciplinas que estudian el comportamiento humano.

Para comenzar a definir el autocontrol, se puede decir que se refiere a una pauta comportamental que permite a los seres humanos controlar su conducta sin que agentes externos inmediatos medien sus respuestas; hace alusión a la capacidad que tiene un individuo para detenerse, modificar, inhibir o iniciar, en caso de que sea necesario, una conducta, pensamiento o sentimiento que pueda llevarle a un resultado de sfavorable (Converse, Piccone & Tocci, 2013; Rawn & Vohs, 2010).

Si bien en esta es una definición general, existen diferentes modelos que proponen explicaciones sobre el autocontrol.

Desde el paradigma conductual, el estudio del autocontrol se inició con los estudios de la demora de la gratificación o gratificación postergada realizados en 1972 por el psicólogo

Walter Mischel (Weir, 2012). Desde este modelo, se propone que el autocontrol conlleva la capacidad para postergar la satisfacción de deseos inmediatos y por lo tanto favorece la elección de recompensas grandes pero más lejanas en el tiempo sobre aquellas que son pequeñas pero inmediatas (Romer, Duckworth, Sznitman, & Park, 2010).

Una forma de describir gráficamente lo anterior, son las llamadas “curvas de descuento”, representadas a través de funciones temporales, generalmente de tipo hiperbólico (Cano, Araque & Cándido, 2011; Rachlin & Green, 1972 citado en Tachkov, 2010). Dicho modelo ha aportado considerables avances al entendimiento del autocontrol pues explica la pérdida del valor que las recompensas adquieren en función del tiempo que debe esperar para obtenerlas, proponiendo que cuando las opciones disponibles aumentan su valor de forma constante al transcurrir el tiempo las preferencias no se modifican, sin embargo, cuando se modifican de forma hiperbólica se observa un cambio en la preferencia. Por ello, la propensión de las personas a exhibir un menor autocontrol tiene que ver con su tendencia al descuento de la recompensa (Romer et al., 2010).

Dentro de este paradigma, las fallas de autocontrol son referidas como una reversión de preferencias, en donde las valoraciones realizadas de los resultados del comportamiento de una persona son inestables a lo largo del tiempo (MacKillop, Amlung, Few, Ray, Sweet, & Munafó, 2011). Por ejemplo, una persona en un determinado momento podrá estimar altamente el seguir una alimentación balanceada por las consecuencias favorables en su salud a largo plazo, sin embargo presentará una reversión de esta preferencia cuando en otro momento en el que comida alta en grasa y azúcares se encuentre disponible y decida consumir dichos alimentos, posiblemente porque en ese momento particular es más alto el

valor de la recompensa inmediata (recompensa inmediata) sobre la recompensa mayor pero más lejana (beneficios a su salud).

Desde este modelo, se considera la conducta como un continuo en el que un extremo sería el autocontrol y su contraparte la impulsividad; siendo la característica principal de una conducta impulsiva la preferencia de recompensas inmediatas pero más pequeñas (Domjan, 2010). Por lo tanto, contrariamente a la conceptualización del autocontrol, se puede definir a la impulsividad como la inhabilidad para detener un comportamiento que tiene consecuencias negativas y a que se encamina a la consecución de gratificaciones inmediatas y a la búsqueda de nuevas experiencias (Paige & Tucker-Drob, 2011; Perry & Carol, 2008), y que conlleva dificultades para estimar el costo de la conducta a largo plazo (De Ridder, Lensvelt-Mulders, Finkenauer, Stok & Baumeister, 2011; Domjan, 2010).

Como es característico del enfoque, el ambiente juega un papel de suma importancia al determinar el valor que tenga cada recompensa y por lo tanto al denominar una conducta como controlada o impulsiva. Por ello, resulta conveniente definir el autocontrol desde el punto de vista de las consecuencias negativas o positivas que una acción trae consigo (Thoresen, & Mahoney, 1981). De hecho, este modelo considera que si bien la persona es el agente principal de la modificación de su conducta, dichos cambios al final resultan controlados y mantenidos por agentes externos como las consecuencias a largo plazo, incluso postula que el mismo hecho de tener la posibilidad de elegir entre las diferentes formas de respuesta en una situación resulta altamente reforzante para el individuo (De Ridder et al., 2011).

Otro modelo que ha sido ampliamente investigado es el denominado “agotamiento del ego” propuesto por Baumeister y colaboradores en 1998, donde el autocontrol es definido como “la capacidad para modificar las respuestas y adaptarlas a los ideales, valores y moral del individuo o a las expectativas sociales, así como a la consecución de metas a largo plazo” (Baumeister, Vohs & Tice, 2007, p. 351).

Para estos autores el autocontrol implica la idea de *fuerza de voluntad* o algún tipo de energía. En sus investigaciones identificaron que en una tarea que requiere autocontrol una persona podrá actuar de manera óptima según los recursos de que disponga, no obstante, si en un periodo corto de tiempo se presentara otra situación que requiera el empleo de dicha fortaleza, los recursos de autocontrol podrían estar agotados debido a su empleo anterior y al hecho de que es un recurso finito (Hagger, Wood, Stiff & Chatzisarantis, 2010; Schmeichel, Harmon-Jones, & Harmon-Jones, 2010).

Estas observaciones conciben al autocontrol como un mecanismo interno que opera mediante recursos limitados y globales (Cohen & Lieberman, 2010). El funcionamiento del autocontrol ha sido propuesto como análogo al de un músculo, donde al igual que en el autocontrol después de haber sido ejercitado durante un lapso de tiempo llega a un punto en el que por la fatiga presentada requiere de un periodo de descanso para poder volver a su funcionamiento normal (Baumeister et al., 2007; De Ridder et al., 2011).

Cabe aclarar que este modelo acepta que el autocontrol no tiene un punto de agotamiento total, ya que esto traería severos déficits en el desempeño de las personas ante múltiples demandas. De hecho, considera que existe una reserva que nos permite funcionar de forma óptima aun cuando los recursos han sido agotados (Weir, 2012).

Investigaciones recientes proponen que algunos de los mecanismos que contrarrestan dicho efecto pueden ser la motivación, explicando que cuando una persona tiene un incentivo para seguir mostrando una conducta autocontrolada puede mantener su capacidad a un nivel funcional mientras todos sus recursos son recuperados (Schmeichel et al., 2010). Siguiendo con esta teoría, algunos otros autores indican que el autocontrol puede fortalecerse con práctica constante y señalan que después de que un acto que requiere autocontrol se ha convertido en un hábito o en una conducta automática, llevarlos a cabo no representa ya un gasto de los recursos, lo cual mejoraría el nivel de autocontrol general (Baumeister et al., 1994 citado en De Ridder et al., 2011; Weir, 2012).

Por otra parte, algunos otros autores consideran que uno de los mecanismos principales e incluso definitorio del autocontrol es la inhibición de impulsos que surgen como resultado de la exposición a estímulos prominentes, lo cual implicaría el uso de recursos motivacionales y cognitivos para ejercer un control adecuado (Fujita, 2011).

Así, desde el punto de vista cognitivo, el autocontrol puede ser conceptualizado como la interacción de dos sistemas decisionales: un sistema impulsivo que se encuentra implicado en el establecimiento de deseos y metas a corto plazo, ubicado en regiones límbicas y paralímbicas; y un sistema reflectivo o llamado también ejecutivo, que abarca la corteza prefrontal y parietal, involucradas en el establecimiento del valor de eventos futuros y en la modulación del comportamiento mediante la creación de metas a largo plazo y el empleo de funciones corticales superiores (Bickel, Quisenberry, Moody, & Wilson, 2014; De Ridder et al., 2011; Gladwin, Finger, Crone & Wiers, 2011).

Para algunos autores la flexibilidad y balance entre dichos sistemas resulta la clave para un buen funcionamiento, dado que el no estar completamente bajo la influencia de reforzadores a corto ni a largo plazo permite responder de forma adaptativa en función de las circunstancias y/o necesidades que se presenten (Bickel et al., 2014).

En resumen, se puede decir que el autocontrol es una capacidad personal limitada que conlleva un esfuerzo consciente el cual, por un lado facilita el inicio de comportamientos que pueden no ser altamente reforzantes a corto plazo pero que a futuro acarrearán más beneficios, y por otro inhibe comportamientos que pueden ser automáticos, innatos o habituales pero que generalmente acarrearán resultados negativos, aunque deseables a corto plazo (Converse et al., 2013). Esta capacidad tiene, como es de esperarse, un correlato neurobiológico el cual supone un balance entre los sistemas implicados en la elección de alternativas y por tanto el control del comportamiento (Gladwin et al., 2011).

Por último, dicha capacidad puede verse afectada por factores motivacionales (p. e. consecución de una meta) (Schmechel et al., 2010), situacionales (p. e. exposición a situaciones de riesgo) (Romer, et al., 2010) y de experiencia previa (p. e. lograr que una conducta se vuelva un hábito) (Weir, 2012).

## **1.2 El autocontrol en la adolescencia**

El autocontrol como una capacidad del individuo para interactuar de manera eficaz con el medio, se encuentra implicada en diferentes aspectos del desarrollo (De Ridder et al., 2011). A sí, desde la infancia va siendo cada vez mayor la capacidad del niño para postergar la gratificación de sus deseos o modificar su conducta con respecto a la situación en que se encuentre (Logue, 1995).



Algunos autores concuerdan en que la capacidad de autocontrol tiende a incrementarse con la edad, desarrollándose desde la infancia y llegando a alcanzar esta habilidad en la adultez media e incluso en la adultez tardía (Duckworth, 2011; Logue, 1995), sin embargo, en la investigación sobre el retraso del reforzamiento se ha observado que las personas que de niños fueron capaces de postergar la satisfacción, tienden a mantener este patrón de respuesta durante la adolescencia e incluso en la edad adulta (De Ridder et al., 2011; Weir, 2012).

También, desde el enfoque del agotamiento del ego (Baumeister et al., 1998 citado en Baumeister et al., 2007), se ha observado que después de periodos en los que el autocontrol se ha ejercido en ciertos dominios es más probable que esta habilidad pueda ser generalizada a algunos otros, lo cual siguiendo con la analogía de la fatiga muscular, puede ser explicado como el efecto que se tiene después de un periodo en el que dicho músculo se ha ejercitado y este llega a fortalecerse (Weir, 2012).

De acuerdo con estos puntos de vista, al explicar el autocontrol se puede diferenciar entre el autocontrol como predisposición, el cual se mantiene relativamente estable a lo largo del tiempo y entre situaciones; y el autocontrol como estado, que resulta susceptible a las circunstancias y al tiempo (De Ridder et al., 2011).

Especialmente en la adolescencia el autocontrol adquiere importancia debido a las metas de desarrollo que supone dicho periodo y especialmente a que es en esta edad donde la experimentación y la búsqueda de nuevas experiencias aparecen como algo característico (Galdwin, Finger, Crone & Wiers, 2011; Romer et al., 2010).

Se tiene evidencia de que el autocontrol puede mantenerse relativamente estable durante los años adolescentes, por ejemplo en un estudio longitudinal se encontró que la tendencia a retrasar la gratificación no disminuye durante este periodo e incluso en mediciones realizadas en tre adolescentes y adultos no se reportan diferencias entre el nivel de autocontrol (De Ridder et al., 2011). Sin embargo, lo anterior no significa que esta habilidad no se vea impactada por los numerosos cambios ocurridos en la adolescencia ya que se ha visto que el reservorio de autocontrol requiere una constante inversión, es decir, el nivel que en un momento puede llegar a ser suficiente para mantener la calidad de vida puede no ser suficiente en otro momento o situación específica (Lee, Cheng & Lin, 2014).

Hay que tener presente que en esta etapa se encuentra implicado un cambio a nivel biológico, por lo que desde el desarrollo cerebral el autocontrol en el adolescente se ve influenciado por el desarrollo de sistemas neurobiológicos, específicamente la corteza ventromedial prefrontal de la corteza (Cohen & Lieberman, 2010; Gladwin et al., 2011; Jasinska, Ramamoorthy & Crew, 2011). Del mismo modo los llamados centros de refuerzo y el incremento de dopamina se vuelven importantes durante este periodo al estar relacionados con la propensión a buscar experiencias novedosas e inmediatamente reforzantes (Romer et al., 2010).

No obstante, algunos autores consideran que el autocontrol puede verse influenciado en mayor medida por el aprendizaje más que por el desarrollo de estructuras cerebrales. Por ejemplo Romer et al. (2010), señalan que el incremento de la búsqueda de sensaciones novedosas durante este periodo, puede incrementar la habilidad para retrasar la gratificación en edades posteriores. Explican que esto puede deberse a que la implicación moderada en conductas de riesgo provee la oportunidad de beneficiarse de la experiencia.

Por su parte, Fujita (2011) propone que dicha capacidad puede verse mejorada por la exposición incidental de situaciones *tentadoras* ya que puede contribuir a establecer las metas futuras más claramente.

De igual forma, resulta importante considerar que en el desarrollo del autocontrol durante la adolescencia pueden estar involucrados otros factores como la creciente capacidad para proyectarse a futuro, pues supondría la habilidad de considerar las consecuencias a largo plazo de sus acciones (Romer et al., 2010). O bien el desarrollo socioafectivo, en donde, por ejemplo, la influencia de los pares puede resultar un factor importante para la implicación en conductas de riesgo (Gladwin et al., 2011).

Aunque en el desarrollo del autocontrol durante este periodo participan diferentes factores, hay que tener presente que como en cualquier otro momento las características personales y contextuales juegan un papel relevante en las variaciones existentes de persona a persona (Lee et al., 2014; Tangney, Baumeister & Luzio, 2004). En este sentido, un alto o bajo nivel de autocontrol se ha relacionado con un mayor o menor éxito y bienestar general.

Precisamente diferentes investigaciones dan cuenta de la relación que hay entre un alto nivel de autocontrol y resultados benéficos en el desarrollo personal en la adolescencia, por ejemplo el buen desempeño escolar (Kuhnle, Hofer & Kilian, 2012), seguimiento de normas sociales, logro y mantenimiento de relaciones interpersonales (Lee et al., 2013), empatía, cohesión familiar (Hagger et al., 2010), ajuste psicológico general y un mejor nivel de autoestima y estabilidad emocional (Tangney et al., 2004).

Contrario a esto, se ha visto que un bajo nivel de autocontrol en general se relaciona con desarrollo de conductas de riesgo debido a la impulsividad presentada (Niv, Tuvblad,

Raine, Wang & Baker, 2011). Específicamente los efectos negativos que a algún déficit en esta capacidad podría ocasionar son una mayor propensión a involucrarse en conductas como el abuso de sustancias, desórdenes alimentarios, agresividad, respuestas emocionales negativas (De Ridder, et al, 2012), conductas delictivas (Lee et al, 2013), mayor propensión al desarrollo trastornos psicológicos y especialmente el desarrollo de algún tipo de comportamiento adictivo (Bergen, Newby-Clark & Brown, 2012; Converse, et al, 2014).

En síntesis, el autocontrol forma parte importante en las diferentes etapas que conforman el desarrollo humano, aun cuando se habla del autocontrol como una predisposición o como un estado (De Ridder et al., 2011); parece haber un acuerdo sobre la importancia de su fortalecimiento, particularmente en periodos como la adolescencia en donde los retos experimentados son mayores (Lee, et al., 2014). El énfasis que recibe esta capacidad durante la adolescencia reside en el hecho de que un adecuado tránsito por esta etapa supone una integración exitosa de los ámbitos que emergen como puntos clave: la interacción social, el desempeño escolar, el tiempo de ocio, así como el bienestar físico y familiar, todos ellos aspectos que demandan grandes recursos de autocontrol (Kuhnle et al., 2012).

Añadiendo el hecho de que la adolescencia se configura como un periodo vulnerable al desarrollo de conductas poco adaptativas, las cuales albergan una estrecha relación con un inadecuado nivel de autocontrol, lo hace central el estudio de problemáticas con una amplia prevalencia entre los adolescentes como lo son las adicciones (García, 2013; Bergen, et al, 2012).

Con respecto a este último punto, es amplia la investigación que identifica la prevalencia de comportamientos adictivos y su relación con déficits en la capacidad de autocontrol en la adolescencia (Jasinska, et al, 2011; Romer, et al, 2010). Por ello esta posible relación será uno de los aspectos centrales en esta tesis, los cuales se presentarán más a detalle en el siguiente capítulo.

## Capítulo II

### ADICCIONES COMPORTAMENTALES

#### 2.1 Comportamiento adictivo

Según lo mencionan Sussman y Sussman (2011) una *adicción* se refiere a un proceso que conlleva la realización de comportamientos que responden a propósitos o motivaciones, al menos en un principio hedonistas, donde la realización del comportamiento implica la modificación de la experiencia subjetiva, generando pensamientos y deseos constantes, cada vez mayores, de realizar la actividad ya sea por la tolerancia generada o para evitar los efectos negativos del síndrome de abstinencia. Siendo además, una característica particular de este proceso es la pérdida de control de la conducta lo cual resulta en fallas para detener la repetición del comportamiento adictivo a pesar de las consecuencias negativas que genera (MacKillop, Amlung, Few, Ray, Swee & Munafó, 2011).

La caracterización anterior, resulta interesante dado que el término *adicción* es utilizado en forma amplia, no limitando su empleo a trastornos relacionados con la ingesta de sustancias químicas, sino que contempla su generalización a las llamadas *adicciones comportamentales* (Black, 2013; Echeburúa, 2012).

#### 2.2 Adicción comportamental

Aun cuando este tipo de *adicción* no está considerada como una categoría formal en los manuales internacionales DSM (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders)

o CIE (Clasificación Internacional de Enfermedades), se tiene evidencia de que a pesar de la ausencia de alguna sustancia química, el individuo puede llegar a desarrollar adicción a cualquier tipo de conducta que sea fuente de estimulación debido a la experiencia producida por su realización (Black, 2013; García, 2013; Salman, Ferdosi, Jannatifard, Eslami, Alaghemandan & Setare, 2012).

Actualmente existen diferentes posturas al respecto, pues aunque es bien sabido que existen conductas que en sí mismas resultan placenteras para el ser humano y por lo tanto tienen gran probabilidad de ser repetidas, surge el cuestionamiento: ¿cuándo puede considerarse una conducta cotidiana como una adicción? (Echeburúa, et al, 2009; García, 2013).

Al respecto, varias son las conceptualizaciones que se han dado. Una adicción comportamental puede definirse como una dependencia hacia un comportamiento, la cual no es explicada por efectos biológicos o químicos, pues es producto principalmente de efectos psicológicos como la motivación, la afectividad generada o el condicionamiento establecido (Sussman & Sussman, 2011).

Cía (2013) conjunta diferentes elementos y propone que una adicción que no implica el uso de una droga “es toda aquella conducta repetitiva que produce placer y alivio tensional, sobre todo en sus primeras etapas, la cual lleva a una pérdida de control de la misma, perturbando severamente la vida cotidiana [...] a medida que transcurre el tiempo” (p. 211).

Por su parte Echeburúa (1999 citado en Echeburúa, et al, 2009) señala que lo esencial en este tipo de adicciones es la relación establecida entre el sujeto y la conducta, más que la acción *per se* o la frecuencia con que ésta se realiza. Añade, que tal relación se encuentra

mediada por la gratificación inmediata que realizar la actividad conlleva. La experiencia de placer o la euforia generada funcionan como refuerzo positivo, y en algunos casos como refuerzo negativo y a que con la repetición de la conducta se busca aliviar síntomas negativos como baja autoestima, insatisfacción personal, la falta de soporte social (Echeburúa, 2012) o algún tipo de psicopatología como depresión o ansiedad (Salman, et al., 2011).

Con el tiempo esto se convierte en un patrón conductual que llega a interferir en la vida cotidiana de las personas pues la falta de control sobre la conducta se hace evidente, haciendo difícil evitar las consecuencias negativas que ésta genera (Black, 2013; Cía, 2013).

Algunos autores han postulado que las características de la dependencia a sustancias son equiparables con las ocurridas en las adicciones comportamentales (Cía, 2013; Echeburúa, 2012; Griffiths, 2005; Goodman, 1990 citado en Salman et al., 2011), teniendo que en ambas están presentes los siguientes criterios:

- Tolerancia: proceso por el cual el incremento de una actividad particular es requerida, con el fin de obtener los mismos efectos reforzantes que en un inicio.
- Síndrome de abstinencia: se refiere a los estados emocionales displacenteros y/o a los efectos físicos ocurridos cuando la actividad es discontinuada por alguna situación.
- Frecuentes esfuerzos de reducir o controlar la conducta problemática.
- Pérdida de interés en actividades que resultaban gratificantes con anterioridad.



- La conducta es llevada a cabo a pesar del conocimiento de los efectos negativos que ésta conlleva.

De acuerdo con estos criterios es posible argumentar que las personas con algún tipo de adicción comportamental sufren las mismas consecuencias que las personas con dependencia a alguna sustancia en su vida diaria, por ejemplo problemas derivados del incumplimiento de sus deberes cotidianos o escolares, descuido de relaciones familiares o amistosas, fatiga, reducción de la actividad física, cambios en los patrones de sueño, comportamiento violento, alteraciones en la alimentación así como conflictos intrapersonales (Black, 2013; Chóliz & Marco, 2011; García, 2013; Gentile, 2009; Salman, et al, 2011).

