



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

LOS VIDEOJUEGOS Y SU RELACIÓN CON LA ANSIEDAD EN LA ADOLESCENCIA

TESIS

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

PRESENTA:

ERIC TONATIUH RAMÍREZ MEDINA

DIRECTORA: Dra. Mariana Gutiérrez Lara

REVISORA: Mtra. Karla Alejandra Cervantes Bazán

SINODALES: Mtro. Miguel Ángel Medina Gutiérrez

Dr. Carlos Omar Sánchez Xicoténcatl

Dra. Laura Amada Hernández Trejo



Ciudad Universitaria, Cd. Mx. 2020



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.

INDICE GENERAL

1. Introducción	5
2. Adolescencia	10
2.1 Etapas.....	12
2.2 Adolescencia y tecnologías.....	14
3. Videojuegos	17
3.1 Clasificación de los videojuegos.....	19
3.1.1 Clasificación por dispositivo.....	19
3.1.2 Clasificación por finalidad.....	22
3.1.3 Clasificación por género.....	23
3.1.4 Clasificación por público.....	25
3.2 Efectos psicosociales de los videojuegos.....	28
3.3 Beneficios psicosociales del uso de videojuegos.....	30
3.4 Riesgos psicosociales del uso problemático de videojuegos.....	31
4. Ansiedad	34
5. Método	39
5.1 Planteamiento del problema.....	39
5.2 Justificación.....	39
5.3 Objetivo general.....	40
5.4 Objetivo específico.....	40
5.5 Pregunta de investigación.....	40
5.6 Variables.....	41
5.7 Definición conceptual.....	41
5.8 Definición operacional.....	42
5.9 Población.....	43
5.10 Instrumentos.....	43
5.11 Tipo de investigación.....	44

5.12 Diseño.....	44
5.13 Procedimiento.....	44
6. Resultados	46
7. Discusión	54
8. Conclusiones	56
Bibliografía	58
Anexos	68
Test de dependencia a Videojuegos	68
Escala de ansiedad manifiesta CMSR-2	70

Resumen

La popularidad del uso de videojuegos ha aumentado en México ya que el 65% de la población es usuaria de videojuegos (Vertiz, 2016). De entre los usuarios que más utilizan estos productos los adolescentes son una población objetivo de los mismos de los cuales los utilizan muy frecuentemente. Pueden llegar a convertirse en una dependencia de los mismos y posiblemente generar problemas socioemocionales como la ansiedad (Egli, 1984; Moncada, 2012; González, 2017). Dado que en México se ha realizado poca investigación sobre el tema, el presente estudio tiene como objetivo delimitar si el uso de videojuegos se encuentra relacionada con la ansiedad en la adolescencia. Se aplicó el Test de Dependencia a Videojuegos (TDV) desarrollado por Chóliz y Marco en 2011 y la Escala de Ansiedad Manifiesta en Niños dos (CMASR-2) hecha por Reynolds y Richmond en (1985). Los instrumentos fueron aplicados a 35 jóvenes estudiantes de nivel bachillerato de entre 16 y 18 años. Los resultados indican que no se encontró relación estadísticamente significativa entre la ansiedad y el uso de los videojuegos. Sin embargo, se pueden realizar investigaciones adicionales para conocer otros efectos socioemocionales pueden tener en la población y de ser necesario desarrollar modelos de prevención y tratamiento. De igual forma desarrollar herramientas benéficas por medio de los videojuegos para fortalecer procesos de aprendizaje y memoria.

Palabras clave: uso de videojuegos, ansiedad, adolescencia.

1. Introducción

La tecnología es la ciencia aplicada a la resolución de problemas concretos. Constituye un conjunto de conocimientos científicamente ordenados, que permiten diseñar y crear bienes o servicios que facilitan la adaptación al medio ambiente y la satisfacción de las necesidades esenciales y los deseos de la humanidad (Castro, 2017).

Como menciona Barquero (2016), los nuevos sistemas tecnológicos y la modernidad, se han consolidado como un pilar de la globalización trayendo consigo cambios sociales, políticos y económicos e influyendo directamente en la forma en la que los seres humanos se desarrollan. Las y los adolescentes de ahora nacieron en este proceso de transformación utilizando nuevos aparatos tecnológicos en la vida cotidiana y se les conoce como nativos digitales.

La tecnología del siglo XXI ha logrado una implantación tan rápida en la sociedad que en poco tiempo, se fue apoderando de numerosos aspectos de la vida de los seres humanos, siendo mayoritariamente vulnerables los niños, afectando en su comportamiento y en su relación con el entorno, debido a que en la actualidad ellos acceden con mayor facilidad a dispositivos electrónicos, sumergiéndose en diversos juegos y aplicaciones que son atractivos para ellos (Aveiga, 2018).

En México, la Encuesta Nacional sobre Disponibilidad y Uso de Tecnologías de la Información en los Hogares (ENUDITH, 2017), más del 70% de la población de hombres y mujeres entre los 6 a 17 años de edad son usuarios del internet (INEGI, 2017). De acuerdo con Vertiz (2016), el 65% de la población mexicana es usuaria

de videojuegos. La Competitive Intelligence Unit (CIU), una consultoría de mercado de las comunicaciones y la tecnología también informa que durante el 2015, el aumento de dispositivos móviles (Smartphone y tabletas) detonó la adopción de esta forma de entretenimiento digital en la población de todas las edades, a partir de la disponibilidad de descarga de un numeroso catálogo de aplicaciones de juegos (Vertiz, 2016).

El mundo de los videojuegos crece cada vez más y en esa ascensión ha ido desplazando a los juguetes y juegos tradicionales. Hoy en día la sociedad percibe el videojuego como la vanguardia del juego. A lo largo del tiempo se han tenido especulaciones sobre cómo los videojuegos pueden crear adicción, las ventajas y cualidades del uso de los videojuegos, señalando sus aspectos educativos y de adquisición de habilidades manuales y mentales (González, 2017).

En México, el tema de los videojuegos ha incremento su popularidad entre todas las edades, ya que más del 90% de los mexicanos tienen acceso a los videojuegos través de teléfonos inteligentes, computadoras y consolas (Sánchez, 2019).

El uso de videojuegos ha puesto en duda si son un beneficio o en realidad perjudican a los usuarios. Entre las investigaciones que respaldan los beneficios del uso de videojuegos se encuentra el de De Lisi (2002) condujo un experimento acerca del desarrollo de la rotación mental de los objetos mediante el uso de videojuegos. Participaron 47 niños y niñas de tercer grado. Se les presentó una figura inicial y tenían que seleccionar entre tres diferentes modelos, cuál es la misma figura mostrada pero en diferente posición, los resultados obtenidos muestran una mejora

en el desarrollo de habilidades espaciales por medio de actividades a base de una computadora.

Por su parte Díaz (2006) con la participación de 23 niños y adolescentes de diferentes culturas (norteamericanos y españoles), investigó los principales valores y estereotipos presentes en videojuegos, así como la influencia que estos tienen en conductas “prosociales”, Cada uno de los participantes tuvo la misma cantidad de tiempo sobre un juego, sin embargo, no se les comentó nada acerca del juego (historia, personaje, objetivos) simplemente se les otorgó el control, después se realizó un cuestionario evaluando habilidades sociales, tales como “ si encontraras una cartera qué harías o si alguien necesita ayuda en la calle que haría”, los resultados obtenidos resaltan conductas empáticas como: si se cae el lápiz al compañero lo levantan y se lo dan, personas que molestan y tienen un ataque de pánico los apoyan, un error cometido por un hermano pequeño que los puede molestar hablan con él para solucionar el problema y si encuentran la cartera alguien con su dirección se la entregan. Los participantes tomaron como referencia los valores del protagonista del juego y aplicándolos en situaciones cotidianas. El estudio demostró que el aprendizaje consciente durante el juego (comprender la narrativa de la historia, los valores del protagonista y objetivos del juego) es un factor relevante en el proceso de configuración de las conductas prosociales.

Entre las investigaciones que encuentran riesgos psicosociales por el uso de videojuegos, se encuentra la de Keith (1998) quién realizó un estudio con niños entre 10 y 11 años acerca de las características sociales de los usuarios de juegos de computadora. Los niños podían usar los juegos por horas y los clasificaron

conforme el uso que les daban, por ejemplo, ligero menos de dos horas al día y pesado más de tres horas. El experimento demostró que el uso “pesado” de los juegos de computadora está asociado con más consecuencias negativas que positivas, entre las cuales destacan el desempeño escolar, la autoestima y las habilidades sociales.

Además Bartlett (2009) realizó una investigación para probar la duración de los pensamientos agresivos a corto plazo al jugar un videojuego violento en 91 participantes a los cuales antes y después de jugar el videojuego violento (por 15 min) se les preguntó sobre pensamientos agresivos y midieron la frecuencia cardiaca, en una segunda sesión midieron la duración de los pensamientos agresivos y la frecuencia cardiaca después de cuatro minutos de haber jugado. Los sujetos presentaron pensamientos agresivos, emociones agresivas y un fuerte ritmo cardiaco incluso después de un tiempo de cuatro minutos después de haber jugado, En este experimento se encontró que durante el juego se puede presentar la sensación de provocación entre los participantes, lo cual aumenta las emociones y pensamientos agresivos en el participante que los recibe. Debido a exposición prolongada del juego combinada con la provocación puede hacer que duren más tiempo las emociones y pensamientos agresivos.

. En el marco de la asamblea anual de la Organización Mundial de la Salud (OMS), expertos discutieron sobre la posible incorporación de la adicción a los videojuegos y el comportamiento sexual compulsivo al catálogo de 55 mil enfermedades, síntomas y causas de lesiones, terminando en una integración del trastorno por uso

de videojuegos en el CIE-11. Esta situación no está exenta de polémica; sin embargo el diagnóstico es complejo.

En la literatura revisada, se ha reportado poca evidencia empírica sobre el uso de videojuegos en México. La popularidad de los videojuegos ha aumentado en los últimos años y su uso se ha vuelto más frecuente en los adolescentes mexicanos. Son divertidos, ágiles, cambiantes, atractivos y retadores, fáciles de usar pero no de dominar. Se pueden usar en distintos dispositivos electrónicos: consolas, tabletas, celulares o computadoras y pueden conectarse con distintas personas del mundos. Por lo que es importante conocer los efectos socioemocionales que pueden tener un uso prolongado, principalmente, si dicho tiene relación con la ansiedad en los adolescentes. Este trabajo tiene como objetivo delimitar si el uso de videojuegos tiene relación con la ansiedad en los adolescentes mexicanos de 16 a 18 años.

2. Adolescencia

La adolescencia es la etapa de transición entre la niñez y la adultez, que ocurre entre los 11 y 19 años de edad. En esta etapa ocurren cambios físicos, cognoscitivos, emocionales y sociales (Papalia, 2012).

Un cambio físico importante es el inicio de la pubertad, el proceso que lleva a la madurez sexual o fertilidad, es decir, la capacidad de reproducirse, por la maduración de los órganos sexuales. Aunque lo primero en madurar son los órganos internos también ocurre un aumento rápido de la estatura, peso y crecimiento muscular. Por lo general, en las niñas empieza entre las edades de nueve años y medio y 14 años; en los varones ocurre entre los 10 y los 16 (Papalia, 2012).

Los adolescentes no solo cambian de apariencia física, sino también en la forma en la que piensan y lo que hablan. En esta etapa, el cerebro se encuentra aún en desarrollo, por lo que ocurren cambios en las estructuras del cerebro como en la amígdala que es la principal encargada del control de las emociones y sentimientos y los lóbulos frontales encargados del procesamiento de información, planeación y el pensamiento lógico deductivo (Papalia, 2012).

Durante este proceso de desarrollo, los adolescentes entran en lo que Piaget denomina el nivel más alto del desarrollo cognoscitivo “las operaciones formales” en la que perfeccionan la capacidad del pensamiento abstracto y el razonamiento hipotético-deductivo. Entre los cambios funcionales más importantes se pueden mencionar 1) el incremento de la velocidad del proceso de información y 2) un mayor

desarrollo de la función ejecutiva, la cual incluye habilidades como atención selectiva, toma de decisiones, control inhibitorio de respuestas Impulsivas y control de la memoria de trabajo (Papalia, 2012).

El uso de lenguaje por parte de los niños refleja su nivel de desarrollo cognoscitivo. A la par del crecimiento y maduración del adolescente, igual lo hace el material de lectura dando a conocer un vocabulario más amplio. Dado que tienen consciencia de su audiencia, los adolescentes usan con sus pares un lenguaje distinto al que emplean con los adultos. El argot de los adolescentes forma parte del proceso de desarrollo de una identidad independiente separada de los padres y del mundo de los adultos. El vocabulario puede diferir según el género, origen étnico, edad, región geográfica, vecindario y tipo de escuela; varía de un grupo a otro (Papalia, 2012).

Durante los años de la adolescencia aparece en escena la búsqueda de la identidad, definida por Erikson (1968) como una concepción coherente del yo, compuesta por metas, valores y creencias con las que la persona establece un compromiso sólido. La tarea principal de la adolescencia es enfrentar la crisis de identidad, es decir llegar a la etapa adulta con un coherente sentido del yo y un rol valorado en la sociedad, los adolescentes que resuelven satisfactoriamente la crisis desarrollan la virtud de fidelidad, es decir un sentido de pertenencia a un ser querido, amigos o compañeros (Papalia 2012).

2.1 Etapas de la adolescencia

Adolescencia temprana (10-14 años)

Se caracteriza por el crecimiento físico, también esta etapa se le conoce como pubertad. En esta fase se produce una acentuada preocupación en forma creciente por el cuerpo: cambios puberales, la imagen personal, hallazgos físicos triviales y búsqueda por ser “atractivo” (Gaete, 2015).

El desarrollo cognitivo de esta etapa comprende el comienzo del surgimiento del pensamiento abstracto o formal. La toma de decisiones empieza a involucrar habilidades más complejas como la planeación y predicción de resultados (Gaete, 2015).

