



# INSTITUTO UNIVERSITARIO SOR JUANA

ESCUELA DE PSICOLOGÍA INCORPORADA A LA UNIVERSIDAD  
NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO.

CLAVE DE INCORPORACIÓN 8951-25

TEMA:

LA INFLUENCIA DEL USO DE *JUEGOS VIRTUALES* Y SU  
IMPACTO EN EL DESARROLLO DE LA SOCIALIZACIÓN EN  
ADOLESCENTES.

TESIS QUE PARA OBTENER EL GRADO DE  
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

PRESENTA

ADA YVETTE REYES RAMÍREZ

DIRECTORA DE TESIS

MTRA. IRMA MAGNOLIA RAMÍREZ GONZÁLEZ

ASESORA METODOLÓGICA

DRA. VIRIDIANA VÁZQUEZ GARCÍA

TEHUACÁN PUEBLA, 2022



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.

## DEDICATORIAS

*“El tiempo se equivoca.*

*Somos para siempre, y esa es la verdad”*

*Marco Mares.*

Esta tesis está dedicada a mi mamá *Atalí* y mi papá *Jóse*. Gracias por ser ejemplo para mí y mis pilares más importantes en esta vida, son ejemplo de *lealtad*, de *amor* y de *fortaleza*, Recuerden que los amo y sin ustedes esto no sería posible, gracias por nunca soltarme y siempre ser ese apoyo incondicional.

Esta tesis se la dedico a mi tío *Vicente Galván Dimas*. Tío, tu princesa lo logró. Sabes lo mucho que me duele que no estés aquí, pero siempre te mando mi amor hasta el cielo, sé que siempre estás cuidándome. Te extraño, siempre.

También le dedicó esta tesis a mi tía *Carmelita*. Gracias tía por siempre darme el amor y el cariño cada que se necesitaba, siempre vas a ser luz en mi vida. Te quiero con todo mi corazón, un abrazo hasta el cielo, tu “cerebrito” lo logró.

A mi abuelita *Efigenia*, gracias abue por cuidarme, llevarme y traerme de la escuela, tenerme paciencia y permitirme verte y vernos crecer. Te quiero mucho, que la vida te siga bendiciendo.

A mi bisabuelita *Lucila*. Abue, gracias por amarme, por ver cosas que los demás no veían y por dejarme cuidarte, conocerte y sentir ese amor tan lindo que le tienes a mi familia y a mí, tus bendiciones han sido bien aprovechadas. Un beso hasta el cielo, te extraño.

## AGRADECIMIENTOS

*"I'm beautiful in my way 'cause God makes no mistakes*

*I'm on the right track, baby, I was born this way"*

*Lady Gaga*

Agradezco a Dios por permitirme culminar este momento tan importante en mi vida, por permitirme compartir esta alegría con mis padres y amigos, por mostrarme lo bendecida que he sido y abrirme los caminos necesarios para superar los obstáculos mentales y emocionales que he tenido, estoy orgullosa de haber llegado hasta aquí, tras cada batalla y logro. Que este sea el inicio de una vida fructífera tanto personal como profesionalmente hablando y siempre me mantenga con motivación por descubrir hasta dónde puedo llegar.

Agradezco a mi papá Martín y su familia, por darme la oportunidad de convivir con ellos y sentir su cariño, los quiero, gracias por el apoyo que me han brindado en estos meses.

Agradezco a la Dra. Viridiana Vázquez García, por su apoyo y confianza depositada en este proyecto, que Dios y la vida le siga bendiciendo y permitiendo que, así como yo, más personas vean la profesionalidad y calidad humana que posee. De igual manera, gracias por acompañarme analíticamente, por ser esa voz en las sombras.

Agradezco a mis amigos, Ana Goretti, Fanny, Jessi, Lucero y Josué Daniel, por ser siempre incondicionales, por quererme, escucharme y apoyarme en los momentos más críticos y claves de mi vida. Los amo con todo mi corazón y que la vida nos siga manteniendo juntos. También agradezco a las amistades que he encontrado a lo largo de mi travesía en los videojuegos, Valle, un saludo hasta el cielo, a Korita, David, Juan, a mis amigas y amigos del canal de *discord* "A pasarla bien", los quiero gracias por mostrarme su cariño y apoyo. Agradezco a Perxिताa y a Momonkunn, sus streams me acompañaron durante las noches y días en los que tuve que realizar esta tesis, gracias por dar ejemplo de que se puede lograr tener un grado profesional y seguir teniendo ese gusto por los videojuegos.

## RESUMEN

Este trabajo de investigación documental está dirigido al análisis que tiene el uso de los videojuegos en adolescentes en edades de 10 a 18 años, relacionado con las áreas físicas, cognitivas, sociales y emocionales.

El marco teórico se encuentra encaminado a la exposición de las principales características que se presentan durante la adolescencia, pasando por los cambios físicos, cognitivos, sociales y emocionales; su relación con el uso de los videojuegos recorriendo su historicidad y su relación con la influencia de las TIC y la globalización. De igual manera se habla acerca de las repercusiones que hubo en los adolescentes durante la pandemia por COVID-19, tocando temas importantes como la deserción escolar, temas relacionados con trastornos como la depresión y ansiedad en adolescentes, así como el aumento del uso de las TIC y el uso de los diferentes videojuegos más jugados durante la restricción social debido a COVID-19.

Finalmente, el presente trabajo de investigación mantiene una propuesta de trabajo dirigida a padres de familia para mantener la prevención e intervención activa ante el uso de videojuegos; esta consta de un taller bajo el nombre “¿Quién gana la partida?”, a lo largo de este taller se busca que los padres tengan conocimientos sobre qué son los videojuegos y el impacto que estos tienen en la adolescencia, generando recursos y herramientas para mantener un uso adecuado de videojuegos y que estos puedan ayudar a la gestión de otras tecnologías.

**Palabras clave: Videojuegos, adolescencia, padres, afectaciones, prevención, estrategias.**

# ÍNDICE GENERAL

ÍNDICE DE FIGURAS.....	6
ÍNDICE DE TABLAS.....	7
Introducción.....	8
Antecedentes.....	11
Planteamiento del problema.....	17
JUSTIFICACIÓN.....	25
I. METODOLOGÍA PROPUESTA.....	32
1.1 Objetivo General.....	32
1.2 Objetivos Específicos.....	32
1.3 Pregunta de investigación.....	33
1.4 Tipo de estudio.....	33
1.5 Diseño de estudio.....	35
1.6 Técnica e instrumento de investigación.....	37
1.6.1 Recolección de datos.....	37
1.6.2 Población.....	37
1.6.3 Instrumentos.....	38
II. DESARROLLO DE LA ADOLESCENCIA.....	41
2.1 Desarrollo fisiológico en la adolescencia.....	41
2.2 Desarrollo Cognitivo.....	46
2.3 Desarrollo emocional.....	52
2.4 Desarrollo social.....	57
III. HISTORICIDAD DE LOS JUEGOS VIRTUALES.....	64
3.1 Desarrollo Histórico Mundial de los videojuegos.....	64
3.2 Impacto de la globalización en los adolescentes.....	69
3.2.1 Clasificación de los videojuegos.....	72
3.3 Principales influencias en los adolescentes ante el uso de juegos virtuales.....	76
3.3.1 Alteraciones cerebrales en los adolescentes.....	78

3.3.2 El poder en los videojuegos.....	81
3.4 “Realidades líquidas” y su influencia en los adolescentes .....	84
IV. EL USO DE LOS JUEGOS VIRTUALES Y SU IMPACTO EN LA PANDEMIA .....	89
4.1 Repercusiones en los adolescentes durante la pandemia de COVID-19.....	89
4.2 Deserción escolar de adolescentes durante la pandemia.....	93
4.3 Uso problemático de las TIC en los adolescentes durante la pandemia .....	100
4.4 Videojuegos más usados por adolescentes durante la pandemia.....	105
V. EFECTOS RELACIONADOS AL USO DE JUEGOS VIRTUALES .....	112
5.1 Efectos fisiológicos en los adolescentes ante el uso de videojuegos .....	112
5.2 Efectos cognitivos en los adolescentes ante el uso de videojuegos .....	118
5.3 Efectos sociales en los adolescentes ante el uso de videojuegos .....	124
5.4 Efectos emocionales en los adolescentes ante el uso de videojuegos .....	133
VI. DISCUSIÓN.....	142
VII. APORTE .....	145
VIII. CONCLUSIONES.....	197
IX. SUGERENCIAS.....	200
REFERENCIAS .....	202
ANEXOS .....	217

## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Síntomas más relevantes ante la adicción a los videojuegos.....	21
Figura 2. Imagen del lugar Magic Land en Plaza Tehuacan.....	23
Figura 3. Cifras con respecto a los ingresos del mercado de los videojuegos en México a partir del año 2010 al año 2020. ....	27
Figura 4. Porcentajes de la preferencia de dispositivos para el uso de videojuegos. ....	28
Figura 5. Porcentajes correspondientes a la incidencia hacia los eSports en 2020.....	30
Figura 6. Batería de socialización (BAS 1 y 2) (para profesores y padres).....	40
Figura 7. Batería de socialización (BAS-3) (autoevaluación).....	40
Figura 8. Regulación del inicio y progresión de la pubertad humana. ....	42
Figura 9. Desarrollo del cerebro entre los 5 y los 15 años. ....	48
Figura 10. Imagen representativa del porcentaje de adolescentes que sufren ansiedad y depresión durante la pandemia de COVID-19.....	90
Figura 11. ¿Qué tan seguido tienes dificultad para concentrarte? .....	96
Figura 12. Ejemplo de formato de contrato familiar.....	228

## ÍNDICE DE TABLAS.

Tabla 1. Criterios de comparación respecto a la adecuación de la adicción en videojuegos. .... 127

## Introducción

La aparición de los videojuegos se remonta a la década de los años 50, pasando por la creación de *Space War*, videojuegos como *Pac Man* o *Super Mario Bros*, la apertura de salones recreativos como *Space Invaders*, consolas de juego desde la *Game Boy*, *PlayStation*, *Nintendo 64*, llegando a las versiones de *Xbox* o la manufactura de computadoras que puedan soportar distintos juegos, abriendo camino a la creación de juegos y dispositivos que ofrecen realidad virtual. (Retro Informática, 2022)

La industria de los videojuegos no ha dejado de crecer y expandirse a lo largo de los años y las generaciones, abriendo nuevos caminos hacia distintas líneas de investigación de las posibles repercusiones que el uso de videojuegos tiene en los usuarios; esta conversación ha sido acompañada de distintos debates que buscan enmarcar tanto los aspectos positivos y negativos que el uso de éstos puede generar.

Dentro del presente trabajo de investigación y de acuerdo a la revisión de la literatura citada, se busca plasmar las repercusiones que el uso de videojuegos ha tenido en la población adolescente en edades entre los 10 y los 18 años, durante la restricción por COVID-19, dado que dicha restricción puso en pausa las distintas actividades sociales y educativas, generando así que los individuos buscarán adaptarse para seguir manteniendo contacto con las personas de sus entornos.

El uso de internet y las distintas tecnologías fueron necesarias para que los individuos pudieran seguir manteniendo contacto social, esto llevó al alza del uso de aplicaciones de mensajería instantánea, compra de dispositivos, computadoras, llevando a las familias a la adquisición del servicio de internet o incluso de plataformas de *streaming* o de entretenimiento, incluyendo el uso y consumo de videojuegos.

Estos últimos; durante la pandemia por COVID-19; alcanzaron una popularidad dentro del gusto de los adolescentes, generando preocupación en los padres debido a que dicha afición se ha vuelto una dependencia.

Dentro del presente trabajo de investigación se busca relacionar la etapa de la adolescencia con las distintas repercusiones que los videojuegos tienen en este momento del desarrollo.

En un primer momento, se exponen los cambios que se presentan dentro de la etapa adolescente, desde cambios físicos, cognitivos, emocionales y sociales, tomando en cuenta la importancia de la existencia del duelo que el adolescente vive en este momento del desarrollo.

En el segundo momento, nos adentramos a la historicidad de los videojuegos, llegando a la evolución que estos han tenido hasta la actualidad. hablando de igual manera de las clasificaciones que existen de ellos, pasando por el impacto que existe gracias a la globalización y sus distintas influencias en los adolescentes.

En un tercer momento, se exponen aspectos relacionados a las repercusiones en adolescentes tras el uso de videojuegos durante la pandemia; se expone información acerca de los juegos más usados durante la cuarentena y cómo es que el uso de las TIC durante la restricción sanitaria tuvo influencia en esta población; trayendo problemas como la deserción escolar.

En un cuarto momento, se manifiestan los efectos que tienen los videojuegos en los adolescentes, desde una perspectiva positiva y negativa dentro de las áreas físicas, cognitivas, sociales y emocionales.

Finalmente, dentro de este trabajo de investigación se presenta una propuesta de trabajo, con la finalidad de aplicar un taller dirigido a padres con hijos adolescentes con edades entre los 10 y los 18 años, buscando que los padres tengan estrategias de prevención, acompañamiento e intervención para un uso adecuado de los videojuegos.

Todo esto con la finalidad de crear nuevas líneas de investigación que puedan adecuarse a las necesidades futuras que los usuarios puedan presentar ante el uso y crecimiento de la industria de los videojuegos.

## Antecedentes

En las últimas décadas, se han generado distintos estudios respecto a una constante preocupación alrededor del uso de los videojuegos en adolescentes, partiendo de la premisa de la influencia negativa en el correcto desarrollo de la socialización, es por ello que se considera importante ver de cerca qué tan negativa y/o positivamente esta afición puede repercutir en la esfera social.

“Existe una viva polémica acerca de los efectos sobre la conducta y la personalidad derivados del juego con videojuegos que ha alcanzado su punto culminante a finales del año 1992” (Estallo, 1994, p.181).

Esta afición ha sido estudiada desde la década de los 80 y con ello se han comenzado a realizar estudios relacionados con las repercusiones que hay ante el uso de los videojuegos, en este caso la relación entre estos y la personalidad de los jugadores.

Mcloure y Mears, (1986) señalan cómo los jugadores habituales de videojuegos se muestran interesados en actividades competitivas y practican deporte con mayor frecuencia. Éstos mismos autores (1986) constataron la existencia de una clara relación entre la Extroversión y la frecuencia del juego de videojuegos. No pudieron constatar diferencias significativas entre jugadores y no jugadores, mucho menos se pudo hallar un índice mayor en trastornos de conducta o similares. (Citado en Estallo, 1994, p.182)

Estallo (1994) en el estudio: “Videojuegos, Personalidad y Conducta” para la revista *Psicothema*, tenía como objetivo constatar las diferencias de la estructura de la personalidad entre jugadores habituales y aquellos que no tienen interés en los videojuegos. Este autor expone que,

El conjunto de resultados obtenidos pone en evidencia la escasa viabilidad de la hipótesis respecto a la existencia de diferencias de peso en su estructura de personalidad entre sujetos interesados en el juego con videojuegos y [de] aquellos que no muestran tal interés, resultados que se

hallan en la línea de los presentados por Gib et al (1985). (Citado en Estallo, 1994, p.189)

También Estallo (1994) concluyó que no existe evidencia para atribuirle a los videojuegos connotaciones negativas, a pesar de que estos llevan más de quince años existiendo, aún hay que prever las afectaciones que esta actividad pueda tener.

Posteriormente, se encuentra el estudio “¿Fomentan los videojuegos el aislamiento social?” de Tejeiro (2002), donde nos introduce diciendo que,

Los videojuegos han sido objeto de un considerable grado de temor por parte de la sociedad en general. Una de las críticas más habituales se basa en su supuesto potencial para convertir al jugador en un ser aislado, sosteniendo que la actividad de juego es eminentemente solitaria, que el individuo se aleja de sus amistades y que reduce las interacciones, haciéndose menos sociable y poniendo en riesgo sus habilidades sociales (p.ej., Selnow, 1984). (Citado en Tejeiro, 2002, p. 233)

Dentro de la discusión de este estudio Tejeiro (2002) concluye que los usuarios de videojuegos (en general) tienden a jugar en casa de amigos, prefieren jugar acompañados o se muestran indiferentes al respecto, han sido introducidos en esta práctica por su grupo de iguales, juegan y hablan sobre los videojuegos con sus amigos y hermanos, y no creen que los videojuegos hayan influido en su vida social, además que esta práctica es una más dentro del ocio de los adolescentes y que no parece tener un efecto diferente a cualquier otra actividad de esta misma índole.

Más adelante, en el estudio “Efectos del uso de videojuegos en niños y adolescentes en España y EEUU. El Consumo Consciente como Posible Factor Reductor de Efectos Nocivos”, escrito por Díaz (2006), se menciona que, “resulta complicado argumentar que los videojuegos pueden afectar de forma negativa el comportamiento social de los menores” (Díaz, 2006, p. 1).

Dentro de este artículo, Díaz (2006) deja ver la importancia del “aprendizaje consciente” en el juego como factor relevante en el proceso de conductas prosociales. Dado que la preocupación de la autora es en relación a que, “Estados Unidos tiene 21 millones de adolescentes de entre 12 y 17 años: el 81% unos 17 millones juega habitualmente a juegos online [...] Por otra parte, la incorporación de niños y adolescentes a este tipo de entretenimiento es ciertamente reciente: en los últimos años, en Estados Unidos, el número de usuarios juveniles ha aumentado un 52%”. (Díaz ,2006 p. 2)

Díaz (2006) comparte que el consumo de videojuegos ha aumentado un 35% en comparación a otro tipo de ocio como el cine o la música. Siendo importante visibilizar que en estas edades los niños están aprendiendo el modo de comportarse socialmente: cómo interactuar con amigos y compañeros, cómo lograr su pleno desarrollo psíquico en relación con los otros, cómo conseguir el éxito de las acciones que se proponen, cómo aprender a postergar, o no, la gratificación inmediata para conseguir objetivos a largo plazo o incluso altruistas.

“Aunque las primeras conclusiones de este estudio no permiten establecer una relación de causalidad entre el comportamiento prosocial y el uso de videojuegos sí que podemos aproximarnos al tema” (Díaz, 2006, p. 19).

Díaz (2006) deja como conclusión que los niños que jugaban por primera vez siguen observando índices de respuesta a las cuestiones prosociales en los márgenes de lo esperable. Además, identifican una proyección de su personalidad en los personajes pues sienten que se identifican con ellos.

El siguiente estudio pertenece a Sánchez, Alfageme y Serrano (2010), bajo el nombre “Aspectos sociales de los Videojuegos”, en el cual se menciona: “En el mundo actual muchos son los que tienen la concepción de que los videojuegos son perniciosos para los jóvenes y adolescentes, incluso se llega a decir que causan aislamiento en los sujetos que hacen uso de ellos” (p. 44).

Dentro de este estudio se evidenciaba si la influencia del tipo de juego se encontraba relacionado con el aislamiento,

Con ello se concluyó que el uso generalizado resalta el uso de los juegos arcade y de estrategia, son atractivos por la meta u objetivo que tienen y la mayoría de la muestra opina que los videojuegos sirven solo para «pasar el tiempo»; en cuanto a la afirmación de que los videojuegos aíslan a los jóvenes de las personas que les rodean, en general, los jóvenes piensan que los videojuegos no condicionan a sus usuarios para que se aislen de los demás pero tampoco les ayudan a relacionarse con otros. (Sánchez, Alfageme y Serrano, 2010, p. 51)

Dentro de la bibliografía de este estudio, toman como referencia al siguiente autor,

Tejeiro (2002), trata de ofrecer una percepción de cómo afectan los videojuegos a las relaciones sociales y cuyos resultados indican que para la mayoría de los sujetos estudiados los videojuegos no afectan ni positiva ni negativamente a sus relaciones sociales, mientras que el resto (10.6%) señala que dichas relaciones habían mejorado al usar los videojuegos. (Citado en Sánchez Alfageme y Serrano, 2010, p. 51)

Acercándose a la conclusión de Tejeiro (2002), el cual ofrecía una percepción de cómo los juegos afectan las relaciones sociales, menciona lo siguiente,

Los datos de nuestro trabajo señalan, en general, la creencia de los estudiantes de que los videojuegos reducen la sociabilidad y no ayudan a relacionarse, sin embargo no comparten esta opinión aquellos alumnos que ven los videojuegos como medios educativos, para quienes estos medios aumentan la sociabilidad. (Sánchez, Alfageme y Serrano, 2010, p. 51).

Por último, los autores dejan la conversación abierta al análisis acerca de la positividad y negatividad del uso de videojuegos. “Parece que las opiniones de los videojuegos dependen de cómo se acercan a ellos los estudiantes y no tanto de sus

características concretas per se de ahí que probablemente la educación y la formación con estos medios, tan temidos en algunos casos por las familias, sea necesaria para potenciar sus características positivas y eliminar las negativas” (Sánchez, Alfageme y Serrano, 2010, p. 51).

Además, en el estudio “Jóvenes y uso problemático de las tecnologías durante la pandemia: una preocupación familiar” realizado por Cívico, Cuevas, Colomo y Gabarda (2021), se establece que: “La situación de confinamiento, derivada de la pandemia mundial por la COVID-19, ha supuesto un cambio drástico en nuestras conductas en las diferentes esferas de nuestra vida” (p. 1).

Para Cívico, Cuevas, Colomo y Gabarda (2021) fue importante hablar del panorama general del uso de las tecnologías durante la pandemia, pues este uso se prolongó y se mantuvo debido a la pandemia COVID-19, dando paso al estudio remoto o al teletrabajo, aunque para los autores este fenómeno, se comenzó a implementar desde mediados de los años 80, donde el equipamiento de cómputo se comenzaba a utilizar en las aulas, dando paso al “aprendizaje híbrido”. Los autores reconocen que la restricción social afectó a varias esferas, entre ellas,

Las restricciones de movilidad y de vida social han potenciado nuevos patrones de socialización y de utilización del tiempo libre. Por un lado ha habido un aumento muy considerable de la utilización de las redes sociales o los servicios de mensajería instantánea. (Dong et al., 2020). (Citado en Cívico, Cuevas, Colomo y Gabarda, 2021, p. 3)

Al mismo tiempo reconocer puntualmente que el consumo está ligado al género,

Es reseñable, además, que, pese a lo generalizado de la situación, el consumo parece estar determinado por el género, siendo las mujeres quienes hacen una mayor utilización de los dispositivos móviles (Chóliz et al., 2016; Fernández et al., 2020), mientras que los hombres hacen mayor uso

de los videojuegos. (Desai et al., 2010). (Citado en Cívico, Cuevas, Colomo y Gabarda, 2021, p. 3)

Igualmente puntualizando un factor importante como, “Los patrones de consumo y niveles de competencia digital diferenciales entre las generaciones convivientes, puede suponer otro punto de fricción en la convivencia, siendo necesario implementar propuestas de intervención que establezcan pautas de alfabetización mediática en el contexto familiar” (González- Fernández et al., 2019; citado en Cívico, Cuevas, Colomo y Gabarda, 2021, p. 4).