### **2.2.1 Adicción comportamental y autocontrol**

Una de las posibles explicaciones del desarrollo de este tipo de adicciones es precisamente las fallas en la capacidad de autocontrol. Actualmente se cuenta con explicaciones provenientes de las diferentes conceptualizaciones de esta capacidad, por ejemplo desde el modelo del descuento del reforzamiento se propone que las personas con algún tipo de adicción subestiman las consecuencias a largo plazo de sus acciones lo cual puede estar relacionado con la rapidez con la que descuentan los reforzadores, llevándoles a incrementar las decisiones poco adaptativas de privarse de beneficios a largo plazo y optar por una gratificación inmediata (Bickel et al., 2014).

Además, la inconsistencia de las preferencias está particularmente presente en el comportamiento adictivo pues resulta común que algunas de las manifestaciones clínicas de una adicción sean por ejemplo el comportamiento de aproximación/alejamiento hacia el

blanco de la adicción o las recaídas constantes. En un estudio realizado con adolescentes, se reporta que la adicción a Internet está fuertemente relacionada con la existencia de alguna dependencia a sustancias debido a los bajos niveles de autocontrol y un alto nivel de impulsividad que se presentan en ambos trastornos. Además los autores remarcan la importancia del autocontrol al diferenciar entre un uso “intensivo” y un uso “adictivo” pues los participantes que presentaban un uso intensivo pero que no cumplían con los criterios utilizados para determinar la adicción presentaron niveles significativamente más elevados de autocontrol que aquellos con un uso patológico (Oliva et al., 2014).

En otro estudio realizado con adolescentes que presentaban adicción al juego o riesgo de padecerlo reportaban un bajo nivel de autocontrol en diferentes condiciones experimentales basadas en el modelo del agotamiento del ego, las cuales a su vez fueron corroboradas con autoinformes diseñados para medir el autocontrol (Bergen, et al, 2012). Así, desde la teoría del agotamiento del ego (Baumeister, Bratslavsky, Muraven & Tice., 1998) y siguiendo la idea que en un nivel óptimo de autocontrol la persona es capaz de controlar sus acciones, se ha observado que el agotamiento de dichos recursos conlleva un cambio momentáneo hacia la toma de decisiones impulsivas (Bickel et al., 2014).

## **2.3 Adolescencia y adicciones tecnológicas**

### **2.3.1 Adolescentes y uso de TIC.**

Hoy en día es común escuchar términos como “mundo tecnológico” o “sociedad de la información”, cuestión que hace referencia a los avances en las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC), muchos de los cuales van más allá de satisfacer la idea de mejorar la vida de las personas pues se han consolidado como mediadoras de las

actividades cotidianas de la población en general, pero más especialmente en tre adolescentes y jóvenes (Strasburger, Jordan & Donnerstein, 2013).

Para contextualizar lo anterior se tienen datos que posicionan a Internet como uno de los principales medios de comunicación utilizados a nivel mundial. Al respecto, la Unión Internacional de Telecomunicaciones (ITU) estima que para finales de 2015 existían cerca de 3 200 millones de usuarios de Internet en el mundo (ITU, 2016). Por su parte la OCDE pone de relieve que dicho crecimiento se debe al incremento en la demanda resultante del uso de dispositivos tecnológicos como tabletas electrónicas (Tablet, iPad, etc.) o teléfonos inteligentes (OCDE, 2014).

Particularmente en México, el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI, 2015) calculaba que para abril de 2014, 47.4 millones de personas eran usuarias de Internet, siendo el grupo de 12 a 17 años, los que presentaban el mayor uso y conocimiento del servicio (80%).

Por otro lado el empleo del teléfono celular se encuentra ampliamente arraigado entre los diferentes grupos de edad, incluyendo a los adolescentes. En relación a esto la ITU reporta que el 95 % de la población mundial cuenta con un dispositivo móvil (ITU, 2015).

En México, el Instituto Federal de Telecomunicaciones (IFT) reportó que para septiembre de 2015 existían 107.1 millones de suscripciones de telefonía móvil, lo cual equivale al 88% de la población mexicana, e informó que del total de estas suscripciones, 57.5 millones cuentan con conexión a Internet (2016).

Un dato relevante es que una de las principales funciones de los teléfonos inteligentes es el uso de videojuegos. Y es que esta actividad abarca una amplia gama de medios que

incluyen al Internet, smartphones, PC, consolas, et cetera. Como lo señala el director de Konami, Érick Bladinières (en prensa, 2013) “para los videojuegos el Internet es la clave [...] a nivel marketing y a nivel consumo, además Internet hace que los juegos tengan que migrar a otras tecnologías, por ejemplo los Smartphones y tabletas”. Cuestión que ha generado cada vez mayor presencia a nivel internacional como el prototipo de tecnología de entretenimiento, incluso por encima de la música y video (Newsweek, 2013).

Como puede verse, las cifras son asombrosas y las herramientas tecnológicas cada vez más complejas y sofisticadas; hacen posible lo que hace algunos años era impensable (Aguaded-Gómez, 2011), pero ¿por qué centrar la atención en los adolescentes? La respuesta es un tanto compleja y a la vez evidente.

Evidente en el sentido de que son una generación que ha nacido y crecido con este tipo de tecnología, son una “generación interactiva” (Aguaded-Gómez, 2011) que ha incorporado a su vivir cotidiano, el Internet, los teléfonos celulares, los videojuegos, entre otros; como lo mencionan Bacigalupe y Camara (2011) “hoy ser adolescente significa estar inmerso en las redes sociales, el intercambio de audio, video, *el texting*, los juegos virtuales y otras tecnologías emergentes” (p. 2).

Compleja por el hecho de que el uso de Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) han producido cambios sociales y culturales que se reflejan en diferentes ámbitos de la interacción humana (Martino, 2014). Se ha iniciado la construcción de una cultura tecnológica, que se ve favorecida en parte por las grandes empresas comercializadoras y por las exigencias contextuales en donde las demandas escolares del manejo tecnológico, las necesidades de comunicación, el acceso a la información y todas

las posibilidades que representan las TIC, hacen que su desconocimiento signifique el asilamiento a esta nueva sociedad (Sádaba & Bringué, 2010).

Al parecer se trata de una nueva cultura juvenil en donde la afinidad de los adolescentes por este tipo de herramientas es generada por los cambios que su inmersión en la vida diaria ha ocasionado, por ejemplo nuevas formas de comunicación, de establecimiento de relaciones interpersonales, de entretenimiento y de entablar procesos de socialización entre los usuarios (Echeburúa y Del Corral, 2010), situación que representa un aspecto importante en el proceso de búsqueda de identidad durante esta etapa (Díaz & Bújez, 2011).

Añadiendo, hoy en día los adolescentes constituyen una generación autodidacta en donde al parecer este universo tecnológico es descubierto sin la ayuda de los adultos, lo que junto con la gran diversidad y adaptabilidad de estas herramientas responde a la autonomía e independencia que ellos demandan (Bacigalupe & Camara, 2011; Aguaded-Gómez, 2011).

Como puede notarse, al hablar de adolescencia y tecnología resulta imposible dejar a un lado las características propias del periodo, el cual representa una etapa de desarrollo en la que coinciden diferentes crisis vitales que pueden ser de tipo biológica, psicológica social, emocional, religiosa, etcétera., las cuales representan diferentes metas a cumplir de acuerdo al momento específico que se atraviese (Nahoul & González-Nuñez, 2013). Esto nos lleva a diferenciar etapas dentro de un mismo proceso (véase Tabla 1), aun cuando la meta última sea la formación de la identidad (Erikson, 1988).

**Tabla 1. Clasificación de las etapas de la adolescencia según Blos (1962)**

<b>Periodo</b>	<b>Edad aproximada</b>
Latencia	7 a 9 años
Preadolescencia	9 a 11 años
Adolescencia Temprana	12 a 15 años
Adolescencia propiamente como tal	16 a 18 años
Adolescencia tardía	19 a 21 años
Postadolescencia	22 a 25 años

En relación con las TIC y de acuerdo con la clasificación anterior, los periodos de adolescencia temprana y la adolescencia propiamente como tal representan un grupo particularmente vulnerable ya que son caracterizados por un incremento en la sensibilidad al medio ambiente y al incremento de dificultades relacionadas con la regulación del afecto y el comportamiento. Aunado a que, es precisamente este grupo de edad, comprendido entre los 12 y 17 años, en donde se presenta un mayor consumo y uso de las TIC (Holtz & Appel, 2011).

Teniendo en cuenta lo anterior, los adolescentes suponen un grupo de edad en el que la consecución de los retos que se presentan resulta un proceso vulnerable, en donde el medio puede no favorecer el tránsito exitoso o bien los recursos con que cuenta cada adolescente pueden resultar insuficientes (Nahoul & González-Nuñez, 2013).

### **2.3.2 Uso problemático de las TIC.**

Resulta innegable que el uso de TIC representa ventajas y nuevas oportunidades, que traen consigo beneficios personales y sociales, sin embargo la relación que los adolescentes guardan con estas nuevas herramientas puede tener efectos indeseables (Echeburúa & Del Corral, 2010). Como lo señalan Bacigalupe y Cámara (2011, p. 3) “las TIC son esencialmente neutras, [...] es la interacción con ellas y la potencial dificultad para integrarlas de modo saludable a nuestro quehacer relacional lo que puede derivar en relaciones íntimas más satisfactorias o problemáticas”.

Y es que en años recientes ha llamado la atención que el uso de este tipo de dispositivos electrónicos puede derivar en el desarrollo de un proceso adictivo (Echeburúa & Del Corral, 2010; Strasburger, et al, 2013; Oliva, et al, 2014), en donde al igual que en otro tipo de adicción los primeros síntomas se hacen evidentes cuando la persona comienza a modificar su actuar cotidiano, resultado del uso de cualquiera de estas herramientas (García, 2013).

Las estimaciones de prevalencia de este tipo de adicciones varían en porcentaje debido a las diferencias que existen entre las mediciones utilizadas, el lugar donde se estudia dicho fenómeno (Festl, Scharkow & Quandt, 2012) e incluso la disponibilidad de la tecnología en cuestión (King et al., 2012). Por ejemplo en un metanálisis realizado sobre la adicción a tecnologías entre los adolescentes, King, Haagsma, Delfabbro, Gradisar & Griffiths (2013) estiman que este problema tiene una prevalencia de .3 % a 10%, principalmente entre países del este de Asia.

Si bien estas estimaciones no son concluyentes, al parecer existen diferencias en cuanto al sexo siendo los adolescentes varones más propensos a desarrollar problemas con el uso de tecnologías ( King & Delfabbro, 2012), especialmente con el uso de Internet y videojuegos (Jiménez-Albiar, et al, 2012; Lemmens et al., 2009).

Particularmente, el uso de videojuegos se ha consolidado como un tema de interés para la psicología y otras áreas afines, situación por la que en el siguiente capítulo se presentará una revisión de los aspectos que resultan relevantes en el desarrollo de un uso problemático e incluso adictivo de los videojuegos en los adolescentes.



## **CAPÍTULO III**

### **VIDEOJUEGOS**

#### **3.1 Los videojuegos en el mundo**

Cronológicamente hablando, antes del surgimiento de la web y la popularización de las computadoras personales, los videojuegos ya se posicionaba como un elemento importante de la industria del entretenimiento (Matute & Vadillo, 2012). Por ello, no es sorprendente que los videojuegos hoy en día representen una gran fuente de ganancias y una plataforma para el desarrollo y comercialización de los avances tecnológicos.

Se tienen datos de que a pesar de la crisis mundial financiera que se vivió en 2009, la industria de los videojuegos tuvo una caída moderada en comparación con otras industrias del entretenimiento, tendencia que se encuentra favorecida por la masificación de los videojuegos y su nivel de alcance en los distintos estratos sociales y perfiles de los individuos (Bertín, Bidart, Bidart, Cerda, Gorioitía, Kierkergaard, & cols., 2011).

Es este gran alcance y el tiempo dedicado a esta forma de entretenimiento, lo que lleva a cuestionar el impacto en la población *gamer*, es decir entre aquellos jugadores que presenta un gran interés, conocimiento y uso de videojuegos. Las cifras indican que EUA ocupa el primer lugar en cuanto a consumo de videojuegos al contar con 170 millones de jugadores, equivalente al 27% de consumo mundial, según informa la empresa de investigación de mercados NEWZOO en 2013; siendo más específicos el grupo NPD (National Purchase

Diary) reporta que de este total cerca de un 4% invierte cerca de 48 horas semanales en dicha actividad (2010).

Por su parte, en Europa Occidental, principalmente en Reino Unido, Francia, Alemania y España, acaparan un 25%, seguidos de Corea del Sur con un 11%, Japón con un 8% y China con un 7% (ProChile, 2013).

Sumado a esto, uno de los aspectos interesantes de los videojuegos es que acaparan una gran cantidad de herramientas a través de las cuales pueden ser empleados, facilitando su uso y haciéndolo un entretenimiento disponible casi en cualquier momento (NEWZOO, 2013).

Específicamente, México se ha distinguido por su rápido crecimiento en el mercado de videojuegos posicionándose en el lugar número 14 de entre los países que generan mayor ingresos a nivel internacional y en el segundo puesto en América Latina, según informa NEWZOO (2014). Otro dato que hace a México resaltar es su similitud con los consumidores españoles en cuanto al dinero invertido en videojuegos, siendo España el sexto lugar a nivel mundial en este rubro (Bertín et al, 2009).

Aunque a la fecha no se cuenta con cifras oficiales, según la Encuesta Nacional de Jugadores en México, se calcula que la población *gamer* en el país asciende a 16 millones, los cuales oscilan entre los 14 y 65 años de edad. En dicha encuesta, también se informa sobre los medios empleados por los jugadores mexicanos, siendo que el 75% utiliza consolas Xbox, Xbox360, PlayStation3, Wii, PSP, dispositivos portátiles como SmartPhones, Ipad, Tablet y redes sociales como Facebook. Le siguen los sitios Web

(69%), PC o Mac (69%) y los Multijugador (56%), situación que sugiere que en promedio, un jugador usa 4 plataformas diferentes (NEWZOO, 2011).

### **3.2 Videojuegos: ¿por qué resultan tan atractivos?**

Como lo mencionan King, Delfabbro y Griffiths “ en la investigación de dicada a los videojuegos pueden identificarse diferentes aproximaciones al tema, por ejemplo aquellas investigaciones dirigidas a validar la conceptualización de l uso de videojuegos como un desorden primario, aquellas que proponen algún modelo teórico a través el cual entender el juego excesivo y otros destinados a examinar el impacto psicológico y social de la actividad” (2010a, p. 1).

Al respecto del último punto, estudios recientes han propuesto que no solo el propio individuo y la disponibilidad de la herramienta tienen influencia en el desarrollo y mantenimiento de una conducta problemática relacionada con los videojuegos sino que al parecer el ambiente generado por estos dispositivos juega un papel importante ( King, Delfabbro & Griffiths 2010b; Westwood, & Griffiths, 2010). Específicamente se habla de la relevancia de características estructurales de los juegos, las cuales se refieren a aquellos elementos que facilitan la adquisición, desarrollo y mantenimiento del comportamiento, independientemente de las características psicológicas, físicas o del estatus social del individuo ( King, et al, 2010) . Sin embargo para comprender un poco más de estas características resulta importante delimitar a qué hacen referencia los videojuegos.

### 3.2.1 Videojuegos: ¿Qué son?

Para poder definir el término “videojuego” es necesario tomar en cuenta que se trata de un tipo de tecnología informática que involucra elementos multimedia como el sonido, texto o gráficos, los cuales mediante una serie de reglas permiten al jugador tener una interacción en tiempo real con dicho software (Soto, 2012).

Una de las características principales de estos dispositivos son sus particularidades lúdicas, los cuales comparten similitudes con lo que podría definirse como *juego* (Huizinga, 2000 citado en Lacasa, 2011), teniendo que ambos:

- Ocurren fuera de la vida cotidiana y comúnmente no son considerados una actividad seria.
- Resultan una actividad absorbente pues permite retirar la atención del entorno inmediato.
- No se encuentran asociados a intereses materiales.
- El jugador se ha de apegar a un conjunto de reglas.
- El juego tiene lugar en sus propios límites espacio-temporales, siendo significativo únicamente en este contexto.
- Crea grupos sociales que pueden convertirse en comunidades.

Tomando en cuenta lo anterior, Tejeiro y Pelegrina (2009, p. 20) proponen una definición integradora, indicando que el término videojuego hace referencia a "todo juego

electrónico con objetivos esencialmente lúdicos, que se sirve de la tecnología informática para permitir la interacción en tiempo real del jugador con la máquina, en el que la acción se desarrolla fundamentalmente sobre un soporte visual".

### 3.2.2 Tipos de videojuegos

A la fecha es difícil realizar una clasificación definitiva y totalmente integradora de los diferentes tipos de videojuegos que se comercializan, en parte debido al creciente desarrollo de la tecnología empleada y al aumento de los llamados *híbridos*, los cuales conjuntan elementos de diversos géneros en un mismo juego complejizando a sí su categorización (Belli & López, 2008). Sin embargo, es posible diferenciar dos grandes grupos: una clasificación basada en el *hardware* y otra en el *software*.

La primera de estas, se refiere al soporte del videojuego, es decir si éste puede jugarse a través de un sistema doméstico (en algún domicilio particular) o en alguna máquina que funcione mediante monedas, las denominadas *arcades*. Dentro de los sistemas domésticos se pueden diferenciar aquellos videojuegos operados mediante un ordenador (computadora) o mediante máquinas diseñadas especialmente para el uso de videojuegos, las llamadas consolas que a su vez pueden ser domésticas o portátiles (Tejeiro & Pelegrina, 2009).

La clasificación basada en el software, toma en cuenta aspectos del contenido del juego como la temática y las habilidades que los personajes utilizan en el espacio virtual, las requeridas por el jugador o la finalidad del juego, que puede ser de orden competitivo (ganar/perder), de descubrimiento y/o construcción de la experiencia narrativa así como la comprensión del funcionamiento de un sistema a través de la experimentación (Pérez, 2011).

Son numerosos los criterios a considerar a la hora de agrupar a los videojuegos en subgrupos, sin embargo considerar los géneros, y sus respectivos subgéneros, puede ser una forma de conocer su dinámica (Tabla 2).