El desarrollo psicológico de esta etapa se caracteriza por la existencia de egocentrismo, el cual disminuye progresivamente, dando paso a un punto de vista socio-céntrico. Inicia la movilización fuera de la familia, aumenta el deseo de independencia poniendo a prueba la autoridad y resistencia a los límites (Gaete, 2015).

Adolescencia media (14-17 años)

El hecho central en este período es el distanciamiento afectivo de la familia y el acercamiento de pares. En esta etapa continúa aumentando el nuevo sentido de individualidad, sin embargo, la autoimagen es muy dependiente de la opinión de terceros (Gaete, 2015).

En la adolescencia media persiste la tendencia a la impulsividad, aunque los adolescentes tengan conciencia de los riesgos que corren, debido a la búsqueda de nuevas sensaciones o recompensas y aumenta el comportamiento impulsivo en presencia de pares. En esta etapa el involucramiento del adolescente en la subcultura de pares es intenso. Los jóvenes adoptan la vestimenta, la conducta, los códigos y valores de su grupo de pares (Gaete, 2015).

Adolescencia tardía 17-20 años

En esta última etapa el adolescente logra su autonomía y conoce su identidad. Para la mayor parte de los adolescentes es un período de mayor tranquilidad y aumento en la integración de la personalidad (Gaete, 2015).

En la adolescencia tardía la autoimagen ya no está definida por los pares, sino que depende del propio adolescente. Las amistades se hacen menos y más selectivas, se fortalecen los vínculos familiares. Los intereses se orientan en una planificación futura, la búsqueda de la vocación laboral que concilie sus intereses, capacidades y oportunidades (Gaete, 2015).

En el desarrollo cognitivo se aumenta la habilidad de predecir consecuencias, resolver problemas y controlar de impulsos. En esta etapa la mayoría de los adolescentes funciona en el nivel convencional, los problemas morales ya no se basan en necesidades egoístas, sino que depende de principios autónomos (Gaete, 2015).

2.2 Adolescentes y las tecnologías

Como la globalización y la urbanización, la “digitalización” ya ha cambiado el mundo. La rápida proliferación de la tecnología de la información y las comunicaciones (TIC) afecta prácticamente a todas las esferas de la vida moderna debido a que estas herramientas facilitan las actividades diarias desde las laborales hasta las de entretenimiento y son utilizadas por todas las edades. La infancia no es una excepción. Desde el momento en que cientos de millones de niños llegan al mundo, están inmersos en una corriente constante de comunicación y conexión digital (UNICEF, 2017).

Para los jóvenes actuales, usar internet es algo tan natural como para sus padres ver televisión o para sus abuelos escuchar la radio. Sabemos que cada generación y cada grupo social “naturaliza” las tecnologías que tiene a su alcance e intenta sacarles partido. Pero queda mucho por descubrir acerca de los usos tecnológicos en los que se ocupan nuestros jóvenes y, aún más, acerca de la trascendencia de tales usos en el conjunto de las relaciones sociales y los procesos de socialización. De las investigaciones acerca de los usos de las tecnologías de información y comunicación, cabe esperar que indaguen sobre cuáles son los objetivos: para qué se usa (trabajo, ocio, estudio, etc.) y qué necesidades se satisfacen, qué se resuelve o qué se obtiene. Por ejemplo, sentirse en contacto con amigos, pareja, familia, etc.; sentirse perteneciente a un grupo social, con la valoración que le dé a esa pertenencia; consolidar y ampliar su círculo de relaciones sociales, etc. Además de los objetivos y las gratificaciones, si se pretende abarcar las consecuencias que tales usos tienen a corto plazo, debe indagarse sobre qué cosas se hacen o se

dejan de hacer por convertirse en usuarios de unas a otras TICs: se usa menos, o se duerme menos, se ve menos televisión, se hace menos deporte o se visita menos a los familiares porque la duración de los días o las semanas no es elástica (Bernete, 2010).

La generación de los adolescentes que utilizan la red o net, tiene una mentalidad nueva, fresca, para la creación de la riqueza; es curiosa, independiente, desafiante, inteligente, capaz de adaptarse a las circunstancias, con una orientación global. Tiene una idea diferente acerca del trabajo, pues en éste se considera aprendizaje y juego (Pérez, 2011).

León y López (2003), realizaron una investigación con 207 adolescentes entre los 10 y 17 años de edad, para saber si existe una diferencia en el tiempo dedicado a otras actividades entre “videojugadores” y “no videojugadores”. Aplicaron tres cuestionarios para obtener el perfil de videojugador, situación familiar, rendimiento académico, conducta anti-social, autoconcepto, relaciones sociales, actividades recreativas y situación emocional. En el estudio se demostró que el 77.29% de los participantes juegan con regularidad, sin diferencias significativas en los diferentes aspectos y/o áreas evaluados entre los que se consideran videojugadores y los que no. Los participantes que utilizan más los videojuegos presentaron ideas de auto-rechazo ante los estereotipos negativos de los videojuegos aunque, los investigadores concluyeron que el uso de videojuegos no afecta otros aspectos de la vida. Sin embargo, los prejuicios que se tienen hacia los videojuegos generan su rechazo y hace falta aclarar esas ideas con evidencia empírica.

Ameneiros (2015) llevó a cabo una investigación acerca de la práctica del uso de videojuegos y clarificar la opinión colectiva acerca del uso de videojuegos con la participación de 124 alumnos del nivel de secundaria. Utilizó un cuestionario de 14 ítems sobre el uso de videojuegos y la influencia de los mismos sobre los participantes. Los resultados obtenidos demostraron que el 60.5% de los adolescentes utilizan el juego en fines de semanas y un 23.4% entre semana. El 33.1% de los participantes reportan que generaron nuevas amistades a partir del uso de videojuegos. Por último únicamente el 7.3% de los adolescentes piensa que los videojuegos aíslan socialmente, frente a un 92.7% que no lo juzga del mismo modo. La investigación concluyó la necesidad de regular el uso de videojuegos ya que las personas que utilizan los videojuegos a diario tienen una mayor inclinación al rechazo de sí mismos.

La adolescencia es una etapa de transferencia donde se busca la identidad de la persona compartiendo gustos e ideas con los pares y los videojuegos son una forma de entretenimiento en la que pueden compartir, competir o apoyarse entre ellos. Desafían sus habilidades de una manera atractiva y moderna. Se sienten incluidos en el juego al participar en la narrativa del juego y relacionarse con otros jugadores de todo el mundo para completar objetivos de mayor dificultad. A continuación se presenta una breve revisión sobre los videojuegos.

3. Videojuegos

Los videojuegos se definen, hoy día, como un recurso cultural y una herramienta básica de aprendizaje y socialización que aporta a los jugadores habilidades sociales. Los videojuegos pueden concebirse, como un espacio de comportamientos, emociones y de participación y también como un espacio de producción social y económica, reflejo de la sociedad actual (Lins, 2014).

Los videojuegos son una forma de medios contemporáneos con su propia estética e interacción que demanda el desarrollo de estrategias y el entendimiento de conjuntos de reglas potencialmente complicados, siendo cognitivamente desafiante. Esta práctica transporta al usuario a una interacción íntima con el mundo virtual (Lins, 2014).

El juego no se realiza para conseguir beneficio o recompensa material alguna, sino que se lleva a cabo por el placer o interés en ejecutarlo. Se trata de una de las actividades que consiste en una acción motivada intrínsecamente que induce una experiencia óptima (Csikzentmihaylyi, 1996).

La aparición de las videoconsolas domésticas y los primeros ordenadores personales (Atari, Sega, Spectrum, Pc's, etc.) los cuales podían utilizar programas específicos para jugar en el hogar, redujeron la popularidad de los centros de entrenamiento "Arcade" debido a que se encontraba en la comodidad de una casa y sin la necesidad de pagar o esperar en filas detrás de los juegos más populares. Desde las primeras consolas *Atari o Magnarox Odyssey* a las actuales *Nintendo, Xbox y PlayStation* se han sucedido varias generaciones de videoconsolas en las

que se ha ido evolucionando progresivamente, tanto en los tipos de juego, como en la estética y funcionamiento de los mismos (Chóliz & Marco, 2011).

La razón por la cual los videojuegos atraen tanto está en que poseen lo que en psicología se denomina “factores dinamizadores de nuestra conducta”. En otras palabras, los videojuegos poseen el suficiente atractivo o despiertan la suficiente motivación como para que los niños y jóvenes se sientan conectados a su dinámica interna. Esta dinámica incluye un carácter lúdico y entretenido, junto a un alto valor en estimulación auditiva, kinestésica, visual, etc., y la incorporación de niveles de dificultad progresivos y graduales que requieren el dominio de los anteriores. Algunos factores dinamizadores de la conducta son: las situaciones que supongan retos continuos y que precisen de una constante superación personal; las situaciones de competitividad (generadas no sólo por el propio desarrollo del juego, sino también por la situación de enfrentamiento con otros compañeros); y la existencia de incentivos, que hace que el papel de la autoestima se acreciente a medida que los objetivos propuestos se obtienen (González, 2008)

Actualmente los videojuegos no solamente son utilizados como entretenimiento, Wagner (2006) nos habla acerca de las competiciones de los juegos de computadora o e-sports y los identifica como “área de las actividades deportivas donde quien la práctica desarrolla y entrena habilidades físicas y mentales”. El origen de este fenómeno motiva un debate para el que no existe un consenso. Desde la primera competición de la que se tiene constancia, en 1972, basada en el videojuego *Spacewar!*, pasando por la etapa dorada de las salas recreativas, hasta

la aparición del juego en línea en los años 90, el fenómeno ha ido evolucionando hasta convertirse en lo que es hoy en día.

En torno a una serie de videojuegos concretos de diferente género se ha desarrollado una escena deportiva con organizaciones competitivas, jugadores profesionales, espectadores y cobertura mediática. A lo largo de las dos últimas décadas, esta estructura se ha consolidado a través de numerosas competiciones en línea y también de torneos presenciales. Todo esto ha generado una forma de ocio alternativa que ha introducido una forma de consumo diferente a la propia naturaleza del videojuego, que pasa de ser jugado a ser contemplado (Antón, 2018).

Los e-sports son un fenómeno dependiente de los videojuegos, pero no todos los videojuegos pueden ser considerados e-sports. Aunque ocasionalmente se suelen calificar como deportes electrónicos a los videojuegos que simulan deportes tradicionales, esa concepción es errónea de base. Sí es cierto que juegos como FIFA se han desarrollado en la industria de los e-sports, pero son otros géneros como los first-person-shooter (FPS) o Real-time strategy (RTS) los que tradicionalmente se han posicionado como los más populares del sector, con títulos de éxito como *Counter-Strike*, *StarCraft* o *League of Legends* a la cabeza (Antón 2018).

3.1 Clasificación de los videojuegos

3.1.1 Clasificación de los videojuegos por el dispositivo utilizado

García (2009), nos muestra la gran importancia de este modo de clasificación debido a que es el primer criterio que utilizan los usuarios para conocer los

diferentes dispositivos o plataformas que pueden utilizar para jugar videojuegos y de los cuales se han tenido hasta el momento ocho generaciones de consolas que van desde los años 1972 hasta la actualidad y las que están por venir (tabla1).

Tabla 1 Clasificación de los dispositivos de videojuegos

Dispositivo	Ejemplos de dispositivos
Maquinas Arcade	Pac-man, Space invaders, Dig dug
Consolas domésticas	Nintendo (Gamecube, Wii y Switch) Sony (Ps3 y Ps4) Microsoft (Xbox 360 y Xbox one)
Consolas portatiles	Nintendo (Ds), Sony (Psvita)
Ordenadores o PC	Escritorio y Laptop
Móviles	Celulares y Tablets

NOTA: *tabla adaptada de García (2009) Videojuegos: Medio de ocio, cultura popular y recursos didáctico para la enseñanza y aprendizaje de las matemáticas escolares;*

Como podemos ver en la tabla actualmente tenemos muchos dispositivos o plataformas donde podemos hacer uso de los videojuegos sin embargo ¿Cuáles son los más populares? James Batchelor (2018) es un periodista de videojuegos el cual trabaja actualmente en “*GamesIndustry*” quien con la ayuda de empresas de programación y desarrollo nos comparte la información acerca del mercado actual del uso de videojuegos por distintos dispositivos y el valor del mercado (Figura 1).

El valor total de la industria de videojuegos con un valor de 134.9 billones dólares a finales del 2018. Los juegos para celulares móviles obtienen un 47% del mercado seguido de la consola con un 28% y al final la computadora Pc con un 25% del valor total.