Como conclusión, Cívico y cols. (2021) mencionan que el móvil es el más utilizado por las mujeres, en ambos momentos; tanto antes como durante la cuarentena por COVID-19. El uso de redes sociales es semejante para ambos en los dos momentos. En cuanto a los videojuegos las mujeres no perciben un riesgo por su consumo, sin embargo; los hombres pasaron de un uso abusivo durante el confinamiento.

Es por ello que los autores Cívico, et al (2021) están conscientes de que se encuentra un aumento en conductas adictivas respecto a las tecnologías y que para ellos es importante que se mejore la competencia digital de los docentes, para mejorar la comunicación y vías de relación entre profesorado y las familias. Siendo necesario responder a la labor educativa y gestionar el uso de las TIC.

## Planteamiento del problema

Existen distintas opiniones sobre si el uso de juegos virtuales, es perjudicial o positivo para los adolescentes, en su mayoría estas opiniones son manifestadas por los adultos de rededor. Sin embargo, existe una realidad inminente sobre cómo esta industria sigue creciendo conforme pasan los años y las generaciones, siendo casi inevitable su uso, ya que cada vez más los adolescentes tienen a su alcance cualquier dispositivo, en este caso el teléfono celular, para acceder fácilmente a ellos. México se encuentra entre los 10 mercados más grandes de los videojuegos, mientras que,

El mercado más grande, China, tendrá una facturación industrial estimada de 493, 000 millones en 2021, que se espera que aumente a 712,000 millones en 2025, muy por delante del segundo lugar en Estados Unidos, donde se espera que los juegos generen 425,000 millones ese año. Japón, en el tercer puesto, también sigue siendo un mercado excepcional para los videojuegos, y se espera que genere 240,000 millones de dólares en 2025, cuatro veces más que los ingresos de Corea del Sur, el Reino Unido o la India. (Reyes, 2021, párr. 6)

Es importante señalar que debido al alza de consumo también los usuarios han cambiado,

«Los videojuegos ya no son un pasatiempo del que disfrutaban exclusivamente los jóvenes. A medida que las generaciones han crecido con los videojuegos como una parte normal de la vida, la edad del jugador promedio también aumenta. Durante una encuesta de 2021, el 38% de los jugadores de videojuegos todavía pertenecen al grupo demográfico de 18 a 34 años, y el 7% tiene 65 años o más», indicó un estudio de Statista. (Reyes, 2021, párr. 9)

De acuerdo con Reyes (2021), entre 2020 y 2021, el sector *gaming* fue uno de los más relevantes y con menores afectaciones a causa de COVID-19. Además,

un reporte de *New Zoo* en el 2021 se tuvo un ingreso de 180,300 millones de dólares, un 1.4% por arriba del 2020.

La Organización Mundial de la Salud (OMS), agregó a su Clasificación Estadística Internacional de Enfermedades y Problemas de Salud Conexos (CIE), una adicción por uso de videojuegos (Garriga, 2019).

La OMS dice que el trastorno por el uso de videojuegos es «un patrón de comportamiento de juego persistente o recurrente, que puede ser en línea o fuera de línea, manifestando por un control deficiente sobre el juego, aumentando la prioridad otorgada al juego sobre otros intereses de la vida y actividades diarias, y a continuación o escalada del juego a pesar de ocurrencia de consecuencias negativas» (Garriga, 2019, párr. 2).

Remontándonos a Latinoamérica Maus (2020), dentro de un video del canal “VICE en Español”, entrevista a algunos personajes destacados dentro de la cultura del *gaming*, para poder contextualizar a los espectadores acerca de cómo se está proyectando dicho mercado de este lado del continente.

Entre estos personajes se encuentra, “[...] Phillip Penix-Tadsen, [quien] es profesor de la universidad Delaware y ha escrito junto al MIT-P, su libro *Cultural Code* el cual trata de esta conexión cultural que existe entre los videojuegos y el lado de la cultura” (Maus, 2020, min. 1:07-1:17).

A este autor le interesa ver la *intersección* entre los videojuegos y otras áreas del entretenimiento como la música y las exposiciones en museos. Expresa que el mercado del *gaming* no solo se amplía en el consumo sino también hacia la creación de nuevos juegos, gracias a los desarrolladores. Phillip considera que la representación dentro de los videojuegos es importante, ya que, si bien estos no son la solución a muchos problemas sociales como el racismo o la misoginia, son una muestra hacia el entendimiento de otras perspectivas de los jugadores (Maus, 2020).

Durante la entrevista Maus (2020) comparte una ronda de preguntas con una de las primeras *gamers* y *streamer* profesional de Latinoamérica, Karin Oettinger, quien argumenta que la cultura de los videojuegos está ligada a todas las áreas, además que por medio de los videojuegos los usuarios pueden conocer otros países.

Anteriormente se menciona que nuestro país está dentro de las diez naciones que más consumen videojuegos, Del Campo (2022), indica que, en la última encuesta de consumo de contenidos audiovisuales del Instituto Federal de Telecomunicaciones (IFT), se reportó que un 24% de personas juegan videojuegos, lo equivalente a 30 millones (párr. 8).

Un aspecto importante paralelo al consumo de *juegos virtuales*, es la creciente creatividad de los desarrolladores mexicanos,

Durante los últimos cinco años, México ha demostrado ser un país que tiene gran potencial para posicionarse en el mercado internacional de los videojuegos; no sólo por ser el mayor consumidor en Latinoamérica sino también por ofrecer estudios creativos dedicados al desarrollo de videojuegos. En este sentido, el diseño tiene un área de crecimiento y oportunidades más grande no sólo desde la gráfica, también desde el UX y UI design.<sup>1</sup> Sin embargo, para que la industria de los videojuegos en México crezca, el reto radica en apostar por una cultura cada vez más fortalecida por su difusión y consumo nacional. (Cruz, 2021, párr. 19)

En México, existe la AMEXVID (Asociación Mexicana de Videojuegos), constituyéndose en el 2017 como asociación civil, en términos de la Ley Federal de Fomento a las Actividades Realizadas por Organizaciones de la Sociedad Civil.

---

<sup>1</sup> El término UX que se traduce a Experiencia del Usuario, se trata de la sensación que tiene una persona durante y después de usar cualquier producto o servicio digital. Mientras que el término UI o traducido al español Interfaz del Usuario, permite guiar al usuario por la navegación de un sitio web o aplicación, generando dichas acciones de manera natural (Rockcontent, 2019).

TecReview (2021) informa que; ante la preocupación del incremento de violencia ligada al uso de videojuegos, la AMEXVID declara,

En una sociedad tan propensa a la violencia es importante que **los padres les pierdan el miedo a las pantallas y acompañen el juego de sus hijos de forma crítica**. No se trata de prohibir o denegar accesos, **se trata de generar ciudadanos capaces de enfrentarse a una realidad compleja**, la cual como todo en esta vida inicia en el juego. (Citado en Badillo, 2021, párr. 26).

Ahora que se sabe cómo es el contexto del uso de juegos virtuales en el país, consideramos cómo es la situación actual en el Estado de Puebla, debido a que el área de desarrolladores de estos juegos en el territorio mexicano es muy latente. Amir Bayareh, desarrollador de videojuegos independiente y egresado de la carrera de Animación y Arte Digital en el Tec de Monterrey Campus Puebla, en una entrevista a *TecReview* (2021), comentó su posición sobre la relación entre la violencia y los videojuegos.

Considera que en muchas de las conductas agresivas de los niños quizá no vengan de los videojuegos -considera- tal vez “estas plataformas son una vía más de aprender o visualizar lo que podría llegar a hacer, pero la violencia también se aprende en la calle... y en casa” (citado en Badillo, 2021, párr. 22).

La Secretaría de Salud del Gobierno de Puebla (2021) señala, “La adicción de los videojuegos ocurre cuando la dependencia es tanta que provoca la desatención de obligaciones y responsabilidades” (párr. 1).

Entre los síntomas indican la existencia de, “Mala alimentación, depresión, aislamiento social y familiar, ansiedad, mal rendimiento escolar, pérdida de la noción del tiempo, dolores de espalda y articulaciones, estallidos de ira o frustración a la hora de jugar” (Secretaría de Salud, 2021, párr. 2). (véase Figura 1)



**Figura 1. Síntomas más relevantes ante la adicción a los videojuegos.**  
**(Secretaría de Salud, 2021).**

Dentro de las recomendaciones de tratamiento, la Secretaría de Salud del Gobierno de Puebla (2021), considera la intervención psicológica, la limitación de compra de juegos, invita a que se realicen cambios de rutina y de actividades, y limitar el tiempo de juego con horarios (Secretaría de Salud Gobierno de Puebla, 2021).

El portal URBANO (2021), en una entrevista a distintos catedráticos de la Universidad Popular Autónoma del Estado de Puebla (UPAEP), mantiene como una oportunidad y no un problema el uso de los videojuegos; David Sánchez Sánchez, director de la licenciatura en Humanidades y Gestión Cultural,

Comentó que una parte esencial para que un niño o joven haga uso de los videojuegos es importante el acompañamiento de la familia, de involucrarse y conocer qué tipo de videojuegos están jugando los infantes, porque acotó que no se puede señalar o culpar de que los videojuegos son los generadores de la violencia en el entorno social y de ahí la importancia que tiene el acompañamiento por parte de un adulto para conocer qué tipo de videojuegos consumen niños y jóvenes y hablar al respecto con ellos. (Sánchez, 2021; citado en URBANO, 2021, párr. 13)

Ivonne Martínez Hernández, integrante del Centro de Innovación del Aprendizaje (CENIA) de UPAEP, dentro de este mismo artículo compartió,

Manifestó que el gran reto para las instituciones educativas y de las personas que se dedican al ámbito educativo, [es] el poder mirar desde otra perspectiva la enseñanza, considerando que los videojuegos han imperado en estos años, pero que también la neurociencia cognitiva nos ha dado muchos hallazgos de cómo aprende mejor el cerebro. (Martínez, 2021; citado en URBANO, 2021, párr. 17)

Algunas de las recomendaciones, desde este ámbito es que los profesores se involucren en los gustos de sus estudiantes, de manera que estas experiencias puedan utilizarse dentro de las ramas de conocimiento, además de aprovechar que cada tipo de recompensa en los videojuegos se pueda adecuar a en el aula de manera que los alumnos enriquezcan su conocimiento (URBANO, 2021).

Dentro de la ciudad de Tehuacán, hay escasos registros en lo que respecta a los videojuegos, sin embargo, el *blog* “Tehuacán de mis Recuerdos” (2018), hace una reseña de la existencia de los videojuegos en los años 80’s,

Todas sus maquinitas eran juegos de Atari clásicos de Arcade como: Asteroids, Space invaders y Pac Man [...] El local de videojuegos era simple, ofrecían refrescos y paletas de hielo y había unas 10 máquinas. No duró mucho tiempo y cerró. (Tehuacán de mis recuerdos, 2018, párr. 3)

Más adelante el autor, deja entre líneas que a finales de los 80, se inaugura Plaza Teohuacan, siendo una edificación innovadora en su tiempo y contando con diversos locales comerciales, entre ellos *Magic Land*. (Tehuacán de mis recuerdos, 2018). (véase Figura 2)

“La inauguración de *Magic Land* (tierra mágica) fue retransmitida por radio. Los niños eran entrevistados y los locutores comentaban lo que se encontraba en ese espacio” (Tehuacán de mis recuerdos, 2018, párr. 6).



**Figura 2. Imagen del lugar *Magic Land* en Plaza Tehuacan.**

**(Tehuacán de mis recuerdos, 2018).**

Dentro del recinto, había una alberca de pelotas, videojuegos con cabinas simuladoras de aviones, y una pista de boliche, contaba con una pista de coches a radio control, haciendo que el lugar fuera único; sin embargo, Tehuacán de mis recuerdos (2018), comenta que pocos se atrevían a jugar, pues era de las primeras veces que algo así se veía en la ciudad. Tehuacán de mis recuerdos (2018), comenta que la permanencia de *Magic Land* fue corta, debido a que la única manera de llegar era en autobús y los precios de los juegos eran bastante elevados.

Y así como este recinto, hubo otros más en la década de los 90, como *Golfito Tehuacán*, entre sus juegos, un pequeño mini golf, las primeras máquinas de *air hockey* y juegos multijugador *SEGA* (Tehuacán de mis recuerdos, 2018).

También existió *Casa Club Nintendo*. Contaban con juegos *NES* originales, con un precio de 200 pesos (centavos, actualmente) y la dinámica era elegir un juego, jugar solo 5 minutos y no podías jugar más (Tehuacán de mis recuerdos, 2018).

De acuerdo a lo revisado, uno de los objetivos de este trabajo es conocer de qué manera los juegos virtuales impactan en los adolescentes en el contexto de la

socialización, además de poder generar reconocimiento de los beneficios y consecuencias que esta afición trae consigo.

Dejando manifiesto de la existencia de estrategias que puedan ayudar a usuarios, padres y maestros, de manera que el uso de estos no genere cambios adversos en los jugadores y que puedan abrirse más vías de acompañamiento para evitar estos mismos desenlaces.

Todo esto lleva a abrir nuevas preguntas de investigación, estudiar nuevos paradigmas y nuevos efectos, tanto negativos como positivos, que puede traer consigo el uso de estos *juegos virtuales*, es por ello que después de lo revisado anteriormente, surge la pregunta,

¿De qué manera influye e impacta, en el desarrollo de los adolescentes de 10 a 18 años el uso de juegos virtuales, a nivel físico, cognitivo, social y emocional?

## JUSTIFICACIÓN

Una de las etapas más importantes en el desarrollo humano es la adolescencia, en esta etapa se viven diversos cambios que sentará las bases para la etapa de la adultez. Muchos de estos son cambios físicos, emocionales y sociales; siendo estos últimos de suma importancia, pues en este rubro se encuentran tanto cuestiones positivas, como negativas a observarse.

“Los jóvenes de hoy viven en un mundo globalizado, una red de interconexiones e interdependencias. Los bienes, información, imágenes electrónicas, canciones, entretenimiento y modas recorren casi de manera instantánea todo el planeta” (Papalia, Wendkos y Duskin, 2009, p. 462).

Papalia, Wendkos y Duskin (2009) aportan que estos cambios vienen de la mano con la urbanización, además que la tecnologización se vuelve un recurso necesario y que va de la mano con esta transición.

“El cambio cultural es complejo, puede ser liberador y desafiante al mismo tiempo. Los adolescentes de la actualidad están trazando un nuevo curso, el cual no siempre se sabe con seguridad a dónde conducirá” (Papalia, Wendkos y Duskin, 2009, p. 463).

Además, Papalia, Wendkos y Duskin (2009) dentro de las cuestiones a evaluar en la adolescencia, les parece importante observar en qué invierten el tiempo libre los adolescentes y con quienes lo comparten, acción que se acompaña con el alejamiento marcado en los adolescentes de su núcleo familiar.

La desvinculación no es un rechazo a la familia, sino una respuesta a las necesidades del desarrollo. A menudo, los adolescentes jóvenes se recluyen en sus recámaras; parecen necesitar tiempo a solas para retirarse de las demandas de las relaciones sociales, recuperar su estabilidad emocional y reflexionar acerca de cuestiones de identidad. (Larson, 1997) (Citado en Papalia, Wendkos y Duskin, 2009, p. 531)

Durante las últimas décadas, familias y profesores han expresado la preocupación que se tiene alrededor del consumo de videojuegos a manos de los adolescentes, además de considerar que esta misma afición ha influido en el aislamiento de hijos y alumnos.

El 20 de octubre, López Obrador dió a conocer el caso de tres adolescentes en Oaxaca quienes, a través *Free Fire*, habían sido reclutados por el crimen organizado. «Hay riesgo en los juegos electrónicos, del Nintendo, todo esto que resulta muy violento y que afecta, daña», dijo López Obrador. (Badillo, 2021, párr. 6,7)

La pandemia por COVID-19 llevó a la población a un confinamiento, momento crucial en el consumo de videojuegos en México,

“El confinamiento social que la actual pandemia ha provocado en el último año ha evidenciado la relevancia de algunas industrias a nivel mundial, notoriamente la de los Videojuegos” (Arteaga, 2021, párr. 1).

Arteaga (2021) comparte las siguientes cifras: “Al finalizar 2020, 72.3 millones de personas se consideran videojugadores, en México, al jugar en cualquier dispositivo: consolas, computadoras, smartphones, tabletas, entre otros. Esta contabilidad es equivalente a una razón de 57.4% de la población total del país” (Arteaga, 2021, párr. 6).

Arteaga (2021), comparte que el consumo de videojuegos y *gamers* va en aumento y su relevancia está fuertemente enlazada al año 2020, describiendo los

ingresos de esta industria a partir del año 2010, hasta el año 2020 en nuestro país. (véase Figura 3)



Fuente: The Competitive Intelligence Unit

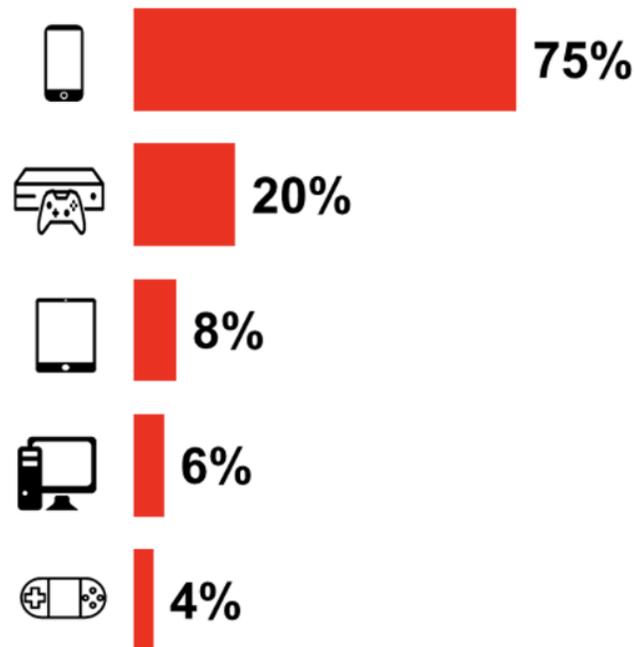
**Figura 3. Cifras con respecto a los ingresos del mercado de los videojuegos en México a partir del año 2010 al año 2020.**

**(Arteaga, 2021).**

Dando como resultado el potencial crecimiento que este mercado tiene en el territorio mexicano, desde hace un poco más de una década. Aunque también es importante puntualizar cuáles son los dispositivos que son del agrado de los usuarios.

Dentro de los dispositivos de juego más usados, según Arteaga (2021), para esta actividad se encuentra con un 75% el uso de *smartphones*, con un 20% las consolas de juego, un 8% corresponde al uso de *tablets*, un 6% hace uso de *PC* y el 4% a las consolas portátiles. La frecuencia promedio de uso de consolas, fue de 4.0 veces por semana, en comparación del año 2019, que fue de 3.5 veces por semana.

Preferencia por Dispositivos de Juego  
(Proporción del Total de Gamers, %)



Fuente: The Competitive Intelligence Unit

**Figura 4. Porcentajes de la preferencia de dispositivos para el uso de videojuegos.  
(Arteaga, 2021).**

Por su parte, 51% de los gamers en México se consideran «regulares», tal que tienen sesiones de juegos entre siete a cinco veces a la semana y solamente el 8% son «ocasionales», teniendo una frecuencia de juego que ronda entre una vez cada quince días a cuando menos una vez al mes (Arteaga, 2021, párr. 16).

Con lo que respecta a la conectividad, según el *IFT* (Instituto Federal de Telecomunicaciones), el 72% de las personas juegan videojuegos en línea y mientras que el 81% de personas interactúan con otros jugadores. “La conectividad es clave para la nueva tendencia de cloud gaming con opciones de gigantes como Apple (AAPL), Google (GOOGL) y Microsoft (MSFT), así como la próxima

plataforma de streaming de videojuegos que Netflix (NFLX) planea lanzar este año” (Del Campo, 2022, párr. 15).

Otro aspecto importante es el cambio que vivieron los consumidores al momento de compra, pues, “Debido a que muchos establecimientos permanecieron cerrados, el porcentaje de usuarios que prefirió comprar productos a través de internet se incrementó a 49%, a comparación de un 27% del año anterior” (Cueto, 2021, párr. 17).

Según Arteaga (2021) esta transformación ha sido tan radical que ha creado una incorporación de nuevas tecnologías, “A partir del uso de internet, esta industria transitó al acceso a juegos en línea y la interacción entre jugadores de todo el mundo” (párr. 18).

Dentro del país, hay cifras importantes con respecto al consumo de videojuegos,

Sobre los géneros más populares, estos varían entre los jugadores en dispositivos móviles y consolas. Los primeros, prefieren títulos de estrategia o puzzles como «Candy Crush», por tratarse en su mayoría de jugadores ocasionales y partidas cortas; por su parte, los jugadores de consola prefieren juegos de deportes o acción, como las franquicias de «FIFA» y «Call of Duty». (Cueto, 2021, párr. 13)

Según Lugo (2022), desde el portal *EGAMES NEWS*, comparte que la plataforma de *Facebook Gaming* reveló que los videojuegos más populares para los creadores de contenido en la plataforma son, *Call Of Duty: Warzone*, *Free Fire*, *Fortnite*, *Call Of Duty: Mobile* y *Minecraft*.

Esta conectividad y transformación han generado las bases del término *eSports*, definidos como deportes electrónicos, “en los que personas de todo el mundo compiten en los juegos más populares a través de ligas y torneos amateur o profesional” (Arteaga, 2021, párr. 19).

Las cifras de este nuevo deporte son las siguientes,

Entre los gamers, 11.6% (8.4 millones) han competido en torneos en línea, razón 1.8 puntos porcentuales inferior al año anterior ante el cierre de los torneos por la pandemia. Adicionalmente, 8.4% o 6.0 millones ven canales de videojuegos vía plataformas especializadas o redes sociales y 15.4% (11.1 millones) ha sido espectador de torneos profesionales en línea (Arteaga, 2021, párr. 20).