**Tabla 2. Géneros de videojuegos**

Género	Descripción	Subgénero (s)	Descripción	Ejemplo por subgénero
Plataformas	En este género el jugador controla a un personaje, el cual debe avanzar por un ambiente con diferentes alturas y obstáculos utilizando sus habilidades	**	Pueden integrar fácilmente aspectos de otros géneros o subgéneros, por ejemplo Acción	<i>Super Mario Bros;</i> <i>Crash Bandicoot;</i> <i>LittleBigPlanet;</i> <i>Prince of Persia</i>
Arcade	No se desarrolla algún tipo de historia pues su característica principal son las secuencias largas y repetitivas de acciones a ejecutar.	**	Son videojuegos clásicos y/o que se juegan en las máquinas arcade.	<i>Pac-Man;</i> <i>Space Invaders</i>
Puzzle o rompecabezas	Representan un reto intelectual para el jugador el cual puede variar en dificultad. No involucran historia ya que una vez resuelto el enigma el juego finaliza.	**		<i>Brain Age;</i> <i>Tetris;</i> <i>Candy Crush</i>
Videojuegos educativos	Su objetivo principal es la enseñanza, por lo que están diseñados para facilitar el aprendizaje de un tema específico.	**	Pueden ser de cualquiera de los géneros de videojuegos.	<i>Hansel &amp; Gretel;</i> <i>Fine Artist</i>
Videojuegos musicales	Se basan en resolver los comandos generados al ritmo de la música. Se desarrollan en torno a las diferentes expresiones relacionadas con la música (p.e. canto, baile, tocar instrumentos, etc.).	**	Videojuegos tradicionales.	<i>Guitar Hero;</i> <i>Rock Band</i>
Videojuegos de aventura	Este tipo de videojuegos mezcla historia con la acción. El jugador debe resolver problemas interactuando con otros personajes u objetos para lograr el objetivo propuesto.	Aventura gráfica	Es utilizado mediante multijugadores.	<i>Mario party;</i>
		Survival Horror	El personaje puede continuar avanzando si resuelve los rompecabezas planteados.	<i>Monkey Island;</i>
		Simuladores de mafioso	Aventuras de terror donde la meta principal es sobrevivir.	<i>Resident Evil; la abadía del crimen</i>
Videojuegos de acción	El jugador debe poner a prueba	Acción en primera persona	La trama se basa en la realización de crímenes.	<i>Grand Theft Auto</i>
			Se quiere mover al personaje el cual usa un arma. Emplea	<i>Halo Reach;</i> <i>Wolfenstein;</i>

	habilidades como rapidez o precisión manual al atender los estímulos que aparecen en la pantalla.		gráficos 3 D que da n l a impresión de que el jugador maneja el arma. El personaje al terna en tre disparos y p elea o interacciones co n el entorno, es vi sto de sde a trás c on una perspectiva isométrica.	<i>The new oerder;</i> <i>Day of Defeat</i>
		Acción en tercera persona		<i>Gears of War;</i> <i>BloodRayne</i>
		Acción-aventura	Incorpora e lementos de l os videojuegos de aventura.	<i>Scooby Doo;</i> <i>Metal Gear</i>
		Shooters	Se r equiere d erribar a o tro para continuar avanzando.	<i>Counter Strike;</i> <i>Call of Duty</i>
		Simuladores	En general el deporte es más realista.	<i>Madden NFL;</i> <i>FIFA; PES</i>
Videojuegos deportivos	Se b asa e n l a s imulación de deportes. E l j ugador t iene e l control de un pe rsonaje que desempeña l as h abilidades q ue el deporte en cuestión requiere.	Arcade	Su o bjetivo es obtener un a puntuación a lta, l a experiencia d e j uego es rápida.	<i>NBA Jam; NFL blintz</i>
		De Rol	Combinan l os características de los videojuegos de rol con el género deportivo.	<i>Mario Golf;</i> <i>Namco; Mario Tennis</i>
Videojuegos de lucha	Se d esarrollan c ombates en tre personajes s in el uso de a rma, el jugador m ediante di ferentes comandos i ndican a l peleador l a acción a rrealizar ( p. e. m overse, atacar, et c.). Generalmente h acen referencia a a rtes marciales, boxeo o lucha libre.	Uno contra u no o Versus	El e nfrentamiento se da uno a uno.	<i>Steet Fighter,</i> <i>Tekken</i>
		Free for all	El e nfrentamiento e ntre peleadores puede s er d e más de d os jugadores a l a v ez en una sola pelea.	<i>Súper Smash Bros;</i> <i>Jump Ultimate Stars</i>
		Beat'em up	Se r efiere a l a s imulación d e peleas callejeras.	<i>Final Fight,</i> <i>Streets of Rage</i>
Videojuegos de simulación	Permiten recrear de manera realista alguna actividad particular.	Combate	Es car acterístico el realismo de los pe rsonajes ( p. e. movimiento) o e l us o y funcionamiento de los objetos utilizados ( p. e. a rmas, aviones, etc.).	<i>Operation Flashpoint;</i> <i>Armed Assault</i>
		Sociales	Reproducen e n e ntronro social.	<i>Los Sims; Alter Ego</i>
		Sistemas	Reproducen u n a mbiente como un hospital, z oológico, etc.	<i>ZooTycoon</i>
		Naves	Reproducen e l c omando d e barcos, aviones, etc.	<i>Silent Hunter</i>
Videojuegos de carreras	La dinámica del juego gira en torno a l ogran que e l pe rsonaje controlado al cance la meta	Arcades	Su p rincipal ob jetivo e s recorrer ci erta d istancia p ara llegar a ntes q ue e l	<i>Start your Engines;</i>

	propuesta antes que sus contrincantes (que pueden ser otros jugadores o la misma computadora).		contrincante.	
		Simuladores	Reproducen fielmente las características reales de los vehículos usados (p.e. el trabajo del motor).	<i>Forza Motorsports; Need for Speed;</i>
		Infiltración	No hay una confrontación directa con los enemigos y a que se utiliza la estrategia y sigilo como principal recurso.	<i>Metal Gear Solid; Batman</i>
Videojuegos de estrategia	Implican al jugador planificar y administrar sus acciones y recursos para lograr el objetivo final.	Según su temática	Pueden ser de estrategia bélica, social, económica, etc.	<i>Age of Empires; Warcraft; Civilization (Turnos);</i>
		Según la mecánica	En tiempo real o por turnos.	<i>Plantas vs Zombies(real). Dragon Edge; Lords of the fallen</i>
		Acción	Incluye las características del juego de acción.	
		Basado en turnos	El combate se lleva a cabo en turnos o indicando el tiempo preciso para actuar.	<i>Final Fantasy</i>
Videojuegos de Rol (RPG)	El jugador es el mando de un personaje o un grupo de ellos (que puede diseñar) los cuales se enfrentan a misiones. Durante el juego el jugador asume el papel del personaje de la historia.	Batalla	Incorpora la estrategia, haciendo que la trama se lleve a cabo en ambientes mapeados.	<i>Adventure War</i>
		MRPG (multijugador)	Varios usuarios juegan la misma partida a la vez para lograr el objetivo.	<i>Diablo</i>
		MMORPG (Multijugador masivo en línea)	Permite la interconexión de gran cantidad de personas, ya sea colaborando o compitiendo entre ellos.	<i>Mortal online; Everquest, World of Warcraft</i>
Sandbox	No existen un orden preestablecido y no requieren cumplir los objetivos del juego ya que es el jugador quien tiene la libertad para crear objetivos según las posibilidades que ofrece el juego o cumplir las fijas en el momento que decida.	2D	La diferencia se encuentra en los gráficos que utiliza cada versión. Este género ofrece la posibilidad de combinar géneros como la aventura gráfica, plataformas, acción-aventura, etc.	<i>Grand Theft Auto 2</i>
		3D		<i>Grand Theft autoIII; Assassin's Creed</i>

NOTA: Adaptado de Gil, A. & Vida, T. (2007). *Los Videojuegos*. Barcelona: UOC; Cabrera, K. (2007). *Usos y gratificaciones de los videojuegos y su componente educativo* (Tesis inédita de maestría). Universidad Tecnológica de Pereira, Colombia; Soto, L. (2012). *Infogame. Clasificación de Videojuegos*. Santiago: Universidad de Chile. \*\* No existen subgéneros



### **3.2.3 Características psico-estructurales de los videojuegos**

Como se mencionó anteriormente, las investigaciones recientes, independientemente si los participantes pueden ser catalogados como adictos al juego o no, identifican que algunos usuarios experimentan efectos negativos en su vida como consecuencia de su involucramiento con este tipo de dispositivos, al respecto King et al. (2010a) proponen la existencia de elementos característicos de los videojuegos que pueden estar relacionados con el desarrollo de estilos de juego problemáticos, distinguiendo las siguientes categorías:

#### *Características sociales*

Referida a los aspectos socializadores de los videojuegos que pueden ir desde la comunicación establecida con otros jugadores hasta la oportunidad de crear comunidades de juego. Este rubro considera la participación de la red social próxima a los jugadores a la hora de aprender sobre videojuegos, por ejemplo mediante el intercambio de tips, al reconocimiento de las habilidades o logros por parte del grupo así como la expresión de sentimientos de éxito o frustración. Por ejemplo en los juegos MRPG los avatares pueden realizar ademanos, bromas, et c., situaciones que resultan altamente reforzantes para el jugador.

Otro tema que parece importante, es la competencia social la cual puede estar representada por los tableros donde se indica el progreso y liderazgo de un jugador particular, así en juegos de simulación de deportes o los MMORPG es posible la consulta de las estadísticas de los jugadores.

### *Características de control y manipulación*

Se trata de las formas en las cuales el usuario puede interactuar y controlar las características del videojuego, lo cual involucra la configuración (diseño y software), el tipo de artefacto utilizado (tipo de controles, consolas, etc.) o bien las habilidades requeridas de acuerdo a los elementos presentes. Esto se encuentra relacionado con la sensación de dominio que experimenta el jugador (p. e. al tener la oportunidad de salvar su progreso o regresar a un punto anterior del juego si así lo desea) y de destreza (coordinación ojo-mano, rapidez, planeación, etc.), lo cual maximiza el disfrute del juego. También, la oportunidad para tomar decisiones sobre la administración de los recursos disponibles para conseguir la meta establecida parece ser relevante.

### *Características narrativas y de identidad*

En esta categoría se incluyen las formas en las que el jugador puede tomar una nueva identidad en el juego y el papel que tiene la narrativa en el involucramiento del jugador.

En ese apartado resulta importante la manipulación de la identidad de los personajes, por ejemplo en la creación de avatares en los videojuegos de rol, el usuario puede elegir entre opciones tales como sexo, raza, apariencia física, clase y habilidades para su creación. Al parecer estas posibilidades son diseñadas específicamente para generar en el jugador una especie de apego e identificación con su avatar, lo cual generaría una mayor inversión de tiempo en su personaje.

Adicionalmente se encuentra la narrativa del videojuego, la cual puede ser tan sencilla como sobrevivir a los obstáculos (p. e. en los juegos de arcade) o bien incluir historias complejas que faciliten la inmersión en el juego (p. e. videojuegos de aventura). Muy

relacionado se encuentra el género y tema del videojuego, que pueden ser determinantes a la hora de iniciar y guiar los consumos próximos.

### *Características de recompensa y castigo*

Abarca todas las formas en que el juego puede premiar al jugador, las cuales van desde el feedback recibido mediante los controles o recompensas de orden psicológico como puntos, “vidas”, monedas, bonos, etcétera, recibidos al superar niveles o a algún otro beneficio. Generalmente los videojuegos contemplan múltiples recompensas a la vez, siendo que los programas de reforzamiento variables programados pueden hacer que la conducta de juego se mantenga pues la próxima recompensa siempre “está a punto de llegar”.

Por otro lado la aparición de penalizaciones como pérdida de habilidades o recursos, fallar la misión u objetivo, por mencionar algunos, resultan de suma importancia para establecer el nivel de reforzamiento del juego. Otro aspecto importante son las *meta-recompensas* donde se hace consciente al jugador del estado de sus logros, cuestión que podría llevar a la persona a jugar hasta alcanzar un nivel de progreso superior. También el continuar jugando puede explicarse mediante el refuerzo negativo a la hora de evitar las consecuencias negativas de no superar una fase u objetivos difíciles, representadas por ejemplo en la pérdida de vida o en el alivio de la tensión que eso generaría.

Resalta también, la frecuencia con que el juego recompense al jugador pues mientras un juego como los denominados Puzzle son partidas cortas y pueden ser iniciados nuevamente después de una partida los multijugador requieren de varias horas, incluso meses para superar o avanzar un nivel y por tanto obtener el refuerzo.

### *Características de presentación*

Se refiere a las cualidades estéticas del videojuego, como son el sonido o los gráficos involucrados, los cuales de acuerdo a la teoría de condicionamiento clásico pueden formar asociaciones con estados afectivos particulares (p. e. el sonido al pasar un nivel con euforia). Esta categoría incluye también la representatividad que tienen las llamadas “franquicias” de los videojuegos (p. e. Halo, Mario Bros, Los Simpson, etc.) y las experiencias positivas que estas generan, propiciando que puedan generalizarse una vez que el jugador reconozca estos elementos en otro videojuego. Por otro lado la conducta de juego también puede relacionarse con lo evidente o no del contenido (p. e. violencia o escenas sexuales explícitas) y por lo tanto con lo que este tipo de contenido genera en el usuario.

### **3.3 Posibles consecuencias**

Como puede verse, el uso de videojuegos es un tema complejo que requiere contemplar una gran cantidad de aspectos como lo son las características de los jugadores y de los juegos utilizados, a la igual que los efectos en los diversos dominios de la vida de los usuarios (Matute & Vadillo, 2012).

Por una parte, la investigación señala que los videojuegos pueden tener efectos favorables en cuanto al desarrollo de diferentes destrezas y habilidades, por ejemplo en una revisión realizada por Moncada & Chacón (2012) con respecto al impacto fisiológico y psicológico de los videojuegos se señala que la exposición a periodos de 1 hora de juego pueden tener efectos deseables en la atención a corto plazo, sin embargo mencionan que en el efecto puede no presentarse en jugadores habituales, lo cual podría sugerir que la

exposición prolongada a videojuegos puede a nular estos beneficios. De igual forma reportan mejoras en las habilidades espaciales, tiempo de reacción y atención visual pero un empobrecimiento de la calidad del sueño en general, aumento de niveles de cortisol y una disminución importante del gasto energético, lo cual podría vincularse con problemas de sobrepeso y obesidad.

En cuestiones escolares se ha reportado que un uso moderado puede relacionarse con un mejor desempeño académico, debido a las habilidades cognitivas que resultan favorecidas (Escamilla & Gamazo, 2011); en contraste algunos autores reportan que el uso problemático de videojuegos se asocia con un bajo rendimiento académico en la infancia y la adolescencia consecuencia de la disminución del tiempo dedicado a aspectos escolares (Festl, et al, 2012; Lloret, Cabrera, & Sanz, 2013).

Debido a estos resultados, resulta indispensable considerar ambas partes de la situación, tal como lo menciona Escamilla & Gamazo (2011, p. 207) “su utilidad objetiva y práctica desde el punto de vista psicológico es indiscutible [...] no obstante, los peligros e inconvenientes también existen, sobre todo considerando la utilización con frecuencia abusiva”.

### **3.3.1 Adicción a videojuegos.**

En el caso de los videojuegos, responder a la pregunta de si el uso de este tipo de tecnología puede o no generar una adicción ha sido motivo de debate en los últimos años. Existen diferentes posturas al respecto, por un lado hay autores que consideran que el uso de videojuegos no puede ser catalogado como una adicción (Tejeiro, et al, 2009). Sin embargo, cada vez existe mayor investigación encaminada a conceptualizar el uso

desmedido de videojuegos como un comportamiento adictivo, principalmente entre niños y adolescentes debido a la gran propensión de uso entre estos grupos de edad (Ferguson, Coulson & Barnett, 2011).

Como se mencionó en el capítulo anterior, las adiciones tecnológicas no existen como categorías formales, sin embargo en la última revisión del DSM versión 5, (APA, 2014) en su sección denominada “Afecciones que necesitan más estudio” (p. 795), fue postulado como un nuevo trastorno el *Trastorno de Juego por internet* dentro del cual, se considera que jugar videojuegos online puede llegar a ser un comportamiento maladaptativo. Aunque dicho manual especifica que esta clasificación requiere de mayor investigación científica, es la primera ocasión en que se postula el uso de una tecnología, en este caso los videojuegos, como una clasificación formal (Festl et al., 2012; King et al., 2013). Los criterios propuestos para su diagnóstico son:

1. Preocupación por los juegos por Internet, que pasan a ser la actividad dominante.
2. Síntomas de abstinencia cuando se le impide jugar (irritabilidad, ansiedad o tristeza).
3. Tolerancia: se necesitan cantidades mayores de tiempo para practicarlos.
4. Intentos fracasados por controlar la participación en los juegos de Internet.
5. Pérdida de interés en otros hobbies o aficiones y en otras formas de entretenimiento.
6. Uso continuo de los juegos de Internet a pesar de conocer los problemas psicosociales que generan.
7. Engaña a familiares, terapeutas y otros respecto a la cantidad de juego por Internet que se practica.

8. Uso de los juegos para evadirse o aliviar un afecto negativo (p. e. sentimientos de desesperanza, culpa o ansiedad).
9. Descuido o pérdida de relaciones significativas, empleo u oportunidades educativas o laborales debido a participación en juegos por Internet.

Así, diferentes autores concuerdan en que las características de la adicción a videojuegos en general, son equiparables con las observadas en la dependencia a sustancias (Lemmens et al., 2009; Chóliz & Marco, 2011; King et al., 2013).

Por su parte Lemmens et al. (2009, pp. 78) define la adicción a videojuegos como un “uso compulsivo y excesivo de [la computadora o] videojuegos que resulta en problemas sociales y/o emocionales; en donde aún con esos problemas, al jugador le es imposible controlar este uso excesivo”.

La adicción a videojuegos, considera no solamente cuestiones cuantitativas del uso o frecuencia con que los videojuegos son utilizados sino que involucra la calidad y los efectos negativos en el funcionamiento general del jugador (Gentile, 2009; Escamilla & Gamazo, 2011; Griffiths, 2010; King et al, 2013).

Estos efectos son resultado de la implicación en la conducta de juego, más que de la conducta en sí misma, produciendo descuido y deterioro de otros aspectos relevantes (Marco & Chóliz, 2012), específicamente se ha visto que el uso problemático o la adicción a videojuegos interfiere en el establecimiento de relaciones interpersonales reales, lo cual impide la consolidación de habilidades sociales así como estrategias adecuadas de resolución de problemas y capacidad empática, cuestiones sumamente importantes durante la adolescencia (Lemmens, et al, 2011).

Otras consecuencias de este patrón de juego pueden relacionarse con una reducción del tiempo de sueño, altos niveles de estrés, decremento en el tiempo compartido con amigos, familia y pareja y con un bajo rendimiento escolar (Festl et al., 2012).

En apoyo a esta conceptualización las investigaciones dirigidas al estudio de la relación de variables psicológicas y la dependencia a videojuegos, indica que las personas que presentan un uso problemático de videojuegos presentan mayor incidencia de síntomas externalizados como la inatención, hiperactividad, agresividad y pobre autocontrol (Desai, Krishnan-Sarin, Cavallo & Potenza, 2010). Algunos autores plantean la posibilidad de que el uso excesivo de videojuegos sea un síntoma de otro de sorden primario (Wood, 2007 citado en King et al., 2010b), por ejemplo un estudio realizado por Starcevic, Berle, Porter & Fenech (2011) señala que aquellos usuarios de video juegos, independientemente de que el uso sea o no problemático, tienden a puntuar más alto en escalas que miden tendencias obsesivo-compulsivas, ansiedad social y depresión.

Del mismo modo, Gentile, Hyekyung, Liau, Sim, Li, Fung et al. (2011) reportan en un estudio longitudinal que los usuarios que presentaron impulsividad, menores competencias sociales y pocas habilidades de regulación emocional fueron más propensos a convertirse en jugadores patológicos dos años más tarde.



## **CAPÍTULO IV**

### **MÉTODO**

Para contestar la pregunta de investigación planteada, se llevó a cabo una investigación en dos fases, en la primera de ellas se realizó el análisis psicométrico de la escala empleada para la medición de la dependencia a videojuegos y en la segunda se analizó la relación existente entre la dependencia a videojuegos y el autocontrol.

#### **Primera fase**

##### **Adaptación del instrumento**

###### **Planteamiento del problema**

A últimas fechas los videojuegos se han posicionado como elementos pertenecientes a la cultura en que los adolescentes se desenvuelven pues representan una fuente de entretenimiento, y a su vez, satisfacen sus necesidades de identificación, independencia y pertenencia al actuar como facilitadores de la interacción entre iguales. No obstante, cuando su empleo tiene resultados desfavorables para el jugador, el uso de videojuegos puede convertirse en un problema. Inicialmente, la literatura reportaba estudios de casos donde se describían los efectos negativos experimentados por los jugadores, sin embargo, estos carecían de medios objetivos de evaluación. Por ello, recientemente la investigación se ha centrado en el desarrollo de escalas psicométricas que permitan una medición confiable y válida de la problemática, sobre todo en países donde se ha identificado mayor cantidad de jugadores, por ejemplo en Europa y Asia. Particularmente en América Latina se

tienen datos que indican que el número de jugadores es cada vez mayor, sin embargo el desarrollo de escalas de medición es escasa.

### ***Justificación***

Actualmente es cada vez mayor la investigación que da cuenta de los diferentes resultados que el uso disfuncional de videojuegos puede acarrear, sobre todo en periodos evolutivos que implican por sí mismos cambios importantes en el desarrollo de la persona, ejemplo de ellos es la adolescencia pues la interrelación de retos y variables ambientales hacen de la etapa un periodo vulnerable para el desarrollo de comportamientos adictivos relacionados con el uso de este tipo de tecnologías (Bergen, Newby-Clark & Brown, 2012; Lemmens et al., 2010; García, 2013; King, Delfabbro & Griffiths, 2012). Es por ello que, tal problemática, representa un tema de interés debido al impacto psicoemocional, social, y las consecuencias a largo plazo que puede traer consigo, aspecto que a su vez, demanda el desarrollo de técnicas de evaluación sustentadas en investigación.

Dado que en México no se cuenta con escalas de medición que aporten información sobre el tema y especialmente en dicho grupo de edad, el presente estudio pretende conocer la aplicabilidad del Test de Dependencia a Videojuegos (Chóliz & Marco, 2011) en población mexicana, instrumento que ha sido utilizado anteriormente como un test apropiado psicométricamente en la evaluación de la dependencia a videojuegos en población de habla hispana (Fontemachi, 2014; Marco, 2012; Marco & Chóliz, 2012).

### ***Pregunta de investigación***

- ¿Cuáles son las propiedades psicométricas del Test de Dependencia a Videojuegos (TDV) en un grupo de adolescentes mexicanos?

### **Objetivo general**

- Examinar las propiedades psicométricas del Test de Dependencia a Videojuegos (TDV) en adolescentes mexicanos.

### **Objetivos específicos**

- Adaptar el TDV a población adolescente mexicana.
- Obtener las propiedades psicométricas, confiabilidad y validez del TDV.
- Caracterizar el patrón de uso de videojuegos en un grupo de adolescentes mexicanos.