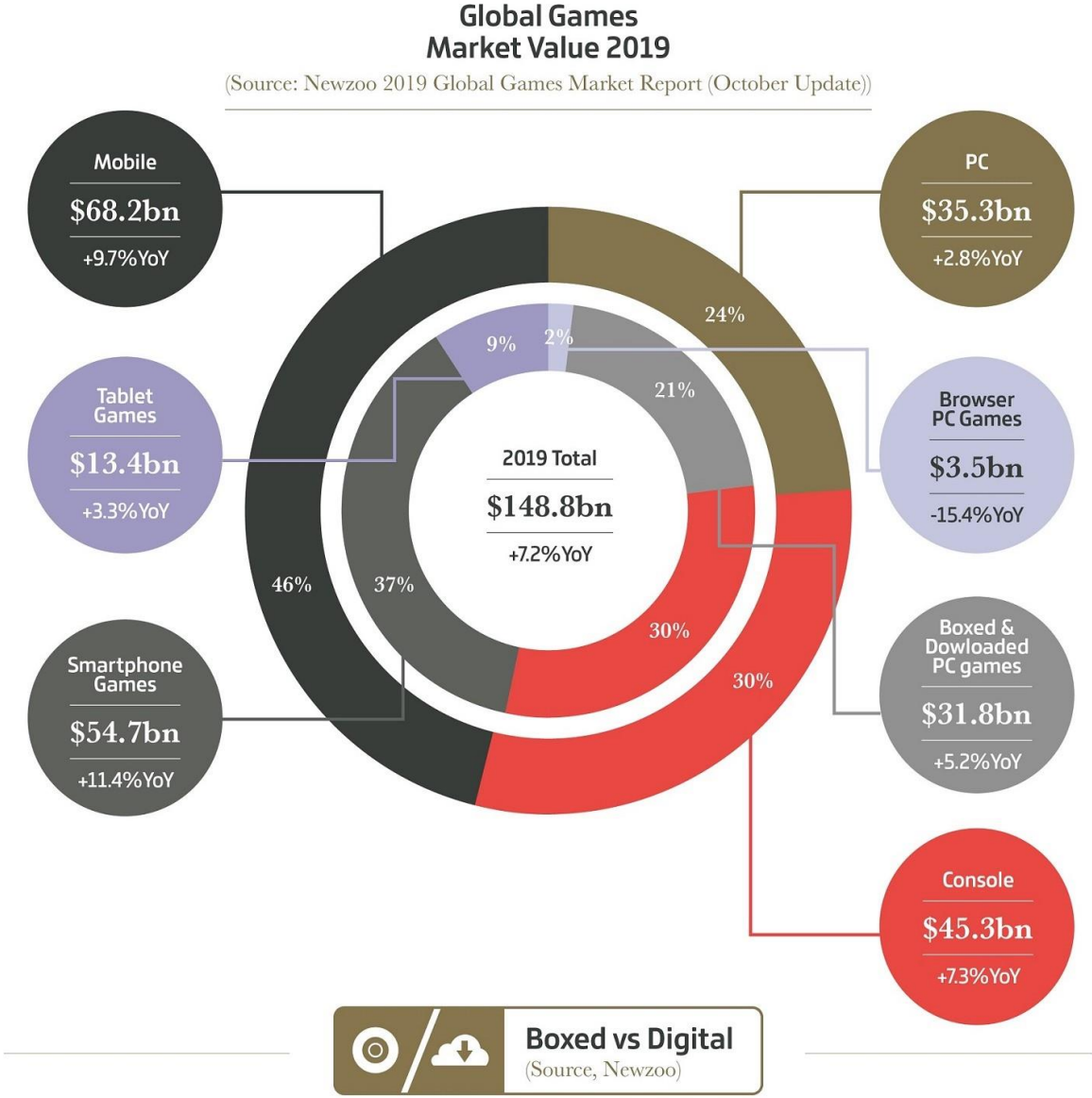


Figura 1 Mercado global de los videojuegos (Batchelor 2019).

3.1.2 Clasificación por la finalidad de los videojuegos

En el ámbito del videojuego se pueden identificar tres finalidades especialmente recurrentes del jugador implícito en la experiencia de juego: una finalidad de orden competitivo (ganar/perder), una finalidad consistente en el descubrimiento y/o construcción de una experiencia narrativa, y una finalidad orientada a la comprensión sobre el funcionamiento de un sistema, a través de la experimentación. Estas tres finalidades (competitividad, experiencia con la narrativa y comprensión de un fundamento sobre la función de un sistema) frecuentes no son excluyentes entre sí, pero si claramente diferenciables respecto a la experiencia de juego (Pérez, 2011).

Los videojuegos de acción y de estrategia (tanto los abstractos como los figurativos) suelen presentar el predominio de orden competitivo ganar/perder como finalidad de la experiencia de juego. A su vez, en los videojuegos de acción esto suele producirse dentro de un marco de gameplay relativamente rígida (perfeccionar la ejecución de los controles y ser más precisos con las acciones del personaje), mientras que en los videojuegos de estrategia esto se produce dentro de un marco de gameplay abierta (tener más libertad de decisión para diferentes acciones dentro del juego, se busca generar estrategias) (Pérez, 2011).

Los videojuegos de aventura y de rol presentan la dominante del descubrimiento y la construcción de una experiencia narrativa a través del juego, como finalidad esencial, en los videojuegos de aventura esto suele producirse dentro de un marco

de gameplay rígida, mientras que en los videojuegos de rol esto se produce dentro de un marco de gameplay abierta (Pérez, 2011).

Los videojuegos de simulador y de simulación social presentan como finalidad esencial la comprensión sobre el funcionamiento de un sistema a través de la experimentación. A su vez, en los videojuegos de simulador (p. ej. simuladores de avión o de coches) esto se produce dentro de un marco de gameplay relativamente rígida mientras que en los videojuegos de simulación social esto se produce dentro de un marco de gameplay más abierta (Pérez, 2011).

3.1.3 Clasificación por géneros de videojuegos

— Videojuego de acción: videojuegos orientados al reto competitivo de victoria/derrota con tendencia a gameplay rígida. Encontramos aquí videojuegos de acción abstractos (Pong, Arkanoid), videojuegos de puntería y disparos, los famosos shooters (Space Invaders, Doom), shooters cinematográficos (Call of Duty, Max Payne), videojuegos de conducción y carreras (Out Run, Need for Speed), videojuegos de lucha (Final Fight, Street Fighter 2), además de las diversas versiones en línea y/o multijugador de este tipo de juegos, etc.

— Videojuego de estrategia: videojuegos orientados al reto competitivo de victoria/derrota con gameplay abierta. Encontramos aquí videojuegos de estrategia por turnos (Civilization), videojuegos de estrategia en tiempo real (Starcraft), simulaciones de mánager deportivo (Total Club Manager, PC Fútbol), además de las diversas versiones en línea y/o multijugador de este tipo de juegos.

— Videojuego de aventura: videojuegos orientados al descubrimiento de una trama narrativa con tendencia a gameplay rígida. Encontramos aquí aventuras textuales (Colossal Cave Adventure, Zork), aventuras gráficas (King's Quest, The Secret of Monkey Island), videojuegos de aventura modernos, con diseño en 3D y/o eventuales escenas de acción (Syberia, Fahrenheit), etc.

— Videojuego de rol: videojuegos orientados a la (re)construcción de una narrativa con gameplay abierta. El género del juego de rol se caracteriza por la adopción del jugador de una máscara ficcional, el rol de su personaje, y por la búsqueda de puntos de experiencia, que se obtienen por diversas acciones meritorias en el juego y que sirven para mejorar progresivamente las habilidades del personaje. La gameplay del juego de rol resulta más abierta que la del juego de aventura en virtud de una estructura de misiones (quests) diseminadas en el juego, entre las que el jugador tiene siempre un cierto margen de libertad en su elección y/o en el orden de abordarlas. Encontramos aquí videojuegos de rol con campaña de aventura (The Elder Scrolls IV: Oblivion, Star Wars: Caballeros de la Antigua República), videojuegos de rol/acción (Diablo), y videojuegos de rol en línea multijugador. Entre estos últimos, destacan los mundos persistentes en línea, también denominados MMORPG (Massively Multiplayer Online Role-Playing Game). Se trata de videojuegos de rol que se desarrollan en un mundo virtual en línea donde el tiempo virtual transcurre continuamente, con independencia de si el jugador está o no conectado al juego (p. ej., EverQuest, World of Warcraft).

— Videojuego de simulador: videojuegos orientados a la comprensión sobre el funcionamiento de un sistema a través de la experimentación, con tendencia relativa

a una perfeccionar el uso de los controles. Encontramos aquí simuladores de sistemas artificiales (máquinas), de fenómenos naturales altamente formalizados científicamente, y/o protocolos de entrenamiento rígidos, p. ej. Flight Simulator, F-15 Strike Eagle, etc.

— Videojuego de simulación (fundamentalmente, simulación social): videojuegos orientados a la comprensión sobre el funcionamiento de un sistema a través de la experimentación, con gameplay abierta. Encontramos aquí simulaciones sobre determinados temas y/o fenómenos que no son de por sí sistemas altamente formalizados pero sí son susceptibles de ser sistematizados para una simulación de ficción o entretenimiento. El género más popular en este ámbito hasta el momento son las simulaciones sociales (Sim City, Los Sims), pero caben aquí otras formulaciones posibles, más allá de lo estrictamente sociológico, como por ejemplo la original simulación de Dios y la evolución del culto religioso, de Peter Molyneux: Black & White (Pérez, 2011).

3.1.4 Clasificación de los videojuegos atendiendo al público objetivo

Desde el nacimiento mismo de los videojuegos, el sexo y la violencia explícita fueron temas recurrentes y aún lo son, en los cómics, en el cine o en la televisión. Pero a diferencia de estos medios, los videojuegos no tenían ninguna regulación ni clasificación que permitiera conocer de antemano la pertinencia de que un menor pudiera hacer uso de dicho videojuego. El primer paso para esta regulación y clasificación se dio en EE.UU. en 1994 por Entertainment Software Association (ESA), creando Entertainment Software Rating Board (ESRB), una entidad

autorreguladora que realiza en forma independiente clasificaciones para la industria de los videojuegos, su inicio es debido a la aparición de “Mortal Kombat” un juego que tenía un alto contenido de violencia no apto para la población más joven. Creada con la misión de ayudar a los consumidores, sobre todo a los padres, a escoger los videojuegos más adecuados para su familia, la ESRB clasifica los videojuegos según su contenido de violencia física o verbal y atendiendo también a otros elementos como sexo, alcohol, otras drogas, lenguaje soez, humor negro, sangre... En Japón, tomando como base la clasificación de la ESRB en 2002 se creó la Computer Entertainment Rating Organization (CERO) con los mismos objetivos que la ESRB (García, 2009)

Las clasificaciones de la ESRB constan de tres partes:

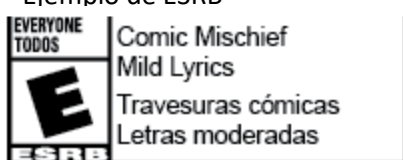
- **Categorías de clasificación:** sugieren la edad adecuada para el juego
- **Descriptores de contenido:** indican los elementos que pueden haber motivado la clasificación asignada y/o pueden resultar de interés o preocupación
- **Los elementos interactivos** destacan características interactivas o en línea de un producto, incluida la capacidad de los usuarios para interactuar entre sí, la ubicación compartida con otros usuarios, si se ofrecen las compras de bienes o servicios digitales y/o si se proporciona un acceso ilimitado a Internet.

Tabla 2. Clasificación de ESRB

<p>EVERYONE TODOS E ESRB</p>	<p>TODOS</p> <p>El contenido por lo general es apto para todas las edades. Puede que contenga una cantidad mínima de violencia de caricatura, de fantasía o ligera, o uso poco frecuente de lenguaje moderado.</p>
<p>EVERYONE 10+ TODOS +10 E 10+ ESRB</p>	<p>TODOS +10</p> <p>El contenido por lo general es apto para personas de 10 años o más. Puede que contenga más violencia de caricatura, de fantasía o ligera, lenguaje moderado o temas mínimamente provocativos.</p>
<p>TEEN ADOLESCENTES T ESRB</p>	<p>ADOLESCENTES</p> <p>El contenido por lo general es apto para personas de 13 años o más. Puede que contenga violencia, temas insinuantes, humor grosero, mínima cantidad de sangre, apuestas simuladas o uso poco frecuente de lenguaje fuerte.</p>
<p>MATURE 17+ MADURO +17 M ESRB</p>	<p>MADURO</p> <p>El contenido por lo general es apto para personas de 17 años o más. Puede que contenga violencia intensa, derramamiento de sangre, contenido sexual o lenguaje fuerte.</p>
<p>ADULTS ONLY 18+ ADULTS ÚNICAMENTE +18 AO ESRB</p>	<p>ADULTOS ÚNICAMENTE</p> <p>El contenido es apto sólo para adultos de 18 años o más. Puede que incluya escenas prolongadas de violencia intensa, contenido sexual gráfico o apuestas con moneda real.</p>
<p>RATING PENDING AÚN SIN CALIFICAR RP ESRB</p>	<p>CLASIFICACIÓN PENDIENTE</p> <p>No se ha asignado una calificación final de ESRB. Solo aparece en la publicidad, marketing y materiales promocionales relacionados con un juego físico (por ejemplo, el que viene cerrado en caja) que se espera que tenga una clasificación de ESRB y debe ser sustituida por una clasificación de juego una vez que se haya asignado.</p>

Tabla conseguida en ESRB website

Ejemplo de ESRB



3,2 Efectos socioemocionales de los videojuegos

Los videojuegos tienen la capacidad para hacer emerger emociones básicas tales como la alegría, el enojo, la sorpresa o el miedo. Estas emociones son las que provocan el acercamiento al objeto de emoción, es decir, el videojuego (Torras, 2018).

Se puede considerar a los videojuegos como dispositivos para la práctica sobre el control y manejo de algunas emociones, como la paciencia, la ira, la frustración, entre otras. Es entonces donde los ejercicios de perder y aceptar la derrota constantemente, pueden contribuir a un aumento en la tolerancia a la frustración, ya sea en un trabajo, un negocio o una oportunidad; la pérdida es algo que siempre va a generar reacciones concretas en nuestras emociones y depende de nosotros el saber sobre llevar estas adversidades (Acevedo, 2014).

Los jugadores aficionados desde hace décadas han estado en contacto con títulos clásicos extremadamente complicados de jugar, ya sea por la complejidad de sus escenarios o por lo restringido que eran los movimientos de los personajes; en ese sentido, las limitaciones técnicas que existían para entonces contribuyen de manera directa en el nivel de dificultad que ofrecían los videojuegos. Es así que para poder finalizar un juego de NES por ejemplo, había que intentarlo cientos de veces hasta lograr memorizar las secuencias y los ritmos que debería seguir el jugador para lograr pasar el juego, muchas veces había juegos que ni siquiera tenían la opción de *password* (extremadamente complejos algunos), ni mucho menos la posibilidad

de grabar las partidas para continuar en el obstáculo que se habían quedado los jugadores (Acevedo, 2014).

A pesar de que hoy los juegos ofrecen más posibilidades para grabar partidas y personalizar las exigencias, el perder en un videojuego tiene la misma o más importancia que en décadas pasadas, pues los jugadores ya no solo juegan por diversión sino por competir y participar en torneos a diferentes escalas, situación que pone en juego más que solo la victoria o la satisfacción de ganar, ya que existen premios en metálico que agregan un elemento adicional a lo que se experimenta en la conclusión de un juego o una partida (Acevedo, 2014).