Fuente: The Competitive Intelligence Unit

**Figura 5. Porcentajes correspondientes a la incidencia hacia los eSports en 2020.**  
(Arteaga, 2021).

Arteaga (2021), comenta que el aumento de visualizadores de torneos ha sido de 5.5 *pp* (por persona) comparado anualmente, además que los juegos que son de más interés son los juegos de disparos de supervivencia como *Garena*, *Free Fire*, *PUBG* y *Fortnite*.

Como se puede ver, el mercado de los videojuegos sigue creciendo exponencialmente dentro del territorio mexicano, y los índices hasta el momento siguen subiendo, obteniendo así un crecimiento continuo, no solo en el uso de estos, sino también en ingresos monetarios al momento de consumo y compra.

Es importante señalar que este entretenimiento ha tenido un alcance realmente alto a raíz del confinamiento por la pandemia de COVID- 19, ya que el aislamiento social orilló a los jóvenes, a buscar otros modelos de ocio, siendo de esto, el uso de dispositivos móviles y consolas de videojuegos pues por este medio podían comunicarse con sus iguales y contactarse con otros más, sin necesidad de salir de sus hogares.

Es importante resaltar que, a pesar de que alrededor del tema, haya opiniones y debates a favor y en contra del uso de *juegos virtuales*, es inevitable explorar las atribuciones positivas que el uso de este tipo de ocio puede traer en la esfera psicosocial de los adolescentes, como, por ejemplo: el desarrollo de la creatividad, el dominio de habilidades visoespaciales y de estrategia, además del trabajo en equipo y solitario.

# **I. METODOLOGÍA PROPUESTA**

## **1.1 Objetivo General**

Establecer las pautas principales de acompañamiento, por parte de los padres de familia de adolescentes de 10 a 18 años, en el uso de los principales videojuegos en nuestro país, con la finalidad de prevenir los efectos adversos a nivel de lo fisiológico, cognitivo, emocional y social.

## **1.2 Objetivos Específicos**

- Capturar la información existente respecto a la influencia del uso de los videojuegos en adolescentes en edad de 10 a 18 años y su impacto en la socialización, el área cognitiva, fisiológica y emocional.
- Identificar la existencia de factores de riesgo, en el área fisiológica, cognitiva, social y emocional, ante el uso de los videojuegos en los adolescentes en edad de 10 a 18 años en nuestro país.
- Analizar cuáles son los principales juegos que los adolescentes en edad de 10 a 18 años usan en nuestro país, y cuáles son sus implicaciones en el área fisiológica, cognitiva, social y emocional.
- Identificar los principales efectos adversos en adolescentes de 10 a 18 años en las áreas, fisiológica, cognitiva, social y emocional ante el uso de los videojuegos.
- Construir estrategias dirigidas hacia los padres de adolescentes en edad de 10 a 18 años, con la finalidad de prevenir conductas de riesgo a partir del uso de videojuegos.

### **1.3 Pregunta de investigación**

¿De qué manera influye e impacta, en el desarrollo de los adolescentes de 10 a 18 años el uso de juegos virtuales, a nivel físico, cognitivo, social y emocional?

### **1.4 Tipo de estudio**

El presente estudio de investigación es de tipo cualitativo, realizado a partir de una investigación documental; este tipo de investigación analiza datos descriptivos, como las palabras y los eventos observables del comportamiento de los individuos.

Se reconoce que la investigación cualitativa procesa los datos difícilmente cuantificables como los informes de las entrevistas, las observaciones, en ocasiones las mismas fotografías de familia, los diarios íntimos, los videos; que recurre a un método de análisis flexible y más inductivo; que se inspira en la experiencia de la vida cotidiana y en el sentido común que intenta sistematizar (Douglas,1976:15). (Citado en Deslauriers, 2004, p. 7)

Deslauriers (2004), menciona que la investigación cualitativa, no rechaza cifras o estadísticas, sino que se concentra en el análisis de procesos sociales, sobre el sentido que las personas dan a la acción, sobre la vida cotidiana y la construcción de la realidad social.

Es por ello que Hernández, Fernández y Baptista (2010) señalan que la investigación cualitativa, no es lineal,

La acción indagatoria se mueve de manera dinámica en ambos sentidos: entre los hechos y su interpretación, y resulta un proceso más bien «circular» y no siempre la secuencia es la misma, varía de acuerdo con cada estudio en particular. (Hernández, Fernández y Baptista, 2010, p. 7)

Dentro de las características de la investigación cualitativa, Hernández, Fernández y Baptista (2010) consideran importante la recolección de datos, diciendo que,

Una fuente muy valiosa de datos cualitativos son los documentos, materiales y artefactos diversos. Nos pueden ayudar a entender el fenómeno central de estudio. Prácticamente la mayoría de las personas, grupos, organizaciones, comunidades y sociedades los producen y narran, o delinean sus historias y estatus actuales. Le sirven al investigador para conocer los antecedentes de un ambiente, las experiencias, vivencias o situaciones y su funcionamiento cotidiano. (Hernández, Fernández y Baptista, 2010, p. 433)

De la misma manera Deslauriers (1996), deja de manifiesto que la investigación cualitativa, suele ser flexible, y está estrechamente relacionada a al sentido de la realidad; además menciona que,

No obstante, la investigación cualitativa no se reduce a una simple técnica de investigación: ella descansa sobre una filosofía que le da el tono de su metodología propia y a la teoría que intenta desarrollar. (Deslauriers, 1996, pp. 10,11)

Con respecto a la investigación documental, Tancara (1993) la define como:

*[...] una serie de métodos y técnicas de búsqueda, procesamiento y almacenamiento de la información contenida en los documentos, en primera instancia, y la presentación sistemática, coherente y suficientemente argumentada de nueva información en un documento científico, en segunda instancia.* De este modo, no debe entenderse ni agotarse la investigación documental como la simple búsqueda de documentos relativos a un tema. (Tancara, 1993, p. 94)

Finalmente, dentro de esta investigación documental es preciso mencionar que los aportes de la información y la tecnología, han generado un proceso de

producción, transmisión transformación y aplicación de información especializada que llega a la sociedad (Tancara, 1993).

Podemos decir, también, que la ciencia de la información se ocupa de las causas, las leyes que regulan la aparición del problema, y de las formas en que el mismo se presenta; y que trata de hallar maneras de resolverlo. (Citado en Tancara, 1993, p. 95)

### **1.5 Diseño de estudio**

El diseño de estudio del presente trabajo es de tipo descriptivo, el cual se conceptualiza de la siguiente manera:

Los **estudios descriptivos** buscan especificar las propiedades, las características y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis. Es decir, únicamente pretenden medir o recoger información de manera independiente o conjunta sobre los conceptos o las variables a las que se refieren, esto es, su objetivo no es indicar cómo se relacionan éstas. (Hernández, Fernández y Baptista, 2014, p. 80)

Hernández, Fernández y Baptista (2014) comparten que los estudios descriptivos son útiles para mostrar de manera precisa ángulos y dimensiones de los fenómenos o sucesos de una comunidad, su contexto y situación.

En esta clase de estudios el investigador debe ser capaz de definir, o al menos visualizar, qué se medirá (qué conceptos, variables, componentes, etc.) y sobre qué o quiénes se recolectarán los datos (personas, grupos, comunidades, objetos, animales, hechos, etc) [...] La descripción puede ser más o menos profunda, aunque en cualquier caso se basa en la medición de uno o más atributos del fenómeno de interés. (Hernández, Fernández y Baptista, 2014, p. 80)

Por su parte, Abreu (2012) considera que las preguntas que esta investigación busca responder son, quién, qué, cuándo, dónde y cómo, además que para el autor esta investigación consiste en la recopilación.

“La investigación descriptiva consiste en la recopilación de datos que describen los acontecimientos y luego organiza, tabula, representa y describe la recopilación de datos (Glass & Hopkins, 1984)”. (Citado en Abreu, 2012, p. 192)

Más adelante, Abreu (2012) menciona que:

Los estudios descriptivos reportan datos resumidos, tales como las medidas de tendencia central que incluyen la media, mediana, moda, desviación de la media, variación, porcentaje, y la correlación entre las variables. Las encuestas comúnmente incluyen ese tipo de medida, pero a menudo va más allá de la estadística descriptiva con el fin de sacar conclusiones. (Abreu, 2012, p. 193)

Añade Abreu (2012) que los objetivos principales de este tipo de investigación son

Describir, explicar y validar los resultados. La descripción surge después de la exploración creativa, y sirve para organizar los resultados con el fin de encajar las con las explicaciones, y luego probar o validar las explicaciones (Kratwohl, 1993). (Citado en Abreu, 2012, p. 193)

De la misma manera, Abreu (2012) establece que la investigación descriptiva, mantiene una forma distinta para generar conocimientos, de manera que los datos pueden hacerse notar o encontrar. “Los métodos de recogida de datos para la investigación descriptiva se pueden emplear solos o en diversas combinaciones, dependiendo de las preguntas de investigación a la mano” (Abreu, 2012, pp. 193-194).

## **1.6 Técnica e instrumento de investigación**

### **1.6.1 Recolección de datos**

La recolección de datos se ha obtenido después de una revisión a documentos, artículos, textos y artículos de revistas, que han tomado como referente el presente tema. En estos, se encuentran plasmados las distintas directrices que se encuentran influenciadas por el uso de los videojuegos, en especial en los adolescentes. Ya que dichas repercusiones afectan a las áreas, fisiológica, cognitiva, social y emocional.

Dentro de la recolección de los datos, se incluyen el cómo los videojuegos han crecido exponencialmente dentro del mundo, Latinoamérica y nuestro país, se incluyen datos históricos y cómo desde los inicios de estos dispositivos, comenzaba una preocupación e interés para saber cuáles eran los efectos en los usuarios, llegando a la actualidad, donde se pueden encontrar que los efectos, repercuten en las esferas fisiológica, cognitiva, social y emocional en los adolescentes.

### **1.6.2 Población**

Al finalizar nuestra investigación documental, se propone la estructuración de un taller dirigido a padres de familia que tengan hijos adolescentes en edades de 10 a 18 años, que tengan o no un uso problemático de los videojuegos, con la posibilidad de que se encuentren afectaciones en las áreas físicas, cognitivas, sociales y emocionales.

Dicho taller lleva por nombre “**¿Quién gana la partida?**”, contará con 12 sesiones con una duración de 85 a 90 minutos por sesión, contando con una estructura flexible.

Lo anterior, con la finalidad de proporcionar herramientas a los padres de familia para la detección oportuna y prevención de riesgo partir del uso de videojuegos en adolescentes de 10 a 18 años.

Considerando lo mencionado, las características de los participantes del taller son:

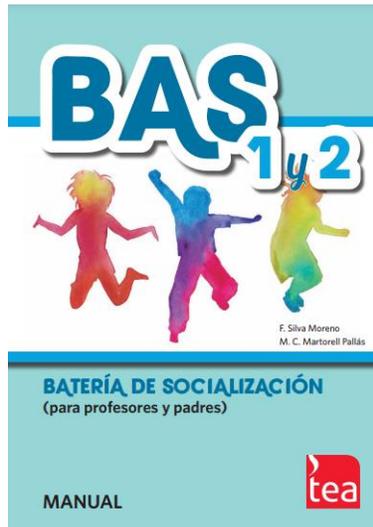
1. Padres con hijos adolescentes en edades de 10 a 18 años, que hayan detectado que estos pasen más de 2 horas en el uso de videojuegos.
2. Padres que consideran que sus hijos adolescentes en edades de 10 a 18 años priorizan el uso de videojuegos en comparación a otras actividades
3. Padres con hijos adolescentes en edades de 10 a 18 años que han empezado a tener un interés en el consumo de videojuegos.
4. Padres con hijos adolescentes en edades de 10 a 18 años que presenten cambios conductuales ante el uso de videojuegos.
5. Padres con hijos adolescentes en edades de 10 a 18 años que mantienen un uso constante de dispositivos como celular, computadora y consolas de videojuegos.
6. Padres con hijos adolescentes en edades de 10 a 18 años que mantienen relaciones interpersonales a partir del uso de videojuegos.
7. Padres con hijos adolescentes en edades de 10 a 18 años que mantienen una preocupación acerca de las afectaciones que puede haber tras el uso de videojuegos.
8. Padres con hijos adolescentes en edades de 10 a 18 años que mantienen un acompañamiento distante ante el uso de videojuegos, debido a que no se tienen las suficientes y eficientes estrategias para evitar los efectos adversos de éstos.

### **1.6.3 Instrumentos.**

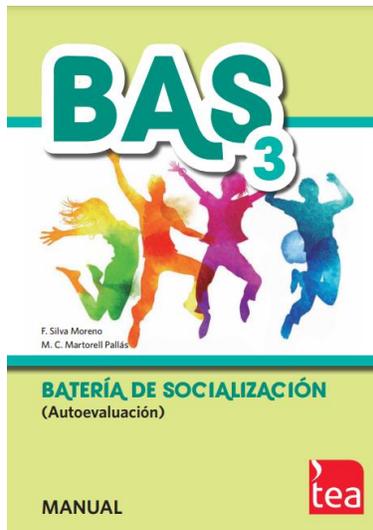
En el caso del taller propuesto, se ha considerado la aplicación de tres instrumentos de evaluación:

1. Entrevista semiestructurada para padres de familia: El diseño de esta entrevista está dirigido a poder recuperar datos relevantes acerca de la evolución y detección de un uso problemático de los videojuegos en adolescentes de edades de 10 a 18 años. Dicho formato de entrevista ha sido diseñado por la autora de este trabajo de investigación. (véase Anexo 1)
2. Lista de cotejo para padres de familia: Dentro de esta lista, se buscará si hay ausencia o presencia de actitudes que tengan que ver con el uso problemático de videojuegos, además de observar si los padres conocen o han detectado algunas de ellas. (véase Anexo 2)
3. Batería de Socialización (BAS-2). La batería BAS-2 está dirigida hacia padres de familia con hijos en edades de 6 a 15 años, busca que los padres puedan evaluar desde su observación y convivencia los aspectos comentados con anterioridad, dicha prueba será aplicada por una servidora, previamente a la realización del taller propuesto y posteriormente a éste.

3.1 Batería de Socialización (BAS-3). Dicha batería cubre las edades de 11 a 19 años, esta batería sirve como un autoinforme que se aplica al adolescente, esta batería será aplicada con la finalidad de cubrir las edades que se busca cubrir con la propuesta del taller indicado anteriormente.



**Figura 6. Batería de socialización (BAS 1 y 2) (para profesores y padres).  
(Moreno y Pallás, 2018).**



**Figura 7. Batería de socialización (BAS-3) (autoevaluación).  
(Moreno y Pallás, 2018).**

## II. DESARROLLO DE LA ADOLESCENCIA

### 2.1 Desarrollo fisiológico en la adolescencia

La adolescencia es una etapa de transición importante en el desarrollo humano, aunque está llena de etapas de cambio, desde este punto, radica la importancia de cómo los cambios físicos pueden influir en la esfera emocional y social de los adolescentes, entre estos cambios está el desarrollo cerebral que es importante en esta etapa.

Un cambio físico importante es el inicio de la pubertad, el proceso que lleva a la madurez sexual o fertilidad [...] Tradicionalmente se creía que la adolescencia y la pubertad empezaban al mismo tiempo, alrededor de los 13 años, pero, como veremos, en algunas sociedades occidentales los médicos han comprobado que los cambios puberales tienen lugar mucho antes de los 10 años. (Papalia, 2015, p. 323)

Papalia (2015) redacta que, dado que la adolescencia no tiene una edad definida, el término de adolescencia, es una construcción social, pues en parte la tecnologización y la industrialización han colaborado con el extendimiento de esta etapa, ya que los jóvenes adultos se mantienen en sus estudios durante más años, retrasando el matrimonio e hijos.

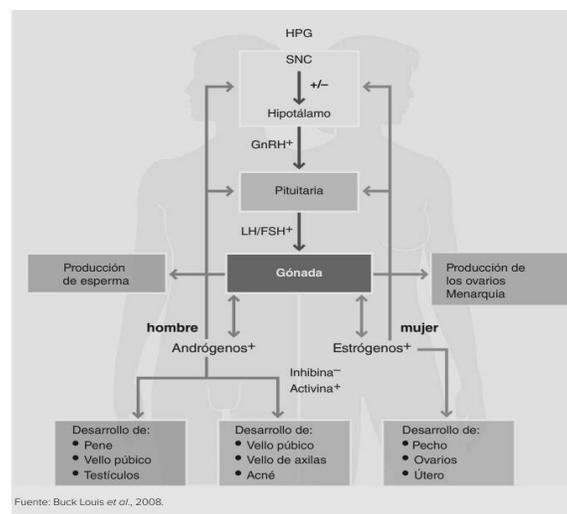
Aunque la pubertad es el primer momento de la adolescencia, por ello Santrock (2004), la describe de la siguiente manera,

Pubertad no es sinónimo de adolescencia. La pubertad acaba mucho antes de que finalice la adolescencia y, a menudo, se considera como el marcador del inicio de dicha etapa. La pubertad es un periodo en el que se produce una maduración física rápida asociada a los cambios corporales y hormonales que tienen lugar durante la adolescencia temprana. (Santrock, 2004, p. 56)

En esta primera etapa los cambios hormonales son pieza clave,

[E]l hipotálamo libera elevados niveles de la hormona liberadora de gonadotropina (GnRH), lo que le da lugar al aumento en dos hormonas reproductivas clave: la hormona luteinizante (LH) y la hormona folículo estimulante (FSH). Las acciones de estas hormonas son distintas [...] En los varones, la hormona luteinizante inicia en la secreción de testosterona y androstenediona (Buck Louis et al., 2008). (Citado en Papalia, 2015, pp. 325-326)

Papalia (2015) indica que la pubertad está marcada por dos etapas, la adrenarquia y la gonadarquia. La primera se presenta entre los seis y ocho años, secretando DHEA (dehidroepiandrosterona) desde las glándulas suprarrenales, siendo hormonas que influyen en el crecimiento de vello, crecimiento corporal, de grasa y olor corporal. La segunda etapa esta encargada en el desarrollo de los órganos sexuales, en las niñas se aumenta la producción de estrógeno, que es igual al crecimiento de los ovarios, senos y vello. Mientras que en los varones se genera la producción de andrógenos, como la testosterona, teniendo como función el crecimiento de los testículos, la masa muscular y el vello corporal. (véase Figura 6)



**Figura 8. Regulación del inicio y progresión de la pubertad humana.**

**(Papalia y Martorell, 2015).**

Entre los signos de la pubertad, en palabras de Papalia (2015), “Los primeros signos externos de la pubertad suelen ser el tejido de los senos y el vello púbico en las niñas y el aumento de los testículos en los niños (Susuman y Rogol, 2004)” (citado en Papalia, 2015, p. 327).

Entre los signos físicos, los pezones de las niñas, crecen, las areolas se agrandan y pigmentan, adoptando forma cónica y redonda, mientras que los varones mantienen un crecimiento en el tejido mamario que tiene una duración hasta de 18 meses. El vello corporal en un principio suele ser lacio, para volverse negro, grueso y rizado; el vello llega a crecer en el pecho y rostro en los varones, mientras que en las mujeres sorpresivamente aparece vello facial o alrededor de los pezones. La voz se hace más gruesa, este signo es más visible en los varones, la piel se vuelve gruesa y aparece mayor grasa en el rostro, debido a las glándulas sebáceas, generando espinillas, puntos negros y aparición de acné (Papalia, 2015).

Al hablar del crecimiento, también se presenta el *estirón del crecimiento adolescente que*, “implica un aumento rápido de la estatura, peso y crecimiento muscular y óseo que ocurre durante la pubertad” (Papalia, 2015, p. 327).

Este crecimiento se da dos años antes en las mujeres que en los hombres, entre los 11 y 13 años, ellas suelen ser más altas, pesadas y fuertes que los hombres, sin embargo, los niños vuelven a ser más grandes en comparación, alcanzando su altura máxima a los 17 años a diferencia que las mujeres alcanzan su estatura máxima a los 15 años (Papalia, 2015).

En cuanto a las diferencias de crecimiento Papalia (2015), comparte las siguientes:

Un niño se hace más grande en general: sus hombros son más anchos, sus piernas más largas en relación al tronco y sus antebrazos son más largos en relación a la parte superior del brazo y a su estatura. La pelvis de la niña se ensancha para facilitar la maternidad y bajo su piel se acumulan capas de grasa, lo que le da una apariencia más redondeada. En ellas la grasa se

acumula dos veces más rápido que en los varones. (Susman y Rogol, 2004)  
(Citado en Papalia, 2015, p. 327).

Estas diferencias y cambios son importantes pues a cada adolescente le preocupa su apariencia física, tanto por cómo se ven ellos mismos, como por cómo los ven los demás y esta insatisfacción puede generar las pautas para distintos problemas de índole psicológica.

Al adolescente le preocupa su cuerpo y desarrolla una imagen individual de su aspecto corporal. Los adolescentes tal vez se miran en el espejo cada día o incluso cada hora para ver si pueden detectar algo distinto en su cuerpo cambiante. La preocupación por la imagen corporal está muy acentuada a lo largo de toda la adolescencia, pero se agudiza especialmente durante la pubertad, un periodo en el que los adolescentes están más descontentos con su cuerpo (Wright, 1989). (Citado en Santrock, 2004, p. 63)

Situación que a cada género afecta de manera distinta: “Asimismo, conforme va avanzando la pubertad, las chicas se sienten menos satisfechas con su cuerpo, probablemente porque se incrementa su grasa corporal. Por el contrario, los chicos se sienten cada vez más satisfechos, probablemente porque aumenta su masa muscular (Seiffge-Krenke, 1998)” (citado en Santrock, 2004, p. 63).

De acuerdo a Santrock (2004), se mantiene la creencia de que los factores hormonales puedan asociarse al comportamiento de los adolescentes.

Las investigaciones han permitido constatar que los niveles elevados de andrógenos se asocian a violencia y a problemas motivados por el exceso de impulsividad en los chicos (van Goozen et al., 1998; Susman et al., 1987). Hay pocos estudios que hayan analizado el papel de los estrógenos; pero, de todos modos, existen algunos indicios de que los niveles elevados de estrógenos se asocian a depresión en las adolescentes. (Angold et al., 1999) (Citado en Santrock, 2004, pp. 63, 64)

El autor añade que el estrés, la conducta alimentaria, la actividad sexual y la depresión pueden activar o inhibir algunos aspectos del sistema hormonal (Santrock, 2004).