### **Variable**

#### **Dependencia a videojuegos**

#### ***Definición conceptual:***

Chóliz & Marco (2011) definen la Dependencia a videojuegos con base en los siguientes criterios:

- Tolerancia. Cada vez se necesita jugar durante más tiempo o a más juegos. No es suficiente con el patrón de juego de hace un tiempo.
- Abstinencia. Mal estar emocional cuando se interrumpe el juego o cuando se lleva un tiempo sin jugar.
- Se juega más de lo que se pretendía inicialmente.

- Deseo por dejar de jugar, pero no poder hacerlo.
- Emplear excesivo tiempo en actividades relacionadas con los videojuegos que interfiere con actividades cotidianas.
- Dejar de hacer otras actividades por jugar más.
- Seguir jugando a pesar de saber que le perjudica.

***Definición operacional:***

La dependencia a videojuegos será medida a través de la puntuación obtenida en el Test de Dependencia a Videojuegos (Chóliz & Marco, 2011).

**Participantes**

En total participaron 620 adolescentes de dos escuelas de nivel secundaria ubicadas en el sur de la Ciudad de México; de este total se decidió eliminar 115 cuestionarios debido a que indicaban que no eran usuarios de videojuegos o no fueron contestados en su totalidad. Por ello, el grupo quedó conformado por 505 participantes de los cuales el 56.32% eran hombres (N= 285) y el 43.68% mujeres (N= 220), mismos que fueron seleccionados de forma intencional y no probabilística. La edad promedio fue de 12.65; la edad mínima fue 12 años y la máxima 15. De los participantes el 42.57% cursa el 1º grado de educación secundaria mientras que el 57.43% se encuentra en segundo grado (Tabla 3).

**Tabla 3. Características sociodemográficas de los participantes**

Sexo	Hombres (N=285)		Mujeres (N=220)	
	(56.32%)		(43.68%)	
		N		N
<b>Edad</b> <i>Media= 12.65</i> <i>DE= .751</i>	12 años	132	12 años	119
	13 años	100	13 años	86
	14 años	46	14 años	14
	15 años	7	15 años	1
<b>Grado escolar</b>	1º grado	127	1º grado	88
	2º grado	158	2º grado	132

### Tipo de estudio

- Exploratorio

### Diseño

- No experimental, transversal

### Instrumentos

#### *Test de dependencia a videojuegos*

El Test de Dependencia a Videojuegos fue construido por Chóliz y Marco en 2011. Se trata de un instrumento utilizado para el diagnóstico de la dependencia a videojuegos entre adolescentes, basado en los criterios del DSM-IV para dependencia a sustancias, consta de 25 ítems que son contestado mediante una escala tipo Likert, dicho instrumento reporta un  $\alpha$  de Cronbach = .94 y está conformado por cuatro factores:

1. Abstinencia: se refiere al malestar que se presenta cuando no es posible utilizar los videojuegos o el empleo de los mismos para aliviar problemas psicológicos.

2. Abuso y tolerancia: refleja el hecho de que se juega progresivamente más que al inicio, siendo este uso excesivo.
3. Problemas ocasionados por videojuegos: como su nombre lo indica se refiere a problemáticas derivadas del uso de videojuegos.
4. Dificultad en el control: se refiere a las dificultades experimentadas al intentar dejar de jugar en situaciones o momentos donde esta actividad no resulta adecuada o funcional.

El primer factor explica el 40.43% de la varianza total y está compuesto por los ítems 3, 4, 6, 7, 10, 11, 13, 14, 21 y 25. El segundo factor compuesto por los reactivos 1, 5, 8,9 y 12 explica el 5.49% de la varianza. El tercer factor consta de 4 ítems (16, 17,19 y 23) y explica un 4.19% de la varianza total. Por último, el cuarto factor con un 4.00% de la varianza se conforma de los ítems 2, 15, 18, 20,22 y 24.

Del reactivo 1 al 14 cuenta con 5 opciones de respuesta que indican el grado de acuerdo o desacuerdo con los ítems (*Totalmente en desacuerdo, Un poco en desacuerdo, Neutral, Un poco de acuerdo, Totalmente de acuerdo*) y del reactivo 15 a l 25 se pide indicar la frecuencia con se experimentan las afirmaciones (*Nunca, Rara vez, A veces, Con frecuencia, Muchas veces*).

### ***Auto-informe sobre uso de videojuegos***

Se realizó un listado de 8 preguntas con el objetivo de obtener información sobre las preferencias de géneros de videojuegos en tre los adolescentes así como el tiempo y frecuencia de su uso.

## **Procedimiento**

Después de la revisión del test por expertos en adicciones, los cuales se centraron en la verificación del contenido de los ítems, e especialmente en palabras que pudieran diferir culturalmente en significado, no se consideró necesaria la modificación de la redacción de los reactivos, por lo que se procedió a realizar la aplicación del instrumento. En la versión impresa, se adicionaron ocho preguntas enfocadas a obtener información descriptiva del uso de videojuegos (Anexo 1).

Se solicitó el consentimiento de las autoridades escolares, quienes dieron parte a los padres de familia, para que los alumnos participaran en la investigación. La aplicación se llevó a cabo de manera grupal en los salones de clases, previa explicación a los adolescentes del objetivo de la investigación y especificando la confidencialidad de los datos proporcionados. La aplicación duró 20 minutos en promedio.

## **Manejo estadístico**

Inicialmente se llevó a cabo un análisis de frecuencias para identificar la normalidad de la distribución de respuesta en cada uno de los ítems. Posterior a esto, se realizó un análisis de discriminación de reactivos mediante la conformación de grupos extremos (cuartil superior y cuartil inferior) y su contraste mediante la prueba *t* de student. Una vez que los reactivos cumplieron con las especificaciones requeridas, se realizó un análisis factorial de componentes principales y un análisis de confiabilidad Alfa de Cronbach para cada factor resultante y para la escala total.

Respecto a la parte descriptiva, se realizaron análisis de frecuencias los cuales arrojaron datos sobre el patrón de uso de videojuegos.

## RESULTADOS

### Fase 1

Se realizó un análisis de frecuencias de los 25 reactivos que componen el Test de Dependencia a Videojuegos (Chóliz & Marco, 2011) y cada una de sus cinco opciones de respuesta (Totalmente de acuerdo a Totalmente en desacuerdo), se encontró que la distribución se concentraba principalmente en el punto medio de las cinco opciones, por lo que se tomó la decisión de sumar los extremos de la escala Likert (Totalmente de acuerdo y Un poco de acuerdo y Totalmente en desacuerdo y Un poco en desacuerdo), generando con ello 3 puntos de comparación: Grupo con puntajes altos, Grupo neutro y Grupo con puntajes bajos. Posteriormente, se realizó un nuevo análisis de frecuencia para los nuevos grupos (Tabla 4) y se procedió a realizar la suma de las puntuaciones de los ítems para después, con dicha sumatoria, poder calcular una nueva variable que permitiera ordenar los puntajes en cuartiles. Considerando los grupos pertenecientes del cuartil superior y del cuartil inferior se realizó una prueba *t de student* para muestras independientes (Tabla 5) con la finalidad de conocer el poder discriminante de los reactivos.

La prueba *t* mostró que existen diferencias estadísticamente significativas entre ambos grupos extremos, lo cual afirma la capacidad de los ítems para diferenciar entre los participantes que puntúan bajo y alto en el test. No se eliminó ni ningún reactivo en este análisis.



**Tabla 4.- Distribución de las respuestas en porcentaje, sesgo y curtosis**

No. de reactivo	Frecuencia %			Asimetría	Curtosis	Sesgo
	<i>Puntaje bajo</i>	<i>Puntaje neutro</i>	<i>Puntaje alto</i>			
1	33.7	25.9	40.4	-.130	-1.634	No
2	67.3	11.3	21.4	1.027	-.736	No
3	54.3	16.2	29.5	.505	-1.528	No
4	45.1	17.0	37.8	.145	-1.777	No
5	49.1	21.0	29.9	.382	-1.570	No
6	58.4	12.7	28.9	.614	-1.452	No
7	46.3	16.0	37.6	.173	-1.782	No
8	49.9	18.8	31.3	.372	-1.616	No
9	56.4	13.9	29.7	.505	-1.513	No
10	39.2	18.4	42.4	-.062	-1.776	No
11	44.2	18.2	37.6	.129	-1.764	No
12	43.6	18.6	37.8	.113	-1.762	No
13	46.9	16.0	37.0	.197	-1.772	No
14	56.8	12.5	30.7	.539	-1.549	No
15	60.6	21.8	17.6	.912	-.733	No
16	41.4	16.2	42.4	-.020	-1.812	No
17	65.1	14.1	20.8	.977	-.785	No
18	42.4	19.6	38.0	.086	-1.753	No
19	48.1	15.0	36.8	.225	-1.773	No
20	37.2	19.6	43.2	-.117	-1.746	No
21	38.2	22.2	39.6	-.027	-1.719	No
22	66.5	13.7	19.8	1.044	-.643	No
23	70.3	12.7	17.0	1.242	-.160	No
24	65.5	11.5	23.0	.935	-.930	No
25	56.0	16.8	27.1	.595	-1.406	No

Como siguiente paso se realizó un análisis factorial exploratorio; para confirmar la viabilidad de dicho análisis se realizó la prueba de esfericidad de Bartlett, la cual arrojó un resultado significativo ( $p < .05$ ) cuestión que permite rechazar la hipótesis nula de que las variables no se encuentran relacionadas entre sí; además se obtuvo una medida de adecuación muestral Kaiser-Meyer-Olkin (.95) cuyo resultado nos indica que es posible realizar la factorización de las variables.

**Tabla 5.- Prueba *t* de student para muestras independientes**

Reactivo	Grupo bajo		Grupo alto		gl	t	P	Discrimina Sí/No
	M	DE	M	DE				
1	1.39	.661	2.75	.553	257.08	-18.37	.000	Sí
2	1.20	.529	2.38	.824	216.83	-8.22	.000	Sí
3	1.20	.529	2.38	.824	232.78	-14.01	.000	Sí
4	1.35	.654	2.63	.707	267.35	-15.36	.000	Sí
5	1.27	.617	2.31	.800	255.01	-11.88	.000	Sí
6	1.15	.485	2.28	.889	211.57	-12.88	.000	Sí
7	1.23	.602	2.45	.822	249.25	-13.87	.000	Sí
8	1.20	.561	2.48	.749	251.95	-15.85	.000	Sí
9	1.13	.451	2.31	.872	205.12	-13.97	.000	Sí
10	1.24	.566	2.80	.512	263.59	-23.79	.000	Sí
11	1.14	.423	2.76	.563	252.21	-26.75	.000	Sí
12	1.23	.589	2.53	.758	255.78	-15.61	.000	Sí
13	1.17	.469	2.66	.667	244.39	-21.19	.000	Sí
14	1.14	.479	2.44	.803	223.06	-16.03	.000	Sí
15	1.11	.362	2.28	.468	190.47	-15.30	.000	Sí
16	1.20	.452	2.85	.468	267.99	-29.49	.000	Sí
17	1.06	.320	2.32	.831	176.50	-16.36	.000	Sí
18	1.30	.577	2.77	.559	266.99	-21.19	.000	Sí
19	1.20	.519	2.71	.644	259.29	.21.12	.000	Sí
20	1.49	.745	2.67	.654	261.44	-1.87	.000	Sí
21	1.29	.558	2.74	.572	267.99	-21.08	.000	Sí
22	1.05	.242	2.20	.839	159.11	-15.23	.000	Sí
23	1.03	.211	2.17	.836	153.74	-15.22	.000	Sí
24	1.04	.227	2.45	.822	157.22	-19.14	.000	Sí
25	1.09	.358	2.48	.777	192.43	-18.79	.000	Sí

A partir de los resultados anteriores, se llevó a cabo un primer análisis factorial con el método de extracción de componentes principales, rotación varimax (Tabla 6). En este, se obtuvieron 3 factores, de los cuales el primero de ellos explicó el 20.28% de la varianza total, el segundo un 15.30% y el tercero el 0.39%. Se eliminaron los reactivos que compartían una carga factorial similar en más de un factor (ítems 1, 5, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 17, 22, 23 y 24). Se llevó a cabo un segundo análisis factorial con los ítems restantes (Tabla 7). Se obtuvo una medida de suficiencia muestral (KMO) de .91 y un resultado significativo ( $p < .05$ ) en la prueba de esfericidad de Bartlett. Se extrajeron dos factores, de

los cuales el primero explicó el 24.85% de la varianza total y el segundo un 21.64% , la carga factorial de cada reactivo fue superior a .40. Los grupos obtenidos no corresponden a la configuración original ya que el número de factores se redujo a la mitad, quedando la siguiente agrupación de ítems:

- El Factor 1 llamado “Evitación”, se integró por los ítems 18, 25, 16, 20, 21 y 19.
- El Factor 2 fue nombrado “Abstinencia” y se conformó por los ítems 3, 7, 6, 9, 8, 4 y 2.

Una vez conformados los factores, se realizó un análisis de consistencia interna tanto para el instrumento en su conjunto como para las subescalas que lo conforman. Se obtuvo un  $\alpha$  de Cronbach de .853 para la escala total, un  $\alpha = .818$  para el factor *Evitación* y un  $\alpha = .751$  para el factor *Abstinencia*. Con respecto a la correlación ítem-total se observa que todas tienen un valor  $\geq .485$ , por lo que la eliminación de algún reactivo no aumenta el nivel de  $\alpha$ .

**Tabla 6. Matriz de componentes rotados del primer análisis factorial**

Reactivo	Componente		
	1	2	3
18. Cuando estoy aburrido me pongo con un videojuego	.663	.228	.151
16. He llegado a estar jugando más de tres horas seguidas	.650	.248	.220
25. Cuando tengo algún problema me pongo a jugar con algún videojuego para distraerme	.638	.118	.335
20. En cuanto tengo un poco de tiempo me pongo con un videojuego, aunque sea solo un momento	.632	.108	.009
21. Cuando estoy jugando pierdo la noción del tiempo	.620	.230	.171
19. Me he acostado más tarde o he dormido menos por quedarme jugando con videojuegos	.577	.282	.204
11. Si no me funciona un videojuego, busco otro rápidamente para poder jugar	<b>.537</b>	<b>.458</b>	.104
24. Incluso cuando estoy haciendo otras tareas, pienso en mis videojuegos	<b>.533</b>	.170	<b>.475</b>
12. Creo que juego demasiado a los videojuegos	<b>.489</b>	<b>.351</b>	.084
17. He discutido con mis padres, familiares o amigos por que de dico mucho tiempo a jugar con la videoconsola o el PC	<b>.467</b>	.208	<b>.463</b>
3. Me afecta mucho cuando quiero jugar y no funciona la videoconsola o el videojuego	.077	.680	.196
7. Me irrita cuando no funciona bien el videojuego por culpa de la videoconsola o el PC	.116	.648	.159
4. Cada vez que me acuerdo de mis videojuegos tengo la necesidad de jugar con ellos	.346	.590	.028
10. Es muy obsesionado por subir de nivel, ganar prestigio, etc. en los videojuegos	<b>.479</b>	<b>.557</b>	.054
13. Me resulta muy difícil parar cuando comienzo a jugar, aunque tenga que dejarlo porque me llaman mis padres, amigos o tengo que ir a algún sitio	<b>.443</b>	<b>.542</b>	.099
8. Ya no es suficiente para mí jugar la misma cantidad de tiempo que antes, cuando comencé	.286	.531	.226
9. Dedico menos tiempo a hacer otras actividades, porque los videojuegos me ocupan bastante rato	.193	.522	.235
6. Si estoy tiempo sin jugar me encuentro vacío y no sé qué hacer	.086	.519	.364
1. Juego mucho más tiempo con los videojuegos ahora que cuando comencé	<b>.414</b>	<b>.443</b>	.180
2. Si no me funciona la videoconsola o el PC le pido prestada una a parientes o amigos	-.078	.238	.661
22. Lo primero que hago cuando llego a casa después de clase o el trabajo es ponerme con mis videojuegos	<b>.476</b>	.112	<b>.523</b>
15. Lo primero que hago los fines de semana cuando me levanto es ponerme a jugar con algún videojuego	<b>.443</b>	.151	<b>.513</b>
23. He mentado a mi familia o a otras personas sobre el tiempo que he dedicado a jugar	<b>.462</b>	.131	<b>.508</b>
14. Cuando me encuentro mal me refugio en mis videojuegos	<b>.372</b>	.240	<b>.398</b>
5. Dedico mucho tiempo extra con los temas de mis videojuegos, incluso cuando no estoy jugando con ellos	.116	<b>.356</b>	<b>.388</b>

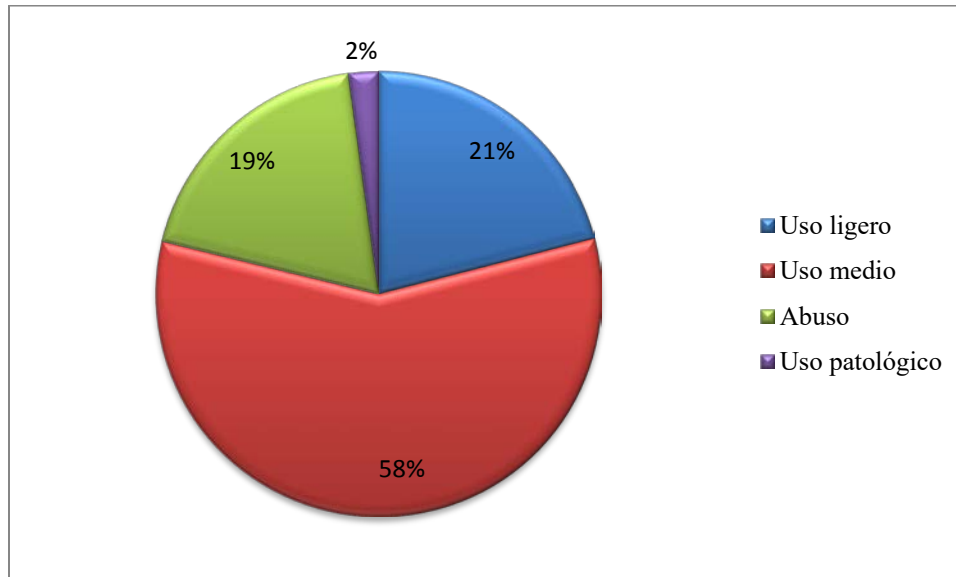
**Tabla 7. Matriz de componentes rotados del segundo análisis factorial**

Reactivo	Componente	
	1	2
18. Cuando estoy aburrido me pongo con un videojuego	<b>.737</b>	.231
25. Cuando tengo algún problema me pongo a jugar con algún videojuego para distraerme	<b>.716</b>	.168
16. He llegado a estar jugando más de tres horas seguidas	<b>.692</b>	.275
20. En cuanto tengo un poco de tiempo me pongo con un videojuego, aunque sea solo un momento	<b>.686</b>	.044
21. Cuando estoy jugando pierdo la noción del tiempo	<b>.667</b>	.246
19. Me he acostado más tarde o he dormido menos por quedarme jugando con videojuegos	<b>.631</b>	.311
3. Me afecta mucho cuando quiero jugar y no funciona la videoconsola o el videojuego	.123	<b>.718</b>
7. Me irrita cuando no funciona bien el videojuego por culpa de la videoconsola o el PC	.154	<b>.690</b>
6. Si estoy tiempo sin jugar me encuentro vacío y no sé qué hacer	.159	<b>.623</b>
9. Dedico menos tiempo a hacer otras actividades, por que los videojuegos me ocupan bastante rato	.238	<b>.559</b>
8. Ya no es suficiente para mi jugar la misma cantidad de tiempo que antes, cuando comencé	.348	<b>.552</b>
4. Cada vez que me acuerdo de mis videojuegos tengo la necesidad de jugar con ellos	.364	<b>.514</b>
2. Si no me funciona la videoconsola o el PC le pido prestada una a parientes o amigos	.088	<b>.485</b>

### Aspectos descriptivos del Test de Dependencia a Videojuegos

Con respecto a la clasificación de los usuarios, se utilizaron como referencia las puntuaciones totales medias y las desviaciones típicas obtenidas en el TDV; siguiendo con la clasificación propuesta por los autores del test se distinguieron los siguientes grupos (Marco & Chóliz, 2012):

**Figura 1.- Tipificación de las puntuaciones**



En la figura 1 se observa que el mayor porcentaje corresponde a quienes presentan un uso medio ( N= 292 ), seguido de aquellos que indican un uso ligero ( N= 106 ). Especialmente un 19 % (N= 96) son quienes abusan del uso de videojuegos y un 2 % (N= 11) de quienes presentan síntomas de dependencia.