Jugar es una de las conductas más adaptativas y formativas desde la infancia, ayudando a que el desarrollo del infante siga un proceso normal en la salud mental, pero se transforma en un gran problema cuando se pasa a un plano patológico (García, 2009).

La presencia y el uso cada vez más frecuente de las tecnologías de la información y comunicación en nuestra sociedad actual, ocurre entre niños y adolescentes (González, 2017). El uso problemático de videojuegos (IGD – Internet Gaming Disorder) definido en el DSM-5 como un “uso persistente y recurrente de videojuegos en internet, muchas veces con otros jugadores, que resulta en un trastorno clínico o angustia, con cinco (o más) de los siguientes indicadores en un periodo de doce meses: preocupación, síndrome de abstinencia, pérdida de control, pérdida de interés en aficiones previas, uso continuado a pesar de tener conocimiento de sus problemas psicosociales, decepción, evitación y conflicto en

los ámbitos personales, laborales o académicos” (pág. 795). Para resumir son conductas de frecuencia, intensidad y duración del uso de los videojuegos, en las cuales afectan otros aspectos de la persona: social, familiar, laboral y educativo.

3.3 Beneficios psicosociales del uso de videojuegos

Uno de los campos más interesantes de aplicación de los videojuegos es el que hace referencia a las destrezas y habilidades que su utilización puede desarrollar y potenciar. Uno de los primeros trabajos fue realizado por Lowery y Knirk (1982-83), quienes afirmaban que los videojuegos debían potenciar determinadas habilidades espaciales. En particular un estudio de las habilidades de visualización espacial fue llevado a cabo por Griffith et al. (1983) comparando dos grupos de 31 estudiantes de psicología, uno formado por videojugadores y el otro por estudiantes que no realizaban esta actividad, obteniendo que los videojugadores poseían una mejor coordinación visomotora óculo-manual (García, 2009).

Gagnon (1985) examinó la relación potencial entre la aptitud espacial y el uso de videojuegos, aplicando un diseño pretest-postest con grupo de control a 58 sujetos con edades comprendidas entre los 18 y 31 años, concluyendo que existía una relación significativa entre las puntuaciones obtenidas en los videojuegos y las correspondientes a un test de habilidades espaciales, concluyendo que diferentes tipos de videojuegos están relacionados con distintos tipos de habilidades cognitivo-espaciales.

Una línea de creciente importancia es la que plantea la utilidad de los videojuegos como tratamiento o como apoyo al tratamiento de diversos problemas médicos y/o

psicológicos (Tejeiro, 2009). Gardner (1991) discutió acerca del uso terapéutico que se le puede dar a los videojuegos para el tratamiento del control y el manejo de la agresión por medio del logro o fracaso en el videojuego.

Otra de las grandes aportaciones que pueden darnos los videojuegos, es el desarrollo de capacidades y estrategias cognitivas. Marques (2011) menciona que los videojuegos representan un reto continuo para los usuarios, además de observar, analizar el entorno, deben asimilar, retener información, realizar razonamientos inductivos, deductivos, construir, aplicar estrategias cognitivas de manera organizada y desarrollar habilidades psicomotrices (lateralidad, coordinación psicomotor...) para afrontar las situaciones problemáticas que se van sucediendo ante la pantalla.

3.4 Riesgos psicosociales del uso problemático de videojuegos

En contraposición al uso benéfico de los videojuegos, se han realizado varios estudios acerca de la agresividad y la relación con el uso de videojuegos aunque es un tema debatible ya que se han encontrado resultados contradictorios: algunos señalan que aumenta (Griffiths, 2005; Barlett, 2009; Hassan, 2012) y otros que disminuye la agresión (Gardner, 1991). Dominick (1984) realizó un experimento con 240 jóvenes entre los 15 y 16 años que eran usuarios de videojuegos violentos, los resultados mostraron que puede haber afecciones de manera emocional en los jóvenes.

Otro punto importante es acerca del aislamiento por el uso de videojuegos, debido a que se pensaba que el videojuego era una actividad individual que alejaba de las

relaciones personales y laborales a la persona reduciendo así la interacción con el ambiente y poniendo en riesgo sus habilidades sociales. Moncada (2012) menciona que en niños de edad preescolar, se ha observado que cuando utilizan videojuegos no les permite desarrollar importantes destrezas sociales debido a que la naturaleza de los videojuegos no les estimula a tener interacciones significativas con otros niños, por lo que el efecto en la socialización es perjudicial.

El tema principal e insistente en relación a los aspectos negativos es el de la adicción con los videojuegos: las personas que tienen un uso prolongado de los videojuegos o dedican una parte importante de su tiempo y centran sus relaciones sociales entorno a ellos son los que les llaman adictos. Sin embargo, Tejeiro (2009) menciona que las investigaciones al respecto se han basado, de forma casi generalizada, en medidas de autoinforme, y las conclusiones de la mayoría de los estudios disponibles revela una metodológica poco rigurosa que arroja serias dudas sobre la validez de los resultados.

Por otro lado el Centro Estatal de Vigilancia Epidemiológica y Control de Enfermedades del gobierno del estado de México (CEVECE, 2017) publicó acerca del uso y abuso de los videojuegos, en el cual ya se menciona la adicción a los videojuegos como un problema de la actualidad que probablemente aumente con la entrada de más tecnologías como la realidad virtual. Al igual se habla acerca de las posibles causas (Problemas familiares/sociales/escolares y de Personalidad) y de los síntomas (entrar en conflicto con quienes lo rodean, dejar actividades sociales por el placer del juego, presentar síntoma de abstinencia y tolerancia al juego).

Egli y Mayers (1984) investigaron cómo los videojuegos afectan la vida de los adolescentes, y reportan que entre el 10% y el 15% de los usuarios de los videojuegos se les puede considerar dependientes ya que se muestra como una persona que disfruta esa actividad más que cualquier otra y tiende a ser muy competitiva; Griffiths (2005) realizó una investigación relacionada sobre las consecuencias negativas a la dedicación excesiva a los videojuegos con niños y adolescentes, los resultados obtenidos sugieren que los videojuegos pueden tener efectos negativos cuando hay una excesiva dedicación. Pueden presentar síntomas de ansiedad y agresión.

Los videojuegos son sencillos de comprender pero requieren de práctica, otorgan recompensas y castigos y por lo tanto son motivadores a la acción y toma de decisión. Los videojuegos generan tales gratificaciones que promueven el uso reiterado de los mismos, aunque hay ocasiones en las que los obstáculos tienen un grado de dificultad que puede tomar bastante tiempo para dominar, haciendo más susceptible al jugador a un nivel mayor de ansiedad y posibles repercusiones en su salud mental.

4. Ansiedad

En la actualidad, casi todo cuanto nos rodea (trabajo, familia, circunstancias personales) genera grandes dosis de tensión, que producen en el individuo un estado de inquietud y malestar, que en muchos casos desencadena graves dolencias físicas. Cuando la demanda del ambiente (laboral, social, etc.) es excesiva en relación con los recursos de afrontamiento que posee el individuo, desarrollará una serie de reacciones adaptativas, de movilización de recursos, que implican activación fisiológica. A su vez, esta reacción se acompaña de una serie de emociones negativas (desagradables), entre las que destacan la ansiedad, la ira y la depresión (Lahuerta, 2013).

La ansiedad es un estado que todas las personas experimentan y forma parte de la vida como un mecanismo básico de supervivencia y es una respuesta a situaciones que nos resultan sorprendidas, nuevas o amenazantes (Cárdenas, 2010).

Lejos de ser algo completamente negativo, la ansiedad permite que el organismo se ponga en alerta y active todos sus mecanismos de defensa ante una situación determinada. La ansiedad es un estado, que variará según el estímulo que lo produzca y suele venir acompañada de sentimientos de inquietud, recelo, miedo y nerviosismo (Lahuerta, 2013).

Sierra (2003) realiza una distinción entre ansiedad y angustia; en la angustia existe un predominio de los síntomas físicos, la reacción del organismo es de paralización, de sobrecogimiento y la nitidez con la que el individuo capta el fenómeno se atenúa; mientras que en la ansiedad cobran mayor presencia los síntomas psíquicos, la

sensación de ahogo y peligro inminente, se presenta una reacción de sobresalto, mayor intento de buscar soluciones eficaces para afrontar la amenaza que en el caso de la angustia.

Aunque nos incita a actuar y nos ayuda a enfrentarnos a las situaciones amenazadoras, la ansiedad puede llegar a ser patológica si es desproporcionada. La ansiedad se convierte en patológica cuando altera el comportamiento del individuo, de tal manera que deja de ser una reacción defensiva para convertirse en amenaza. Como resultado de ello, el individuo se ve incapaz de enfrentarse a situaciones, lo que trastorna su vida diaria (Lahuerta, 2013).

En el DSM-V el síntoma de ansiedad es definida como: una respuesta asociada con tensión muscular, vigilancia en relación a un peligro futuro y comportamientos cautelosos o evitativos. (APA, 2014).

La ansiedad forma parte de la vida cotidiana como elementos naturales del estilo de vida a nivel global. Los niños y los jóvenes captan muy pronto la dimensión amenazante del mundo que les rodea y abarca las relaciones personales, sociales e internacionales. Cuando estas circunstancias ambientales se unen otros factores de riesgo de tipo genético, temperamental o familiar, puede surgir un cuadro clínico del trastorno de ansiedad. (Mardomingo, 2005)

Como podemos comprender la ansiedad es un estado que nos ayuda a evitar situaciones que encontremos amenazantes o situaciones sorprendidas, las personas dependientes a ciertas conductas también pueden entrar en un estado de ansiedad

al no estar realizando una actividad que resulta placentera entonces: ¿Cómo se conecta con el uso de videojuegos?

La ansiedad es una respuesta fisiológica ante situación que detectamos como amenazante a nuestra persona y la cual nos obliga a tomar una decisión para preservar nuestra salud. En el caso de los videojuegos tomamos el papel de un personaje, en el cual se encuentran distintas complicaciones a lo largo de la historia, en ese caso nos podemos sentir identificados y amenazados ante una dificultad u obstáculo en el juego. Dando así una posibilidad que la respuesta de ansiedad se presente y no termine hasta completar el objetivo del juego, estando constantemente expuesto a la ansiedad. Dependiendo de la frecuencia del uso del videojuego la constante exposición puede llegar a generar problemáticas en nuestra vida diaria.

Anteriormente hablamos de la posible adicción a las TICs las cuales incluye a los videojuegos, las personas podrían presentar altos niveles de ansiedad; Vargas (2011), estudió algunas implicaciones del uso excesivo de videojuegos de contenido violento en el desarrollo infantil. Describe los niveles de autoestima, ansiedad y agresividad entre dos grupos de 42 niños entre 9 y 12 años que fueron expuestos semanalmente a videojuegos violentos, un grupo por más de 20 horas y otro menos de 20 horas. Posteriormente se les aplicó un cuestionario mediante respuestas de “sí” o “no” conformado de 98 ítems. Se encontró que el 42.85% del grupo de más de 20 horas presentó un promedio alto en ansiedad mientras que del segundo grupo, el 95.23% se sitúa dentro del nivel muy bajo. En el caso de la agresividad el 88.09% de los participantes presentaron niveles límite para un posible estudio

clínico y 95.23% en el segundo grupo presentaron niveles normales de agresividad. Vargas concluyó que la exposición continua a videojuegos violentos en niños de esta edad, los lleva a utilizarlos como referencia en otros escenarios no relacionados. Por lo que ante una situación estresante repetirán conductas que les hayan funcionado con anterioridad, por ejemplo ante la ansiedad responden con agresión, por eso es importante conocer que los adultos conozcan el contenido del juego para que vean si es adecuado para los niños.

Hassan, Bégue y Bushman (2012) estudiaron como es que los juegos violentos pueden estresar a las personas y aumentar la agresividad en ellas. Con la participación de 77 estudiantes de una universidad francesa, les indicaron jugar videojuegos violentos y no violentos. Después de jugar pedían contestar unas preguntas acerca de sus emociones y contenido violento del juego. Los resultados obtenidos demuestran que los participantes que jugaron videojuegos violentos mostraron síntomas de ansiedad, estrés, agresión y un elevado ritmo cardíaco. Los investigadores que el contenido violento en los videojuegos puede aumentar los niveles ansiedad y a su vez conductas agresivas.

Ortiz (2014) realizó un estudio para investigar acerca de las adicciones conductuales relacionadas con el uso excesivo de los dispositivos de comunicación (teléfono, computadora y videojuegos) en el cual participaron 333 estudiantes de ambos sexos, de entre 17 a 30 años de las carreras de enfermería y medicina, los resultados son que más del 56,45% presentaron síntomas de ansiedad, sin embargo menciona que de acuerdo con el diseño experimental no pueden afirmar que el uso excesivo de las TICs constituye causa o consecuencia de los trastornos

del estado de ánimo, sino que la probabilidad de síntomas de ansiedad está incrementada de manera significativa en quienes usan excesivamente las TICs.

González (2017) realizó un estudio que nos menciona el uso problemático con los videojuegos y su relación con la sintomatología ansiosa y si existen diferencias entre jugadores online y offline, de los cuales participaron 380 estudiantes de entre 12 y 17 años de edad. Los resultados obtenidos en este estudio arrojaron que el 53.4% de todos los participantes, obtuvieron una puntuación por encima del punto de corte en la ansiedad (mayormente mujeres), aunque menciona las limitaciones de su investigación hace énfasis en que el estudio aporta evidencia empírica de la asociación entre el uso abusivo de videojuegos y ansiedad entre adolescentes. De igual forma con perfiles de riesgo, el abuso de videojuegos puede ser la causa de problemas familiares, sociales y académicos. En base a esto enfatiza la necesidad de detección temprana del uso patológico de videojuegos entre adolescentes con riesgo de problemas emocionales para prevenir y minimizar otros resultados negativos que puedan resultar en trastornos emocionales relacionados con la ansiedad.