Un aspecto destacado de igual manera en esta etapa es la madurez sexual,

El principal signo de la madurez sexual en los muchachos es la producción de esperma. La primera eyaculación, o **espermarquia**, ocurre en promedio a los 13 años. Un niño puede despertar y encontrar una mancha húmeda o seca y endurecida en las sábanas: el resultado de una *emisión nocturna*, es decir, una eyaculación involuntaria de semen. (Papalia, 2015, p. 328)

En el caso de las niñas,

es la menstruación, el desprendimiento mensual del tejido del revestimiento del útero. La primera menstruación, llamada menarquia, ocurre bastante tarde en la secuencia del desarrollo femenino; a su momento normal de aparición puede variar entre los 10 años y los 16 y medio años. [...] (S.E. Anderson, Dallal y Must, 2003). (Citado en Papalia, 2015, p. 328)

Santrock habla sobre el cuestionamiento acerca de la exageración de los efectos de la pubertad,

La pubertad afecta más a algunos adolescentes que a otros y a más a algunas conductas que a otras. La imagen corporal, el interés por salir con chicos y chicas y el comportamiento sexual están claramente afectados por el cambio puberal. (Flannery, Rowe y Gulley, 1993). (Citado en Santrock, 2004, p. 66)

Es preciso destacar que cada cambio dentro del desarrollo humano no es lineal, y en las líneas de Santrock (2004), nos deja ver que hay procesos madurativos precoces y tardíos, pero, dentro de ambos momentos, sigue existiendo el *estrés* para superar esta etapa.

Para algunos adolescentes, la transición que supone la pubertad es tormentosa, pero para la mayoría no lo es. Todos los períodos del ciclo vital tienen su estrés. La pubertad no es distinta. Plantea nuevos desafíos, producto de los cambios evolutivos emergentes, pero la inmensa mayoría de adolescentes supera adecuadamente este estrés. (Santrock, 2004, p. 66)

Otro aspecto importante es que la adolescencia no sólo se pasa por cambios biológicos, sino también por cambios cognitivos y sociales.

Sin embargo, esto no significa que la maduración no influya sobre el desarrollo, sino que debemos evaluar los efectos de la pubertad dentro de un marco más amplio integrado por contextos biológicos, cognitivos y socioemocionales en proceso de interacción (Brooks-Gunn, 1992; Sarigiani y Petersen, 2000). (Citado en Santrock, 2004, p. 66)

La adolescencia contiene una inter direccionalidad, no solo se centra en un tópico, sino que de uno se enlaza a otro más, teniendo como objetivo en este capítulo, entender la importancia del mundo físico, cognitivo y psíquico de los adolescentes.

## **2.2 Desarrollo Cognitivo**

Es importante establecer que la madurez no sólo se nota en la apariencia del adolescente en desarrollo, pues también hay procesos cerebrales que se presentan en esta etapa, que es el preámbulo a la adultez.

El desarrollo del cerebro del adolescente todavía está en progreso. Entre la pubertad y la adultez temprana tiene lugar cambios espectaculares en las estructuras del cerebro involucradas en las emociones, el juicio, la organización de la conducta y el autocontrol. (Santrock, 2004, p. 328)

Dentro del cerebro hay cambios importantes según Santrock (2004), “Los investigadores han descubierto que los cuerpos celulares y las dendritas no cambian mucho durante la adolescencia, pero los axones se siguen desarrollando

durante este periodo evolutivo” (Pfefferbaum et al., 1994; Rajapakse et al, 1996) (Citado en Santrock, 2004, p. 68)

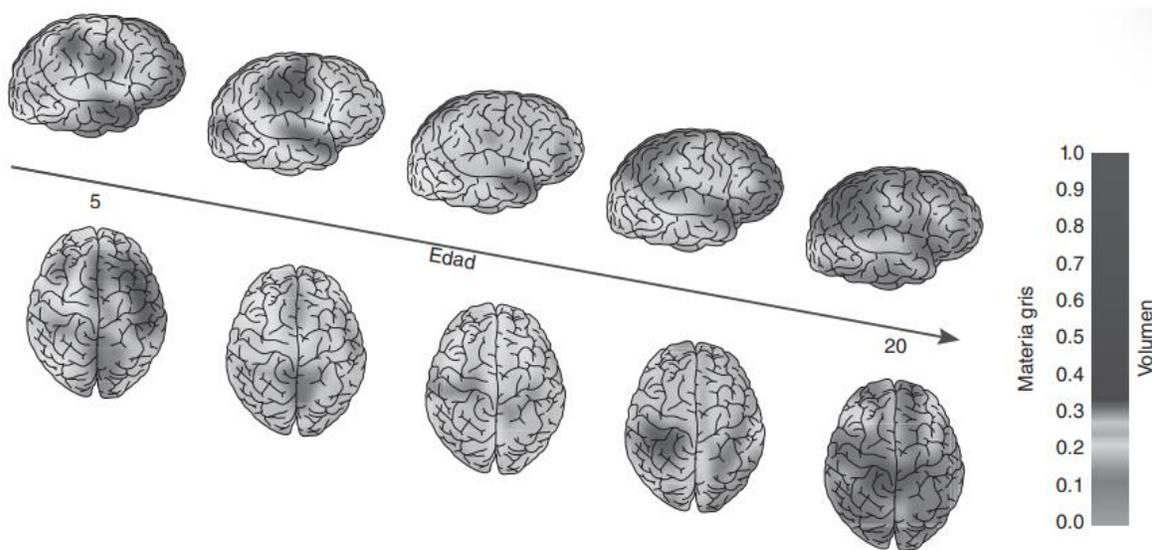
El autor nos relata que hay un crecimiento dendrítico y de mielinización en los axones y que este crecimiento puede seguir durante la etapa adulta,

Además de la proliferación dendrítica y del crecimiento de los axones asociado a la mielinización, otro aspecto importante del desarrollo cerebral a nivel celular es el sorprendente incremento de las conexiones entre neuronas (un proceso que se conoce como sinaptogénesis) (Ramey y Ramey, 2000). Las sinapsis son los espacios existentes entre neuronas donde se establecen las conexiones entre axones y dendritas. (Santrock, 2004, p. 68).

Papalia (2015) indica que hay un desarrollo pronunciado en otras partes del cerebro, “Un cambio muy importante es el incremento de materia blanca (fibras nerviosas que conectan distintas partes del cerebro). Esto permite que los impulsos nerviosos se transmitan más rápido y ayuda a las neuronas a sincronizar su tasa de disparo” (Papalia, 2015, p. 329).

Además de que este aumento, genera cambios importantes en el cuerpo calloso, los hemisferios del cerebro y otras partes importantes.

Es más evidente en el cuerpo calloso, un haz de fibras nerviosas, axones, que conecta a los dos hemisferios del cerebro [...] el aumento de materia blanca también se produce en el lóbulo frontal, temporal y parietal (ACT for Yotuh, 2002; Blakemore y Choudhury, 2006; Kuhn, 2006; National Institute of Mental Health [NIMH], 2001b; Geidd, 2008. (Citado en Papalia, 2015, p. 329)



**Figura 9. Desarrollo del cerebro entre los 5 y los 15 años.**

**(Papalia y Martorell, 2015).**

Dentro de la etapa de la adolescencia, está la existencia de emociones y comportamientos impulsivos y poco racionales; según Papalia (2015), tienen su génesis en el desarrollo cerebral,

Los cambios en la materia blanca y gris de la amígdala y de la corteza prefrontal podrían explicar por qué los adolescentes hacen elecciones incorrectas basándose en sus emociones en vez de hacerlas basándose en la lógica y la previsión. La amígdala tiene una importante participación en las reacciones emocionales; se desarrolla antes que la corteza prefrontal. La corteza prefrontal está involucrada en la planeación, el razonamiento, el juicio, la regulación emocional y el control de impulsos. Las áreas del cerebro relacionadas con las reacciones emocionales se desarrollan antes que el área responsable de tomar decisiones (Nelson, Thomas y deHann, 2006). (Citado en Papalia, 2015, p. 330)

Es por ello que, al estar estas áreas en subdesarrollo, los adolescentes pueden ser más propensos a consumo y abuso de sustancias, al poco entendimiento de advertencias e instrucciones, etc.,

Las conexiones neuronales se conservan y fortalecen, el desarrollo que sostiene un mayor crecimiento cognoscitivo en esas áreas (Kuhn, 2006). Los adolescentes que «ejercitan» su cerebro mediante el aprendizaje para ordenar sus pensamientos, comprender conceptos abstractos y controlar sus impulsos sientan las bases neuronales que les servirán por el resto de sus vidas (ACT for Youth, 2002, p. 1). (Citado en Papalia, 2015, p. 330)

Podemos ver la importancia de la actividad cerebral en los adolescentes, y como estos procesos madurativos, se verán vinculados en el actuar de estos. Es momento de que hablemos de las teorías que se encuentran ante el procesamiento de la información, pensamiento abstracto, entre otros.

Los adolescentes, entran en lo que Piaget denominó el nivel más alto del desarrollo cognoscitivo, -las operaciones formales- cuando perfeccionan la capacidad de pensamiento abstracto. Esta capacidad, por lo regular alrededor de los 11 años, les proporciona una forma nueva y más flexible de manipular la información. (Papalia, 2015, p. 340)

Entre estas operaciones formales están, el poder utilizar símbolos que representan a otros, como en el caso del estudio del algebra, entienden de mejor manera las metáforas y encontrar mayor significado en la literatura. “Pueden pensar en términos de lo que *podría ser* y no solo de lo que *es*. Pueden imaginar posibilidades y formar y probar hipótesis” (Papalia, 2015, p. 340).

Este momento lleva a Papalia (2015) a dirigirse al *razonamiento hipotético deductivo* en los adolescentes,

El razonamiento hipotético deductivo implica un enfoque metódico y científico para la resolución de problemas, caracteriza al razonamiento de operaciones formales; involucra la capacidad de desarrollar, analizar y probar una

hipótesis, se puede comparar al joven con un científico que resuelve un problema. (Papalia, 2015, p. 340)

Así como para Piaget existían los estadios de las operaciones formales, la teoría de Vygotsky hablaba de la zona de desarrollo próximo (ZDP).

que se refiere a aquellas tareas que son demasiado difíciles para que un individuo realice solo, pero puede acabar realizándolas si cuenta con la guía y ayuda de un adulto o de un compañero más capacitado (Santrock, 2004, p. 90).

De este modo el nivel inferior de la zona de desarrollo próximo ZDP es el nivel de resolución de problemas alcanzado por el adolescente trabajando de forma independiente. El nivel superior es el nivel de responsabilidad adicional que puede aceptar el adolescente cuando cuenta con la ayuda de un sujeto más capacitado. (Santrock, 2004)

Para Vygotsky, era necesario entender que la cultura, los padres de familia, grupo de iguales, áreas como el uso de la tecnología y las relaciones que se experimentan entre estos contextos, hacen que el sujeto pueda llegar a una zona de independencia, sin necesidad de ser instruido por otro más capacitado.

Dentro de los marcos de estudio cognitivos de los adolescentes se encuentra la teoría del procesamiento de la información, que según Santrock (2004) consiste en lo siguiente:

El procesamiento de la información puede considerarse tanto como un marco teórico sobre el desarrollo adolescente como una faceta de este desarrollo. Como marco teórico, el procesamiento de la información incluye ciertas ideas sobre cómo funciona la mente de los adolescentes y los mejores métodos para estudiar este funcionamiento (Logan, 2000). Como faceta del desarrollo, cuando el niño hace la transición a la etapa adulta a través de la adolescencia, cambian diversos aspectos del procesamiento de la información. (Citado en Santrock, 2004, pp. 94,95)

En estas divisiones también está la de Eccles, Wigfield y Byrnes (2003), que se divide en dos,

“Cambio estructural [...] incluyen 1) cambios en la capacidad de memoria de trabajo y 2) la cantidad creciente de conocimiento almacenado en la memoria a largo plazo”. (Citado en Papalia, 2015, p. 342)

Que a su vez, la capacidad de memoria de trabajo al ampliarse en la adolescencia, permite lidiar con problemas complejos y decisiones. Respecto a la memoria de largo plazo puede ser: el conocimiento declarativo (“saber que...”), el conocimiento procedimental (“saber cómo...”) y el conocimiento conceptual (“saber por qué...”) (Papalia, 2015).

En segundo lugar, “Cambio funcional. Los procesos para obtener, manejar y retener la información son aspectos funcionales de la cognición” (Papalia, 2015, p. 342).

Entre estos cambios, existen dos a mencionar:

1) el incremento continuo de la velocidad del procesamiento (Kuhn, 2006 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 memoria de trabajo. Estas habilidades parecen desarrollarse a tasas variables (Blakemore y Choudhury, 2006; Kuhn, 2006). (Citado en Papalia, 2015, p. 342)

Es preciso resaltar que el lenguaje de los adolescentes cambia,

Con la llegada del pensamiento abstracto, los adolescentes pueden definir y discutir abstracciones como amor, justicia y libertad. Hacen uso más frecuente de términos como *sin embargo, por lo demás, de todos modos, por consiguiente, de verdad y probablemente* para expresar relaciones lógicas. Toman mayor conciencia de las palabras como símbolos que pueden tener significados múltiples; disfrutan del uso de la ironía, los juegos de palabras y metáforas (Owens, 1996). (Citado en Papalia, 2015, p. 343)

Es importante señalar que el vocabulario será distinto en género, origen étnico, edad, región geográfica, vecindario etc. Además, que este tiene como propio objetivo consolidar vínculos (Papalia, 2015).

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. En creación de dichas expresiones, los jóvenes emplean su recién descubierta habilidad para jugar con las palabras a fin de “definir los valores, gustos y preferencias únicos aceptados por su generación” (Elkind, 1998, p. 29). (Citado en Papalia, 2015, p. 343)

El proceso cognitivo del ser humano, en este caso de los adolescentes, tiene muchas ópticas para poder ser comprendido a profundidad, es una etapa importante en el desarrollo, que como se ve en los párrafos anteriores, tiene una influencia en los comportamientos del sujeto a futuro, además que, con estos procesos madurativos, se puede crear un perfil personal de cada uno.

### **2.3 Desarrollo emocional**

Un punto importante dentro de la adolescencia es el emocional, pues como se escribía en párrafos anteriores, esta etapa no es lineal, está acompañada de distintos cambios y adaptaciones, por ello es importante escribir acerca de la subjetividad de los adolescentes en esta etapa de conocimiento y autoconocimiento.

“La adolescencia es, en palabras de Françoise Dolto (1990), “un estado que se prolonga según las proyecciones que los jóvenes reciben de los adultos y según lo que la sociedad les impone como límites de exploración” (López, 2013, párr. 7).

Dentro de la adolescencia, el duelo es una parte fundamental, pues en este momento, el adolescente tiene que renunciar al cuerpo infantil y a los padres infantiles, mientras que se comienza a concebir una imagen más adulta de él/ella;

a su vez desde la óptica de los padres de igual manera se vive un duelo, en este se encuentra la renuncia de que los hijos dejan de ser niños, para comenzar a tomar actitudes y decisiones propias, que le encaminen a la vida adulta.

Para definir el duelo; López (2013) relata,

Para Freud (1917) el duelo es la reacción a la pérdida de un ser amado o de una abstracción equivalente: la patria, la libertad, el ideal, etcétera. Freud menciona que una vez que el objeto amado no existe ya, la realidad demanda que la libido abandone todas sus relaciones con el mismo, Este proceso le lleva tiempo a la persona, ya que primero experimenta negación, se observa que antes de abandonar todas sus relaciones con el objeto, se lucha por recuperarlo, por evitar la disolución de la relación, pero una vez que se han agotado los recursos es importante que la persona abandone esta lucha. Se espera que el objeto perdido se sustituya por otro objeto una vez pasado el proceso de duelo; pero de acuerdo a Freud de no ser así se estaría ante una fijación al objeto perdido que pudiera dura toda la vida. (López, 2013, párr. 2)

Es por ello que es importante hablar que, durante esta etapa, los adolescentes atraviesan por distintos duelos el primero de ellos, según López (2013): “El duelo por el cuerpo infantil perdido consiste en que los adolescentes sienten sus cambios como algo extremo frente a los cual se encuentran como un espectador impotente de lo que está ocurriendo dentro de su organismo” (Aberastury y Knobel, 8) (Citado en Lopez, 2013, párr. 17).

Como veíamos en el subtema anterior, se comienzan a presentar y evidenciar distintos cambios físicos que, “Sólo cuando el adolescente es capaz de aceptar simultáneamente los dos aspectos, el de niño y el de adulto, puede empezar a aceptar en forma fluctuante los cambios de su cuerpo y comienza a emerger su nueva identidad” (López, 2013, párr. 29).

El siguiente duelo es el duelo por los padres de la infancia, puesto que durante la etapa de la adolescencia se da un doble duelo, la del hijo por la pérdida

de los padres de la infancia y la de los papás que se da por la pérdida de la relación de sometimiento infantil que tenían sus hijos (López, 2013).

Abriéndose así paso para que los hijos busquen de manera independiente su valía y significado,

Huerta (15) dice que desde el momento en que se da el desprendimiento de los padres y de las figuras familiares, más cercanas de la infancia se da pie de verdaderas crisis existenciales; pero éstas son una condición del desarrollo en la pubertad. El adolescente pretende «no solo tener a los padres protectores y controladores, sino que periódicamente se idealiza la relación con ellos, buscando un suministro continuo que en forma imperiosa y urgente debe satisfacer las tendencias inmediatas, que aparentemente facilitarían el logro de la independencia». (López, 2013, párr. 36,37)

El último duelo, según Lopez (2013), es el duelo por el rol y la identidad infantil,

Lehalle (21) señala que las identificaciones parentales se muestran insuficientes ya que se ha producido el duelo de las imágenes parentales y la superación del nexo objetal infantil, por lo que haya que superar, por una parte, las antiguas identificaciones, pero, por el otro lado, las identificaciones antiguas constituyen la persona, de ahí el sentimiento de extrañeza con respecto de uno mismo y la necesidad de una nueva construcción individual. (López, 2013, párr. 50)

Situación que va generando cambios continuos, como la identidad, los mecanismos de duelo, identificación proyectiva, etc.

El pensamiento comienza a funcionar de acuerdo con las características grupales, lo que permite mayor estabilidad gracias al apoyo y al agrandamiento que significa el yo de los demás con el que el sujeto se identifica. (Citado en López, 2013, párr. 51).

De acuerdo con ello, es preciso comentar la importancia de la identidad dentro el contexto emocional.

Durante los años de la adolescencia aparece en escena la búsqueda de la **identidad**, definida por Erikson como una concepción coherente del yo, compuesta por metas, valores y creencias con las que la persona establece un compromiso sólido. El desarrollo cognoscitivo de los adolescentes les permite construir una «teoría del yo» (Elkind, 1998). (Citado en Papalia, 2015, p. 357)

Los adolescentes mantienen el saber quiénes son y porqué son diferentes a los demás, se dan cuenta de su unicidad. “Sea real o imaginario, aparición del sentido del yo y la sensación de exclusividad es una fuerza motivadora en la vida de un adolescente” (Santrock, 2004, p. 246).

**La comprensión de sí mismo.** *Es la representación que tiene el adolescente de su yo: la sustancia y el contenido de dicha representación [...] La comprensión de sí mismo que tiene un adolescente se basa, en parte en los distintos roles representados (Harter, 1990a). Aunque no contiene todos los componentes de la identidad personal, la comprensión de sí mismo proporciona los fundamentos racionales de dicha identidad. (Citado en Santrock, 2004, p. 247)*

Entre las dimensiones del yo que se encuentran, en su primer momento, que los adolescentes se piensan y se definen de forma idealizada, con ello este yo, se mantiene inestable, fluctuante hasta llegar a la etapa adulta, pasando por descripciones contradictorias pues estas funcionan para construir la personalidad del sujeto (Santrock, 2004).

**El yo real y el ideal, verdadero y falso.** La capacidad de los adolescentes de construir un yo ideal, aparte del yo real puede confundirlos. El reconocimiento de las discrepancias entre el *yo real* y el *yo ideal* representa un avance cognitivo. (Santrock, 2004, p. 247)

Las discrepancias que están ligadas entre el yo real y el yo ideal pueden producir sensaciones de fracaso y de autocrítica, indicando un problema de adaptación, es por ello que se abre un yo posible (Santrock, 2004).

“**El yo posible**, aquello en lo que se puede convertir una persona, aquello en lo que le gustaría convertirse y aquello en lo que teme convertirse (Cota-Robles, Neiss y Hunt, 2000; Markus y Nurius, 1986)” (citados en Santrock, 2004, p. 248).

El mantener el *yo posible* en los adolescentes es psicológicamente saludable, pues al mantener objetivos a futuro, como crecimiento personal y profesional, se acercan al cumplimiento de objetivos y metas, llevando a que los adolescentes tengan futuros positivos; el falso yo, tiende a presentarse al momento que los adolescentes suelen mantener citas románticas, aunque estudios afirman que los adolescentes que se sienten apoyados por sus padres, no acuden a la salida de este falso yo con los demás (Santrock, 2004).

Un punto importante es el de la *introspección*, pues durante la adolescencia existe una preocupación e inseguridad en los sujetos, orillando a crear redes de apoyo en su mayoría con sus amigos, en ellos buscan opiniones e información al momento de autoevaluaciones que tienen que ver con la esfera social (Santrock, 2004). Este apartado lleva a compartir conceptos importantes como la autoestima y el autoconcepto,

“La **autoestima** es la dimensión global mediante la que se evalúa el yo. También se conoce como *autovalía* o *auto-imagen*. [...] El **autoconcepto** se refiere a las evaluaciones del yo en un ámbito o dominio específico” (Santrock, 2004, p. 250).

La diferencia entre ambos términos es que en la autoestima los adolescentes pueden percibirse a ellos mismos por lo que son, mientras que en el autoconcepto pueden evaluarse en un contexto o área específica, como lo son los estudios o los deportes. Es por ello que en esta etapa de igual manera es importante la relación parental y de iguales.

“Las relaciones con los padres y con los iguales son dos fuentes importantes de apoyo social que influyen sobre la autoestima de un adolescente” (Santrock, 2004, p. 251).

La relación con los padres y la autoestima de los adolescentes radica en la demostración de afecto, la armonía familiar, tener tiempo de calidad en familia, establecimiento de normas y su cumplimiento además de tener libertades y límites (Santrock, 2004).

“El apoyo emocional y la aprobación social en forma de afirmación procedente de los demás también es una forma importante de influir sobre la autoestima de los adolescentes” (Harter, 1900b; citado en Santrock, 2004, p. 253).