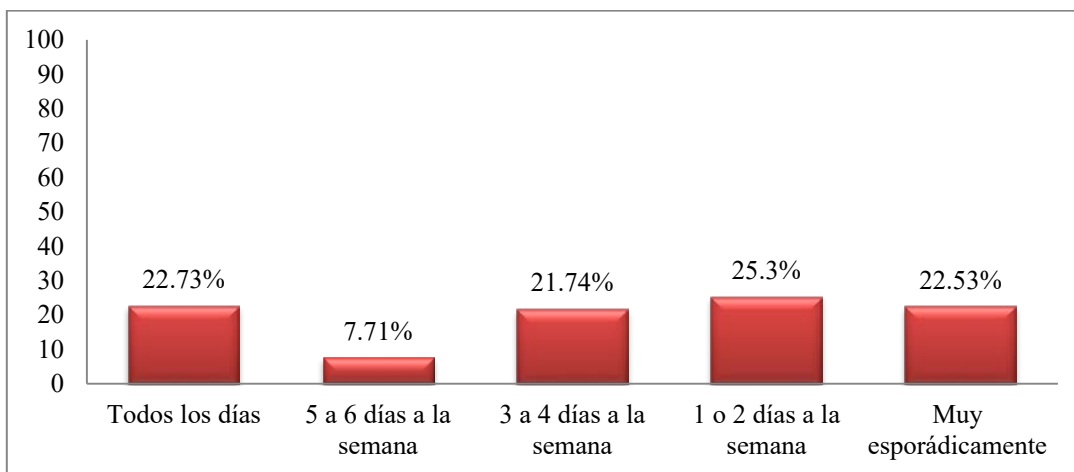
Al realizar la misma clasificación de acuerdo al sexo del participante se obtuvo que un 4.9% de los varones y solo un .9% de las mujeres cumplen con los criterios de dependencia a videojuegos (Tabla 8).

**Tabla 8.- Tipología de acuerdo al sexo del participante**

Tipología	Hombres		Mujeres		Total
	N	%	N	%	
Uso ligero	39	13.7	67	30.5	106
Uso medio	168	58.9	124	56.4	292
Abuso	68	23.9	28	12.7	96
Uso patológico	10	3.5	1	.5	11

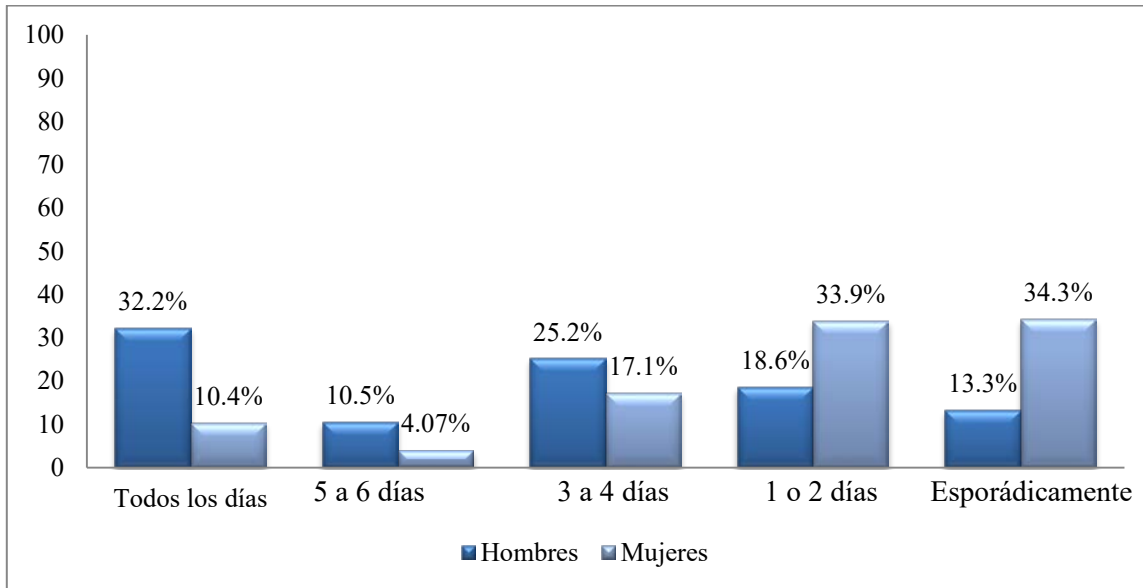
Al realizar el análisis de la información proporcionada sobre el patrón de uso de videojuegos, se observa al respecto de la frecuencia de uso que el 25.30% los emplea de 1 a 2 días por semana, el 22.73% los usa todos los días, el 22.53% muy esporádicamente, el 21.74% de 3 a 4 días por semana y el 7.71% de 5 a 6 días (Figura 2).

**Figura 2. Distribución de la frecuencia de uso de videojuegos de los participantes**



En la Figura 3 se observan las diferencias por sexo de la frecuencia de uso. El mayor porcentaje de hombres dice utilizarlos diariamente (32.28%), mientras que en las mujeres el porcentaje más elevado es el perteneciente a la categoría “E esporádicamente”, con un 34.39%.

**Figura 3. Distribución de la frecuencia de uso de videojuegos por sexo**



Con respecto al tiempo de juego, el promedio fue de 2 horas 9 minutos de lunes a viernes; en cambio los fines de semana o días festivos la media de tiempo fue de 2 horas 35 minutos. Dado que el tiempo fue expresado en minutos por los participantes, se utilizó la siguiente agrupación (Tabla 9) para presentar los datos. Dicha clasificación también fue utilizada al separar los datos por sexo (Tabla 10).

**Tabla 9. Distribución del tiempo dedicado a videojuegos**

Categoría	Tiempo entre semana		Tiempo fines de semana o festivos	
	N	%	N	%
No juega	12	2.4	55	10.9
Media hora o menos	78	15.6	59	11.9
Una hora	119	23.5	100	19.8
De 1:30 a 2:00 hrs.	109	21.5	71	4.0
De 2:30 a 3:00 hrs.	89	17.6	57	11.3
De 3:30 a 4:00 hrs.	37	7.3	45	8.9
De 4:30 a 5:00 hrs.	33	6.5	49	9.7
De 5:30 a 6:00 hrs.	20	4.0	48	9.5
Más de 7 horas	8	1.6	21	4.2



Al diferenciar por sexo, se observa que las mujeres utilizan los videojuegos 1 hora y 46 minutos en promedio (de lunes a viernes) y 1 hora y 52 minutos los fines de semana y/o festivos. Para los hombres la media fue de 2 horas, 28 minutos de lunes a viernes y de 3 horas, 8 minutos en fin de semana y/o días festivos.

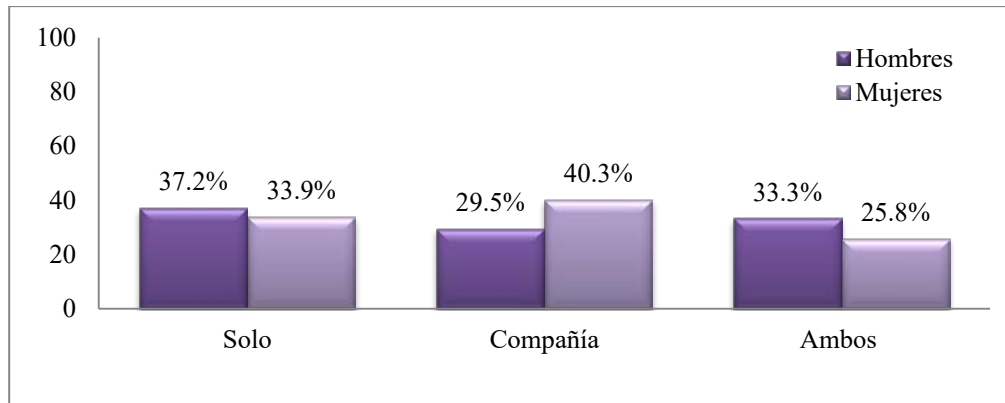
**Tabla 10. Distribución del tiempo dedicado a videojuegos por sexo**

Categoría	Hombres				Mujeres			
	Tiempo entre semana		Tiempo fines de semana o días festivos		Tiempo entre semana		Tiempo fines de semana o días festivos	
	N	%	N	%	N	%	N	%
No juega	4	1.4	25	8.8	8	3.6	29	13.6
Media hora o menos	30	10.5	18	6.3	48	22.2	42	19.0
Una hora	56	19.6	49	17.2	63	28.5	51	23.1
De 1:30 a 2:00 hrs.	64	22.5	37	13.0	45	20.4	34	15.4
De 2:30 a 3:00 hrs.	67	23.5	40	14.0	22	10.0	17	7.7
De 3:30 a 4:00 hrs.	21	7.4	25	8.8	16	7.2	20	9.0
De 4:30 a 5:00 hrs.	24	8.4	36	12.6	9	4.1	13	5.9
De 5:30 a 6:00 hrs.	13	4.6	36	12.6	7	3.2	12	5.4
Más de 7 horas	6	2.1	19	6.7	2	.9	2	.9

Por otro lado, se indagó sobre si los usuarios emplean videojuegos solos o acompañados, el 35.8% dice jugar solos, el 34.2% en compañía y el porcentaje restante indica hacerlo de ambas formas (30%).

En cuanto a las diferencias entre hombres y mujeres (Figura 4) se tiene que el 37.2% de los participantes hombres indican jugar sin compañía, el 29.5% juega acompañado y el 33.3% en ocasiones juega solo y en otras acompañado. Las mujeres dicen jugar mayormente en compañía (40.3%) seguido de un 33.9% que dice jugar solas y un 25.8% combina las dos opciones anteriores.

**Figura 4. Forma de juego por sexo**



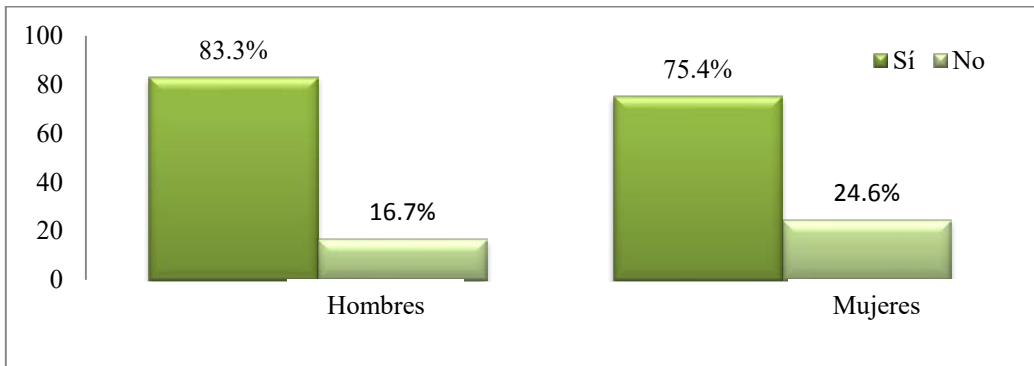
En relación al tiempo que los participantes tienen empleando videojuegos, en promedio la antigüedad de uso es de 4 años, 1 mes, siendo el tiempo máximo 9 años y el mínimo 1 mes. Las mujeres indican que en promedio usan videojuegos desde hace 3 años, 5 meses, los hombres los emplean desde hace 4 años 8 meses. Se utilizó la clasificación mostrada en la tabla 11 para agrupar los datos.

**Tabla 11. Antigüedad de uso por sexo**

Categorías	Hombres		Mujeres	
	N	%	N	%
6 meses o menos	16	5.6	22	10.0
1 año	20	7.0	30	13.6
2 años	25	8.8	35	15.8
3 años	31	10.9	36	16.3
4 años	38	13.3	25	11.3
5 años	43	15.1	35	15.8
6 años	43	15.1	13	5.9
7 años	36	12.6	12	5.4
8 años	26	9.1	10	4.5
9 años	7	2.5	3	1.4

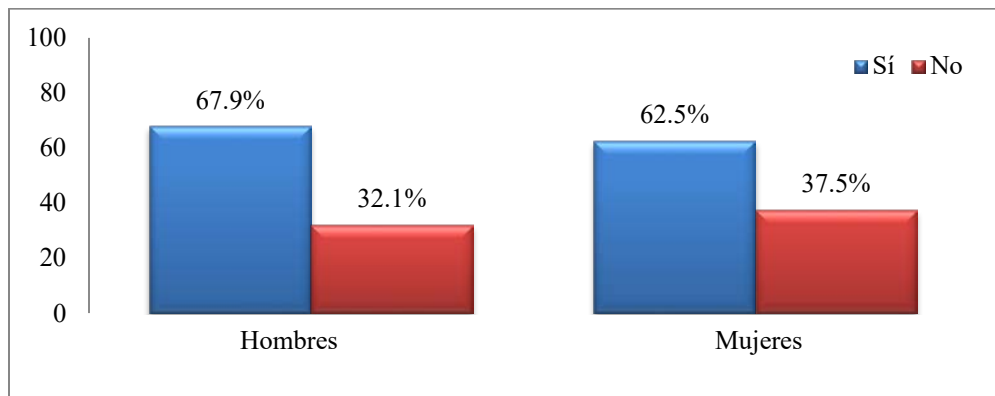
Al preguntar sobre el empleo de uso de teléfonos celulares para jugar videojuegos se observa que el 78.9% del total de los participantes los utiliza con tal fin. Específicamente, el 83.3 % de las mujeres y el 75.4% de los hombres lo hace (figura 5).

**Figura 5. Distribución del uso de teléfonos celulares para jugar videojuegos por sexo**



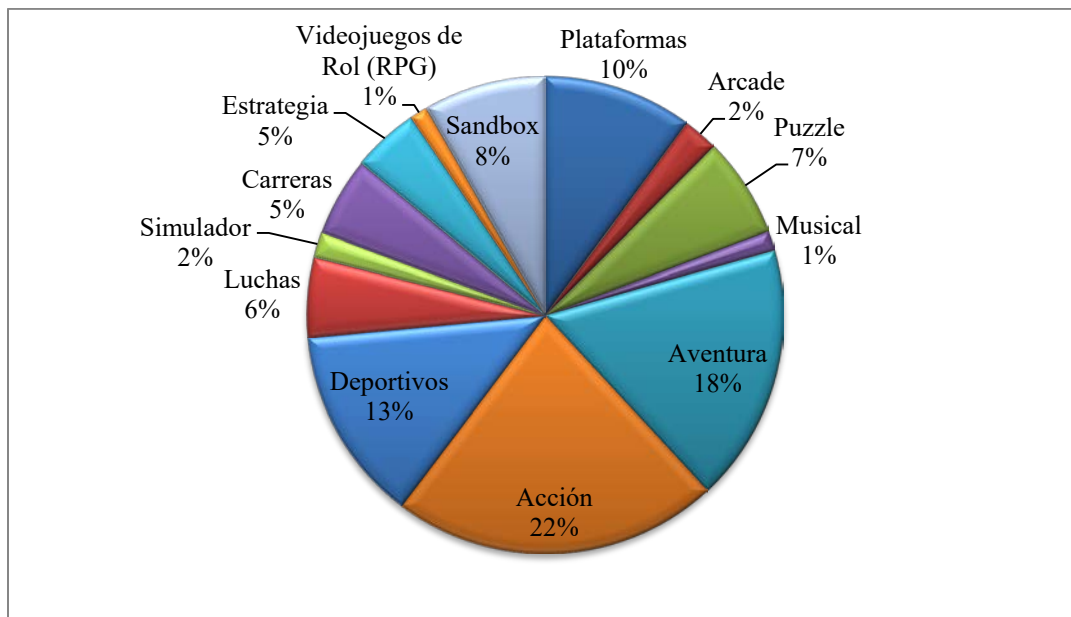
De igual forma, cuando se cuestiona a los adolescentes sobre el empleo de redes sociales para el uso de videojuegos el 64.8% de los participantes acepta hacerlo. Al diferenciar por sexo, los porcentajes son similares el 67.9% de las mujeres y el 62.5% de los hombres lo hacen (Figura 6).

**Figura 6. Distribución del empleo de redes sociales para uso de videojuegos por sexo**



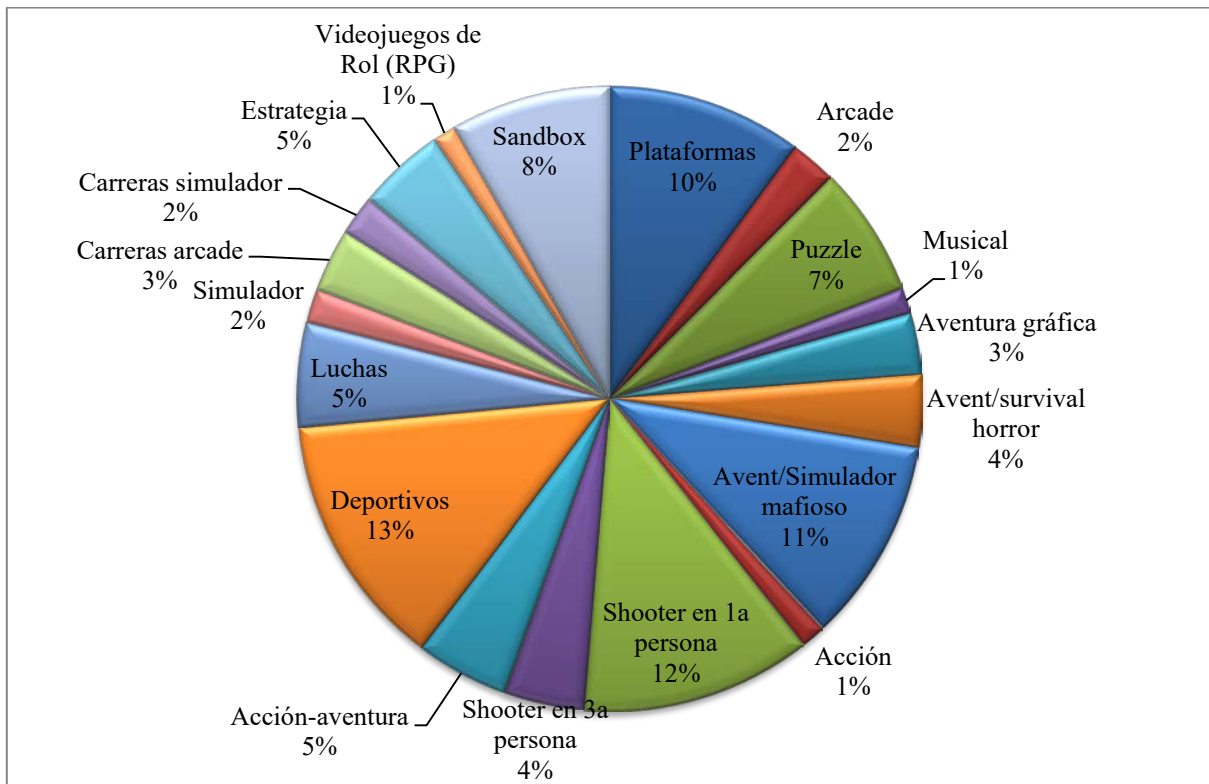
Al preguntar a los adolescentes acerca de sus videojuegos preferidos, el 74.74% de los hombres mencionan al menos 3 títulos diferentes, el 18.59% indica dos y el 6.66% solo uno; el 53.18% de las mujeres escribió el nombre de 3 videojuegos, un 28.63% menciona dos y un 18.18% indicó uno. A pesar que en la información proporcionada por los adolescentes se distinguen 270 títulos diferentes; al agruparlos de acuerdo a la clasificación propuesta en el capítulo 3, se observa que el género mayormente utilizado es el de acción (22%), seguido de los videojuegos de aventuras (18%) y los videojuegos deportivos (13%), plataformas (10%) y sandbox (8%) (Figura 7).

**Figura 7. Géneros de videojuegos**



Al ser más específicos en cuanto a los subgéneros de la distribución anterior, destacan los videojuegos deportivos de simulación (13%), shooter en 1ª persona (12%), Simulador de mafioso (11%), plataformas (10%) y sandbox (8%) (Figura 8).

**Figura 8. Subgéneros de videojuegos**



Al analizar las preferencias entre hombres y mujeres (Tabla 12) , se observa que en los hombres los títulos FIFA, GTA, Minecraft, Halo y Gears of War son los preferidos; en las mujeres también se ve predilección por FIFA, Minecraft, y G TA a demás de videojuegos como Candy Crush y Mario Bros.

**Tabla 12. Videojuegos preferidos en función del sexo**

Mujeres	Frecuencia	Hombres	Frecuencia
Candy Crush	48	FIFA	112
Mario Bros	38	GTA	110
Minecraft	38	Minecraft	61
FIFA	26	Halo	73
GTA	23	Gears of War	30

## **DISCUSION**

Uno de los objetivos de esta tesis fue la adaptación del Test de Dependencia a Videojuegos (Chóliz & Marco, 2011), ya que la evaluación de los problemas relacionados con el uso de estas herramientas, particularmente en adolescentes, ha sido un tema de interés en los últimos años (Echeburúa, 2012; King et al., 2011).

Como puede observarse, el T DV se configuró de manera diferente al instrumento original. Uno de los principales cambios fue la reducción de los factores que conforman la escala, ya que el análisis estadístico indicó la viabilidad de conformar solo dos factores, que contienen 13 de los 25 reactivos originales.

La primera dimensión obtenida, a la que se renombró Evitación, hace referencia al uso de la actividad como medio de evadir emociones que resultan displacenteras, lo cual, teóricamente es congruente con la literatura que explica el proceso de las adicciones, pues se ha identificado que la aparición de disforia, intolerancia a frustración, o inclusive una baja autoestima o un estilo de afrontamiento improductivo hacen a la persona ser más vulnerable ante el desarrollo de comportamientos desadaptativos (Chóliz & Marco, 2014).