Dado que la adolescencia es una etapa de transición del niño al adulto, es de mucha importancia para la formación de la persona y el uso de videojuegos es una actividad muy común en los adolescentes mexicanos. Por lo que hay que realizar estudios sobre de qué manera pueden beneficiar o perjudicar a los usuarios, la pregunta que dirige esta investigación es ¿se presentan síntomas de ansiedad relacionadas al uso (ligero, medio, abuso o abuso patológico) de videojuegos en adolescentes?

5. Método

5.1 Planteamiento del problema

El uso de medios tecnológicos contemporáneos como los videojuegos, se han incorporado en el uso de entretenimiento preferido por un alto porcentaje de la población global entre jóvenes y adultos. Su uso se vuelve más frecuente con el paso del tiempo debido a la complejidad en los retos y reglas y la facilidad para comunicarse con distintas personas alrededor del mundo. Sin embargo, se han llegado a reportar casos de impacto negativo en los aspectos psicosociales de la persona, que pueden llegar a afectar su labor en el día a día. Por lo que se han realizado investigaciones en distintas partes del mundo acerca del uso de los mismos y se han desarrollado pruebas psicométricas capaces de indagar el impacto en su población (Barlett 2009, Tejeiro 2009; Chóliz, 2011; Hasan 2012; Lins Lemos 2014; Ortiz 2014; González 2017;).

5.2 Justificación

Como hace mención González (2017) es cada vez más frecuente el uso de las tecnologías principalmente entre niños y adolescentes, de los cuales los de mayor impacto son los videojuegos. Debido a las anteriores investigaciones León y López (2003); Griffiths (2005); Tejeiro (2009); Chóliz y Marco (2011) se ha encontrado evidencia de los efectos socioemocionales de los videojuegos en los cuales se incluye la ansiedad en distintas poblaciones. Debido a que en México el 65% de las personas son jugadores, algunas de ellas pueden llegar a volverse dependientes de los mismos, dado que la popularidad y su uso siguen en aumento. Dado que se han

realizados pocas investigaciones, no se ha abordado completamente el tema y puede llegar a ser un gran impacto en los adolescentes. Por lo que es necesario abordar el tema de la dependencia a los videojuegos y como es que se relaciona con los síntomas de ansiedad.

5.3 Objetivo General

Conocer si el uso videojuegos tiene relación con síntomas de ansiedad en los adolescentes de 16-18 años.

5.4 Objetivo Específico

Conocer si existen diferencias en el uso de videojuegos y la presencia de síntomas de ansiedad entre los diferentes hombres y mujeres.

Identificar si existen diferencias en la presencia síntomas de ansiedad entre las personas que reportan un uso prolongado en comparación con los que reportan un uso menor.

5.5 Pregunta de investigación

¿Existe relación entre el uso de videojuegos y la presencia de síntomas de ansiedad?

¿Existen diferencias entre hombres y mujeres con relación al uso de videojuegos y la presencia de síntomas de ansiedad?

¿Existen diferencias en síntomas de ansiedad entre las personas que reportan un uso prolongado en comparación con los que reportan un uso menor de videojuegos?

H0: No existe relación entre el uso de videojuegos y la presencia de síntomas de ansiedad

H1: Existe relación entre el uso de videojuegos y la ansiedad

H0: No existen diferencias entre hombres y mujeres con respecto al uso de videojuegos y síntomas de ansiedad

H1: Existen diferencias entre hombres y mujeres con respecto al uso de videojuegos y síntomas de ansiedad.

H0: No existe diferencia entre las personas que reportan un uso prolongado en comparación con los que reportan un uso menor de videojuegos en cuanto a la presencia de síntomas de ansiedad.

H1: Existe diferencia entre las personas que reportan un uso prolongado en comparación con los que reportan un uso menor de videojuegos en cuanto a la presencia de síntomas de ansiedad.

5.6 Variables

- Uso de videojuegos
- Ansiedad

5.7 Definiciones conceptuales

Uso de Videojuegos

Deseo y dedicación de jugar videojuegos, cuando su uso es excesivo o más de lo que se pretendía inicialmente, es acompañado de un malestar emocional cuando se interrumpe o se lleva un tiempo sin jugar y puede seguir jugando a pesar de saber que le perjudica en la vida cotidiana Chóliz & Marco (2011).

Ansiedad

Estado emocional displacentero que se acompaña de cambios somáticos y psíquicos que puede presentarse como una reacción adaptativa, o como síntoma o síndrome que acompaña a diversos padecimientos médicos y psiquiátricos (Secretaría de Salud 2010).

5.8 Definición operacional

El uso de videojuegos será medida a través de la puntuación obtenida en el Test de Dependencia a Videojuegos (Chóliz & Marco, 2011). Un instrumento utilizado para el diagnóstico de la dependencia de videojuegos, basado en los criterios del DSM-IV para la dependencia de sustancias, consta de 25 ítems de escala tipo Likert que va desde 0 (totalmente en desacuerdo) a 4 (totalmente de acuerdo). Dicho instrumento reporta una $\alpha=.94$ y una confiabilidad alta en la estructura interna con una correlación igual o superior a 0.5 (uso ligero, uso medio, abuso y abuso patológico).

El nivel de ansiedad será medida con la Escala de Ansiedad Manifiesta en niños revisada CMASR-2 de Reynolds, mide el nivel y naturaleza de ansiedad en niños de 6 a 19 años- cuenta con 49 reactivos respondiendo a preguntas de si o no y reporta una $\alpha=.80$. y una confiabilidad con un valor de 0.92.

5.9 Población

La muestra de los participantes fue por conveniencia y fueron 35 Estudiantes entre 16 y 18 años de nivel bachillerato de escuela pública del sur de la Ciudad de México.

5.10 Instrumentos

El Test de Dependencia a Videojuegos fue construido por Chóliz y Marco en 2011. (Anexo 1) 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 fue validado y adaptado por Peñaloza Pacheco (2016), reporta un α de Cronbach = .853 y está conformado por cuatro factores:

- 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.
- Abuso y tolerancia: refleja el hecho de que se juega progresivamente más que al inicio, siendo este uso excesivo.
- Problemas ocasionados por videojuegos: como su nombre lo indica se refiere a problemáticas derivadas del uso de videojuegos.
- 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.

Escala de Ansiedad Manifiesta en Niños Revisada CMASR-2 de Reynolds (Anexo 2) Evalúa el nivel y naturaleza de la ansiedad en niños de 6 a 19 años, cuenta con 49 ítems respondiendo a las preguntas con sí o no con un alfa de .80. La totalidad

de las de las puntuaciones dan el índice de ansiedad total pero también proporcionan cinco calificaciones adicionales:

- Ansiedad fisiológica: manifestaciones fisiológicas de ansiedad como dificultades del sueño, náusea y fatiga.
- Inquietud: asociada con una preocupación obsesiva acerca de una variedad de cosas, la mayoría de las cuales son relativamente vagas y están mal definida en la mente del niño, junto con miedos de ser lastimado o aislado en forma emocional
- Ansiedad social: relacionada con pensamientos distractores y miedos sociales o interpersonales, que conducen a dificultades atencionales.
- Defensividad: anteriormente "Mentira" indica si la persona acepta las imperfecciones cotidianas que comúnmente experimentan.

Adicionalmente proporciona un índice de respuestas inconsistentes.

5.11 Tipo de investigación: No experimental

5.12 Diseño: Descriptivo

5.13 Procedimiento

Se realizó una única aplicación de los dos cuestionarios a estudiantes entre 16-18 años de nivel bachillerato de una escuela pública del sur de la Ciudad de México. Posteriormente se realizó el análisis de datos mediante el programa SPSS, comparando hombres y mujeres con respecto al tiempo dedicado al uso de

videojuegos y la ansiedad. Posteriormente se analizó una correlación de Spearman entre las variables de dependencia a los videojuegos y el nivel de ansiedad.

Al inicio de la aplicación se les solicitó que firmarán un consentimiento informado, la aplicación se llevó a cabo en los espacios públicos de la escuela en donde se les pedía participar en el estudio en sus tiempos libres de clases.

6. Resultados

Se utilizaron como referencia las puntuaciones totales obtenidas en el Test de dependencia de videojuegos; siguiendo con la clasificación propuesta por los autores del test se distinguieron los siguientes grupos: uso ligero, uso medio, abuso y abuso patológico (Chóliz & Marco, 2012).

En la clasificación por género de los participantes, se obtuvo que el 8.5% de los hombres y el 5.7% de las mujeres reportan abuso del uso de videojuegos y el 2.8% de los hombres cumplen con el criterio de abuso patológico de dependencia a los videojuegos (tabla1). Esto quiere decir que el 83% de los participantes tiene un uso ligero o moderado y no muestran dependencia a los videojuegos, mientras que el 14% presenta abuso y el 3% abuso patológico (respectivamente).

Tabla 1.- Tipología uso de videojuegos de acuerdo al sexo de los participantes

Tipología	Hombre		Mujer	
	N	%	N	%
Uso Ligero	9	25.7	9	25.7
Uso Medio	10	28.5	1	2.8
Abuso	3	8.5	2	5.7
Abuso Patológico	1	2.8	0	0
Total	23	65.7	12	34.2

En cuanto a los géneros más jugados, el género principal es el de acción y aventura (centrados en la narrativa) con un 13%, seguido de los juegos de peleas (combate entre dos o más personajes) con un 12%, luego juegos multijugador (cooperación o

competición con grupos de jugadores) 11%, Shooters (disparos entre los personajes) con un 8% y carreras (competencia entre vehículos) con un 8% (figura 2).

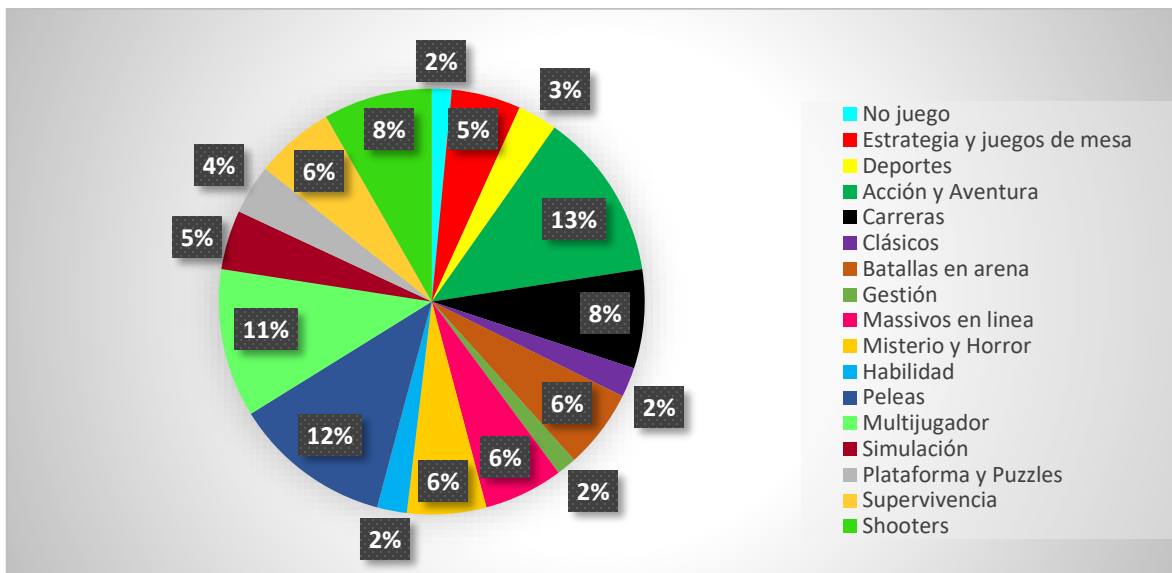


Figura 2. Géneros más jugados de los videojuegos

Los dispositivos más utilizados para los videojuegos son la consola con un 60% y los celulares y tabletas con un 28% (figura 3).

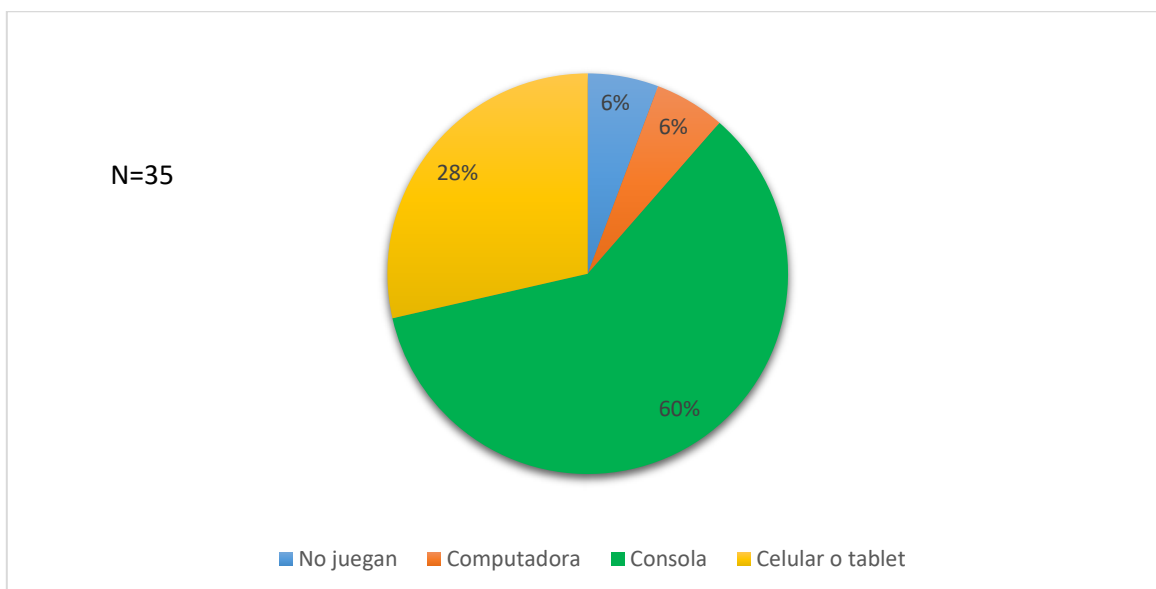


Figura 3. Dispositivos utilizados para jugar videojuegos

En la figura 4, el 66% de los participantes llevan utilizando los videojuegos más de cinco años, el 17% de los participantes tienen de dos a cinco años utilizándolos.