La autoestima también eleva cuando, ante un problema adolescente intenta afrontarlo en vez de evitarlo (Lazarus, 1991) Si prevalece el afrontamiento sobre la evitación, el adolescente aprende a enfrentarse a los problemas de forma realista, con honestidad y sin ponerse a la defensiva. (Citado en Santrock, 2004, p. 253)

Como se puede ver, el mundo emocional en la adolescencia es un tema importante dentro de la investigación, pues la identidad, la autoestima y el auto reconocimiento son momentos que parten del duelo que se vive en esta etapa del desarrollo, abriendo canales significativos para la socialización.

## **2.4 Desarrollo social**

Dentro del desarrollo social, se encuentran los actos de cada adolescente en búsqueda de su autonomía, el alejamiento de los vínculos familiares y el alojamiento de las relaciones con los iguales, son momentos importantes que se tocarán dentro de este subtema.

La principal tarea de la adolescencia, decía Erikson (1968), es confrontar la **crisis de identidad frente a confusión de identidad**, o *identidad frente a confusión de roles* de modo que pueda convertirse en un adulto único con un

coherente sentido del yo y un rol valorado en la sociedad. (Citado en Papalia, 2015, p. 357).

Este último estadio es el afrontamiento del adolescente ante quién es, qué hace en la vida y hacia dónde va. Considerando así que la identidad es considerada como un concepto clave en el desarrollo del adolescente y que esta puede ser reveladora ante la forma de pensar y de sentir de los adolescentes (Santrock, 2004).

Además, durante esta etapa se encuentra la experimentación de roles y personalidades, siendo la respuesta ante estos cambios repentinos en los adolescentes, en cuanto a su vestimenta y relaciones,

Conforme se van dando cuenta de que van a ser responsables de sí mismos y de sus vidas. Muchos padres y otros adultos, acostumbrados a la obediencia infantil, pueden desconcentrarse o enfadarse ante la rebeldía, las ocurrencias y los rápidos cambios de humor propios de los adolescentes. (Santrock, 2015, p. 254)

Desde este punto, los adolescentes dejan de seguir conceptos, tolerar críticas, aunque el adolescente sigue siendo dependiente de los padres en algunas cuestiones,

La supervisión eficaz depende de cuanto permitan los adolescentes que sus padres sepan de su vida cotidiana, revelaciones que pueden depender de la atmosfera que los padres hayan establecido. Además, igual que con los niños más jóvenes, las relaciones de los adolescentes con los padres son afectadas por la situación de vida de estos últimos, su trabajo y su estatus marital y socioeconómico. La personalidad también es un factor importante. La amabilidad de los adolescentes y la extroversión de los padres predicen la calidez de la relación (Denissen, van Aken y Dubas, 2009). (Citado en Papalia, 2005, p. 371)

Parte importante dentro de la identidad juvenil es la sexualidad,

Verse a sí mismo como un ser sexuado, reconocer la propia orientación sexual y establecer vínculos románticos o sexuales son aspectos que acompañan la adquisición de la identidad sexual. La conciencia de la sexualidad es un aspecto importante de la formación de la identidad. (Papalia, 2015, p. 362)

Dentro de la sexualidad se encuentra la identidad sexual, siendo un momento de experimentación; Papalia (2015) dice,

Que la persona sienta una atracción sexual consistente por personas del sexo opuesto (heterosexual), del mismo sexo (homosexual) o de ambos (bisexual). Y, tal como sucede con otras áreas importantes del desarrollo, las adolescentes pueden manifestar estados de identidad variados a medida que forman su identidad sexual. (Papalia, 2015, p. 363)

El adolescente; al ser consciente de su sexualidad y acercamientos hacia su identidad sexual, se encuentra el momento de la actividad sexual,

De acuerdo con encuestas nacionales, 42.5% de los jóvenes solteros de 15 a 19 años ha tenido relaciones sexuales (Abma, Martinez y Copen, 2010) y 77% de los jóvenes estadounidenses ya han tenido relaciones sexuales hacia los 20 años (Finer, 2007). La chica promedio tiene su primera relación sexual a los 17 años y el muchacho promedio, a los 16, y alrededor de una cuarta parte de los jóvenes y las muchachas informan que tuvieron su primera relación sexual al llegar a los 15 años (Klein y AAP Committee on Adolescence, 2005). (Citado en Papalia, 2015, p. 364)

En este apartado existen riesgos como las Infecciones de Transmisión Sexual, orillando a los jóvenes a vivir su actividad sexual de distintas maneras y aunque en los primeros encuentros sexuales que tienen usan algún anticonceptivo, al momento de usar anticonceptivos recetados, dejan de utilizar el método de barrera como el condón, también estos jóvenes obtienen información sobre salud sexual entre su grupo de iguales, padres, escuela y medios (Papalia, 2015).

Sin embargo, la desinformación, el uso de discursos de abstinencia, orillan a los jóvenes a tomar riesgos permanentes como una ETS o la falta de planificación familiar y que estos jóvenes se vuelvan en padres adolescentes (Papalia, 2015).

Para los jóvenes, en esta etapa de la adolescencia, tienen un espíritu de búsqueda de independencia y autonomía, establecen relaciones con sus iguales.

“El involucramiento con los pares se caracteriza por el contacto principalmente con aquellos del mismo sexo y la aparición de la necesidad de amistades exclusivas, [...] con quienes divertirse y compartir secretos” (Gaete, 2015, p. 440).

Entre la diversidad de grupos de amigos, Papalia (2015) destaca que,

Las pandillas o camarillas [...] adquieren mayor importancia. Un tercer tipo más grande de agrupamiento por lo general no existe antes de la adolescencia, no se basa en las interacciones personales sino en la reputación, imagen o identidad. La pertenencia a la muchedumbre es una construcción social: por ejemplo, los atletas, los nerds o los drogadictos. Esos tres niveles de agrupamiento pueden existir de manera simultánea y sobreponerse entre sus integrantes, los cuales pueden cambiar con el tiempo [...] (B. B. Brown y Klute, 2003). (Citado en Papalia, 2015, p. 376)

Papalia (2015) escribe que el reconocimiento entre iguales es una situación primordial dentro de la etapa de la adolescencia, así como tomar riesgos en grupo. (p. 376).

Entre los aspectos importantes en la relación con los pares, pueden encontrarse negativos y positivos,

La presión de los pares puede influir tanto de manera positiva, -motivándolo a destacar en lo académico, deportivo, a postergar el inicio de las relaciones sexuales, etc.-, como negativa, favoreciendo por ejemplo que se involucre en conductas de riesgo”. (Gaete, 2015, p. 441)

En las relaciones con los iguales, Papalia (2015) destaca dos,

la intensidad e importancia de las amistades y la cantidad de tiempo que se pasa con los amigos sean mayores en la adolescencia que en cualquier otro momento del ciclo de vida. Las amistades tienden a incrementar su grado de reciprocidad, equidad y estabilidad. Las que no son menos satisfactorias pierden importancia o se abandonan. (Papalia, 2015, p. 376)

Las relaciones amorosas inician en la etapa de la adolescencia donde ambos géneros comienzan relacionarse más,

Por lo general, pasan de los grupos mixtos o citas en grupo a relaciones románticas individuales que, a diferencia de las amistades con el sexo opuesto, ellos describen que involucran pasión y un sentido de compromiso (Bouchey y Furman, 2003; Furman y Wehner, 1997). (Citado en Papalia, 2015, p. 377)

En la adolescencia se mantiene una perspectiva distinta en cuanto a las relaciones amorosas, en la adolescencia media los jóvenes comienzan relaciones con una duración de meses a un año, que finalmente termina perdiendo importancia, a la edad de los 16 años, al tener una relación, los jóvenes mantienen su vista y energía en ella, alejándose de la relación con los padres, amigos, etc. Es hasta la adolescencia tardía que las relaciones cumplen las necesidades emocionales y que tienen una durabilidad a largo plazo (Papalia, 2015).

En este punto hay factores de riesgo, como lo es la violencia en el noviazgo, la cual puede estar determinada,

“Los factores de riesgo que pueden predecir la violencia incluyen el abuso de drogas, el conflicto y/o maltrato en el hogar, la relación con compañeros antisociales y vivir en vecindarios con altas tasas de delincuencia y consumo de drogas (Chil Trends, 2012a, 2010b)” (citado en Papalia, 2015, p. 378).

Esta violencia también está asociada a la conducta antisocial, aunque está pudiera estar vinculada a factores ambientales y biológicos,

los genes por sí solos no predicen la conducta antisocial. Hallazgos recientes sugieren que, aunque la genética influye en la delincuencia, en la expresión de los genes participan influencias ambientales que incluyen a la familia, los amigos y la escuela (Guo, Roettger y Cai, 2008). (Citado en Papalia, p. 379)

Los déficits neurobiológicos, en particular en las partes del cerebro que regulan las reacciones al estrés, pueden ayudar a explicar por qué algunos niños adquieren características antisociales. Como resultado de esos déficits neurológicos, que pueden ser el resultado de la interacción de factores genéticos o un temperamento difícil con ambientes tempranos adversos, es posible que los niños no reciban o no hagan caso de las señales de advertencia para refrenar la conducta impulsiva o temeraria (van Goozen et al., 2007). (Citado en Papalia, 2015, p. 379)

Estas conductas pueden estar conectadas desde la relación con los padres, pues esta pudo ser hostil y severa con el adolescente o que haya sido una relación ausente con patrones negativos fomentando y reforzando la conducta antisocial (Papalia, 2015).

En la elección de iguales antisociales influyen sobre todo factores ambientales (Iervolino et al., 2002). Los jóvenes se acercan hacia otros con educación similar a la suya y que se les parecen en logro escolar, ajuste y tendencias prosociales o antisociales (Collins et al., 2000). (Citado en Papalia, 2015, p. 380)

Dentro de la influencia negativa de las relaciones con los pares, pueden estar asociados algunos trastornos que es preciso puntualizar,

Los trastornos de la salud mental aumentan su incidencia durante esta etapa de la vida y a veces dan lugar a pensamientos o conductas suicidas. Los trastornos psicóticos, como la esquizofrenia, aunque poco frecuentes, suelen llamar más la atención en la adolescencia tardía. Los trastornos alimentarios, como la anorexia nerviosa y la bulimia nerviosa, son relativamente frecuentes entre las niñas y son difíciles de detectar porque los adolescentes hacen todo

lo posible para ocultar dichos comportamientos y los cambios de peso.  
(Graber, 2021, párr. 10)

Es importante evidenciar que cada subtema en el desarrollo de la adolescencia contiene situaciones que marcarán las pautas en la etapa adulta de estos; es importante que se pueda llevar a cabo un buen acompañamiento familiar, junto con las buenas relaciones entre iguales, para que los adolescentes superen esta etapa con una buena adaptabilidad que le funcionara como apoyo al momento de la etapa adulta.

También es necesario que los adolescentes tomen consciencia de estos cambios y puedan mantener un equilibrio al momento de cada vivencia, además de genera redes de apoyo para aquellos que se encuentren en situaciones de riesgo.

### III. HISTORICIDAD DE LOS JUEGOS VIRTUALES

#### 3.1 Desarrollo Histórico Mundial de los videojuegos

Durante las últimas décadas, ha existido el uso de los juegos virtuales en poblaciones de niños y adolescentes, la historia de esta afición mantiene sus inicios desde los años de los 90, conforme pasan los años y avanzan las generaciones, existen distintos contenidos; las consolas y los dispositivos para el uso de estos juegos se han sofisticado, actualmente se tiene acceso fácil desde teléfonos celulares, tabletas y similares, pero no siempre fue así. No se tienen versiones oficiales de cuál fue el primer videojuego con exactitud, pero en este capítulo se plasman destacados datos.

Aarseth (2007), conceptualiza los videojuegos de la siguiente manera,

“Consisten en contenido artístico no efímero (palabras almacenadas, sonidos e imágenes), que coloca a los juegos mucho más cerca del objeto ideal de las Humanidades, la obra de arte... se hacen visibles y textualizables para el observador estético” (citado en Eguia, Contreras y Solano 2013, p. 5).

En cuanto a los registros del primer videojuego, se encuentra que,

Se puede considerar como primer videojuego el Nought and crosses<sup>2</sup>, también llamado OXO, desarrollado por Alexander S. Douglas en 1952. El juego era una versión computerizada del tres en raya que se ejecutaba sobre la EDSAC y permitía enfrentar a un jugador humano contra la máquina. (Retro Informática, 2022, párr. 1).

Posteriormente,

En 1958 William Higginbotham creó, sirviéndose de un programa para el cálculo de trayectorias y un osciloscopio, *Tennis for Two* (tenis para dos) un

---

<sup>2</sup> Nought and crosses es el juego que en México se conoce como “El juego del gato”.

simulador de tenis de mesa para entrenamiento de los visitantes de la exposición *Brookhaven National Laboratory* (Retro Informática, 2022, párr. 2).

Este juego fue el primer que permitía interactuar a dos jugadores; más tarde, un estudiante del Instituto Tecnológico de Massachussets, creó *Spacewar* (Flores, 2014).

En 1962 Steve Russel desarrollo un videojuego al que llamó *Spacewar*. Dicho videojuego consistía en «dos triángulos que fungían como naves, las cuales flotaban en el espacio vacío de la pantalla negra como fondo tratando de eliminarse» (Garfias: 2010). Belli y López (2008) también consideran este videojuego como el primero y argumentan que fue el primero en tener éxito. (Citado en, Flores, 2014, p. 5)

*Spacewar*, fue un éxito dentro del espacio universitario y se pensaba que se mejorará el software; años después,

En 1966 Ralph Baer empezó a desarrollar junto a Albert Maricon y Ted Dabney, un proyecto de videojuego llamado Fox and Hounds dando inicio al videojuego doméstico. Este proyecto evoluciona hasta convertirse en la Magnavox Odyssey, el primer sistema doméstico de videojuegos lanzado en 1972 que se conectaba a la televisión y que permitía jugar varios juegos pregrabados. (Retro Informática, 2022, párr. 5)

Entre los años de 1970 a 1979, el panorama fue el siguiente,

en 1971 cuando Nolan Bushnell comenzó a comercializar Computer Space, una versión de Space War, aunque otra versión recreativa de Space War como fue Galaxy War puede que se le adelante al principio de los 70 en el campus de la universidad de Standford”. (Retro Informática, 2022, párr. 6)

Es preciso puntualizar que Bushnell fue una figura destacada dentro del mundo de los videojuegos, esto, según Flores (2014).

Belli y López (2008:162) y Gaya (2010:16) argumentan que Bushnell fue uno de los personajes más importantes en la historia de los videojuegos, pues fue el fundador de una de las empresas más populares en cuanto a videojuegos. Atari. Fue también en 1972 que surgieron varios avances tecnológicos que facilitaron el desarrollo de este material, entre los más importantes se encuentran los microprocesadores y los chips de memoria. (Citado en Flores, 2014, p. 6)

Dentro de este mismo año, aparecieron salones como los *Space Invaders* (Taito) o *Asteroids* (Atari) (Retro Informática, 2022).

Más adelante, “Los años 80 comenzaron con un fuerte crecimiento en el sector del videojuego alentado por la popularidad de los salones de máquinas recreativas y de las primeras videoconsolas aparecidas en la década de los 70” (Retro Informática, 2022, párr. 9).

En la década de 1980 empresas como Phillips, Mattel, Coleco, Atari y Commodore desarrollaron consolas domesticas como Odyssey 2, Intellivision, Colecovision, Atari 5200, Commodore 64 y Turbografx, respectivamente. También surgieron juegos que tuvieron mucho éxito en los salones de recreación, tales juegos incluyen *Pacman*, *Battle Zone*, *Pole Position*, *Tron* y *Zaxxon*. (Belli y López, 2008: 163). (Citado en Flores 2014, p. 6)

A pesar de la gran popularidad de este negocio, al llegar el año de 1983 comenzó la crisis del videojuego, afectando a Estados Unidos y Canadá y no llegó a su fin hasta 1985 (Retro Informática, 2022).

Japón apostó por el mundo de las consolas con el éxito de Famicom (llamada en occidente como Nintendo Entertainment System), lanzada por Nintendo en 1983 mientras en Europa se decantaba por los microordenadores como el Commodore 64 o el Spectrum. (Retro Informatica, 2022, párr. 12)

Por su parte los estadounidenses incorporándose después de la crisis, adoptaron a las *NES (Nintendo Entertainment System)* como su principal sistema de juego, apareciendo así otros sistemas como la *Master System (Sega)*, el *Amiga (Commodore)* y el *7800 (Atari)*, acompañados de juegos como lo que se conoce hoy como *Tetris* (Retro Informática, 2022).

En 1985 apareció *Super Mario Bros*, que supuso un punto de inflexión en el desarrollo de los juegos electrónicos, ya que la mayoría de los juegos anteriores solo contenían unas pocas pantallas que se repetían en un bucle y el objetivo simplemente era hacer una alta puntuación. El juego desarrollado por Nintendo supuso un estallido de creatividad. Por primera vez teníamos un objetivo y un final en un videojuego. En los años posteriores otras compañías emularon su estilo de juego. (Retro informática, 2022, párr. 15)

Se volvieron populares los siguientes juegos, en aquella temporada, “*Defender, Rally-X, Dig Dug, Bubble Bobble, Gauntlet, Out Run* o *Shinobi* además de producirse un cambio en cuanto a la nacionalidad de los juegos, pasando a ser Japón la mayor productora” (Retro informática, 2022, párr. 16).

Según *Retro Informática (2022)*, durante la década de 1900 a 1999, gracias a la *generación de 16 bits*; se dio un avance destacable en las consolas, entre ellas, la *Mega Drive*, la *Super Nintendo Entertainment* de *Nintendo*, la *PC Engine* de *NEC* y la *CPD Changer* de (*Capcom*) (Retro Informática, 2022).

“Esta generación supuso un importante aumento en la cantidad de jugadores y la introducción de tecnologías como el CD-ROM, una importante evolución dentro de los diferentes géneros de videojuegos, principalmente gracias a las nuevas capacidades técnicas” (Retro Informática, 2022, párr. 20).

En este siguiente avance dentro de la industria, diversas compañías se centraron en la creación de juegos tridimensionales, de primera mano se tuvo un acercamiento notable en las *PC*, mientras que las consolas de 16 bits gracias a la tecnología *3D* y pre-renderizada, tuvo como exponentes los juegos *Donkey Kong*

*Country* y *Killer Instinct* y por último gracias a la consola *Vitual Racing* se marcó un antes y después en los juegos 3D (Retro Informatica, 2022).

Dado a la popularidad de consolas y ordenadores más potentes, los juegos *arcades* tuvieron un declive lento e imparable (Retro Informática, 2022).

Por su parte los videojuegos portátiles, producto de las nuevas tecnologías más poderosas comenzaron su verdadero auge, uniéndose a la *Game Boy* máquinas como la *Game Gear* (Sega), *Linx Boy*, siendo esta y sus descendientes (*Game Boy Pocket*, *Game Boy Color*, *Game Boy Advance*, *Game Boy Advance SP*) las dominadoras del mercado. (Retro Informática, 2022, párr. 24)

La consola de *PlayStation* era la más popular a finales de la década, por los siguientes juegos: *Final Fantasy VII* (Square), *Resident Evil* (Capcom), *Winning Eleven 4* (Konami), *Gran Turismo* (Polyphony Digital) y *Metal Gear Soli* (Konami) (Retro Informática, 2022).

En PC eran muy populares los FPS (juegos de acción en primera persona) [...] y los RTS (juegos de estrategia en tiempo real) [...] Además, conexiones entre ordenadores mediante internet facilitaron el juego multijugador, convirtiéndolo en la opción predilecta de muchos jugadores, y fueron las responsables del nacimiento de los MMORPG (juegos de rol multijugador online) como *Ultima Online* (Origin). Finalmente en 1998 apareció en Japón la *Dreamcast* (Sega) y daría comienzo a la “generación de los 128 bits”. (Retro Informática, 2022, párr. 26)

Durante el año 2001, *Microsoft* entra a la industria de las consolas con la *Xbox*,

Nintendo lanzó el sucesor de la Nintendo 64, la *Gamecube* y la primera *Game Boy* completamente nueva desde la creación de la compañía, la *Game Boy Advance*. Sega viendo que no podría competir, especialmente con una nueva máquina como la de Sony, anunció que ya no produciría hardware

convirtiéndose solo en desarrolladora de software en 2002 (Retro Informática, 2022, párr. 29).

Y aunque exista variedad de consolas en el mercado, el uso de *PC* sigue prevaleciendo, pues tiene una mayor flexibilidad, además que hoy en día es posible armar el propio equipo, con unos u otros componentes y de tener acceso a actualizaciones y versiones de juegos originales (Retro Informática, 2022).

Actualmente, gracias a la conectividad de internet, la industria de los videojuegos es de fácil acceso, haciendo que incluso los propios personajes de estos, sean vistos como celebridades y además que se generan accesos *IRL (In Real Life)* en distintas plataformas cambiando una vez más la manera de acceder a este mundo *gaming*. Abriendo también el uso de la realidad virtual, como las gafas y mandos en juegos de simulación, que con ellos pueden juntarse para poder aprender de otras disciplinas, como la medicina y el diseño.

### **3.2 Impacto de la globalización en los adolescentes**

El mundo sigue avanzando a grandes pasos tecnológicos, con la integración del internet y dispositivos que nos ayudan a hacer más flexible nuestra vida, como los asistentes personales, que han tenido tanta eficacia dentro del hogar, que con solo con comando de voz pueden incluso tener el control de la iluminación dentro de la misma, las impresiones en *3D*, el uso de los dispositivos de realidad virtual, etc.

La globalización es un proceso que consiste en la independencia entre los distintos países del mundo mediante un conjunto de transformaciones a nivel global, haciendo que las fronteras entre ellos sean irrelevantes. Este fenómeno se ha dejado ver sobre todo en los ámbitos políticos, económico y social pero también afecta de forma creciente el ámbito cultural y tecnológico, puesto que los avances en las telecomunicaciones y tecnologías nos han

permitido estar conectados con cualquier parte del mundo. (Sánchez, et al, 2019, párr. 1)

Llordés (2022), comenta que los videojuegos son parte de una sobrecarga de estímulos

de una sociedad «**desechable**», donde la sed de lucro, la competencia y otros factores han contribuido a una saturación del mercado. Saturación que se expresa a través de una abundancia de títulos impensables hasta hace veinte años, con (salvo excepciones) precios cada vez más accesibles que han fomentado la compra compulsiva por parte de muchos jugadores. (Llordés, 2022, párr. 7).