Específicamente, Marco y Chóliz (2013) en un estudio de caso donde se describe el proceso terapéutico usado en un problema de dependencia a videojuegos, destacan que el incremento en el tiempo de juego fue propiciado por la evasión de estados emocionales negativos, aspecto que suele ser de gran importancia durante la adolescencia, y a que además de los eventos estresores característicos del periodo, pueden presentarse eventos no normativos como el divorcio de los padres, pocas oportunidades educativas, delincuencia,

violencia, por mencionar algunos, mismos que se encuentran directamente relacionados con problemas emocionales como síntomas depresivos o de ansiedad (Bacigalupe & Camara, 2011).

Por su parte, King y Delfabbro (2009), encontraron que la conducta de juego prolongada se relaciona con un incremento en el estado de desmotivación, es decir, parece ser que los jóvenes no siempre disfrutan el proceso de implicación en un videojuego ya que pueden continuar periodos grandes de tiempo frente a la consola aun cuando se encuentren aburridos, sin embargo las características reforzantes del juego, por ejemplo, la sensación de competencia, el bienestar experimentado al terminar una saga y la evasión de estados emocionales negativos, fueron factores importantes en el mantenimiento de la actividad.

En esta misma línea, en una investigación realizada para identificar la relación existente entre las estrategias de afrontamiento utilizadas por jóvenes usuarios de videojuegos, se muestra que cuando el tiempo tiende a incrementarse, principalmente en fin de semana, los participantes tienden a ocupar una estrategia de afrontamiento improductiva, es decir tienden a negar el problema o a preocuparse (Jimenez-Albiar et al., 2012).

En este punto, parece importante recordar el debate que algunos autores mantienen respecto a si la dependencia observada es un problema primario o el resultado de un desorden preexistente (Speakman et al., 2013 ; Sim et al., 2012) , precisamente por la interrelación entre dificultades en la regulación emocional y la necesidad que experimenta el jugador de escapar a ello.

Por otra parte, el segundo factor, llamado Abstinencia, conjunta reactivos de las dimensiones Abstinencia y Abuso y Tolerancia de la versión original, por lo que se encuentra caracterizado por el malestar emocional generado ante la imposibilidad de jugar y la necesidad de incrementar el tiempo de uso, aspectos que tal como se ha encontrado en instrumentos anteriores, son una parte clave para la evaluación de los problemas ocasionados por el uso de videojuegos; en este sentido Seok and Dakosta (2012: Speakman et al., 2013) argumentan que precisamente el síndrome de abstinencia, los conflictos generados, las recaídas y la preponderancia de la actividad serían elementos centrales en la dependencia a videojuegos. De hecho, King et al., (2013), en una revisión de 18 instrumentos empleados para la evaluación de la adicción a videojuegos, el único elemento común es el criterio Abstinencia, aun con independencia de la teoría que les sustente.

En apoyo a lo anterior, Chóliz y Marco (2011), en su versión original, indican que es precisamente el factor Abstinencia el que explica la mayor cantidad de varianza (40.43%), e inclusive dentro de aspectos descriptivos, reporta que las puntuaciones medias de cada uno de los factores, tanto adolescentes hombres y mujeres, los puntajes más elevados son los correspondientes a dicha dimensión.

De tal forma, el factor obtenido en el presente trabajo resulta adecuado para evaluar la aparición síntomas de abstinencia, ya que además, sus características estadísticas informan de un adecuado coeficiente de fiabilidad ( $\alpha = .751$ ).

Ahora bien, en lo referente a las propiedades psicométricas del Test de Dependencia a videojuegos, es posible indicar que el índice de consistencia interna, tanto de la escala total y las subescalas, es elevado; también se observa que los factores evalúan los componentes



más relevantes de la dependencia a videojuegos. A pesar de ello y con base en el porcentaje de varianzas total explicada (46.49%) se puede decir que el instrumento no explica de manera adecuada el constructo que se pretende medir, lo cual puede relacionarse con la reducción de factores que se observa en el análisis.

Por otro lado, al emplear la versión actual, el porcentaje de adolescentes que cumplen los criterios para dependencia a videojuegos es menor al descrito anteriormente en España utilizando el TDV (Marco y Chóliz, 2011; Marco, 2012), no obstante, se encuentran dentro del rango de lo reportado en otros trabajos donde se emplean instrumentos de evaluación diferentes, pues la prevalencia va del 1 al 20% (Sim et al., 2012). También, los resultados aquí presentados concuerdan con el hecho de que los hombres se ven mayormente implicados en comportamientos patológicos en lo referente al uso de videojuegos (Jiménez-Albiar et al., 2012; Sim et al., 2012; Starcevic et al., 2011), esto en comparación con las mujeres.

Otro de los hallazgos importantes es el porcentaje de aquellos que podrían considerarse como “en riesgo” de desarrollar una dependencia a videojuegos pues la proporción es casi diez veces mayor respecto a aquellos que cumplen con los criterios para dependencia. La misma propensión ha sido identificada en investigaciones previas donde el porcentaje de los jugadores patológicos es pequeño pero el de la población propensa es elevado (Choo, Sim, Gentile, Li & Khoo, 2010; Marco & Chóliz, 2011). Dicha relación podría ser equiparable con lo ocurrido entre adolescentes con el consumo de alcohol pues se sabe que solo un pequeño porcentaje llega a tener problemas de dependencia, aunque el nivel de experimentación sea elevado (Stautz & Cooper, 2013).

Uno de los objetivos específicos, fue conocer el patrón de uso de videojuegos de los participantes, mediante una serie de preguntas relacionadas con la frecuencia, tiempo, géneros preferidos, entre otras.

De ello se puede decir que en lo referente a la frecuencia de uso, la distribución de las respuestas de los participantes es semejante en las diferentes opciones, no obstante destacan aquellos que juegan en promedio de 1 a 2 días a la semana, siendo tal periodicidad equiparable con la que reportan adolescentes en investigaciones previas (Chóliz & Marco, 2011; Marco, 2012), lo cual, apoyado por el reducido porcentaje de usuarios que dicen no emplear videojuegos entre semana, permite afirmar que ésta es una actividad cotidiana en este periodo, sustentando así la importancia de la investigación dirigida al tema en la adolescencia (Ferguson, et al, 2011; Matute & Vadillo, 2012; King et al., 2013; Westwood & Griffiths, 2010).

Precisamente, parte de los trabajos realizados en torno los videojuegos, surgen de la recurrente hallazgo de que un subgrupo de adolescentes emplea dichas herramientas en mayor medida que el resto. En éste estudio, la cantidad de adolescentes que juegan a diario representan un 20% del total de los participantes, resultado similar a lo encontrado entre jóvenes estadounidenses (Gentile, 2009), pero que contrasta con lo reportado en otros países donde la estimación de quienes juegan a diario va de un 9% a un 13% (Lloret et al., 2013; Vallejo & Capa, 2010).

Otro de los elementos centrales en el uso de videojuegos es el referente al tiempo dedicado, de ello se puede decir que los datos aquí encontrados son superiores a lo que reportan otros estudios tanto en fin de semana como en días libres (Marco, 2012; Speakman

et al., 2013), además se observa que el tiempo invertido aumenta en fin de semana y/o días festivos, sobre todo en aquellos jugadores que refieren periodos más prolongados de uso, por ejemplo aquellos que juegan entre 4.5 y 7 h oras entre semana, efecto también referido con anterioridad (Bringué, Sádaba & Artopoulos, 2014; Chóliz & Marco, 2011).

Al analizar los datos en función del sexo, para los hombres la periodicidad y la duración de las sesiones de juego, de lunes a viernes y en fin de semana, resultan mayores y más frecuentes que las identificadas en otros grupos de adolescentes varones (Chóliz & Marco, 2011; Festl, Scharnow & Quandt, 2012; Fontemachi, 2014; Jiménez-Albiar et al., 2012).

En lo que refiere a las mujeres, aunque tanto la frecuencia como el tiempo de juego es menor que el reportado por los adolescentes, el tiempo promedio que reportan es superior al identificado en otros reportes (Bringué, Sádaba & Artopoulos, 2014; Festl, et al., 2012), no obstante la frecuencia con la que ellas emplean videojuegos es similar al en contrado en otras muestras (Fontemachi, 2014), cabe señalar, que no se observan diferencias entre el tiempo empleado en fin de semana o días laborales.

Como se mencionó anteriormente, a la fecha no se cuenta con una definición clara de los aspectos que determinan un uso problemático de los videojuegos, lo cual afecta también la definición de uso “adecuado” (Lloret et al., 2013); no obstante, existen algunos parámetros en cuanto al tiempo dedicado a esta actividad, por ejemplo la Academia Americana de Pediatría (AAP) sugiere que el uso de pantallas electrónicas debe limitarse a un periodo de 2 horas al día ( Monge, Méndez, Negrin, Hernández & Viota, 2014) ; otros autores establecen el tiempo a partir del cual el empleo de videojuegos puede traer efectos negativos, por ejemplo Bringué et al. (2014) consideran como *heavy users* a aquellos

quienes juegan más de dos horas diarias; Messias, Castro, Saini, Usman & Peeples (2011 citado en King et al., 2012) consideran el uso excesivo a partir de las 5 horas de juego al día.

Al tomar en cuenta estos parámetros, podríamos decir que las mujeres se encuentran dentro del tiempo recomendado, no así los hombres quienes exceden lo recomendado por la AAP y podrían ser clasificados como “heavy users”; además si centramos la atención en el grupo de quienes juegan por más de 5 horas, serían principalmente los varones quienes presentarían un uso excesivo. Esta tendencia concuerda con el meta-análisis realizado por King et al. (2013) donde identifican que los hombres presentan mayor propensión a desarrollar un patrón de uso disfuncional en lo referente a las TIC.

Por otro lado, las diferencias entre hombres y mujeres, podrían verse favorecidas por el hecho de que comúnmente el contenido de los videojuegos va dirigido a los hombres, pues se apega al modelo tradicional de masculinidad con juegos en los que se demuestran habilidades y son altamente competitivos y que solo en fechas recientes se ha iniciado el desarrollo de videojuegos específicos para mujeres, los cuales enfatizan en las aventuras, simulación de ambientes reales y creación de avatares femeninos (Spekman et al., 2013). Además de que, en lo referente a TIC, ha sido documentado mayor predilección de las mujeres por chats y los teléfonos celulares que por videojuegos (Piqueras et al., 2012).

En este punto resulta importante mencionar que tanto la frecuencia y el tiempo dedicado a los videojuegos pueden verse influidos por la novedad que éstos medios representan al inicio, siendo más probable un empleo intensivo pero que decrece conforme pasa el tiempo (Díaz & Vicente, 2011), resulta interesante que en lo que refiere a este estudio la

antigüedad promedio es de 4 años y que solo un pequeño porcentaje tiene entre uno y seis meses usando videojuegos (7.5%), lo cual sugiere que los patrones señalados no son producto de la novedad de la actividad.

Otro elemento que fue indagado, es el empleo de plataformas como el celular o las redes sociales para jugar videojuegos, según lo reportado el celular es utilizado por más de un 80% de los participantes mientras las redes sociales, por poco más del 60 por ciento; los hombres indican emplear en mayor medida el celular para utilizar videojuegos que las mujeres; no así en cuanto al uso de redes sociales con este fin pues los porcentajes son similares.

Particularmente esta “migración” de los videojuegos hacia otros soportes parece tomar cada vez más relevancia especialmente en tre las mujeres (Arango, Bringué & Sádaba, 2010; Bringué & Sádaba, 2010), pues como se menciona con anterioridad, el empleo de videojuegos se ve impactado por la expansión de medios como el internet, teléfonos inteligentes y otros dispositivos electrónicos, lo cual implicaría una mayor disponibilidad y portabilidad de dichas herramientas (Bladinières, 2013).

Con referencia a los aspectos socializadores de los videojuegos, algunos autores han identificado patrones similares a los de este estudio donde los hombres tienden a jugar solos mientras que las mujeres parecen hacerlo en compañía (Arango, Bringué & Sádaba, 2010; Calderín, Bringué y Sádaba, 2011). Sin embargo, el porcentaje de adolescentes que indican que alternan el juego con y sin compañía también es elevado, situación que puede ser característico de la adolescencia donde los espacios a solas cobran mayor importancia pero la relación entre los pares resulta aún más fundamental (Calderín, et al., 2011).

En cuestión de preferencias, los títulos más empleados pertenecen a los géneros y subgéneros de simulación deportiva, shooter en 1ª persona, los simuladores de mafioso, plataformas y los sandbox. Más específicamente los títulos más utilizados son FIFA, Halo, Grand Theft Auto, Mario Bros y Minecraft.

En estos títulos, las principales características estructurales identificadas son: perspectiva altamente realista de personajes y ambientes, oportunidad de personalización de personajes, trama compleja, se basan en la demostración de habilidades, brindan la posibilidad de decisión en el juego, obtención y pérdida de beneficios, además de tablas estadísticas que indican el progreso del jugador; elementos que corresponden a cada una de las categorías propuestas por King et al. (2010a) y que han sido identificadas en otros reportes como componentes que motivan, mantienen y prolongan la conducta de juego ya que brindan una sensación de logro, mayor diversión y se asocian con la pérdida de la noción del tiempo (Matute & Vadillo, 2012; Westwood & Griffiths, 2010).

Al parecer las diferencias en los hábitos y predilección en tre hombres y mujeres también se refleja en el contenido elegido; de acuerdo a los títulos mencionados por los participantes, en general los varones prefieren videojuegos que sean altamente realistas, que involucren la demostración de habilidades así como el desarrollo de temas relacionados con violencia, supervivencia y reproducción de temas cotidianos. Por su parte las mujeres, parecen emplear en mayor medida videojuegos que involucren un ritmo más lento y que contengan personajes caricaturescos al igual que un alto nivel de fantasía (p. e. Mario Bros).

Sin embargo el análisis de las preferencias refleja que videojuegos con contenido violento o deportivo son también frecuentemente ocupados por las mujeres. Esta tendencia coincide con lo reportado recientemente en una investigación donde además de identificarse preferencias en tre hombres y mujeres que van de acuerdo estereotipos de masculinidad/femineidad, el gusto de las mujeres por los videojuegos como shooters o juegos de pelea es claro y va en aumento (Homer, Hayward, Frye & Plass, 2012).

## **CAPÍTULO V**

### **MÉTODO**

#### **Segunda fase**

#### **Relación entre Autocontrol y Dependencia a Videojuegos**

##### **Planteamiento del problema**

Particularmente, durante la adolescencia el comportamiento se encuentra fuertemente influenciado por diversos factores, algunos inherentes al individuo como son su desarrollo físico y otros tantos relativos al ambiente en el que se desenvuelve, lo cual trae como resultado una configuración particular de habilidades y características que permite a la persona responder de forma adaptativa o desadaptativa ante ciertas circunstancias. Especialmente, los fallos en la capacidad de autocontrol aparecen como una variable relacionada con la generación de comportamientos poco saludables o problemáticos durante la adolescencia, tal es el caso de alguna adicción comportamental (De Ridder, et al, 2012; Lee et al, 2013; Bergen, Newby-Clark & Brown, 2012; Converse, et al, 2014).

##### ***Justificación***

Conocer si el nivel de autocontrol durante la adolescencia se encuentra implicado en problemáticas relacionadas con el uso de videojuegos resulta relevante, dado la gran cantidad de usuarios activos en el país. Esta investigación constituye un acercamiento a la comprensión de este problema, el cual permitirá el desarrollo de programas de intervención y prevención enfocados al fortalecimiento del autocontrol en los adolescentes y a la



incorporación saludable de los videojuegos al actuar cotidiano. Por ello pretende contestar la siguiente pregunta:

### ***Pregunta de investigación***

- ¿Existe relación entre el nivel de autocontrol y la dependencia a videojuegos en un grupo de adolescentes mexicanos?

### **Objetivo general**

- Explorar si existe relación significativa entre el nivel de autocontrol y la dependencia de videojuegos en un grupo de adolescentes mexicanos.

### **Objetivos específicos**

- Probar la posible relación entre la dependencia a videojuegos y el nivel de autocontrol de un grupo de adolescentes mexicanos.

### **Hipótesis**

#### ***Trabajo***

- Habrá relación entre la dependencia a videojuegos y bajos niveles de autocontrol entre los participantes.

#### ***Estadísticas***

**H1:** Existe una relación estadísticamente significativa entre la dependencia a videojuegos y un bajo nivel de autocontrol entre los adolescentes mexicanos.

**H0:** No existe relación estadísticamente significativa entre la dependencia a videojuegos y un bajo nivel de autocontrol entre los adolescentes mexicanos.

## **Definición de variables**

### ***VI.: Autocontrol***

#### *Definición conceptual:*

Tangney, Baumeister & Luzzo (2004, pág. 274) definen al autocontrol como la “habilidad para detener o cambiar las propias respuestas internas así como detener tendencias comportamentales indeseables y por lo tanto abstenerse de actuar en base a estas”.

#### *Definición operacional:*

El nivel de autocontrol se determinará de acuerdo al puntaje obtenido en la escala de Autocontrol de Zuñiga (2006).

### ***VD: Dependencia a videojuegos***

#### *Definición conceptual:*

“Uso persistente y excesivo de videojuegos que no puede ser controlado a pesar de estar asociado a problemas sociales y/o emocionales” (Lemmens et al., 2011, pp. 144).

#### *Definición operacional:*

Se medirá a través de la versión obtenida del Test de Dependencia a Videojuegos en la primera parte de la presente investigación.

## **Participantes**

En el estudio participaron 11 adolescentes de entre 12 y 13 años (M: 12.27), de los cuales el 9.9% (N=1) eran mujeres y el 90.9% (N=10) hombres. Fueron seleccionados con base en la tipificación propuesta por Chóliz y Marco para el diagnóstico de dependencia a videojuegos (2012).

*Criterios de Inclusión:*

- Ser usuario de videojuegos
- Firmar consentimiento informado

**Tipo de estudio**

- Correlacional.

**Tipo de diseño**

- Descriptivo, transversal

**Instrumentos**

*Test de Dependencia a Videojuegos (TDV)*

Se utilizó la versión resultante de la validación del instrumento reportada en la fase 1 de esta tesis. Como se mencionó anteriormente, la escala se compuso de dos factores denominados Evitación y Abstinencia. La escala total obtuvo un  $\alpha = .853$  y se compone de 13 ítems que cuentan con cinco opciones de respuesta.

*Autocontrol*

La escala de autocontrol consta de 16 reactivos pertenecientes a la escala de Autocontrol desarrollada por Tangney (2001), la cual originalmente consta de 36 reactivos. Dicha escala fue validada en población adolescente mexicana como parte de la tesis doctoral de Zuñiga (2006), en donde al analizar las propiedades psicométricas se constituyó una nueva escala en la cual se reporta la agrupación de los reactivos en dos factores principales que son: conductas dirigidas hacia una meta ( ítem 9 -16) y conductas irreflexivas ( ítem 1 -8). La

escala resultante obtuvo un Alpha de Cronbach es de .82. Cada reactivo tiene 5 opciones de respuesta (*Me describe totalmente* hasta *No me describe*).

### **Procedimiento**

Una vez realizados los análisis psicométricos del Test de Dependencia a Videojuegos (Chóliz & Marco, 2011), se llevó a cabo la aplicación de una batería compuesta por la versión obtenida del TDV y la escala de Autocontrol (Zuñiga, 2006) a un grupo de adolescentes; misma que se realizó en el salón de clases, previa autorización de las autoridades escolares, padres de familia y consentimiento de los estudiantes.

## RESULTADOS

### Fase 2

Como primer paso y de acuerdo a la decisión tomada en la primera fase de agrupar las opciones de respuesta en tres grupos de comparación, se procedió a analizar las diferencias entre los grupos con puntajes altos (N= 132) y bajos (N= 144); para ello, se procedió a calcular la sumatoria de los 13 ítems del TDV, agrupándolos de acuerdo al cuartil superior e inferior, posterior a ello se calculó una prueba *t student* para muestras independientes (Tabla 13); el resultado arrojó un resultado menor que .05, por lo cual se asume que las diferencias observadas entre ambos grupos son estadísticamente significativas.

**Tabla 13.- Prueba *t student* para grupos con puntajes altos y bajos del TDV final**

Variable	Grupo bajo		Grupo alto		gl	t	P	Discrimina Sí/No
	M	DE	M	DE				
Puntaje Total	15.66	1.72	32.93	9.99	232.48	-59.29	.000	Sí

Posterior a ello, se realizó un análisis de correlación de Pearson, donde fueron considerados únicamente los usuarios que fueron clasificados con un uso patológico durante la primera fase del presente trabajo (N= 11), la prueba se realizó para los puntajes totales de las escalas de Autocontrol (Zuñiga, 2008) y de la versión obtenida del Test de Dependencia a Videojuegos, así como para cada uno de los factores que las conforman (Tabla 14). Los coeficientes indican correlaciones negativas bajas (Moral, 2006) entre el total de ambas escalas ( $r=-.463$ ;  $p=.01$ ) y correlaciones positivas entre el factor Conductas irreflexivas del instrumento de autocontrol y los factores Abstinencia ( $r=.390$ ;  $p=.05$ ) y Evitación ( $r=.312$ ;  $p=.05$ ) de l T DV. La correlación de ambos factores de l T est de Dependencia a Videojuegos y el factor Conductas orientadas a una meta del instrumento de

autocontrol no fue significativa ( $r = -.080$ ;  $r = -.184$ ), por lo que no puede hablarse de una asociación entre dichas variables.