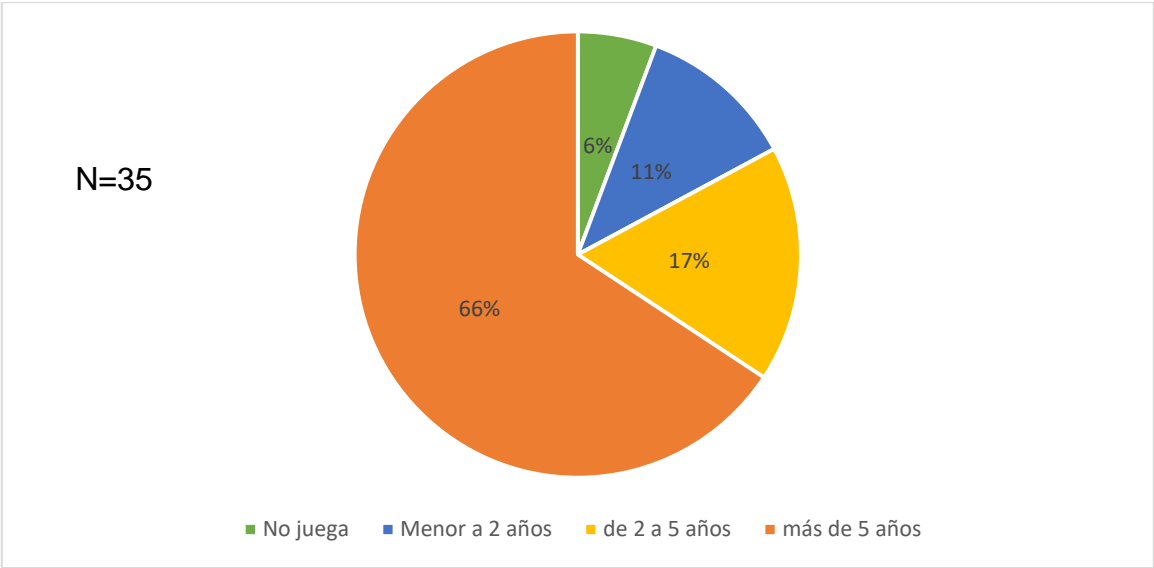


Figura 4. Tiempo que llevan usando videojuegos

El tiempo dedicado en horas entre semana y fines de semana por los participantes por el género (figura 5). Se puede observar que ya sea fin de semana o entre semana más del 60% de los participantes utilizan los videojuegos hasta cuatro horas como máximo. Mientras que el 17% de los hombres y el 25% de las mujeres utiliza los videojuegos por más de seis horas los fines de semana

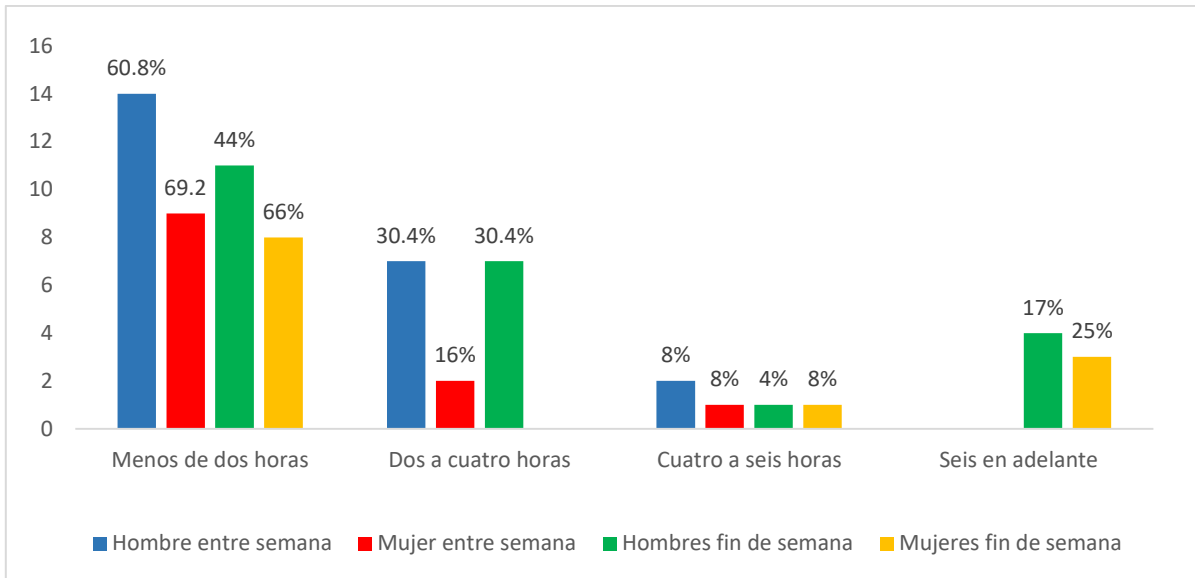


Figura 5. Horas dedicadas a la semana y fines de semana por el sexo de los participantes.

Al analizar la frecuencia de uso de videojuegos por el género de los participantes (figura 6). Se encontró que las mujeres no tienen un uso tan frecuente en comparación con el de los hombres, ya que 14% no juega, 5.7% de ellas juegan entre “tres a cuatro días” y 2.8% reportaron jugar de cinco a seis días o todos los días (respectivamente). Mientras que el 8.5% de los hombres no juegan y 14.2% reportaron jugar de cinco a seis días o todos los días (respectivamente).

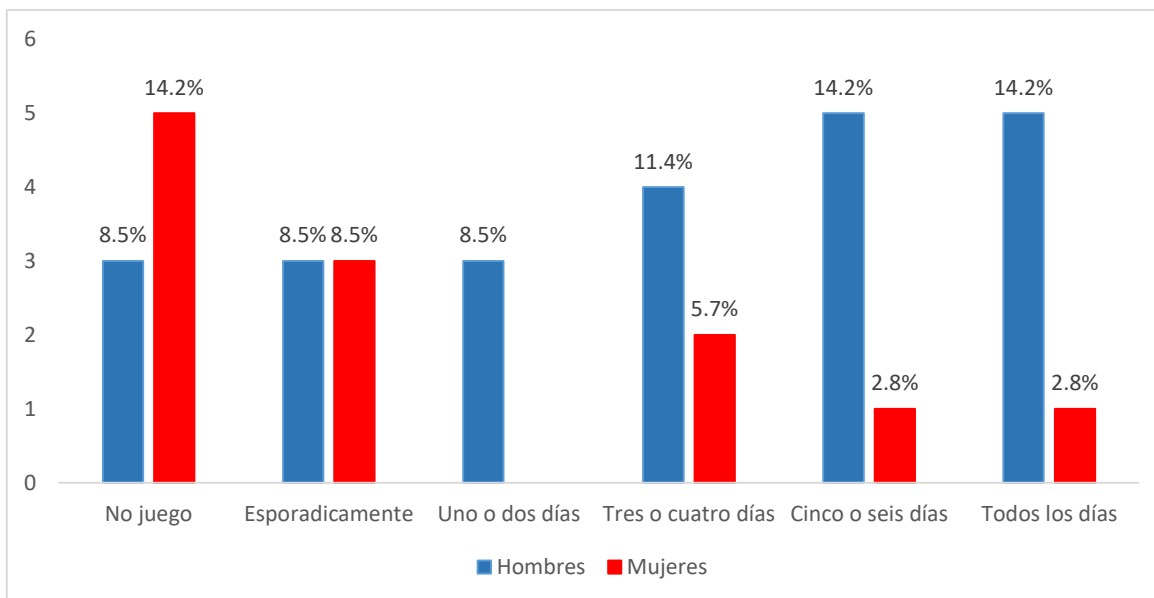


Figura 6. Frecuencia de uso por sexo del participante.

Entre los niveles de ansiedad siguiendo la tipología del instrumento CMASR-2 (tabla 2), el 5.7% de las mujeres tienen dificultades moderadas con la ansiedad y el 2.8% de las mujeres presentaron puntaje a nivel de “extremadamente problemático con la ansiedad”.

Tabla 2. Tipología de ansiedad de acuerdo al sexo de los participantes.

Tipología	Hombre		Mujer	
	N	%	N	%
Sin conflicto con la ansiedad	20	57.1	3	8.5
Algunas dificultades con la ansiedad	3	8.5	6	17.1
Dificultades moderadas con la ansiedad	0	0	2	5.7
Extremadamente problemático con la ansiedad	0	0	1	2.8

Se realizó una prueba *t de student* para muestras independientes con respecto al género de los participantes, en relación con los niveles de ansiedad y la dependencia a los videojuegos, de los cuales, únicamente los niveles de ansiedad mostraron una diferencia significativa entre los grupos con una $p < .05$, las mujeres mostraron un mayor nivel de ansiedad en comparación con los hombres (figura 6.).

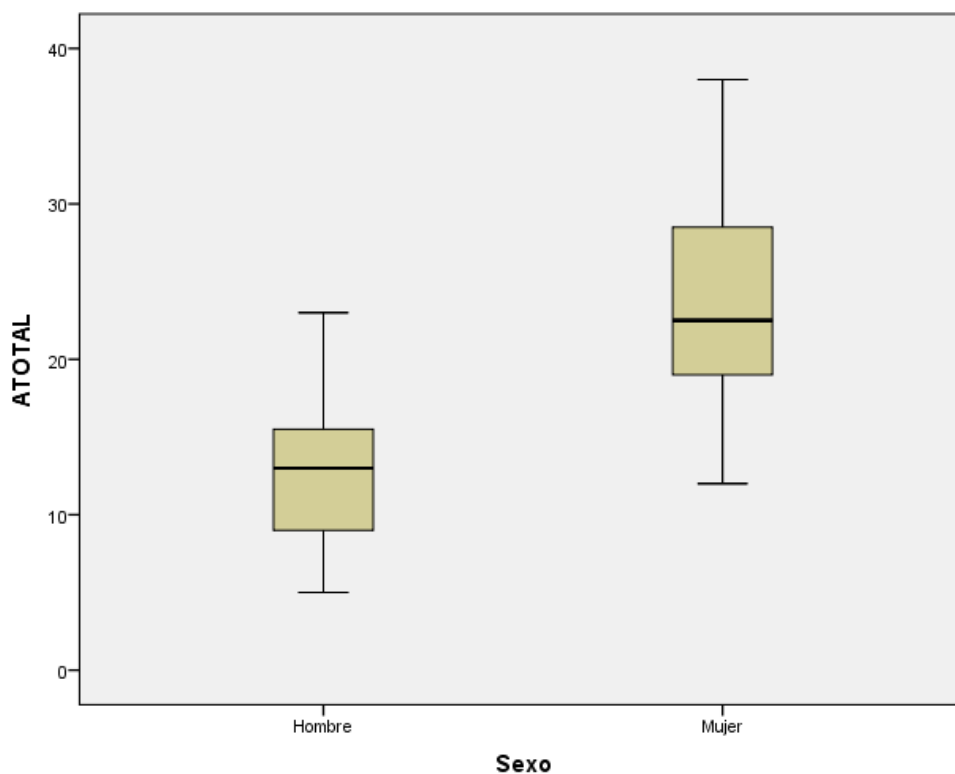


Figura 7. Niveles de ansiedad por sexo

Se corrió un segundo análisis con respecto a los grupos de frecuencia de uso de videojuegos, comparando los niveles de ansiedad (figura 8) y la dependencia a los videojuegos (figura 9), se utilizó la prueba kruskal-wallis debido a que no se asume normalidad en los datos, se rechaza la hipótesis nula con respecto a la variable

dependencia de los videojuegos, por lo tanto las personas que tienen un uso más frecuente de los videojuegos tienen una mayor dependencia a los videojuegos. Contrario a lo esperado no se encontraron mayores niveles de ansiedad en los participantes con un uso más frecuente.