Sánchez et al, (2019), continúa que con la trascendencia del mercado de los videojuegos se sobrepasan las fronteras entre los países, pues es posible gracias a la conexión de internet que cualquier jugador del mundo pueda competir con otro desde esta modalidad *online*, “los lanzamientos de videojuegos y videoconsolas ya se llevan a cabo de forma simultánea de diferentes partes del mundo [...] también hay empresas que adaptan sus productos a diversos mercados para aumentar sus ventas” (Sánchez, et al, 2019, párr. 3-4).

Tal es el caso de Alemania y Japón, donde las empresas tiene que realizar versiones actualizadas en traducciones, cambio de nombre de los personajes, además de añadir o quitar elementos del propio juego (Sánchez et al, 2019).

Un claro ejemplo en el mundo arcade lo encontramos en Fortnite, un videojuego que actualmente cuenta con más de 300 millones de usuarios registrados, de los cuales se estima que cada uno de ellos gasta en el juego 80 dólares mensuales [...] Sin embargo, este videojuego ha producido en sus jugadores un sentimiento de dependencia descomunal, llegando a hacer que 7 de cada 10 adolescentes se consideran adictos a éste (Sánchez, et al, 2019, párr. 6).

Orozco (2022), dentro del título “Simulación de la realidad en los videojuegos y su interdependencia con procesos sociales actuales”, comenta que los procesos sociales que se han abierto a esta tecnologización han hecho que por ejemplo se vea que la temporada de Reyes Magos, haya menores desde los 8 años pidiendo un *iPhone, celular o Tablet* “para hablar con sus amigos, escuchar música y de paso sacar fotos o ver películas, además de poder conectarse a la red en casi cualquier parte” (Orozco, 2022, párr. 3).

Resumiendo, así, “Si las transformaciones sociales-tecnológicas sirven como un punto de partida, aquellos que jueguen según las nuevas reglas prosperarán, mientras aquellos que las ignoren no lo harán” (citado en Orozco, 2022, párr. 4).

Para Orozco (2022), el uso de los videojuegos estaba enlazado con los momentos que cultural y socialmente pasaban,

Para los años de los 90's los jugadores buscaban historias que los identificaran. En el colapso de la Unión Soviética y el fin de la Guerra Fría, la década estuvo marcada por una nueva globalización económica [...] «La narrativa y percepción cambiarían y para muchos la era del héroe había terminado». Los jugadores cambiaron sus aspectos, ahora los juegos se centrarían en autos, mujeres y antihéroes». (Orozco, 2022, párr. 17)

Este autor continúa diciendo que estos espacios crearon nuevas formas de interacción, dados los avances tecnológicos, narrativos y de simulación por medio del videojuego,

cada vez más personas usan sus avatares en sus redes sociales y en sus conexiones sociales interactivas; en un videojuego no juegas con el nombre propio, juegas con tu *nickname* o nombre de tu *avatar*, lo construyes, le asignas personalidades y es tu yo, de manera virtual. (Orozco, 2022, párr. 22)

“De esta manera, el entorno creciente de estos centros de entretenimiento permite cada vez más a los usuarios tener experiencias personalizadas que proporcionan un esquema de simulación de la realidad” (Orozco, 2022, párr. 30).

En resumen, los videojuegos también nacen de las conexiones culturales de cada generación, pues contienen en ellos esquemas que se comparten en los lugares donde son jugados, trayendo en ellos contenidos vinculados a la política, economía, físico o ideología del jugador, haciendo que se interrelacione un contexto con otros, generando así nuevas conexiones sociales, sin importar la ubicación geográfica de un jugador. También es importante mencionar que los juegos no se vinculan a los usuarios al azar, pues en estos avatares, se encuentran aspectos ligados a ellos, sin ser del todo ellos, como si se hablara del *falso yo*, que se puntualizaba en el primer capítulo de este trabajo.

### **3.2.1 Clasificación de los videojuegos.**

Se ha expuesto la relación que se tiene social, geográfica, generacional y personalmente con los videojuegos, dejando de manifiesto que estos no son ajenos a las realidades de los usuarios, al contrario, están inspirados y conectados con ellos más de lo que se cree, considerando que esta es una de las razones por las cuales existe más consumo de estos. Sin embargo, también se considera importante hablar acerca de cómo es que éstos se clasifican, puesto que el mercado de los videojuegos es aún más extenso en los tiempos que estamos viviendo.

Rodríguez (2022) comenta que una de las clasificaciones más completas es la del autor Estallo (1995) quien combina habilidades y recursos psicológicos, Proponiendo la siguiente clasificación:

- Juegos *arcade*: aquéllos que requieren un ritmo rápido de juego, exigiendo tiempos de reacción mínimos y una atención focalizada; apenas cuentan con un componente estratégico.

- Juegos de plataforma, en los que el protagonista se halla en un escenario bidimensional, desplazándose de izquierda-derecha y de arriba-abajo.
- Laberintos, cuyo eje central es el escenario que reproduce un laberinto de considerable extensión.
- Competiciones deportivas, que reproducen deportes distintos.
- Juegos de acción, de trepidante desarrollo lineal, donde los escenarios varían al eliminar el número de enemigos suficiente.
- Juegos de simulación: simulan actividades o experiencias raramente accesibles en la vida real. Permiten al jugador asumir el mando de situaciones o tecnologías específicas. Entre sus características principales destaca: la baja influencia del tiempo de reacción en comparación con los juegos *arcade*; la utilización de estrategias complejas y la necesidad de enfrentarse a situaciones nuevas que exigen conocimientos específicos sobre la simulación (por lo que a menudo los juegos se acompañan de manuales de uso).
  - Simuladores instrumentales, que fueron los primeros en utilizarse y tienen sus orígenes en los simuladores de vuelo utilizados en el entrenamiento de pilotos aéreos.
  - Simuladores situacionales en los que, a diferencia de los instrumentales, el jugador asume un papel específico, determinado por el uso de simulación:
    - Simuladores deportivos, como los de golf o el ajedrez, en los que el jugador adquiere un papel de entrenador, seleccionando jugadores o planificando una estrategia, más que figurando como practicante deportivo en sí.
    - Los llamados «simuladores de Dios», de tres tipos fundamentales: bioecológicos, socioeconómicos y mitológicos. Los primeros suelen basarse en la simulación del desarrollo de la vida; los socioeconómicos se centran en la simulación de situaciones en las que el tema argumental es el económico y los terceros invitan al

jugador a asumir el papel de una divinidad que ejerce su poder a expensas de otros dioses.

- Juegos estratégicos: el jugador adopta un papel específico y solo conoce el objetivo final. Con frecuencia los personajes son de ficción y proviene del mundo de la literatura y del cine.
  - Aventuras gráficas, donde la acción se desarrolla a través de las órdenes del jugador junto con la posesión de objetos que van apareciendo en los distintos escenarios.
  - Juegos de rol, donde el jugador puede controlar a más de un protagonista de características definidas por el propio usuario.
  - Juegos de estrategia militar o *war-games*, similares a los juegos de mesa de estrategia militar.
- Reproducciones de juegos de mesa: con el mismo desarrollo que sus originales (Citado en, Rodríguez, 2022, p. 15).

Por su parte, Flores (2014) comparte la siguiente clasificación de Belli y López (2010),

1. Lucha: recrean los combates entre personajes controlados por el jugador o la computadora. El jugador ve a los contendientes desde una perspectiva lateral como si se tratase de un espectador.
2. *Beat them up*: son similares a los de lucha, con la diferencia de que en este caso los jugadores deben combatir con un gran número de individuos mientras avanzan para avanzar de nivel.
3. Juegos de acción desde primera persona (FPS): las acciones básicas son mover al personaje y usar un arma, un arma se muestra en la pantalla en primer plano. La meta principal de esta perspectiva es dar la impresión de estar detrás del arma y tener el control de ella. Ejemplo: *Halo 3*.
4. Acción en tercera persona: se juega con un personaje visto desde atrás y en ocasiones desde una perspectiva isométrica o «perspectiva 3/4». Desde un ángulo práctico, lo que permite desplazar los

elementos gráficos sin modificar el tamaño, limitación inevitable para ordenadores con baja capacidad gráfica. Ejemplo la saga de juegos *Gran Theft Auto*.

5. Infiltración: estos juegos se basan en el sigilo, la furtividad y la estrategia, en vez de buscar confrontación directa con el enemigo. Ejemplo *Metal Gear Solid*.
6. Plataformas: el jugador controla a un personaje que debe avanzar por un escenario evitando obstáculos físicos, ya sea agachándose, saltando o escalando. Ejemplo: *Super Mario Bros*.
7. Simulación de combate: juegos caracterizados por el realismo. El primero de estos juegos cuenta con una versión modificada denominada VBS1 que se ha destinado al entrenamiento táctico de algunos cuerpos de elite de ejércitos como el de Estados Unidos o Australia.
8. *Arcade*: Éstos se caracterizan por la simplicidad de acción rápida de jugabilidad y que no cuentan con instrucciones complejas o acertijos que resolver en el transcurso del juego. Ejemplo. *Pac-Man*.
9. Deportes: son aquellos que simulan juegos de deporte real, entre ellos, encontramos golf, tenis, futbol, hockey, juegos olímpicos, etc. Ejemplo: *Wii Sports*.
10. Carreras: juegos que se dedican a comenzar de un punto y llegar a una meta antes que los contrincantes. Ejemplo *Mario Kart*.
11. Agilidad mental: juegos donde tienes que pensar y agilizar la mente. El objetivo es resolver ejercicios con dificultad progresiva para desarrollar la habilidad mental. Ejemplo: *Tetris*.
12. Aventura clásica: el jugador encarna a un protagonista que tiene que resolver incógnitas y rompecabezas con objetos diversos.
13. Musicales: su desarrollo gira en torno a la música y pueden variar en cuanto al objetivo, ya sea cantar, imitar como se toca un instrumento o bailar. Ejemplo: *Rock Band, Pump it y lips*.

14. *Party games*: los jugadores tienen que ir avanzando por turnos en un tablero virtual e ir superando diversas pruebas para llegar a la meta antes que sus contrincantes. Ejemplos: *Mario Party* y *Viva Piñata*.

15. Juegos *On-line*: Puede ser cualquiera de los anteriores con la posibilidad de utilizar una conexión a internet para jugar con personas de todo mundo. (Citado en Flores, 2014, pp. 13,14)

Como se puede ver, aunque ambas clasificaciones pueden tener similitudes, algunas se han añadido o se han modificado. De igual manera queda evidenciado que los videojuegos están influenciados por distintas áreas de interés de los usuarios como, musicales, visuales y de gráficos, lo que hace que este pasatiempo sea aún más personalizado para el usuario. Ampliando así el campo del consumo, pues no sólo hacen que haya una conectividad inmediata y ambiental, sino también el catálogo de juegos que hay en el mercado hace que al menos uno sea del interés de los usuarios.

### **3.3 Principales influencias en los adolescentes ante el uso de juegos virtuales**

Como se ha compartido en el capítulo anterior, la adolescencia es una etapa de constante crecimiento y cambio, donde el adolescente tiene que renunciar al cuerpo de niño, renunciar a la concepción idealizada de sus padres y de renunciar a sus privilegios como infante, para comenzar a asumir responsabilidades y decisiones que le afectaran o en su caso beneficiarán en su futuro próximo.

Además, si los adolescentes que llegan a este punto de su desarrollo no tienen una red de apoyo bien establecida, comenzarán a tener sentimientos de angustia y desadaptación al futuro.

Los adolescentes tienen un mal control emocional y no regulan sus emociones como deberían, ya que están en un periodo de aprendizaje y

evolución. Es por eso que los adolescentes son un grupo con un alto riesgo de problemas de conducta, es decir, la falta de una regulación emocional adecuada da lugar a problemas psicosociales y de comportamiento como intentos de suicidio, depresión, adicción a sustancias. (Citado en Osa, 2022, pp. 7-8).

En el capítulo anterior se puntualizaba la importancia de poder potencializar en los adolescentes su autoestima y su autoconcepto, pues un adolescente que tiene una óptima consciencia de quién es, podrá tomar mejores decisiones y crear proyectos sustanciosos para él. Una de las preocupaciones de muchos padres está alrededor del uso de los videojuegos y su relación con el mundo interno y emocional de los adolescentes: Según Osa (2022) el uso de juegos violentos puede crear consecuencias,

Los efectos negativos que tienen los juegos violentos son una menor empatía y mayor dificultad para los jugadores a la hora de diferenciar expresiones: aquellos que juegan a juegos de violencia tienen más facilidad de reconocer la ira pero les es imposible reconocer la alegría [...], aunque algunos estudios han demostrado que los medios violentos pueden evocar sentimientos felices o positivos (17) (Citado en Osa, 2022, p. 6).

Sin embargo, Osa (2022) comenta más adelante que los problemas familiares que el adolescente vive pueden también estar relacionados con la agresividad en los jugadores, acompañado del uso excesivo, “[...] provoca efectos como la ansiedad, depresión, conductas obsesivas-compulsivas, soledad, somatización, psicoticismo, sensibilidad interpersonal (3,5,14)” (Osa, 2022, p. 5).

Esto se refleja en que los jugadores utilizan identidades alternativas para sentirse mejor de lo que realmente siente y usan el propio videojuego como vía de escape o refugio (15), pues el entrenamiento de habilidades de regulación emocional evitaría el uso abusivo o patológico de los videojuegos (11). (Citado en Osa, 2022, p. 8)

Por otro lado, los videojuegos pueden ser un campo abierto a la socialización e inhibición para los adolescentes que tienen problemas al momento de relacionarse con los demás,

Los juegos en línea pueden ser un lugar de ayuda para personas emocionalmente sensibles, que sean tímidas, ayudando a fortalecer las amistades preexistentes y, potencialmente, generar niveles adicionales de apoyo social que pueden no haber sido posible sin los alojamientos sociales que proporciona el espacio de juego en línea. (Citado en Osa, 2022, p. 8)

Dentro de este tema, se puede ver que la influencia de los videojuegos tiene que ver con el mundo interno de los adolescentes, pues si bien éstos no son un determinante, pueden ser un medio por el cual se detonen algunos aspectos positivos o negativos dentro del desarrollo de estos.

Este apartado nos invita nuevamente a puntualizar que la relación con los pares y los padres tiene un papel importante sobre el cómo los videojuegos pueden ser buenos o malos dentro de esta etapa del desarrollo, pues si bien los contenidos podrán ser variados, pero la manera de concebirllos será subjetiva, como lo es con cualquier otra afición del interés del adolescente.

### **3.3.1 Alteraciones cerebrales en los adolescentes.**

Anteriormente se habló de cómo impactan los videojuegos en los adolescentes, generando cambios de conducta o incentivando el desarrollo de mejores conductas sociales en ellos. Y es de importancia puntualizar qué es lo que pasa dentro de ellos y qué mejor que dando un panorama sobre cómo esta afición influye en la actividad neuronal de un adolescente.

Sánchez (2020) dice, en el artículo “Los videojuegos de acción modifican el cerebro”,

«Todos los beneficios cognitivos que se han detectado están ligados a los videojuegos de acción», afirma Redolar. Dentro de esta categoría hay una amplia variedad: *Call Of Duty*, *Super Mario Bros*, juegos de conducción de coches, de zombies. En resumen, son aquellos que requieren una **constante toma de decisiones** -muchas de ellas muy rápidas- y generalmente funcionan a través de un personaje que se mueve. (Sánchez, 2020, párr. 3)

Según Sánchez (2020), algunas de las funciones que se mejoran en los usuarios, son, la atención selectiva, dividida, sostenida y la velocidad del procesamiento de la información. Se encuentran mejoras en la percepción, que es la interpretación del mundo y además de que hay mejoras en la percepción visual. Dentro de la cognición espacial, se generan aspectos visoespaciales, como es el caso del videojuego de *Super Mario Bros 3D*. En el control cognitivo, se encuentran la capacidad de multitarea, cambio de tarea, la inhibición proactiva y reactiva, además de la memoria de trabajo en donde se almacena temporalmente la información (Sánchez, 2020).

Al posicionarnos en el cómo cambia el cerebro, Sánchez (2020) nos dice que los cambios en las funciones cognitivas son gracias a la **plasticidad cerebral**, siendo esta la capacidad de cambiar su organización estructural y funcional en respuesta a los cambios del entorno (Sánchez, 2020).

En cuanto a las regiones cerebrales que se encuentran con cambios, de acuerdo a Sánchez (2020) son,

- Red frontoparietal. Se activa en las tareas con **una gran exigencia de atención**.
- Corteza cingulada anterior, implicada en la **atención selectiva y dividida**.
- Corteza prefrontal ventromedial, para el **procesamiento de la información** atendiendo a los estímulos que son relevantes para la consecución de un objeto.
- Corteza entorrinal para la **orientación espacial**.

- Hipocampo derecho, región implicada en la **representación mental de objetos**, la manipulación mental de objetos, **la orientación espacial** y la **memoria espacial**.
- Red occipito-parietal, que controla el **rendimiento visomotor**.
- Corteza prefrontal dorsolateral, que contribuye a **mejorar las funciones ejecutivas** a la realización de tareas que requieren mucha atención.
- Corteza orbitofrontal para la **memoria de trabajo** (Sánchez, 2020, párr. 23-29).

Aunque pareciera que los videojuegos tienen una influencia positiva en los procesos neuronales de los usuarios, también se ha establecido que la exposición a los videojuegos está asociada a la violencia.

La violencia parece tener un agravante cuando se asocia con videojuegos, a diferencia de cuando se hace con el cine o una novela. En el videojuego, el jugador toma un papel activo. Esto hace que algunos títulos se utilicen como entrenamiento en el entorno militar, lo que deriva en la creencia de que esta opción de ocio en primera persona pueda fomentar comportamientos violentos. (Navarro, 2021, párr. 4)

Sin embargo, según Navarro (2021), existe poca relación entre la violencia y el uso de los videojuegos, a diferencia de la insensibilización que sí existe ante la exposición de la violencia en los videojuegos,

«No es que al jugador le guste cada vez más la violencia, sino que le resulta menos impactante», manifiesta Barrecheguren [...] «Sobre los videojuegos que se basan en situaciones de guerra, lucha o violencia callejera, pienso que ocurre lo mismo que con otro tipo de contenido cultural como son los libros o las películas. No es lo más importante el tipo de contenido, sino la aproximación que se hace». (Citado en Navarro, 2021, párr. 5)

Navarro (2021), comenta que la exposición ilimitada en el uso de los videojuegos, donde esta actividad sirve para obstruir la realización de otras o las

personas que tienen un poco autocontrol, estos pueden resultar perjudicadas a futuro (Navarro, 2021).

De igual manera, se encuentra la relación de la empatía con el uso de los videojuegos: “En el ámbito emocional, por ejemplo, existen algunos títulos relevantes que lanzan mensajes para sensibilizar a la audiencia. Algo que se consigue gracias a la capacidad de crear personajes con los que el jugador se pueda identificar” (Navarro, 2021, párr. 8).

Navarro (2021) comenta que este tipo de contenidos activa neuronas espejo, reflejando el comportamiento de los otros como si cada usuario lo estuviera haciendo o viviendo.

### **3.3.2 El poder en los videojuegos.**

En el blog “Tinieblas en el corazón. Pensar la Antropología” (2022), se narra la historia de 3 videojuegos, *Call Of Duty*, que es un juego en la clasificación de primera persona y de tipo bélico, juego que se posiciona en, “la lucha entre Estados Unidos y Rusia, tras una Tercera Guerra Mundial librada entre la OTAN y Rusia ultra [...] que busca recrear los últimos días de la URSS” (Tinieblas en el corazón. Pensar la Antropología, 2022, párr. 4)

Seguido del juego *Fallout*, que se desarrolla en el año 2007, con un bombardeo nuclear entre China, Estados Unidos y otros países, sus sobrevivientes fueron aquellos que acudieron a refugios nucleares o similares. Dejando al mundo en ruinas y mutantes.

Los supervivientes han resultado dañados no solo por las radiaciones, sino también por la situación de anomia en la que se vive, el peligro que se respira ante cualquier extraño [...] El protagonista es un niño nacido en un refugio, cuya madre murió durante el parto, y cuyo padre lo abandona, aunque él va

luego a buscarlo. (Tinieblas en el corazón. Pensar la Antropología, 2022, párr. 7-8)

Dentro del blog, se relata la historia del juego *Grand Theft Auto*, que en ese entonces recuperó 265 millones de dólares de inversión en la programación del juego en tan solo 8 horas de venta. Este juego está lleno de personajes que tienen una historia en escenarios urbanos, donde hay venta de drogas, resolver casos de asesinatos que se dan en contextos de bandas delictivas y la delincuencia a la que se envuelven los personajes (Tinieblas en el corazón. Pensar la Antropología, 2022).

En los ejemplos señalados anteriormente, observamos que hay un protagonista principal, un héroe en el sentido clásico, como aquella persona obligada a enfrentarse en solitario a unas circunstancias hostiles, a unos enemigos variados y determinados a que no sobreviva, en un mundo difícil y desbaratado en que no hay leyes positivas ni funcionan los marcos culturales socialmente transmitidos, ya que las situaciones que se plantean en los juegos son siempre extremas. (Tinieblas en el corazón. Pensar la Antropología, 2022, párr. 16)

Sin embargo, según el autor del blog Tinieblas en el corazón. Pensar la Antropología (2022), en varios de los videojuegos que se analizaba, muchos de los “héroes” no luchaban por la humanidad o por condiciones de vida dignas, pues muchas de las misiones que estos protagonistas realizan, no están justificadas desde la ética social. También hace mención del uso de armas y la falta de diálogo, prevaleciendo la acción de lucha y enfrentamiento contra los enemigos (párr. 17-18).

Más adelante, Tinieblas en el corazón. Pensar la Antropología (2022), comenta que la autora *Hannah Arendt* hace una diferencia entre lo que es el poder, autoridad y violencia, para ella el poder es una capacidad de actuar concertadamente, siendo la característica de un grupo. Por su parte la violencia, tiene un origen instrumental y su uso, buscando que quienes usen estas

herramientas, puedan tener mejor potencia hasta sustituirla por éstas. La autoridad es el reconocimiento para quienes se les exige rasgos de obediencia, sin ejercer coacción o persuasión. (Tinieblas en el corazón. Pensar la Antropología, 2022).

Es así que el héroe clásico tiene autoridad, pero el héroe de los videojuegos usa la violencia, la instrumentalización de la potencia humana. ¿En aras de qué?, cabe preguntarse. De la defensa frente a unos enemigos implacables, frente al miedo y al terror que provoca un mundo hostil y en el que carecemos de otros medios para sobrevivir en él (Tinieblas en el corazón. Pensar la Antropología, 2022, párr. 20).