**Tabla 14. Correlación de los puntajes totales de las escalas y de los factores que las componen**

	<b>Total Autocontrol</b>	<b>Conductas orientadas a metas</b>	<b>Conductas irreflexivas</b>
<b>Total TDV</b>	-.463*	-.066	.348*
<b>Abstinencia</b>	-.347*	-.080	.390*
<b>Evitación</b>	-.414*	.184	.312*

\* La correlación es significativa al nivel 0.01 (bilateral)

## **DISCUSIÓN**

El objetivo de esta segunda fase, fue identificar la posible relación entre el nivel de autocontrol y la dependencia a videojuegos entre adolescentes.

Los datos aquí presentados muestran que existe una relación significativa y negativa entre el nivel de autocontrol y la presencia de dependencia a videojuegos, es decir, que la presencia de dependencia a videojuegos implica un menor nivel de autocontrol. Tal relación ha sido replicada en estudios llevados a cabo con adolescentes (Abedini, Zamani, Kheradmand & Rajabizadeh, 2012; Dinh, Yasuoka, Poudel, Otsuka & Jimba, 2013; Oliva et al., 2014) y ha sido probada en modelos de regresión múltiple, los cuales han indicado que un bajo nivel de autocontrol es un mejor predictor de la adicción a videojuegos, internet y celular, esto en comparación con variables como autoestima y autoeficacia (Khang, Kyu & Kim., 2013; Li, Dang, Zhang, Zhang & Guo, 2014).

Tal relación nos habla de la incapacidad que presenta el jugador para detener, modular, monitorear su comportamiento y ser consciente del impacto de su conducta para sí y para el ambiente (Son et al., 2012).

Particularmente, la relación entre los factores Conductas irreflexivas y Abstinencia es congruente con trabajos previos donde se argumenta que una tendencia a la irreflexibilidad, aspecto central en la impulsividad (Torres, Catena, Megías, Maldonado, Cándido, Verdejo-García et al., 2013), se relaciona con mayor tiempo de juego (Marco & Chóliz, 2012) y por lo tanto, un mayor propensión al desarrollo de síntomas de abstinencia, debido a la dificultad que presenta el jugador para considerar las consecuencias que ello acarrearía a largo plazo. En la misma línea, algunos autores argumentan que un usuario con un nivel

adecuado de autocontrol se implicaría de forma voluntaria en el juego con el fin de obtener diversión, no obstante aquellos que presentan rasgos impulsivos lo harían con el objetivo de obtener algún tipo de recompensa inmediata por ejemplo la experimentación de situaciones altamente estimulantes o la evitación de estados emocionales negativos, lo cual prolongaría el tiempo de uso (Echeburúa, 2012; Khang, Kyu & Kim., 2013).

Ahora bien, la relación encontrada entre los factores Conductas Irreflexiva y Evitación, aluden al papel que juega el autocontrol en la regulación de los estados afectivos; pues la literatura indica a aquellos individuos con un menor grado de autocontrol rigen su comportamiento por la búsqueda de gratificación inmediata, lo cual al parecer se intensifica al experimentar malestar emocional; y es que, tal como lo señala Keegan (2012), las personas que presentan dificultades para regular sus estados afectivos parecen más vulnerables a desarrollar un consumo patológico, pues tal patrón resulta un intento disfuncional para lograr evitar la frustración que experimentan.

Precisamente, se ha identificado que el nivel de autocontrol puede ser un facilitador de ciertas estrategias de afrontamiento, las cuales resultan productivas o improductivas según sea el nivel de autocontrol (Özdemir, Kuzucu & Ak, 2014). Al respecto algunas investigaciones señalan la correlación existente el autocontrol y algunos índices de ajuste psicológico; por ejemplo en una investigación realizada en 2012 entre un grupo de adolescentes, se encontró que los participantes que mostraron mayores niveles de autocontrol reportaban menores síntomas de ansiedad, depresión, somatización, hostilidad o patrones de comportamiento obsesivos (Tangney et al., 2004).



En este sentido, resulta coherente la relación en contrada en la presente investigación, pues a mayor nivel de irreflexión en los actos del jugador, mayor es la evasión de algún estado emocional negativo.

Por último, es probable que el factor de Conductas orientadas a metas no se encuentre relacionado con ninguna de las dimensiones del TDV (Chóliz & Marco, 2011) debido a que los participantes son capaces de delinear metas a futuro, incluso podría decirse que el cumplir objetivos o terminar una saga de videojuegos, implica establecer una meta; no obstante, debido al elemento de impulsividad presentado, y de acuerdo con lo que ocurre en la reversión de preferencia que caracteriza un pobre nivel de autocontrol (Cano et al., 2011; MacKillop et al., 2011), podría ser que estas metas sean redirigidas a última hora; es decir, que aun cuando las metas hayan sido establecidas, al aproximarse la posibilidad de emplear videojuegos (recompensa inmediata) se produce un cambio de preferencia, situación que haría más apetitivo jugar que seguir en la consecución de la meta fijada.

Otra explicación podría ser la derivada de la teoría del agotamiento del ego (Baumeister et al, 1998), la cual como se indica anteriormente, y siguiendo la analogía del músculo, los cambios que acarrea el periodo adolescente involucran una mayor planeación de actividades y la delimitación de metas a corto y largo plazo, situación que podría estar afectando y disminuyendo los recursos de autocontrol disponibles para otras actividades consideradas “triviales” como puede ser el uso de videojuegos. Añadiendo a ello, y como se menciona en el primer capítulo, esta habilidad requiere de una constante inversión durante los años adolescentes debido a los cambios experimentados en el periodo (Lee et al., 2014). Cabe señalar que el corroborar dichas hipótesis supondría nuevas investigaciones.

## **CONCLUSIONES**

A pesar de la diversidad que existe respecto al contenido de los instrumentos que actualmente se emplean para evaluar un uso patológico de videojuegos, y aunque no hay un consenso claro respecto a los síntomas que lo definen, los resultados obtenidos en la primera fase de esta investigación permiten concluir que el Test de Dependencia a Videojuegos es un instrumento que facilitará la evaluación de dos dimensiones centrales en el desarrollo de cualquier comportamiento adictivo: la abstinencia y el uso de la actividad como medio de evasión de estados emocionales negativos. En otras palabras, sus características psicométricas le hacen un instrumento válido y confiable para su empleo con adolescentes mexicanos, el cual permitirá ampliar el conocimiento de las motivaciones de empleo y la aparición de síntomas relacionados con la abstinencia desarrollada.

A pesar de ello, teóricamente ofrece una mirada parcial sobre los criterios que son considerados para conocer el grado de afectación que el uso patológico de videojuegos acarrea durante la adolescencia, por ello es que, se sugiere que en la construcción de escalas futuras se considere ampliar el número de reactivos diversificándolos en relación a las áreas en que puede incidir un uso disfuncional de videojuegos, por ejemplo la afectación a relaciones interpersonales, desatención de deberes escolares, intentos por dejar la actividad sin conseguirlo, por mencionar algunos de los elementos que hoy día aparecen mayormente delineados por la investigación que se desarrolla en otros países; además, aludiendo a la comprensión clínica del problema, se propone el uso del TDV en conjunto con otras herramientas de evaluación psicológica, como lo es la entrevista clínica u otras pruebas psicométricas que permitan una investigación detallada.

Por una parte, resulta innegable el hecho de que los videojuegos representen una actividad que acapara grandes cantidades de tiempo entre los adolescentes, lo cual nos lleva a reflexionar sobre los cambios que el uso de tecnología ha traído al empleo del tiempo libre y al desarrollo de actividades de recreación y socialización en esta etapa. Al respecto, sería importante adentrarse a la concepción que tienen los usuarios sobre el uso de dichas herramientas, las ventajas o desventajas que perciben, las principales motivaciones que los llevan a adentrarse al mundo *gamer* y contextualizar tales nociones a partir del desarrollo e innovación tecnológica así como de los factores sociales que intervienen, pues ello dará al clínico mayores elementos que permitirán realizar un diagnóstico diferencial.

En suma, aparece como un dato a considerar las diferencias observadas entre géneros, pues tanto la información obtenida en este estudio como investigaciones precedentes, revelan que son los varones quienes presentan mayor antigüedad, frecuencia y tiempo dedicado, además de que se observan tasas más elevadas de dependencia y abuso de videojuegos en comparación con las mujeres. En relación a ello, se han brindado explicaciones de tipo sociocultural respecto a las discrepancias entre hombres y mujeres, en las que la concepción del uso de videojuegos alude a una actividad principalmente “masculina”, pues desde una perspectiva de género tradicional es esperada la implicación de los varones en actividades de tipo competitivas o dirigidas a temáticas deportivas, de violencia, etcétera, situación que inclusive aparece como un determinante del acceso que las mujeres tienen a este tipo de actividad; sin embargo, los datos descriptivos dejan entrever que elementos como las temáticas y las características inherentes al videojuego agregan detalles relevantes en la explicación de tales hallazgos. En este sentido, al realizar el análisis de los títulos favoritos por los varones destacan aquellos que ofrecen la

posibilidad de tener una identificación con personajes a los que se les atribuyen habilidades o poderes deseables para el adolescente, lo cual es minoritario en lo que respecta a personajes femeninos pues estos generalmente representan papeles secundarios o no poseen cualidades sobresalientes y cuando los hay suponen historias sencillas, repetitivas y de corta duración, aspectos que podrían incidir en el grado de interés que muestren las mujeres. Lo anterior parece ser apoyado por el hecho de que a recientes fechas, se identifican cambios en las preferencias de las mujeres respecto a las temáticas y tal como es reportado en el presente trabajo, se han visto favorecidos títulos como Halo, GTA, FIFA entre ellas, lo cual no podría ser explicado únicamente a partir de cuestiones de género o sociales.

De ahí la sugerencia de considerar en investigaciones futuras un tratamiento diferencial respecto al tipo de videojuego que se emplee, pues tal como se ha visto parece ser que existe un mayor riesgo en lo que refiere al uso de videojuegos online en el desarrollo de un comportamiento disfuncional dadas sus particularidades; además de que la implementación de diseños de investigación de scriptiva apoyarían a obtener una comprensión más detallada.

Ahora bien, la hipótesis planteada en la segunda fase, sobre la relación entre un pobre nivel de autocontrol y la dependencia a videojuegos fue confirmada, y aunque los resultados no nos permiten concluir si el déficit en el autocontrol es un antecedente o un resultado de la dependencia, brindan una pista sobre las variables que intervienen en el desarrollo de este tipo de dificultades. De manera general, alertan sobre la importancia del desarrollo de programas de prevención destinados al desarrollo y fortalecimiento del autocontrol, aspecto que si bien no se circunscribe a un solo momento del desarrollo puesto que es una habilidad que se adquiere y “fortalece” a lo largo de la vida y que involucra factores individuales tales como el contexto o las características personales, y que requiere

de mayor inversión durante el periodo adolescente dados los cambios que este implica. Y es que al realizar un análisis más detallado respecto a la relación entre los factores de cada constructo, se observa que en la intolerancia a la demora, la evasión de estímulos emocionales negativos y el mantenimiento del reforzamiento negativo sobre el malestar emocional, el elemento común es el déficit de la capacidad para modular el estado emocional del adolescente, lo cual, indirectamente nos llevaría a hablar de constructos psicológicos como lo es la autoestima, las estrategias de afrontamiento, el autoconcepto, entre otros, que según indica la literatura, guardan estrecha relación en la consolidación del autocontrol.

Inclusive, nos lleva a considerar la importancia de determinar si el problema presentado es un trastorno primario o si a su aparición precede a la existencia de otro como lo es la ansiedad, depresión, ideación suicida, problemas conductuales, TDAH o abuso de sustancias, los cuales han sido mayormente observados en conjunto con las adicciones tecnológicas en general. Tales consideraciones, aportan datos valiosos para el desarrollo de la intervención terapéutica, ya que si bien, a la fecha la investigación apunta al empleo de tratamientos basados en teorías de tipo Cognitivo Conductual, enfocadas a la regulación de la exposición a estímulos, reestructuración cognitiva, aprendizaje de técnicas de afrontamiento y entrenamiento en habilidades sociales, parece ser que el problema puede resultar más complejo, pues de existir elementos que indicasen la presencia de algún otro problema psicológico la intervención debería incluir el tratamiento de los síntomas característicos de cada uno y de los síntomas comunes.

Así, al considerar el problema como un fenómeno multidimensional la implicación de los padres en su tratamiento es un componente que no puede dejarse de lado, pues aunque es innegable que en el periodo adolescente una de las metas principales es lograr mayor

control y autonomía sobre su propio comportamiento, constituyen agentes importantes en la adopción de pautas de comportamiento saludables y representan una fuente de apoyo que promoverían el desarrollo de factores protectores ante el desarrollo de algún tipo de adicción. Si bien es cierta la existencia de una brecha generacional, especialmente en contextos sociales donde la incorporación de la tecnología a la cotidianidad es escasa, esto hace aún más necesaria la sensibilización y la implementación de programas de psicoeducación que les permita comprender el problema y ampliar su apertura a conocer y adentrarse a este mundo tecnológico, promoviendo de esta forma una mayor supervisión respecto a la implicación de sus hijos con los videojuegos.

Por otra parte, ha sido identificado que algunos de los factores de riesgo asociado al uso problemático de la tecnología son precisamente las relaciones familiares disfuncionales y la percepción de reducidos vínculos de apoyo y comunicación con los padres, información que apunta a la importancia de dirigir parte de la intervención hacia la modificación de patrones de interacción disfuncional, habilidades de comunicación, el ejercicio de estilos de crianza positiva, el establecimiento de límites claros y el cambio de rutinas que fomenten los vínculos afectivos y diversifiquen las actividades de ocio, aspectos que al modificarse podrían atenuar el impacto que las dificultades que los padres presenten respecto al empleo de tecnologías puedan representar.

Por último, vale la pena aclarar que esta tesis no pretende estigmatizar el uso de videojuegos ni apoyar una postura extremista que prohíba el uso de dichas herramientas, sino que aboga por una educación y consciencia de los efectos perjudiciales que pueden acarrear así como una adecuada regulación de su empleo.

## REFERENCIAS

- Abedini, Y., Eshrat, B., Kheradmand, A. & Rajabzadeh, G. (2012). Impacts of mothers' occupation status and parenting styles on levels of self-control, addiction to computer games, and educational progress of adolescents. *Addiction and Health*, 4, 3-4.
- Aguaded-Gómez, I. (2011). Niños y adolescentes: nuevas generaciones interactivas. *Comunicar*, 36(1), 7-8. doi: 10.3916/C36-2011-01-01
- Arango, G., Bingué, X. & Sádaba, C. (2010). La generación interactiva en Colombia: adolescentes frente a la Internet, el celular y los videojuegos. *Anagramas*, 17(9), 45-56.
- Bacigalupe, G. & Camara, M. (2011). Adolescentes digitales: el rol transformador de las redes sociales y las interacciones virtuales. BizkaiLab.
- Baumeister, R., Bratslavsky, E., Muraven, M. & Tice, D. (1998). Ego Depletion: Is the Active Self a Limited Resource? *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(5), 1252-1265.
- Baumeister, R., Vohs, K. & Tice, D. (2007). The Strength Model of Self-Control. *Association for Psychological Science*, 16(6), 351-355.
- Belli, S. & López, C. (2008). Breve historia de los videojuegos. *Athenea Digital*, 14, 159-179.
- Bergen, A., Newby-Clark, I. & Brown, A. (2012). Low Trait Self-Control in Problem Gamblers: Evidence from Self-Report and Behavioral Measures. *Springer*, 28, 637-648. doi: 10.1007/s10899-011-9274-9
- Bertín, C., Bidart, S., Bidart, J., Cerda, G., Gorioitía, P., Kierkegaard, P. & cols. (2011). *Guerra y Paz en el Mundo Virtual. Datos y debates sobre videojuegos*. Tipográfica: Chile.
- Bickel, W., Quisenberry, A., Moody, L. & Wilson, G. (2014). Therapeutic Opportunities for Self-Control Repair in Addiction and Related Disorders: Change and the Limits of Change in Trans-Disease Processes. *Clinical Psychological Science*, 1-14. doi: 10.1177/2167702614541260
- Black, D. (2013). Behavioural Addictions as a Way to Classify Behaviours. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 58(5), 249-251.
- Bringué, X., Sádaba, C. & Artopoulos, A. (2014). La generación interactiva en Argentina: niños y adolescentes ante las pantallas. *Archivos analíticos de políticas educativas*, 22(49), 1-23.
- Cabrera, K. (2007). *Usos y gratificaciones de los videojuegos y su componente educativo* (Tesis inédita de maestría). Universidad Tecnológica de Pereira, Colombia

- Calderín, M., Bringué, X. & Sádaba, C. (2011). Incidencia de las pantallas del celular, el videojuego y la tv en la dinámica de la generación interactiva venezolana. *Temas de comunicación*, 22, 111-134.
- Cano, G., Araque, F. & Cándido, A. (2011). Adicción, impulsividad y curvas temporales de deseo. *Adicciones*, 23(2), 141-148.
- Chóliz, M. & Marco, C. (2011). Patrón de uso y dependencia de videojuegos en infancia y adolescencia. *Servicio de publicaciones de la Universidad de Murcia*, 27(2), 418-427.
- Choo, H., Sim, L., Gentile, D., Li, D., & Khoo, A. (2010). Pathological video game use among youths: a two-year longitudinal study. *Pediatrics*, 127 (2), 319 -329. doi : 10.1542/peds.2010-1353
- Cía, A. (2013). Las adicciones no relacionadas a sustancias (DSM-5, APA, 2013): un primer paso hacia la inclusión de las Adicciones Conductuales en las clasificaciones categoriales vigentes. *Neuropsiquiatria*, 76(4), 2010-217.
- Cohen, J. & Lieberman, M. (2010). The Common neural Basis of Exerting Self-Control in Multiple Domains. En Hassin, R., Ochsner, K. & Trope, Y. (ed.). *Self Control in Society, Mind and Brain*. Oxford Scholarship Online. doi : 10.1093/acprof:oso/9780195391381.003.0008
- Converse, P., Piccone, K. & Tocci, M. (2013). Childhood self-control, adolescent behavior, and career success. *Personality and Individual Differences*, 59, 65 -70. doi : 10.1016/j.paid.2013.11.007
- De Ridder, D., Lensvelt-Mulders, G., Finkenauer, C., Stok, M. & Baumeister, R. (2011). Taking Stock of Self-Control: A Meta-Analysis of How Trait Self-Control Relates to a Wide Range of behaviors. *Personality and Social Psychology Review*, 16(1), 76-99. doi : 10.1177/1088868311418749
- Desai, R., Krishnan\_Sarin, S., Cavallo, D. & Potenza, M. (2010). Video game playing in high school students: health correlates, gender differences and problematic gaming. *Pediatrics*, 126(6).
- Díaz, T., & A., Bújez (2011). Los jóvenes como consumidores de la era digital. *REIORP*, 14(2), 127-134.
- Dinh, T., Yasuoka, J., Poudel, K., Otsuka, K. & Jimba, M. (2013). Massively multiplayer online role-playing games (MMORPG): Association between its addiction, self-control and mental disorders among young people in Vietnam. *International Journal of Social Psychiatry*, 59(6), 570-578.
- Domjan, M. (2010). *Principios de aprendizaje y conducta*. México: WADSWORTH
- Duckworth, A. (2011). The significance of self-control. *PNAS*, 108(7), 2639-2640.



Echeburúa, E. (2012). Factores de riesgo y factores de protección en la adicción a las nuevas tecnologías y redes sociales en jóvenes y adolescentes. *Comunicaciones Breves*, 37(4), 435-447.

Echeburúa, E. & De Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*, 22(2), 91-96.

Echeburúa, E., Labrador, F. & Becoña, E. (2009). *Adicción a las nuevas tecnologías en adolescentes y jóvenes*. Madrid: Pirámide.

Erikson, E. (1988). *Identidad, juventud y crisis*. Argentina: Paidós.

Escamilla, I. & Gamazo, P. (2011) ¿Es mi hijo un mal estudiante? España: Everest.

Ferguson, C., Coulson, M. & Barnett, J. (2011). A meta-analysis of pathological gaming prevalence and comorbidity with mental health, academic and social problems. *Journal of Psychiatric Research*, 45, 1573-1578. doi: 10.1016/j.jpsychires.2011.09.005

Festl, R., Scharkow, M. & Quandt, T. (2012). Problematic computer game use among adolescents, younger and older adults. *Addiction*, 108, 592-599. doi: 10.1111/add.12016

Fontemachi, M. (2014). *Prevención de adicciones tecnológicas en adolescentes argentinos*. (Tesis inédita de doctorado). Universitat de Valencia, Valencia.