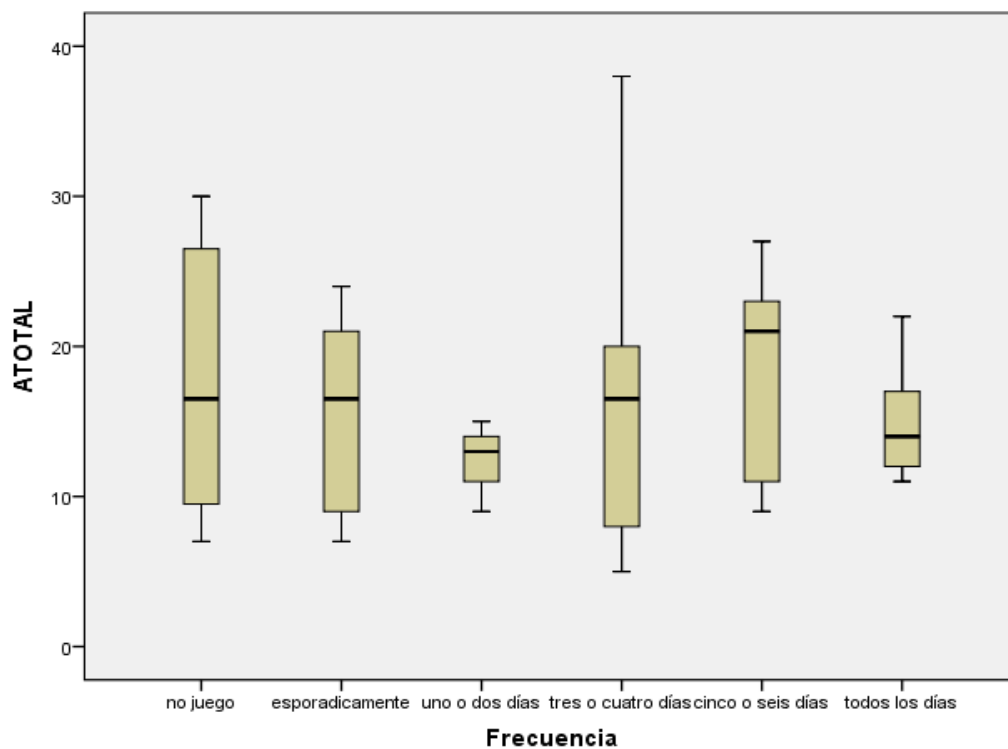


Figura 8. Niveles de ansiedad por la frecuencia de uso

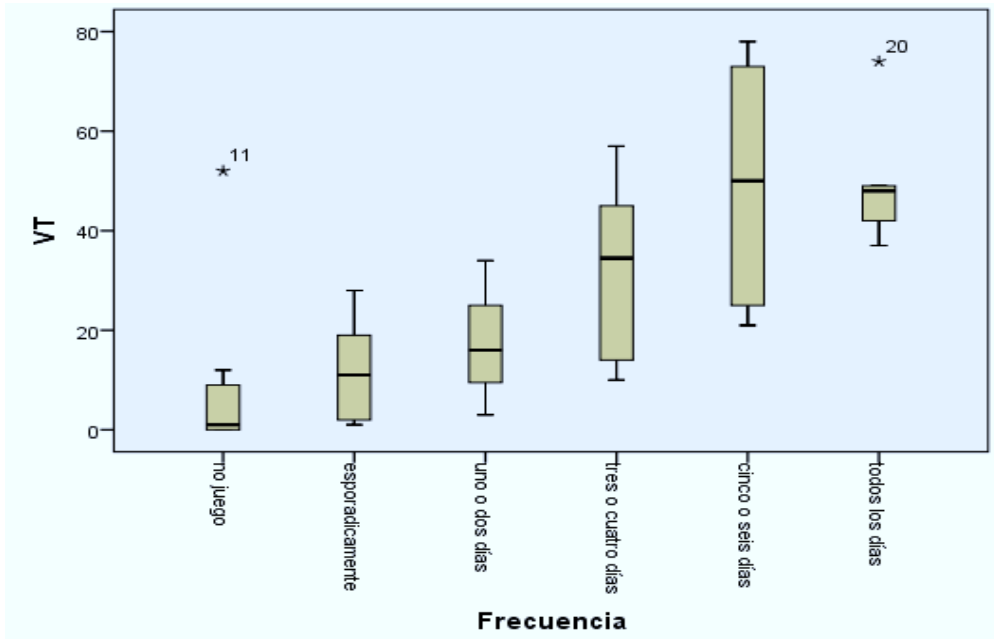


Figura 9. Dependencia a los videojuegos por la frecuencia de uso

Posteriormente se realizó un análisis de correlación entre el nivel de ansiedad y la dependencia a los videojuegos, la prueba de Spearman indica que no hay relación significativa ($p > 0.05$), al ser sumamente débil ($r = -.174$).

7. Discusión

El uso de videojuegos ha sido controversial en relación a si son benéficos o perjudiciales para los usuarios. Uno de los objetivos de este estudio era comprobar si existía relación entre la dependencia de los videojuegos y la ansiedad, no encontrando resultados estadísticos significativos. González (2017), realizó un estudio similar, en donde menciona la necesidad de detectar problemas emocionales (ansiedad y depresión) en las personas que utilizan videojuegos, con el fin de prevenir el desarrollo del uso patológico de los mismos, ya que se utilizan como estrategia de evitación o escape de situaciones cotidianas estresantes y del agotamiento. Además el mismo autor indica que la ansiedad y el uso patológico de los videojuegos pueden asociarse con rasgos de la personalidad neuróticos y agresión, como ya lo había mencionado Bartlett (2009). Sin embargo, en este estudio las personas que tienen un uso mayor (diario o casi diario), no reportan diferencias significativas en comparación a los que no utilizan los videojuegos en cuanto a los niveles de ansiedad.

En el presente estudio, al comparar a los jóvenes en relación al género, se encontró que los hombres tienden a jugar más tiempo que las mujeres y las mujeres presentan niveles más altos en la ansiedad que los hombres lo cual concuerda con lo que encontraron Morales (2014) y Castillo (2019) las mujeres son más ansiosas que los hombres y los hombres son más impulsivos que las mujeres. Chóliz y Marco (2012) y Gonzálves (2017) obtuvieron resultados parecidos, sin embargo se encontró que el abuso en la utilización de videojuegos se ha incrementado en las

mujeres, por lo que es posible que se encuentren a futuro una mayor cantidad de mujeres “gamers”.

En cuanto a la popularidad de dispositivos se observa que a nivel global la mayoría utiliza los celulares y tabletas como lo muestra Batchelor (2018), sin embargo, en México se utiliza más la consola y las computadoras, esto puede ser debido a que según la encuesta nacional sobre disponibilidad y uso de las tecnologías de la información (INEGI, 2018), el principal uso de las computadoras, celulares y tabletas es la búsqueda de información y comunicación en redes sociales como Facebook, whastapp, Instagram, etc. A diferencia de la consola de videojuegos, que se utiliza solo para jugar.

Noticieros como Telemundo (2016) y Clarín (2016) mencionan que el uso de videojuegos de una a dos horas al día ayuda al desarrollo de habilidades viso espaciales, motoras y de memoria. Los participantes de este estudio tienen un uso frecuente inclusive diario, principalmente en hombres, aunque también se presentaron casos en las mujeres. En cuanto al tiempo de juego, la mayoría participantes reportan un uso menor a dos horas durante la semana y fines de semana, aunque se presentaron casos en los que se utilizan por más de seis horas tanto en hombres como en mujeres, sin embargo únicamente los fines de semana, por lo que el tiempo libre que tienen lo aprovechan como actividad de ocio y demuestra que aunque tienen un gusto por los videojuegos no lo sienten una prioridad que interfiera en otras actividades.

8. Conclusiones

A través de los resultados obtenidos en este estudio se puede decir que no hay relación estadísticamente significativa entre la ansiedad y la dependencia a los videojuegos, sin embargo, se mostró un abuso patológico en algunos participantes, por lo que se deberá analizar en otros estudios que otras variables están asociadas, como la agresión y los rasgos de la personalidad.

En México, el interés por los videojuegos ha ido en aumento al punto de crear un canal para la cultura geek (apasionados por la tecnología), gamer (aficionados a los videojuegos) y otaku (quienes gustan del manga y cultura japonesa) que inicio su transmisión apenas a finales de julio del 2019 por parte de Televisa conocido como “Bitme” que de igual forma expone los últimos avances, próximos lanzamientos, historia, tácticas y recomendaciones de los videojuegos.

Por lo que se recomienda estudios más profundos acerca del uso videojuegos debido a la gran popularidad que está impactando a nuestra cultura, talleres preventivos para padres, jóvenes y niños que utilicen estas formas de entretenimiento, incluso de ser necesario planes de tratamiento para las personas con alguna afectación relacionada con el uso de los videojuegos, también mayores estudios en los beneficios que tienen el uso de videojuegos en cuanto al desarrollo de habilidades, o posibles tratamientos con escenarios diseñados para la afectación como por ejemplo fobias o inclusive adicciones.

Para investigaciones futuras se pueden realizar algunas sugerencias Por ejemplo, el tamaño de la muestra puede ser mayor para ser más representativa en la población, se pueden utilizar otras variables como la agresión, frustración y

depresión. Ya que puede existir una relación con las mismas y posiblemente desarrollar herramientas que para manejar estas emociones. También se puede utilizar para mejorar las capacidades de la memoria, aprendizaje, relación con otras personas y desarrollo de habilidades, por medio del videojuego se pueden crear herramientas que mejoren estas capacidades o ayuden en el aprendizaje con narrativas históricas en todos los niveles de estudio.

Bibliografía

1. Acevedo, A. (2014), "El Perder en los Videojuegos y la Tolerancia a la Frustración", *Barranquilla, Colombia*, artículo en línea recuperado el 06/05/2019 de: <http://www.zehngames.com/thinkpieces/el-perder-en-los-videojuegos-y-la-tolerancia-a-la-frustracion/>
2. Ameneiros, A. (2015), "Los videojuegos en la adolescencia: prácticas y polémicas asociadas" *Revista de Estudios e Investigación en Psicología y educación, Universidad Vigo, España*, artículo en línea recuperado el 01/07/2019 en: https://www.researchgate.net/publication/287972350_Los_videojuegos_en_la_adolescencia_practicas_y_polemicas_asociadas
3. Antón, M. (2018) "Los Eventos de Deportes Electronicos (ESPORTS) Como Herramienta de Promoción Turística" XII Congreso Virtual Internacional Turismo y Desarrollo, Madrid, España, artículo en línea recuperado el 2/06/19 en: <https://www.eumed.net/actas/18/turismo/7-los-eventos-de-deportes-electronicos.pdf>
4. APA, (2013) "Manual Diagnostico Estadístico de Trastornos Mentales" quinta edición, Estados Unidos pp. 189.
5. Aveiga, V. (2018) "Uso de la tecnología: entretenimiento o adicción", *Revista Caribeña de Ciencias Sociales, Universidad Técnica de Manabí Portoviejo, Manabí, Ecuador* consultado en línea 30/03/19 en: <https://www.eumed.net/rev/caribe/2018/08/tecnologia-entretenimiento->

[adiccion.html/hdl.handle.net/20.500.11763/caribe1808tecnologia-entretenimiento-adiccion](http://hdl.handle.net/20.500.11763/caribe1808tecnologia-entretenimiento-adiccion)

6. Bartlett C. (2009) *How long do the short-term violent video game effects last?* *Revista Aggressive Behavior* artículo en línea recuperado el 23/05/19 en:
https://www.researchgate.net/publication/23996782_How_Long_Do_the_Short-Term_Violent_Video_Game_Effects_Last
7. Barquero, (2016), “*Influencia de las Nuevas Tecnologías en el Desarrollo del Adolescente y Posibles Desajustes*” Costa Rica, *Revista Cúpula*; 30 (2): 11-25
8. Batchelor, J. (2018), “*The Year In Numbers 2018*”, artículo en línea de *GamesIndustry.Biz* recuperado el 01/04/2019 en:
<https://www.gamesindustry.biz/articles/2018-12-17-gamesindustry-biz-presents-the-year-in-numbers-2018>
9. Bernete, F. (2010), “*Uso de las TIC, Relaciones sociales y cambios en la socialización de las y los jóvenes*” *Artículo en línea de la revista Latinoamericana de Comunicación*. Consultado en 11/04/19
<http://www.injuve.es/sites/default/files/RJ88-08.pdf>
10. Cárdenas, E. (2010), “*Guía clínica para los trastornos de ansiedad en niños y adolescentes*” *Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente, México*
Guía en línea obtenido de
http://inprfcd.gob.mx/guiasclinicas/trastornos_de_ansiedad.pdf
11. Castillo, R. (2019) “*Género y conductas ansiosas en estudiantes universitarios*” *Revista Perspectiva. Psicol. Vol.15 no.1 Bogotá*. Artículo en línea consultado el 10/11/2019 en

- http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1794-99982019000100039
12. Castro, C, (2017) “**Tecnología**” *Publicaciones Calaméo, Brasil* artículo en línea revisado el 02/04/19 en <https://es.calameo.com/read/005580169e09b5164edc7>
13. CEVECE (2017) “*Adicción a los videojuegos*”. *Centro Estatal de Vigilancia Epidemiológica y Control de Enfermedades, Ciudad de México* Publicación en línea recuperada el 19/05/19 en: <http://salud.edomex.gob.mx/cevece/documentos/difusion/tripticos/2017/Semana%2032.pdf>
14. Chóliz, M, (2011) “Patrón de Uso y Dependencia de Videojuegos en Infancia y Adolescencia”, *Publicaciones Anales Psicología, Universidad Murcia España*. Vol. 27 núm 2. Pp 418-426.
15. Clarín (2016) “*¿Cuántas Horas por Semana se Puede Jugar Videojuegos?*” *periódico en línea Clarín Argentina* artículo en línea recuperado el 10/09/2019 en: https://www.clarin.com/sociedad/cuantas-horas-semana-jugar-videojuegos_0_By2xC82o.html
16. Csikszentmihalyi, M. (1996). “Fluir (flow): una psicología de la felicidad”. Barcelona, España: Kairos, revisado en 23/05/2019 https://www.academia.edu/39660007/Mihaly_Csikszentmihalyi_FLUIR_FLOW
17. Delfabbro P. (2009) “*is video-game a risk for pathological gambling in Australian adolescents?*” *University of Adelaide, Adelaide, Australia* artículo en línea consultado el 23/05/19 en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19578983>

18. De Lisi, R. (2002) “*Improving Children’s mental rotation accuracy with computer game playing*”, *The State University of New Jersey, New Brunswick USA* artículo en línea recuperado el 21/05/19 en <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/12230149>
19. Díaz. P. (2006) “*Efectos del uso de videojuegos en niños y adolescentes en España y E.U.*” *España Revista ICONO*, núm. 14, vol. 7 pp 369-391
20. Dominick, J. (1984) “*Videogames, television violence, and aggression in teenagers*”, *E.U. Journal of Communication*, 34(2), pp. 136-147.
21. Egli, E. A. y Meyers, L. S. (1984): “*The role of videogame playing in adolescent life: Is there reason to be concerned?*” *Bulletin of Psychonomic Society*, California University, California, USA 22 (4), pp. 309-312.
22. ESRB (2002) “*Guía de clasificaciones de la ESRB*” página oficial de la organización obtenido en 15/05/19 en http://www.esrb.org/ratings/ratings_guide_sp.aspx
23. Gaete, V. (2015) “*Desarrollo Psicosocial del Adolescente*” *Departamento de Pediatría y Cirugía Infantil Oriente, Facultad de Medicina, Universidad de Chile, Santiago, Chile* artículo en línea recuperado el 31/07/2019 en: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0370-41062015000600010
24. Gagnon, D (1985) “*Videogames and Spatial Skills: An Exploratory Study*” *Springer Link Publication Harvard University Cambridge USA* artículo en línea recuperado el 02/09/2019 en: <https://link.springer.com/article/10.1007/BF02769363>