En la mayoría de los videojuegos existen diversas narrativas que generan una historia en cada contenido, gracias a ello el usuario tiene la oportunidad de tomar decisiones dentro del mundo de este videojuego, situación que el jugador tiene la libertad de decidir el camino o fin del protagonista (Tinieblas en el corazón. Pensar la Antropología, 2022).

Si tomamos los videojuegos como relatos, como mitos, vemos que tienen bastante cercanía con narraciones distópicas, aquellas que plantean un futuro oscuro y poblado de amenazas. El sociólogo Zygmunt Bauman, en el capítulo titulado «La utopía en la época de la incertidumbre» (en Tiempos Líquidos). Afirma que los humanos estamos sometidos a las incertidumbres, a los «golpes del destino», a lo imprevisible, y, por ello, soñamos con un mundo seguro en el que impere la confianza. (Tinieblas en el corazón. Pensar la Antropología, 2022, párr. 23)

Finalmente, así nacieron las utopías, según el *blog* Tinieblas en el corazón. Pensar la Antropología, (2022), las cuales parten de buscar y alcanza lo mejor, siendo un universo paralelo creado por la sabiduría humana.

Pero las utopías actuales las encontramos en páginas web especializadas, que ofrecen escapadas hacia adelante con servicios individualizados que prometen darnos la felicidad cambiando nuestro aspecto, nuestro lugar o el conjunto de materiales de los que disponemos; las utopías ya no presentan

un progreso de mejoras compartidas, sino la supervivencia individual. (Citado en Tinieblas en el corazón. Pensar la Antropología, 2022, párr. 24)

Se puede ver que los videojuegos sí tienen una influencia en distintos campos del desarrollo de los adolescentes, se puede ver de manera social, psicoemocional, social, moral, dentro del desarrollo neuronal y ver cómo esta exposición puede causar una desensibilización en los usuarios. Anteriormente se habló acerca de que los jóvenes tienen el poder de cambiar y personalizar sus avatares, haciendo que parte de estos personajes sean similares a ellos, con respecto a sus atributos y de igual manera con los atributos que ellos personal, física o emocionalmente desearían tener. Esto lo podemos ver en la personalización de los soldados que hay en los juegos bélicos, en el juego *The Sims*, en *Grand Theft Auto*, también en juegos donde explícitamente la narrativa es crear tu propio mundo como *Minecraft*, incluso en los juegos que se volvieron de los más jugados durante la pandemia como *Among Us* y *Fortnite*.

### **3.4 “Realidades líquidas” y su influencia en los adolescentes**

Dentro de este trabajo se ha hablado del constante cambio dentro de la industria de los videojuegos y como estos mismos han cambiado debido a la demanda de los consumidores. Pues incluso en los videojuegos, los programadores tienden a realizar actualizaciones, meter o sacar elementos de este con tal de que su *target*<sup>3</sup> siga expandiéndose y siga manteniéndose el videojuego en el gusto de los consumidores. Como se escribe en el apartado anterior, también estos juegos abren la idea de experimentar un acercamiento hacia un *mundo soñado, personalizado*, pudiendo realizar cambios en los personajes que empaten con el jugador y esto también va de la mano con los cambios realizados en cuanto a la programación, pues muchos de los jugadores se acercan a un videojuego, por lo

---

<sup>3</sup> Grupo de consumidores que cuyas necesidades se adecuan a los productos que una marca ofrece. El target dentro del marketing suele evolucionar y adaptarse a las nuevas tendencias del mercado y así dirigirse a más grupos de consumidores. (Cardona, 2018).

innovador que sea e incluso su permanencia al jugarlo es por cómo vaya actualizándose, creando nuevas metas y nuevas recompensas.

La interrupción, la incoherencia, la sorpresa son las condiciones habituales de nuestra vida. Se han convertido incluso en necesidades reales para muchas personas, cuyas mentes sólo se alimentan [...] de cambios súbitos y de estímulos permanentemente renovados [...] Ya no toleramos nada que dure. Ya no sabemos cómo hacer para lograr que el aburrimiento dé fruto. Entonces, todo el tema se reduce a esta pregunta: ¿la mente humana puede dominar lo que la mente humana ha creado? Paul Valéry. (Citado en Bauman, 2000, pp.7)

Desde este punto, tenemos que mencionar a uno de los autores más importantes dentro de esta línea de pensamiento; en este caso, el sociólogo polaco Zygmunt Bauman, quien estaba interesado en varios fenómenos sociales, entre ellos la *Modernidad Líquida*.

La **Modernidad Líquida** es una categoría sociológica que sirve para definir el estado actual de nuestra sociedad. Bauman la define como una figura de cambio constante y transitoriedad, atada a factores educativos, culturales y económicos. La metáfora de la liquidez intenta demostrar **la inconsistencia de las relaciones humanas** en diferentes ámbitos, como en lo afectivo y en lo laboral. **Las redes sociales** juegan su parte en ello, ya que nos permiten conectarnos con todos, pero a la vez desconectamos cuando queramos: **un clic representa un muro o puente** en las relaciones humanas. (Universia, 2017, párr. 3)

El termino *líquido*: así como los gases tienen la cualidad de la fluidez, haciendo una distinción entre los sólidos, que cuentan con una forma definida y fija, mientras que el líquido y los gases, tienen distintos cambios y no conservan su forma; “[...] las «cosas líquidas» no se atan de ninguna forma al espacio ni al tiempo, son libres de fluir por donde quieran, pero siempre de manera momentánea” (citado en Universia, 2017, párr. 7).

Luego entonces, lo líquido se encuentra en constante cambio, generando así; según el portal Universia (2017),

**angustia existencial**, donde parece no haber sentido cuando se trata de construir nuevas cosas, ya que el tiempo y la propia modernidad impulsarán su desintegración [...] navegando los mares de la incertidumbre, sin saber cómo estará la economía mañana, si estallará una crisis o no, si contaremos con trabajo, si formaremos una familia, etcétera. (Universia, 2017, párr. 4)

Desde luego está fluidez afecta no sólo la forma de relacionarnos, sino también la forma de ver nuestro futuro, donde ya no hay tiempos establecidos para el término de un trabajo, un curso escolar o una relación, por decir algunos ejemplos. Otro punto importante a tomar en cuenta es la individualización que esto genera, donde se prefiere trabajar en solitario antes que en equipo (Universia, 2017).

Dentro de la Modernidad Líquida, también se modifica la búsqueda de la identidad,

La búsqueda de la identidad es otra de las problemáticas que presenta la Modernidad Líquida. El trabajo de construirse a sí mismo como sujeto conlleva mucho tiempo y gira en torno a determinadas tradiciones y creencias, que funcionan como un eje central de la vida. Debido a la fugacidad de los valores actuales esta identidad se construye en cimientos débiles, causando fragilidad y desarraigo en las personas. (Universia, 2017, párr. 12)

Al suceso de esto, se crea una identidad flexible, siendo igual a la adaptación a escenarios y personas, pero esta acción no tiene relación con la construcción del «yo», al contrario, esto se da en función a los demás, generando así una dependencia muy fuerte hacia los otros y las expectativas deben de ser cumplidas (Universia, 2017).

En cuanto a las relaciones, se mantienen en el lema de uniones libres y sin ataduras, las personas tienen un desinterés en el matrimonio o compromiso, pues

esto es finalmente un compromiso a largo plazo, todo esto ligado al miedo de perder la libertad (Universia, 2017).

**La idea del «use y tire»** que nos ha otorgado el consumismo se *desplaza a las relaciones*, donde no hay tiempo para reciclar, ni seguir usando cosas obsoletas, o en propias palabras del sociólogo: **«La vida líquida es una sucesión de nuevos comienzos con breves e indoloros finales»**. El miedo a profundizar por perder poder de elección ata a las personas, quienes cada día se encuentran más solas. (Citado en Universia, 2017, párr. 15)

Bauman, tenía claro que las personas que tienen una capacidad de independencia, pierden la habilidad de convivir con otras personas, para este autor al llegar a la privación de esta socialización, se genera un sentido agotador al momento de querer restablecerlo (Espiritualidad y Filosofía, 2017).

Ahora estamos dividiendo nuestras vidas entre dos mundos diferentes: Online y Offline, conectado, desconectado. La vida online está en gran medida libre de riesgos, los riesgos de la vida. Es tan fácil hacer amigos de internet, de la red, nunca estás realmente sintiendo tu soledad. (Citado en Espiritualidad y Filosofía, 2017, min. 3:40-4:20)

Después de todo este camino sobre la Modernidad Líquida, se puede concluir que actualmente el consumo de videojuegos en los jóvenes, más su forma de relacionarse en ellos, se ha vuelto *individual y online*, siendo un consumo fugaz, pero seguro.

Donde cada juego consigue su popularidad de manera mediática, y donde estos pueden mantener su popularidad, mientras satisfagan las metas de cada participante que sea de su interés, estas plataformas se transforman en lugares donde usuarios se conectan con otros usuarios, manteniendo relaciones momentáneas, ya sea por una partida o ligadas solamente a un tópico, en este caso un juego.

Estos casos se vieron ligados durante la pandemia de COVID-19, donde muchos usuarios en internet comenzaron a hacer uso de estos videojuegos, para poder conectar con demás personas debido a la restricción social existente. Creando lazos con otros usuarios, lazos que tuvieron un desenlace al momento de ya no tener una conexión en común como un videojuego. Reafirmando así esta teoría, donde toda relación fluye, se desintegra y no se mantiene.

## IV. EL USO DE LOS JUEGOS VIRTUALES Y SU IMPACTO EN LA PANDEMIA

### 4.1 Repercusiones en los adolescentes durante la pandemia de COVID-19

Un sondeo realizado por la UNICEF (2022) obtuvo las siguientes cifras sobre el impacto que tuvo el COVID-19 en la salud mental de adolescentes y jóvenes en Latinoamérica y el Caribe: se sondeó a 8,444 adolescentes entre 13 y 29 años, dando respuesta al enfrentamiento durante la pandemia.

Entre las y los participantes, 27% reportó sentir ansiedad y 15% depresión en los últimos siete días. Para el 30%, la principal razón que influye en sus emociones actuales es la situación económica. La situación general en los países y sus localidades ha afectado el día a día de las personas jóvenes pues 46% reporta tener menos motivación para realizar actividades que normalmente disfrutaba. 36% se siente menos motivada para realizar actividades habituales. (UNICEF, 2022, párr. 3-4).



© UNICEF 2020

Entre las y los participantes, 27% reportó sentir ansiedad y 15% depresión en los últimos siete días. Para el 30%, la principal razón que influye en sus emociones actuales es la situación económica.

**Figura 10. Imagen representativa del porcentaje de adolescentes que sufren ansiedad y depresión durante la pandemia de COVID-19.**

**(UNICEF, 2022).**

Del mismo modo, la percepción del futuro se ha visto afectada, en el caso de las mujeres jóvenes, el 43% de ellas, mantienen una percepción pesimista frente al 31% de los hombres. En cuanto al porcentaje de personas que han necesitado o solicitado ayuda, ya sea para su bienestar físico o mental, es de 73% mientras que el 40% no ha pedido ayuda (UNICEF, 2022).

En el tema de la salud mental en los adolescentes, Gómez (2021) comparte las siguientes cifras, “Aproximadamente el 25% de los pacientes de entre 10 y 19 años son diagnosticados por depresión. Entre los más jóvenes, los sentimientos de culpa, la apatía, el aislamiento, la baja motivación, las preocupaciones... suponen el 50% de los problemas que están experimentando desde que comenzó la crisis sanitaria” (Gómez, 2021, párr. 5-6).

Dentro de los temas preocupantes por los cambios que ha dejado la pandemia de COVID-19 en la población adolescente, es la falta de socialización la más sobresaliente dada la restricción social.

“La dificultad para iniciar relaciones con sus semejantes o los nuevos formatos académicos hacen que la interacción con sus iguales o su capacidad de resolución de conflictos se vean perjudicados” (Gómez, 2021, párr. 10).

Siendo esta una de las razones por las cuales los adolescentes mantienen una relación más cercana con sus familias, dando esto como resultado el aumento de supervisión y control, lo que se ha vuelto un problema para ellos. Esta situación también ha tenido secuelas en niños que previamente habían tenido problemas psicológicos (Gómez, 2021).

Adolescentes con cuadros depresivos previos, quienes no habían tenido contacto anteriormente con el servicio de salud mental, requirieron

hospitalización durante el confinamiento; si antes podían distraerse de los pensamientos negativos, pues podían compartir con amigos, practicar deportes o actividades culturales, el confinamiento hizo que sus preocupaciones y sensación de aislamiento se multiplicaran. (7,25,26) (Sánchez, 2021, pp. 7-8)

En cuanto al uso de la tecnología por parte de los adolescentes en la pandemia, esta ha tenido un incremento notable, utilizando estos medios para poderse comunicar, generando una preocupación ante la posible adicción a la tecnología; vinculando con ello las afectaciones, por ejemplo, en el ciclo del sueño, la inactividad y la falta de productividad. Sin embargo, aunque se siguen relacionando aspectos negativos por el uso de los dispositivos, el uso adecuado de estos pudo ayudar a la implementación de la educación en línea (Sánchez, 2021).

Vijil (31) señala que ante 91,0% de estudiantes que mundialmente no asisten a la escuela, gobiernos y organismos internacionales han implementado el aprendizaje en línea como una alternativa para que cerca de 155 millones de niños y niñas alrededor del mundo continúen este proceso en casa. (Sánchez, 2021, p. 8)

Dentro de las conductas adictivas, también se encuentran aquellas relacionadas al consumo de alcohol, cigarrillos, cannabis y psicofármacos en esta población, con la diferencia de que muchos adolescentes recurren al consumo de estas sustancias, con la finalidad de mantener la evitación de emociones negativas, el poco afrontamiento a las dificultades y con la necesidad de experimentar nuevas sensaciones (Sánchez, 2021).

La violencia intrafamiliar también ha tenido un aumento significativo durante la pandemia de COVID-19, este aumento puede estar relacionado con el estrés, el temor al contagio, el cierre de escuelas, el confinamiento social e incluso la baja economía y el abuso de sustancias como droga y alcohol (Sánchez, 2021).

Sánchez y Gómez (33) en una investigación sobre el tema concluyeron que en México, durante el primer cuatrimestre del 2020 comparado con el mismo

periodo de tiempo del 2019, se registró un aumento de 10% de presuntos delitos de violencia familiar. (Sánchez, 2021, p. 9)

Estos casos, están dados desde el maltrato físico y emocional, en contextos familiares que mantienen un contacto social sólo con su entorno familiar, lo cual lo hace indetectable para la intervención de dependencias o personal que pueda asegurar la integridad de estos adolescentes (Sánchez, 2021).

Para Sánchez (2021), después de la pandemia, los efectos pueden perdurar más que lo que haya durado el confinamiento, pues esto también se relaciona con los desajustes emocionales, el estrés, la ansiedad y depresión.

Sobre el tema han informado que existe una notable prevalencia de estrés postraumático en niños y adolescentes, cuando luego de varios meses de haber vivido un evento traumático presentan tristeza y ansiedad desproporcionada, experimentan visiones de dichos eventos (flashback), alteraciones del sueño, irritabilidad, entre otras. (Sánchez, 2021, p. 11)

Para los adolescentes con antecedentes de problemas psicopatológicos, debido al confinamiento social han presentado una exacerbación de los síntomas, generalmente presentan apego ansioso a sus cuidadores. Mientras que los menores que tienen una tendencia de personalidad introvertida, mantienen una preocupación excesiva, manteniendo reacciones anticipadas y amenazantes, síntomas obsesivos compulsivos, entre otras. Siendo importante que se tomen medidas de intervención, para la mejor adaptación a la reanudación de las actividades sociales y escolares (Sánchez, 2021).

Tras una ausencia prolongada a la escuela, podrían repuntar los casos de rechazo escolar; por tanto, es preciso regular hábitos y horarios en los menores. Con respecto a las nuevas tecnologías, el aumento drástico de su uso en este periodo supone medidas de regulación en este sentido. Este proceso debe ser espontáneo, gradual y sistemático. (Sánchez, 2021, p. 12)

Es por ello que Sánchez (2021) propone que se mantengan rutinas saludables, añadiendo el apoyo de los cuidadores para que los adolescentes mantengan un funcionamiento normal, todo esto acompañado de la evaluación y oportuno seguimiento por profesionales de la salud mental en las esferas en las que ellos se desenvuelven.

La realidad de todos estos efectos adversos que ha traído la pandemia, también ha abierto la puerta a nuevos estudios e invitando a más profesionales a interesarse en estudiar y evidenciar la importancia que tiene el entender y ver cómo es que hay una relación significativa entre el momento evolutivo que es la adolescencia y la pérdida de la normalidad antes de la pandemia de COVID-19, además de poder evidenciar cómo es que los adolescentes también necesitan un proceso de adaptación a estos escenarios que poco a poco se reanudan, creando así herramientas y métodos de intervención que propicien un mejor desenvolvimiento en estas esferas.

#### **4.2 Deserción escolar de adolescentes durante la pandemia**

El tema de la deserción escolar en el país y en el mundo ha tomado mucha importancia durante la pandemia de COVID-19, todo esto derivado a la suspensión de las actividades escolares en marzo de 2020; remontándonos a esa fecha, el gobierno mexicano hizo un llamado a la suspensión de dos semanas en los salones de clases, situación que llevó a una suspensión de labores escolares presenciales, sin fecha de reanudación de estas mismas.

El gobierno mexicano tuvo que buscar alternativas de enseñanza para los estudiantes; fue así que, desde marzo del 2020, la Secretaría de Educación Pública (SEP) buscó cómo adaptar el modelo diseñado para impartir educación básica, a fin de evitar que se viera afectada. (Hernández, 2021, párr. 1)

Para este nuevo reto comenzaron a verse proyectos cómo “Aprende en casa”, transmitido en televisión abierta, radio y plataformas en línea, también “Estrategia de educación a distancia: transformación e innovación para México” usando Google Education y, “Jóvenes en casa” con herramientas de enseñanza emocional y *webinars* desde internet. El Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) nos dice que 5.2 millones de niños y adolescentes y jóvenes de entre 3 y 29 años no se inscribieron en el ciclo escolar 2020-2021, situación vinculada a motivos económicos y causas asociadas al COVID-19 (Hernández, 2021).

Dentro de estas estadísticas, de 5.2 millones, 3 millones son estudiantes de educación básica, a su vez de esos 3 millones, el 1.3 abandonó la escuela debido al COVID-19 y el 1.6 la razón fue por falta de recursos económicos. Dando como resultado que de los 5.2 millones desertaron en el ciclo 2019-2020. 3.6 millones no se inscribieron en el ciclo siguiente, puesto que tuvieron que comenzar a trabajar. El 19.3% desertó, debido a que la escuela cerró de manera definitiva; en lo que respecta al 4.4% fue porque los papás no podían hacerse cargo de los alumnos (Pérez, 2021).

Dentro de los temas que conllevan a la deserción escolar, también se encuentra el uso de dispositivos tecnológicos para estos nuevos métodos de educación, sin embargo, el 21.9% de los estudiantes no pudieron seguir estudiando ante el poco o nulo acceso a una computadora, celular o conexión a internet (Pérez, 2021).

De acuerdo con las cifras reportadas a partir de la Encuesta Nacional sobre Disponibilidad y Uso de Tecnologías de la Información en los Hogares (ENDUTIH), en el año 2020, el 78.3% de la población urbana y el 50.4% de la población de zona rural fue usuaria de internet, lo cual nos indica que no toda la población mexicana contó con acceso a este mecanismo. (Hernández, 2021, párr. 3)

Esta situación donde no todos los alumnos tienen suficiente acceso a los medios tecnológicos para llevar a cabo sus actividades escolares desde casa, ha sido un tema más ante este reto educativo a distancia, incrementando más deficiencias académicas, que calidad educativa (UNICEF, 2022).

En un estudio reciente de la OCDE, en donde se utiliza el índice de estatus económico, social y cultural (ESCS) de PISA 2018, se observa que en México, en promedio, solo el 50% de estudiantes tiene internet y computadora en casa, lo que lo posiciona como el país en el último lugar en este rubro. (UNICEF, 2022, pp. 2-3)

Haciendo notar la falta de preparación y recursos por parte de los maestros, para la impartición de clases a distancia, así como el papel inactivo de los padres y madres en apoyar a sus hijos en esta nueva modalidad. Es por esta razón, que la UNICEF (2022), plantea que se preste atención a dos aspectos importantes, como lo son los recursos y las aproximaciones para valorar la calidad educativa (UNICEF, 2022).

Recursos: conectividad, equipo de cómputo y plataformas para acceder a la educación en casa. El 60% declaró tener internet en casa y 50% tener una computadora funcional. Este resultado no está lejano a los resultados nacionales de evaluaciones como PISA, en donde, en promedio, el 50% tenía internet y computadora en casa. (UNICEF, 2022, pp. 4)

Con respecto a las plataformas digitales, la plataforma escolar fue la más utilizada, seguida de *WhatsApp* y *Google Classroom*, posicionándose en tercer lugar el uso de las videollamadas, además que el 65% dijo no haber usado el contenido televisivo (UNICEF, 2022).

Respecto a la calidad educativa hay resultados tanto positivos como negativos. Lo negativo está vinculado con la concentración y percepción que tienen sobre la preparación de los maestros para dar clases a distancia, “en abril 24% declaró tener dificultad de concentrarse casi todos los días, porcentaje que subió al

32% en mayo. Nuevamente, esto es algo esperado al paso del tiempo y más aun si se considera la falta de recursos” (UNICEF, 2022, pp. 5). (véase Figura 11)



**Figura 11. ¿Qué tan seguido tienes dificultad para concentrarte? (UNICEF, 2020).**

Esta situación creó en los adolescentes la perspectiva de que los docentes no están preparados para impartir clases a distancia, en el mes de abril el 48% declaró que los profesores no estaban capacitados, aunque en el mes de mayo se redujo al 32%. (UNICEF, 2022, p. 5).

Respecto al tiempo dedicado al estudio, la mitad de los encuestados declaró que usan al menos 4 horas diarias, siendo menos horas que las que dura un día escolar, y aunque en el mes de mayo este nivel de horas subió, los adolescentes declaran que la carga de estudio en casa les parece fuerte, siendo importante que se mantenga el equilibrio, para evitar la saturación (UNICEF, 2022).