Fujita, K. (2011). On Conceptualizing Self-Control as More Than the Effortful Inhibition of Impulses. *Society for Personality and Social Psychology*, 15(4), 352-366. doi: 10.1177/1088868311411165

García, A. (2013). Adicciones tecnológicas: el auge de las redes sociales. *Health and Addictions*, 13(1), 5-14.

Gentile, D. (2009). Pathological Video-Game Use Among Youth Ages 8 to 18. A National Study. *Psychological Science*.

Gentile, D., Hyekyung, C., Liao, A., Sim, T., Li, D., Fung, D. & cols (2011). Pathological Video Game Use Among Youths: A Two-Year Longitudinal Study. *Pediatrics*, 127(2), 319-329.

Gil, A. & Vida, T. (2007). *Los Videojuegos*. Barcelona: UOC

Gladwin, T., Figner, B., Crone, E. & Wiers, R. (2011). Addiction, adolescence, and the integration of control and motivation. *Developmental Cognitive Neuroscience*, 1, 364-376. doi: 10.1016/j.dcn.2011.06.008

Griffiths, M. (2010). Computer game playing and social skills: a pilot study. *Aloma*, 27, 301-310.

Griffiths, M. (2005). A "components" model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance*, 10(4), 191-197. doi: 10.1080/14659890500114359

Hagger, M., Wood, C., Stiff, C. & Chatzisarantis, N. (2010). Self-regulation and self-control in exercise: the strength-energy model. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 3(1), 62-86. doi: 10.1080/17509840903322815

Holtz, P. & Appel, M. (2011). Internet use and computer gaming predict problem behavior in early adolescence. *Journal of Adolescence*, 34, 49-58.

Homer, B., Hayward, E., Frye, J. & Plass, J. (2012). Gender and player characteristics in video game play of preadolescents. *Computers in Human Behavior*, 28, 1782-1789. doi: 10.1016/j.chb.2012.04.018

IFT (2014). Creció un 3.4 por ciento el sector Telecomunicaciones durante el cuarto trimestre de 2013. México. Recuperado de <http://portalanterior.ift.org.mx/iftweb/wp-content/uploads/2014/02/COMUNICADO-ITEL-280214.pdf>

INEGI (2014). Estadísticas sobre disponibilidad y uso de tecnologías de información y comunicación en los hogares, 2013. México. Recuperado de [http://internet.contenidos.inegi.org.mx/contenidos/productos//prod\\_serv/contenidos/espanol/bvinegi/productos/metodologias/MODUTIH/MODUTIH2013/MODUTIH2013.pdf](http://internet.contenidos.inegi.org.mx/contenidos/productos//prod_serv/contenidos/espanol/bvinegi/productos/metodologias/MODUTIH/MODUTIH2013/MODUTIH2013.pdf)

ITU (2011). Video games and gaming. Recuperado de <http://www.itu.int/en/ITU-T/techwatch/Pages/video-games-standards.aspx>

Jasinska, A., Ramamoorthy, A. & Crew, C. (2011). Toward a Neurobiological Model of Cue-Induced Self-Control in Decision Making: Relevance to Addiction and Obesity. *The Journal of Neuroscience*, 31(45), 16139-13141. doi: 10.1523/JNEUROSCI.4477-11.2011

Jimenez-Albiar, I., Piqueras, A., Mateu, O., Caraballo, L., Orgilés, M & Espada, P. (2012). Diferencias de sexo, característica de personalidad y afrontamiento en el uso de internet, el móvil y los videojuegos en la adolescencia. *Salud y Drogas*, 12(1), 61-82.

Khang, H., Kyu, J. & Kim, Y. (2013). Self-traits and motivations as antecedents of digital media flow and addiction: The Internet, mobile phones and video games. *Computers in Human Behavior*, 29, 2416-2424. doi: 10.1016/j.chb.2013.05.027

King, D. & Delfabbro, P. (2009). Motivational differences in problem video game play. *Journal of CyberTherapy & Rehabilitation*, 2(2), 139-149.

King, D. & Delfabbro, P. (2012). Clinical interventions for technology-based problems: Excessive Internet and videogames use. *Journal of Cognitive Psychotherapy: An International Quarterly*, 26(1), 43-56.

King, D., Delfabbro, P. & Griffiths, M. (2010a). Video Game Structural Characteristics: A New Psychological Taxonomy. *International Journal of Health Addiction*, 8, 90-106. doi: 10.1007/s11469-009-9206-4

King, D., Delfabbro, P., & Griffiths, M. (2010b). The Role of Structural Characteristics in Problem Video Game Playing: A Review. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 4(1), 1-8.

- King, D., Haagsma, M., DeFabbro, P., Gradisar, M. & Griffiths, M. (2013). Toward a consensus definition of pathological video-gaming: A systematic review of psychometric assessment tools. *Clinical Psychology Review* 33, 331–342.
- Kuhnle, C., Hofer, M. & Kilian, B. (2012). Self-control as predictor of school grades, life balance, and flow in adolescents. *British Journal of Educational Psychology*, 85, 533-548. doi: 10.1111/j.2044-8279.2011.02042.
- Lacasa, P. (2011). *Los videojuegos: aprender en mundos reales y virtuales*. Barcelona: Morata.
- Lee, Y., Cheng, C. & Lin, S. (2014). A Latent Profile Analysis of Self-Control and Self-Esteem and the Grouping Effect on Adolescent Quality of Life Across Two Consecutive Years. *Springer*, 117, 23-539. doi: 10.1007/s11205-013-0360-5
- Lemmens, J., Valkenburg, P. & Peter, J. (2009). Psychosocial causes and consequences of pathological gaming. *Computers in Human Behavior*, 27, 144 -152. doi : 10.1016/j.chb.2010.07.015
- Li, C., Dang, J, Zhang, X., Zhang, Q. & Guo, j. (2014). Internet addiction among Chinese adolescents: The effect of parental behavior and self-control. *Computers in Human Behavior*, 41, 1-7. doi: 10.1016/j.chb.2014.09.001
- Lloret, D., Cabrera, V. & Sanz, Y. (2013). Relaciones entre hábitos de uso de videojuegos, control parental y rendimiento escolar. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 3(3), 237-248
- Logue, A. (1995). *Self Control. Waiting until tomorrow for what you want today*. New Jersey: Prentice Hall.
- MacKillop, J., Amlung, M., Few, L., Ray, L., Sweet, L. & Munafó, M. (2011). Delayed reward discounting and addictive behavior: a metaanalysis. *Psychopharmacology*, 216(3), 1-28. doi: 10.1007/s00213-011-2229-0
- Marco, C. & Chóliz, M. (2012). Impulsividad y dependencia de videojuegos en adolescentes. *Aportaciones recientes al estudio de la motivación y las emociones*. 56-62.
- Marco, C. (2013). *Prevención de la adicción a videojuegos: eficacia de las técnicas de control de la impulsividad en el programa PREVITEC 3.1*. (Tesis inédita de doctorado). Universidad de Valencia, Valencia, España.
- Martino, F. (2014). Las tecnologías de la Información y Comunicación y el Bienestar Psicológico en la generación NET. *Hamuta* y, 1(1), 39-51.
- Matute, H. & Vadillo, M. (2012). *Psicología de las nuevas tecnologías. De la adicción a internet a la convivencia con robots*. Madrid: Síntesis.
- Moncada, J. & Chacón, Y. (2012). El efecto de los videojuegos en variables sociales, psicológicas fisiológicas en niños y adolescentes. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 21, 43-49.

Monge, M., Méndez, M., Negrin, N., Hernández, A. & Viotto, E. (2014). Nuevas recomendaciones de la Academia de Pediatría: Incluir dos preguntas sobre el uso de la televisión y los videojuegos en las revisiones de salud. *Canarias Pediátrica*, 38(3), 129-131.

Nahoul, V. & González-Nuñez, J. (2013). Técnica de la entrevista con adolescentes. México: Pax.

NDP GROUP. (2010). Extreme gamers spend two full days per week playing video games. New York. Recuperado de [https://www.npd.com/wps/portal/npd/us/news/press-releases/pr\\_100527b/](https://www.npd.com/wps/portal/npd/us/news/press-releases/pr_100527b/)

NEWZOO. (2011). Gamers spending in Mexico will reach \$1.2bn in 2011. Game preferences and spending behavior comparable to US 60% of time and 31% of money goes to mobile and online games. Recuperado de [http://www.newzoo.com/wp-content/uploads/2011/06/PRESSRELEASE\\_2011\\_Newzoo\\_National\\_Gamers\\_Survey\\_Mexico\\_130911.pdf](http://www.newzoo.com/wp-content/uploads/2011/06/PRESSRELEASE_2011_Newzoo_National_Gamers_Survey_Mexico_130911.pdf)

Niv, S., Tuvblad, C., Raine, A., Wang, P. & Baker, L. (2012). Heritability and Longitudinal Stability of Impulsivity in Adolescence. *Behave Genetic*, 42, 378-392. doi : 10.1007/s10519-011-9518-6

OCDE. (2014). Banda ancha estadísticas actualizadas. París. Recuperado de <http://www.oecd.org/sti/broadband/broadband-statistics-update.htm>

Oliva, A., Antolín-Suárez, L., Ramos, P., Jiménez, L., Jiménez-Iglesias, L., Moreno, M. & Hidalgo, M. (2014). Adicciones con y sin sustancia: parafilias. En L. Espada, T., Aróstegui, E., Gómez, P., Iraurgi, I., Markez, I. & Meana J. (2014). ¿Existen las adicciones sin sustancia? Bilbao: Deusto Digital.

Özdemir, Y., Kuzucu, Y. & Ak, S. (2014). Depression, loneliness and Internet addiction: How important is self-control? *Computers in Human Behavior*, 34; doi : 10.1016/j.chb.2014.02.009

Paige, K. & Tucker-Drob, E. (2011). Individual Differences in the Development of Sensation Seeking and Impulsivity During Adolescence: Further Evidence for a Dual Systems Model. *Developmental Psychology*, 47(3), 739-746. doi: 10.1037/a0023279

Pérez, C. (2015). *Adicción a las nuevas tecnologías: aproximación al uso de las TIC*. (Tesis inédita de grado). Universidad de Jaén, Andalucía, España.

Pérez, O. (2011). Géneros de juegos y videojuegos. Una aproximación de diversas perspectivas teóricas. *Comunicació: Revista de Recerca i d'Anàlisi*, 28(1), 127-146. doi : 10.2436/20.3008.01.81

ProChile (2013). *PMP Estudio de mercado videojuegos en Alemania*. Oficom Hamburgo. [en línea] [http://www.prochile.gob.cl/wp-content/blogs.dir/1/files\\_mf/1375134447PMS\\_Alemania\\_Videojuegos\\_2013.pdf](http://www.prochile.gob.cl/wp-content/blogs.dir/1/files_mf/1375134447PMS_Alemania_Videojuegos_2013.pdf)

- Romer, D., Duckworth, A., Sznitman, S. & Park, S. (2010). Can Adolescents Learn Self-control? Delay of Gratification in the Development of Control over Risk Taking. *Springer*, 11, 319-330. Doi: 10.1007/s11121-010-0171-8
- Sádaba, C. & Bringue, X. (2010). Niños y adolescentes españoles ante las pantallas: rasgos configuradores de una generación interactiva. *CEE Participación Educativa*, 15, 88-104.
- Salas, E. (2014). Adicciones psicológicas y los nuevos problemas de salud. *Cultura*, 28, 111-146.
- Salman, S., Ferdosi, M., Jannatifard, F., Elmami, M., Alaghemandan, H. & Setare, M. (2011). Behavioral Addiction versus Substance Addiction: Correspondence of Psychiatric and Psychological Views. *Behavioral and substance addiction*, 3(4), 290-294.
- Schmeichel, B., Harmon-Jones, C. & Harmon-Jones, E. (2010). Exercising Self-Control Increases Approach Motivation. *American Psychological Association*, 99(1), 162-173. doi: 10.1037/a0019797
- Sim, T., Gentile, D., Bricolo, F., Serpelloni, G. & Gulamoydeen, F. (2012). A conceptual review of research on the pathological use of computers, video games and the internet. *International Journal of Mental Health Addiction*, 10(5), 748-769. doi: 10.1007/s11469-011-9369-7
- Soto, L. (2012). *Infogame. Clasificación de Videojuegos*. Santiago: Universidad de Chile.
- Speakman, M., Konijn, E., Roelofsma, P. & Griffiths, M. (2013). Gaming addiction, definition and measurements: A large-scale empirical study. *Computers in Human Behavior*, 29, 2150-2155. doi: 10.1016/j.chb.2013.05.015
- Starcevic, V., Berle, D., Porter, G. & Fenech, P. (2011). Problem Video Game Use and Dimensions of Psychopathology. *Ment Health Addiction*, 9, 248-256.
- Stautz, K. & Cooper, A. (2013). Impulsivity-related personality traits and adolescents' alcohol use: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 33, 574-592. doi: 10.1016/j.cpr.2013.03.003
- Strasburger, V., Jordan, E. & Donnerstein, E. (2013). Health Effects of Media on Children and Adolescents. *PEDIATRICS. Official journal of the American Academy of Pediatrics*, 125(4), 756-767. doi: 10.1542/peds.2009-2563
- Sussman, S. & Sussman, A. (2011). Considering the definition of addiction. *International Journal of Environment Research and Public Health*, 8(10), 4025-4038.
- Tangney, J., Baumeister, R., & Leuzio, A. (2004). High Self-Control Predicts Good Adjustment, Less Pathology, Better Grades, and Interpersonal Success. *Journal of Personality*, 72(2), pp. 271-322.
- Tejeiro, R., Pelegrina, M. & Gómez, J. (2009). Efectos psicosociales de los videojuegos. *Comunicación*, 1(7), 235-250.

Thoresen, C. & Mahoney, M. (1981). *Autocontrol de la conducta*. México: Fondo de Cultura Económica.

Tochkov, K. (2010). Self Control Deficits and Pathological Gambling. *International Journal of Psychological Studies*, 2(2), 65-69.

Torres, A., Catena, A., Megías, A., Maldonado, A., Cándido, A., Verdejo, A. and cols. (2013). Emotional and non-emotional pathways to impulsive behavior and addiction, 43(7), 1-11. Doi: 10.3389/fnhum.2013.00043

Vallejo, M. & Capa, W. (2010). Videojuegos: adicción y factores predictores. *Unifé*, 18(1), 103-110.

Weir, K. (2012). Lo que debemos saber sobre la fuerza de voluntad: la ciencia psicológica del autocontrol. EUA: APA.

Westwood, D. & Griffiths, M. (2010). The role of structural characteristics in video-game play motivation: A Q-Methodology study. *Cyberpsychology, behavior and social networking*, 13(5), 581-585. doi: 10.1089=cyber.2009.0361.

## ANEXO 1.- Batería aplicada

Este cuestionario tiene como finalidad conocer tu experiencia con respecto al uso de videojuegos. Es muy importante que contestes con sinceridad, NO existen respuestas buenas ni malas. Te recordamos que toda la información es anónima y totalmente confidencial. Lee con cuidado las respuestas y elige la respuesta que consideres más apropiada para ti. No dejes preguntas sin contestar.

### SECCIÓN I.- Datos generales

Edad: \_\_\_\_\_ Sexo:  Femenino  Masculino Grado escolar: \_\_\_\_\_

1.- ¿Con qué frecuencia juegas con videojuegos?

- Todos los días  Cinco o seis días a la semana  Tres a cuatro días a la semana  
 Uno o dos días a la semana  Muy esporádicamente  No juego nunca

2.- ¿Cuáles son los videojuegos con lo que juegas más a menudo?

3.- Los días laborales que juegas, ¿Cuánto tiempo dedicas, aproximadamente? (en minutos)

4.- Los fines de semana o festivos ¿Cuánto tiempo dedicas al día a jugar? (en minutos)

5.- ¿Juegas a videojuegos desde el móvil?

6.- ¿juegas a videojuegos desde redes sociales?

7.- ¿Desde hace cuánto tiempo utilizas videojuegos? (en meses)

8.- Cuando juegas videojuegos ¿lo haces solo o en compañía?

**SECCION II.- TDV** Indica en qué medida estás de acuerdo o en desacuerdo con las siguientes afirmaciones sobre el uso que haces de los videojuegos (tanto videoconsolas, como de PC, etc.). Toma como referencia la siguiente escala:

0	1	2	3	4
Totalmente en desacuerdo	Un poco en desacuerdo	Neutral	Un poco de acuerdo	Totalmente de acuerdo

1. Juego mucho más tiempo con los videojuegos ahora que cuando comencé	0	1	2	3	4
2. Si no me funciona la videoconsola o el PC le pido prestada una a parientes o amigos	0	1	2	3	4
3. Me afecta mucho cuando quiero jugar y no funciona la videoconsola o el videojuego	0	1	2	3	4
4. Cada vez que me acuerdo de mis videojuegos tengo la necesidad de jugar con ellos	0	1	2	3	4
5. Dedico mucho tiempo extra con los temas de mis videojuegos, incluso cuando no estoy jugando con ellos (ver revistas, hablar con compañeros, dibujar los personajes, etc.)	0	1	2	3	4
6. Si estoy un tiempo sin jugar me encuentro vacío y no sé qué hacer	0	1	2	3	4
7. Me irrita cuando no funciona bien el videojuego por culpa de la videoconsola o el PC	0	1	2	3	4
8. Ya no es suficiente para mí jugar la misma cantidad de tiempo que antes, cuando comencé	0	1	2	3	4
9. Dedico menos tiempo a hacer otras actividades, porque los videojuegos me ocupan bastante rato	0	1	2	3	4
10. Estoy obsesionado por subir de nivel, ganar prestigio, etc. en los videojuegos	0	1	2	3	4

11. Si no me funciona un videojuego, busco otro rápidamente para poder jugar	0	1	2	3	4
12. Creo que juego demasiado a los videojuegos	0	1	2	3	4
13. Me resulta muy difícil parar cuando comienzo a jugar, aunque tenga que dejarlo porque me llaman mis padres, amigos o tengo que ir a algún sitio	0	1	2	3	4
14. Cuando me encuentro mal me refugio en mis videojuegos	0	1	2	3	4

Indica con qué frecuencia te ocurren los hechos que aparecen a continuación, tomando como criterio la siguiente escala:

	0 Nunca	1 Rara vez	2 A veces	3 Con frecuencia	4 Muchas veces
15. Lo primero que hago los fines de semana cuando me levanto es ponerme a jugar con algún videojuego	0	1	2	3	4
16. He llegado a estar jugando más de tres horas seguidas	0	1	2	3	4
17. He discutido con mis padres, familiares o amigos porque dedico mucho tiempo a jugar con la videoconsola o el PC	0	1	2	3	4
18. Cuando estoy aburrido me pongo con un videojuego	0	1	2	3	4
19. Me he acostado más tarde o he dormido menos por quedarme jugando con videojuegos	0	1	2	3	4
20. En cuanto tengo un poco de tiempo me pongo a jugar con un videojuego, aunque sea solo un momento	0	1	2	3	4
21. Cuando estoy jugando pierdo la noción del tiempo	0	1	2	3	4
22. Lo primero que hago cuando llego a casa después de clase o el trabajo es ponerme a jugar con mis videojuegos	0	1	2	3	4
23. He mentado a mi familia o a otras personas sobre el tiempo que he dedicado a jugar	0	1	2	3	4
24. Incluso cuando estoy haciendo otras tareas, pienso en mis videojuegos (cómo avanzar, superar una fase o alguna prueba, etc.).	0	1	2	3	4
25. Cuando tengo algún problema me pongo a jugar con algún videojuego para distraerme	0	1	2	3	4

**SECCION III.-** En el siguiente cuadro marca la opción que indique qué tanto te describen las características que se señalan.

	a Me describe totalmente	b Me describe algo	c Me describe	d Me describe poco	e No me describe
1. Realizo actividades que me pueden hacer daño, si las considero divertidas	a	b	c	d	e
2. La gente me describe como una persona impulsiva	a	b	c	d	e
3. Actúo conforme se presenten las circunstancias, sin detenerme a pensar	a	b	c	d	e
4. Me iría mejor si pensara antes de actuar	a	b	c	d	e
5. Tengo dificultad para concentrarme	a	b	c	d	e
6. No puedo dejar de hacer cosas, aun cuando sé que están mal	a	b	c	d	e
7. Actúo sin pensar en todas las alternativas	a	b	c	d	e
8. Interrumpo a la gente	a	b	c	d	e
9. Mantengo un horario o un plan para mis actividades	a	b	c	d	e
10. Rechazo las cosas si son malas para mi persona	a	b	c	d	e
11. Soy capaz de trabajar eficazmente con metas a largo plazo	a	b	c	d	e
12. Soy capaz de resistir la tentación	a	b	c	d	e
13. Las personas dicen que soy muy persistente	a	b	c	d	e
14. Participo en actividades que promueven mi salud	a	b	c	d	e
15. Soy confiable	a	b	c	d	e
16. Soy puntual	a	b	c	d	e