25. García B. (2009) *Videojuegos: medio de ocio, cultura popular y recurso didáctico para la enseñanza y aprendizaje de las matemáticas escolares* Tesis Doctoral, Facultad de Formación de Profesorado y Educación Universidad Autónoma de Madrid, Madrid España, recuperado el 21/05/19 en:
https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/3722/25737_garcia_gigante_benjamin.pdf
26. Gardner, J. (1991) *Can the Mario Bros, help? Nintendo games as an adjunct in psychotherapy with Children. Psicoterapia, teoría, investigación y práctica*, 28 (4) pp. 667-670 recuperado 21/05/19 en:
<https://psycnet.apa.org/doiLanding?doi=10.1037%2F0033-3204.28.4.667>
27. Graña, J; Carroblres, J (1994) “Condicionamiento clásico en la adicción” *Revista Psichothema, Facultad de Psicología, Universidad Complutense de Madrid, España*, artículo en línea consultado el 10/04/19 en
<http://www.psicothema.com/pdf/2007.pdf>
28. González, M (2017) “El uso problemático de videojuegos está relacionado con problemas emocionales en adolescentes”, *revista Adicciones, Universidad Miguel Hernández Elche España*, Vol. 29 Núm. 3 PP. 180-185.
29. González, C. (2008) “Emociones Con Videojuegos: Incrementando La Motivación para el Aprendizaje”, *Revista Teoría de la Educación. Educación y Cultura en la Sociedad de la Información*, vol. 9, núm. 3, Salamanca, España.
30. Griffith J. (1983) *Differences in eye-hand motor coordination of videogames users and non-users. Sage Journals Eastern Illinois University E.U.* Artículo en línea obtenido el 20/05/19 en <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/6622153>

31. Griffiths M. (2005). “Adicción a los videojuegos: Una Revisión de la literatura”
Revista Behavioral. Psychology Nottingham Trent University Reino Unido
recuperado en línea el 23/05/19 en:
https://www.researchgate.net/publication/273951321_ADICCION_A_LOS_VIDEOSJUEGOS_UNA_REVISION_DE_LA_LITERATURA
32. Hasan Y., Bégue L. Bushman B. (2012) “Violent Video Games Stress People Out and Make Them More Aggressive” *Revista Aggressive Behaviour*,
Universidad Pierre Mendés-Francia, Grenoble, Francia Volumen 00 pp 1-7.
33. INEGI (2017) *Encuesta Nacional sobre Disponibilidad y Uso de Tecnologías de la Información en los Hogares*. Artículo en línea México Consultado el 8/04/19 en:
http://www.beta.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2018/OtrTemEcon/ENDUTIH2018_02.pdf?platform=hootsuite
34. Keith R. (1998) “Children and Computer Games: A Profile Heavy User”,
European Journal of communication, Vol. 3 pp 2 artículo en línea recuperado el 23 mayo de 2019 en:
<https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/0267323198013002002>
35. Lahuerta, P. (2013) “Promoción de la Salud y Apoyo Psicológico al Paciente”
edit. McGraw Hill, Ciudad de México, México 3ª edición pp. 52-68
36. León, R. López, M. (2003) “Los adolescents y los videojuegos” *Universidad de Huelva, Centro de Servicios Sociales “La Orden” España* artículo en línea recuperado de:

[http://rabida.uhu.es/dspace/bitstream/handle/10272/15038/Los%20adolescent
es.pdf?sequence=2](http://rabida.uhu.es/dspace/bitstream/handle/10272/15038/Los%20adolescent
es.pdf?sequence=2)

37. Lins, L. (2014), *Internet and videogame addictions: a cognitive behavioral approach*, Review article, Universidade Federal de Pernambuco (UFPE), Brazil, recuperado el 13/04/2019 de:
http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-60832014000300082
38. Lowey, B. (1982). "Micro-Computer videogames and spatial visualization acquisition". *Journal of Educational Technology Systems*, New York, USA. Vol. 11 núm. 2 pp.155
39. Marco, C (2013) "Tratamiento cognitivo-conductual en un caso de adicción a internet y videojuegos" *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, Universidad de Almería, Almería, España, vol. 13, núm. 1, pp 125-141 artículo en línea revisado en 12/04/19 en
<http://www.redalyc.org/pdf/560/56025664009.pdf>
40. Mardomingo, M. (2005) "Trastornos de Ansiedad en Adolescentes", *Hospital G.U. Gregorio Marañón, Madrid Asociación Española de Psiquiatría* obtenido en 12/05/2019 de:
[https://faros.hsjdbcn.org/adjuntos/336.1Trastornos_ansiedad_adolescente\(1\).pdf](https://faros.hsjdbcn.org/adjuntos/336.1Trastornos_ansiedad_adolescente(1).pdf)
41. Marqués P. (2011) "Los videojuegos", publicación en línea departamento de *Pedagogía aplicada, facultad de Educación, Universidad Autónoma de Barcelona, España*, recuperado el 23/05/19 en
<http://peremarques.pangea.org/videojue.htm>

42. Mayer, M. A. (2011). "La utilización de Internet entre los adolescentes, riesgos y beneficios". *Atención Primaria*. 43(6):287-288.
43. Moncada J. (2012) "*El efecto de los videojuegos en variables sociales, psicológicas y fisiológicas en niños y adolescentes*" *Universidad de Costa Rica, revista Retos Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación* 2012, nº 21, pp. 43-49 artículo en línea recuperado el 12/05/19 en http://www.retos.org/numero_21/Retos%2021%2043-49.pdf
44. Morales, R. (2014) "*Impulsividad y agresividad en los estudiantes de la universidad técnica de Ambato*" *Congreso Ibero-Americano de ciencia, tecnología innovación y educación, Buenos Aires, Argentina* artículo en línea revisado el 10/11/19 en <https://docplayer.es/27083831-Impulsividad-y-agresividad-en-los-estudiantes-de-la-universidad-tecnica-de-ambato.html>
45. Oliver P. (2011) "*Géneros de juegos y videojuegos. Una aproximación desde diversas perspectivas teóricas*", *revista de Recerca Catalana, España Volumen 36* núm. 1 pp.127-146.
46. Ortiz, J (2014). "*Diagnóstico de la relación entre el uso excesivo de las TICs y síntomas depresivos y ansiedad de estudiantes de medicina*". *Revista Maskana, Ecuador Vol. 5* núm. 2 pp. 41-48.
47. Papalia (2012) "*Desarrollo Humano*" 7ma edición Edit. Mc Graw Hill, México, D.F. pp. 352-383.
48. Pérez, O (2009) "*Géneros de juegos y videojuegos. Una aproximación desde diversas perspectivas teóricas*" *Revista de Recerca I d'Anàlisi España Vol. 28* (1) pp. 127-146.

49. Sánchez, M. y Otero, A. (2009). Usos de Internet y factores asociados en adolescentes de la Comunidad de Madrid. *Atención Primaria*; Artículo en línea obtenido el 12/09/2019 en <https://www.elsevier.es/es-revista-atencion-primaria-27-articulo-usos-internet-factores-asociados-adolescentes-S021265670900314X>
50. Sánchez, H. (2019) “*Adicción a los Videojuegos Podría ser una Enfermedad*” *Gaceta UNAM, boletín DGCS-371* recuperado en línea el 12/09/2019 en: https://www.dgcs.unam.mx/boletin/bdboletin/2019_371.html?fbclid=IwAR1Swhsva9l1BHAdHHFRxRcPGUMqTKnVmQH6RhJmpdwGnuivJjOQrG5-z9Y
51. Sierra, J (2003) “*Ansiedad, Angustia y Estrés: tres conceptos a diferenciar*” *Revista Mal-estar, Brasil vol. 3 núm. 1 pp. 10-59.*
52. Tejeiro R. (2009) “*Efectos psicosociales de los videojuegos*”, *Málaga España, Revista Comunicación. Núm. 7 vol. 1 pp 235-350*
53. Teledos (2013) “*¿Cuánto tiempo debe jugar un niño?*” video informativo obtenido el 15/09/2019 recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=rYBCO8PNois>
54. Telemundo, (2016) *¿Cuánto tiempo de videojuegos es el recomendable?, según la ciencia. ¡Enterate!* Noticiero estadounidense artículo en línea recuperado el 15/09/2019 en: <https://www.telemundo.com/el-poder-en-ti/2016/09/20/cuanto-tiempo-de-videojuegos-es-el-recomendable-segun-la-ciencia-enterate>
55. Torras, E. (2018) “*Los Videojuegos y las Emociones*” *Artículo en línea, Universidad de Valencia España.* Consultado el 2/02/2019 en: <https://www.universidadviu.com/los-videojuegos-y-las-emociones/>

56. UNICEF (2017) “Niños en un mundo digital” División de Comunicaciones de UNICEF 3 United Nations Plaza, New York, NY 10017, EEUU artículo en línea consultado el 12/04/19 en:
<https://www.unicef.org/paraguay/spanish/UN0150440.pdf>
57. Vargas, C. (2011), “Uso Excesivo de Videojuegos con Contenido Violento: Implicaciones en el Desarrollo Emocional Infantil”, *Revista de Psicología*, Universidad Viña del Mar, Chile, Vol. 1, N°2, pp 8-26.
58. Vertiz, C. (2016) “El 65% de los mexicanos son usuarios de videojuegos” *Revista Proceso*, Ciudad de México, México, artículo en línea consultado el 11/04/19 en: <https://www.proceso.com.mx/427004/el-65-de-los-mexicanos-son-usuarios-de-videojuegos>
59. Wagner, M (2006) “On the Scientific Relevance of eSports” *Departamento de Medios Interacción y Educación Tecnológica, Universidad Krems, Austria*, artículo en línea recuperado el 2/06/19 en:
https://www.researchgate.net/publication/220968200_On_the_Scientific_Relevance_of_eSports

Anexos

Anexo 1. Test de dependencia de videojuegos

Chóliz y Marco

SECCIÓN I.- Datos generales

Este cuestionario tiene como objetivo el buscar información acerca del uso de los videojuegos y toda información será utilizada únicamente para la investigación y de manera confidencial, si estás de acuerdo por favor marca con una "X" si

SI NO

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 tus géneros favoritos de los videojuegos?

- Acción y Aventura Peleas Carreras
 Plataforma y Puzles Shooters Estrategia y juegos de mesa
 Deportes Clásicos Gestión Misterio y Horror Simulación
 Multijugador Colección Masivos en línea
 Batallas en arena Habilidad Supervivencia
 Otros: _____

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

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

5.- ¿Qué dispositivos utilizas para jugar videojuegos? Y ¿Cuál utilizas más?

- Computadora PC Consola (portátil o domestica) Celular o Tablet

Más utilizado _____

6.- ¿Desde hace cuánto tiempo utilizas videojuegos? (en meses y años)

7.- ¿Juegas más en solitario o multijugador?

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

Anexo 2. Escala de ansiedad manifiesta en niños (CMSR-2)

SECCION III- Lee con cuidado cada oración y contesta sí o no dependiendo si te idénticas con la oración. Responde a cada oración, incluso si te resulta difícil elegir una respuesta que se aplique a ti no marques ambas respuestas para la misma oración, puedes cambiar tu respuesta. No hay respuestas correctas o incorrectas, solo es decir como piensas y sientes con respecto a ti mismo, si tienes una duda puedes preguntarte” ¿es cierto en mi caso? ”.

1. Muchas Veces siento asco o náuseas	SI	NO
2. Soy muy nervioso(a)	SI	NO
3. Muchas veces me preocupa que algo malo me pase	SI	NO
4. Tengo miedo que otros compañeros se rían de mi durante la clase	SI	NO
5. Tengo demasiados dolores de cabeza	SI	NO
6. Me preocupa no agradarle a los demás	SI	NO
7. Algunas veces me despierto asustado(a)	SI	NO
8. La gente me pone nervioso(a)	SI	NO
9. Siento que alguien va a decirme que hago mal las cosas	SI	NO
10. Tengo miedo que los demás se rían de mi	SI	NO
11. Me cuesta trabajo tomar decisiones	SI	NO
12. Me pongo nervioso(a) cuando las cosas no me salen como quiero	SI	NO
13. Parece que las cosas son más fáciles para los demás que para mi	SI	NO
14. Todas las personas que conozco me caen bien	SI	NO
15. Muchas veces siento que me falta aire	SI	NO
16. Casi todo el tiempo estoy preocupado(a)	SI	NO
17. Me siento mal si la gente se ríe de mi	SI	NO
18. Muchas cosas me dan miedo	SI	NO
19. Siempre soy amable	SI	NO
20. Me enojo con facilidad	SI	NO
21. Me preocupa lo que mis papás me vayan a decir	SI	NO
22. Siento que los demás no les gusta como hago las cosas.	SI	NO
23. Me da miedo hablar en voz alta ante mis compañeros durante la clase	SI	NO
24. Siempre me porto bien	SI	NO
25. En las noches me cuesta trabajo quedarme dormido(a)	SI	NO
26. Me preocupa lo que la gente piense de mi	SI	NO
27. Me siento solo(a) aunque este acompañado(a)	SI	NO
28. En la escuela se burlan de mi	SI	NO
29. Siempre soy bueno(a)	SI	NO
30. Es muy fácil herir mis sentimientos	SI	NO
31. Me sudan las manos	SI	NO

32. Me preocupa cometer errores delante de la gente	SI	NO
33. Siempre soy agradable con todos	SI	NO
34. Me canso mucho	SI	NO
35. Me preocupa lo que va a pasar	SI	NO
36. Los demás son más felices que yo	SI	NO
37. Temo hablar en voz alta delante de un grupo	SI	NO
38. Siempre digo la verdad	SI	NO
39. Tengo pesadillas	SI	NO
40. A veces me enojo	SI	NO
41. Me preocupa que durante la clase me hagan participar	SI	NO
42. Me siento preocupado(a) cuando me voy a dormir en la noche	SI	NO
43. Me cuesta trabajo concentrarme en mis tareas escolares	SI	NO
44. A veces digo cosas que no debería decir	SI	NO
45. Me preocupa que alguien me dé una golpiza	SI	NO
46. Me muevo mucho en mi asiento	SI	NO
47. Muchas personas están en mi contra	SI	NO
48. He dicho alguna mentira	SI	NO
49. Me preocupa decir alguna tontería	SI	NO