La *Ombudsperson*, de la Ciudad de México, Nashieli Ramírez Hernández (2021), al participar en el *Webinar* “Los Derechos Humanos, Niñez e Infancia en, Pandemia”, que organizó el Instituto Mexicano para la Justicia (IMJUS), considero necesario desarrollar estrategias y acciones desde la política pública para la contención de niñas, niños y adolescentes ante el impacto de la deserción escolar

y el impacto en su salud mental, es por ello que propuso la creación de programas que puedan ayudar a detectar la deserción escolar y con ello poder regresar a más niños y niñas a los salones escolares (Comisión de Derechos Humanos de la Ciudad de México, 2021).

De acuerdo con la *Consulta Infancias Encerradas*, elaborada por este Organismo, NNyA manifestaron sentimientos de angustia, preocupación y estrés ante la falta de recursos económicos en la familia, pérdida del empleo por parte de madres y padres, así como enfermarse por COVID-19. (Comisión de Derechos Humanos de la Ciudad de México, 2021, párr. 5)

Del mismo modo, la Encuesta de Seguimiento de los efectos del COVID-19 (ENCOVID), indica que en la Ciudad de México el 32% de las personas presentó síntomas de ansiedad, mientras que el 25% presentó síntomas de depresión. (Comisión de Derechos Humanos de la Ciudad de México, 2021)

Señalando de manera importante que niños en educación secundaria y adolescentes en educación media superior, son más propensos al abandono y deserción escolar, aunado a ello la brecha digital y las dificultades del aprendizaje desde las nuevas tecnologías, son factores que se suman a este problema (Comisión de Derechos Humanos de la Ciudad de México, 2021).

Por lo menos el 30% de niñas y niños y adolescentes no tiene una computadora y acceso a Internet; a pesar de esfuerzos por acercarse a través de los medios de comunicación, la televisión y las radio, continúan el impacto hacia este grupo de atención prioritaria. (Comisión de Derechos Humanos de la Ciudad de México, 2021, párr. 9)

Por parte del Investigador del Museo Memoria y Tolerancia, Israel Haro Solís (2021) es necesario desarrollar habilidades socioemocionales con la finalidad de crear conductas que puedan permitir a los alumnos abordar situaciones estresantes, con la finalidad de generar la calma, el pensamiento crítico para la toma de decisiones, además de generar en ellos su empatía y sus fortalezas (Comisión de Derechos Humanos de la Ciudad de México, 2021).

También el Jefe del Área Especializada de la Niñez en la Comisión Estatal de Derechos Humanos Jalisco (CEDHJ), Tomás Trinidad López (2021), indicó que se acompañó a 38 centros de asistencia social, donde en dichos centros tanto niños como adolescentes extrañan a sus amigas y amigos, se han sentido estresados ante el poco entendimiento dentro de sus clases en línea y han mostrado desmotivación, considerando importante tomar en cuenta sus sentimientos y opiniones para un mejor abordaje ante esta crisis (Comisión de Derechos Humanos de la Ciudad de México, 2021).

Con respecto a la UNICEF (2021), considera que debe crearse información enfocada hacia la población adolescente, aprovechando las plataformas que están ligadas al uso de estos mismos, con la finalidad de compartir experiencias, sus preocupaciones y las acciones positivas que puedan rescatarse del COVID-19 tanto en sus hogares como en sus comunidades (UNICEF, 2021).

Otro campo importante a considerar es la provisión de soporte en salud mental y apoyo psicosocial, por lo que la UNICEF (2021) considera que profesionales como psicólogos y trabajadores sociales puedan estar al tanto del estado emocional de los adolescentes, dirigiéndose ante la ayuda con el estrés y las crisis nerviosas que la pandemia ha provocado en ellos, además de otorgar herramientas de denuncia y reporte en cuanto a abusos y problemas de violencia doméstica que han aumentado más debido a la restricción social (UNICEF, 2021).

Actualmente hay varios esquemas de atención remota impartidas por las instituciones de Salud Pública adicionalmente a la Línea de la Vida y los servicios brindados por los hospitales psiquiátricos. Además, UNICEF impulsa el proyecto Contacto Joven, una red de profesionales voluntarios para la atención psicosocial los adolescentes y jóvenes en colaboración con el IMJUVE, la Secretaría de Salud (SS) y varias universidades. (UNICEF, 2022, pp. 6)

En cuanto a la cifra de casos atendidos por el programa CONTACTO JOVEN, llegaron a la cifra de 5000 jóvenes atendidos con problemas de estrés,

crisis emocional y refiriendo casos de violencia hacia la *Línea de la Vida* de la Secretaría de Salud (UNICEF, 2022):

Cabe mencionar que respecto a las medidas que se considera que deben tomarse en cuenta en la esfera educativa, se propone la tutoría entre pares, iniciativa que ha generado resultados positivos con las Redes de Tutoría; también está la creación de jornadas de regularización, donde los profesores puedan realizar pruebas diagnósticas para conocer el nivel de rezago de los alumnos para así realizar las medidas adecuadas para la integración; del mismo modo se busca el uso de plataformas digitales que puedan ser gratuitas y se puedan usar desde casa, por último, consideran que el desarrollo de campañas de autoaprendizaje puede ser importante entre los estudiantes para generar una buena confianza en ellos mismos y generar un aprendizaje autodirigido, dejando como punto importante la capacitación hacia los docentes para implementar el uso de TIC en las aulas virtuales (UNICEF, 2022).

Durante la pandemia se evidenció la imperiosa necesidad de invertir en tecnología y contenidos digitales. Actualmente ya existen muchas plataformas gratuitas con contenidos diversos que pueden ser impulsados desde las escuelas. Sin embargo, gran parte de la inversión debe dirigirse a la capacitación docente y ésta se debe hacer en el corto plazo. El uso de TIC y plataformas de enseñanza es lo mínimo que cada docente debería desarrollar. Para esto es igualmente importante dotar de los recursos tecnológicos necesarios a las y los docentes. (UNICEF, 2022, pp. 6)

Como se puede ver, la deserción escolar mantiene distintos factores, como lo son la economía en la que se encuentran las familias a raíz de la pandemia, como el poco o nulo acceso a las TIC para que los estudiantes sigan manteniéndose en las aulas virtuales. Generando así, un elevado número de estudiantes que tienen rezago escolar por pausar o decidir ya no seguir con el ciclo escolar.

Esta situación también refleja la adaptación que deben tener los docentes ante este tipo de contingencias, donde se les hace un llamado a la capacitación e

implementación de plataformas que puedan ayudar a que los alumnos se mantengan interesados en las clases en línea, además de generar en los adolescentes, como ya se establecía en párrafos anteriores, un aprendizaje *autodirigido*, donde también los estudiantes son personajes activos en su educación, además de generar un llamado a los padres o tutores de estos menores, donde de igual manera son pieza clave para el apoyo y sostén de la atención y motivación de los alumnos ante la escuela.

#### **4.3 Uso problemático de las TIC en los adolescentes durante la pandemia**

Como se ha expuesto en los apartados anteriores, la pandemia vino a cambiar la manera de ver el mundo y de relacionarnos con él, orillando a muchos de los estudiantes, familias y profesores a adaptarse y a adecuar mejores estrategias para la educación a distancia.

También se vio obstruido un momento importante de la adolescencia que es la socialización con los iguales, dejando de lado las experiencias y aprendizajes que esta esfera puede tener en esta etapa del desarrollo; además de que se pudo ver que dentro de las afectaciones que esta población sufrió debido a la pandemia de COVID-19, son la deserción escolar, el cierre de escuelas, la caída de la economía familiar, orillando a que estos adolescentes, estuvieran en peligro de sufrir violencia doméstica y el inevitable aumento de la tasa de trabajo infantil.

Psacharopoulos et al (2020) estiman pérdidas de hasta \$US10 billones en futuras reducciones de ingresos como resultado de los cierres de las escuelas hoy. CEPAL (2020), por otro lado, sugiere que la pandemia podría aumentar el trabajo infantil, mientras que Burynska y Contreras (2020) destacan el riesgo potencial de que las niñas realicen tareas domésticas adicionales, incrementando así la probabilidad de abandonar la escuela de forma permanente. (Parker, 2020, párr. 1)

Dentro de este mismo tópico, los adolescentes, ante el tiempo ilimitado que tuvieron que pasar en sus hogares, comenzaron a usar de manera desmedida la tecnología, como una alternativa para jugar, socializar y aprender. Para Cívico, Cuevas, Colomo y Gabarda (2021), en su estudio “Jóvenes y uso problemático de las tecnologías durante la pandemia: una preocupación familiar”, comparten que hubo un aumento considerable en el uso de dispositivos y videojuegos, dejando de manifiesto que las estadísticas de uso están relacionadas con el género.

Aunque bien es cierto que la ubicuidad que proporcionan los dispositivos móviles facilitan su utilización en cualquier contexto y situación, el ámbito familiar supone uno de las esferas donde se produce gran parte de su utilización, pudieron tener repercusiones en la relación y convivencia con los familiares con quien se reside (Muros et al., 2013). (Citado en Cívico, Cuevas, Colomo y Gabarda, 2021, pp. 3,4)

Estos autores, dejan como evidencia que el uso de internet y los videojuegos mantenían una preocupación en los padres, ante el uso excesivo de estos; sin embargo, a raíz de la pandemia, este uso se extendió en el resto de tecnologías usadas en los hogares, vinculando este ocio ilimitado de manera individual y sin la supervisión de los padres. Desde esta premisa la UNICEF (2021) considera que la tecnología, también trae consigo ciertos riesgos al momento de su uso.

“Si bien la tecnología y las soluciones digitales ofrecen oportunidades considerables para que los niños sigan estudiando y se mantengan entretenidos y conectados, estas mismas herramientas pueden aumentar su exposición a numerosos riesgos. Incluso antes de la pandemia, la explotación sexual en internet, los cometidos dañinos, la desinformación y el ciberacoso ponían en peligro los derechos de los niños, así como su seguridad y su bienestar mental” (UNICEF, 2021, párr. 2).

La UNICEF (2021) también comparte que el internet y las nuevas tecnologías seguirán teniendo un papel importante en la vida de millones de niños; sin embargo,

considera que el orillarse a una *Internet Segura* puede asegurar el bienestar físico y mental de los niños (UNICEF, 2021).

Buscando la participación activa de educadores, profesionales de la salud, con la finalidad de disminuir los riesgos que esta población puede vivir en internet, generando servicios de salud mental y protección infantil, como, por ejemplo; crear medidas de seguridad en la industria de las redes sociales, dar capacitación a progenitores y maestros ante el acompañamiento en el uso de estos sitios y estar atentos de lo que estos menores consumen en internet. Además de crear servicios de orientaciones, incluido el formato virtual con la finalidad de atender problemas de salud mental (UNICEF, 2021).

La Dirección General de Comunicación Social de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM) (2021), en el boletín del mes de mayo de 2021 que lleva por nombre “Pandemia acelera 10 años el uso de tecnologías digitales”, expone que el país ocupa el sitio 57 de 121 economías en aprovechamiento de la tecnología, mientras que, en el *ranking* de América Latina, México se sitúa en el número 4 (Dirección General de Comunicación Social, 2021).

El director de Innovación y Desarrollo Tecnológico de la Dirección General de Cómputo y de Tecnologías de Información y Comunicación (DGTIC) Guillermo Rodríguez Abitia, expone que durante la pandemia el internet ha tenido cambios y crecimientos exponenciales, compartiendo que debido a la pandemia se avanzó diez años hablándose de la habituación de la tecnología y las clases en línea (Dirección General de Comunicación Social, 2021).

Si esta situación hubiera ocurrido una década atrás, no hubiera sido posible ejecutar lo que hoy nos podemos realizar con las tecnologías de la información y comunicación (TIC); la brecha digital habría sido mayor porque «a pesar de que la tecnología ya existía, no estaba lista», añade. (Citado en Dirección General de Comunicación Social, 2021, párr. 8)

Con respecto a las estadísticas ante este crecimiento del internet, la Encuesta Nacional sobre Disponibilidad y Uso de Tecnologías de la Información en

los Hogares (ENDUTIH), en 2019 apuntó que el 70.1% (80.6 millones) de la población mexicana tiene desde 6 años o más y es usuaria de internet, mientras que el 20.1 millones de hogares (56.4 por ciento del total nacional) disponen de una conexión. Con todo esto se apunta que la penetración de las TIC en el país sea del 70% con la espera de que, en los próximos dos años, se tenga una cobertura casi total (Dirección General de Comunicación Social, 2021).

Y aunque las noticias ante esta cobertura digital en el país parecen prometedoras, es preciso atender la necesidad de crear espacios seguros para los usuarios más pequeños, que se mantengan en esta conectividad de manera menos riesgosa; Rodríguez (2021), ante esta situación de riesgo, dice que hoy en día resulta más sencilla la suplantación de identidad, *hackear* información sensible o que en su defecto haya una violación de privacidad de datos (Dirección General de Comunicación Social, 2021).

En ese sentido, Rodríguez Abitia advierte que la ciberseguridad cobra relevancia, toda vez que debemos ser cuidadosos con el uso de contraseñas: «ya pasaron aquellas épocas en las que elegía como *password* mi fecha de cumpleaños o pegaba una nota adhesiva con el nombre de mi mascota para recordar mi contraseña; debemos tener una cultura informática mucho más fuerte o segura, aprender a hacer contraseñas más fuertes y cambiarlas cada determinado tiempo». (Citado en Dirección General de Comunicación Social, 2021, 2021, párr. 18)

Siendo importante en el tema de seguridad de los datos de los usuarios, que puedan evitar el subir información personal y utilizar las redes sociales solo para lo necesario y no exponer aspectos de la vida personal de estos, como lo son los temas sensibles, puesto que desde esta información no solo otros usuarios tendrán acceso a ella, sino que los delincuentes pueden usar esta misma en su beneficio para perjudicar a los usuarios (Dirección General de Comunicación Social, 2021).

Como se comentó en párrafos anteriores, Cívico, Cuevas, Colomo y Gabarda (2021) realizaron un estudio donde revelaron cuales de las TIC fueron más usadas durante la pandemia.

En primer lugar, los hombres mantuvieron un uso problemático (dicho así por los autores) con las TIC, antes de la pandemia, panorama que cambió a raíz del confinamiento por COVID.19, pues las mujeres, según la perspectiva de las familias mantuvieron un uso problemático de las TIC (Cívico, Cuevas, Colomo y Gabarda, 2021).

En el segundo puesto se encuentra que el uso de internet era problemático para ambos sexos, con una inclinación más elevada para los hombres, antes de la pandemia. En el confinamiento se encuentra que las mujeres mantuvieron un consumo mayor, aunque las diferencias entre géneros no son significativas (Cívico, Cuevas, Colomo y Gabarda, 2021).

En el tercer puesto está el uso del móvil, llegando a la conclusión de que este dispositivo es usado mayormente por mujeres en ambos momentos, antes y después del confinamiento, registrando una mayor adicción con el uso del teléfono móvil, mientras que en los hombres el uso de este mismo dispositivo se mantiene en un uso problemático (Cívico, Cuevas, Colomo y Gabarda, 2021).

En el cuarto lugar se posiciona el uso de las redes sociales, antes del confinamiento el porcentaje era similar para ambos géneros, sin embargo, durante el confinamiento el porcentaje se elevó en el consumo de las mujeres (Cívico, Cuevas, Colomo y Gabarda, 2021).

Por último, el uso de los videojuegos, es una actividad poco riesgosa en lo que a las mujeres respecta, situación distinta en los hombres, puesto que pasaron de un uso problemático antes de la pandemia a un uso abusivo durante el confinamiento (Cívico, Cuevas, Colomo y Gabarda, 2021).

Estamos ante un aumento de conductas adictivas respecto a las tecnologías y en un escenario en el que las familias no tienen, en muchos casos, la

competencia digital suficiente para acompañar adecuadamente en un uso responsable de las TIC. En este sentido, tan importante es mejorar la competencia digital de los docentes en formación y en activo, como mejorar los canales de comunicación y las vías de relación entre el profesorado y las familias. (Cívico, Cuevas, Colomo y Gabarda, 2021, p. 10)

Dentro de este apartado los puntos centrales a considerar son que la tecnología tuvo un aumento sorpresivo, debido a que el confinamiento demandó un cambio radical de las actividades cotidianas de las personas, en este caso de los adolescentes, dejando evidencia de que así como muchos alumnos pudieron acceder a estas tecnologías, hay un porcentaje de usuarios que tuvieron que desertar escolarmente debido al nulo acceso a estas; pero no solo esta situación queda evidenciada, sino también que en consecuencia al fácil acceso a internet, los menores son los más expuestos ante los peligros que hay en este medio.

Abriendo el panorama hacia la capacitación, de padres y maestros para el acompañamiento de los alumnos o adolescentes ante el uso de las TIC, evitando y administrando tiempos, para también disminuir el consumo dependiente y adictivo de las mismas.

Dejando como conclusión, que, aunque el avance tecnológico, ayude a mejorar y aligerar algunas esferas del desarrollo, también es un llamado a que si estas se saben administrar serán beneficiosas para los adolescentes que las usen. Sin olvidarnos que el gobierno de nuestro país, con ayuda en conjunto de profesionales, puedan crear programas o campañas para que en zonas rurales se pueda tener acceso a estas tecnologías, así como generar estrategias que disminuyan el riesgo de que los menores, se encuentren vulnerables o violentados desde estas plataformas.

#### **4.4 Videojuegos más usados por adolescentes durante la pandemia**

Debido a estas restricciones sociales, dadas a raíz de la pandemia por COVID-19, el uso de los videojuegos se mantuvo con una alta popularidad entre

niños, jóvenes y adultos, rompiendo brechas generacionales y uniendo a millones de jugadores en el mundo en una sola plataforma; nuestro país no fue la excepción, pues como se ha señalado en apartados anteriores, se evidencia que México pertenece al *ranking* de las mayores economías consumidoras de videojuegos, razón por la cual se considera importante mencionar cuáles fueron los videojuegos más usados en nuestro país durante la cuarentena.

Con la cuarentena obligatoria en la mayoría de países en el mundo, no se podían hacer actividades recreativas que implicarán una reunión social. Por lo que muchos grupos de amigos se vieron obligados a buscar actividades digitales que puedan compartir. Es así que los juegos en línea, en especial aquellos que son de fácil acceso y reúnen un mínimo de 5 jugadores han sido más llamativos para ellos. (Power Gaming, 2021, párr. 2)

Según el portal *Power Gaming* (2021), la clasificación de los juegos más usados en la cuarentena, son los siguientes:

*Among us* (2018), puede considerarse como un juego exitoso en 2020, pues meses antes de la pandemia, había un número de jugadores reducido. Esta viralización del juego puede presuntamente haberse dado debido a diversos *livestreams* de distintos *streamers* estadounidenses y canadienses, que a través de la plataforma de *Twitch* junto con un grupo de amigos, comenzaban a jugarlo, acción que se replicó en países europeos e hispanohablantes (Power Gaming, 2021).

Del mismo modo, ayudó el hecho que sea gratuito y de fácil acceso al estar en dispositivos móviles. Hecho que motivó a que personas que no son de jugar mucho, se sumarán a la moda de jugar *Among Us* con su grupo de amigos. (Power Gaming, 2021, párr. 5)

En cuanto a la dinámica de juego es la siguiente. En un grupo de 5 a 10 jugadores, existen 1 o 2 impostores que tratan de sabotear la nave, la tripulación hace tareas para terminar el juego. Por otra parte, los impostores podrán matar a los tripulantes y, a su vez, los participantes restantes podrán reportar los cadáveres; seguido a esto, los jugadores entran a una sala de debate, donde pueden dar

detalles sobre cómo y donde fue encontrado el cuerpo, si había alguien alrededor para deducir o sacar sus propias conclusiones. Finalmente se somete el grupo a una votación con el objetivo de sacar a quien consideran es el impostor. La partida termina ya sea que la tripulación concluya sus tareas o que los impostores sean echados por la tripulación (Power Gaming, 2021).

*Fall Guys: Ultimate Knockout* (2020). Juego que tuvo éxito, debido a la constante mención de este en redes sociales antes de su lanzamiento. Más de un millón y medio de jugadores saturaron el videojuego a tan solo 24 horas de su lanzamiento. A pesar de eso, el juego siguió siendo muy utilizado, el modo de juego es multijugador tipo *party*, en cada partida 60 jugadores online compiten para ganar la corona, este juego mantuvo su viralización, debido al uso y transmisión de *streamers*, en conjunto con ello, la difusión de clips de los errores que los jugadores cometían dentro de la partida, hizo que los espectadores consumieran este juego (Power Gaming, 2021).

*Animal Crossing: New Horizons* (2020), este es un juego de simulador de vida, donde se convive con vecinos, se recolecta fruta y personalización del hogar, después de una espera por los jugadores ante una actualización, este juego fue muy popular durante la cuarentena, este juego ofrece el modo *online*, donde los jugadores puedes explorar más islas, además de poder realizar distintas actividades con amigos. El uso de este juego, pudo lograr que se realizaran eventos como bodas, graduaciones, clases y más eventos recreativos donde los jugadores mostraron su creatividad (Power Gaming, 2021).

Dentro de los juegos de *battleroyale*, se encuentra *Fortnite*, juego que ha sido atractivo para niños y niñas, incluso para el público adulto. Se estima que se superaron los 350 millones de usuarios registrados; este juego es de supervivencia, el ultimo jugador con vida es el que gana la partida (Buenos Aires Ciudad, 2022). De igual manera dentro de esta misma categoría de juegos, desde una lista elaborada por el *The New York Times* (2021), de los juegos más jugados durante 2020, se encuentra el juego *Call of Duty: Warzone*, siendo esta la última entrega de la compañía Activision (Paiva, 2021).

Otro título que tuvo popularidad durante la cuarentena fue el juego *FIFA (2020)*, este juego se mantiene como el juego más jugado en la categoría de fútbol; dentro de algunos de los modos de juego, son la copa libertadores, además de tener una gran variedad de clubes con los cuales el jugador puede armar su propio equipo (Buenos Aires Ciudad, 2022).

Entre los juegos de construcción se encuentra *Minecraft*, que mantiene a los jugadores activos para crear distintas construcciones, con un estilo grafico de 8 bits; incluso este formato hace recordar a los mayores la apariencia de los juegos más clásicos de la década de los 80's y 90's (Buenos Aires Ciudad, 2022).

Por último, se encuentra el juego *League of Legends*, mejor conocido como *LOL*, este juego es de estrategia en equipos, en cada enfrentamiento hay 2 equipos de 5 jugadores, el objetivo es destruir las bases enemigas. Este juego entra en el género, *MOBA* (Multiplayer Online Battle Arena) por sus siglas en inglés. En español puede traducirse como arena de combate multijugador en línea (Buenos Aires Ciudad, 2022).

Como podemos ver el uso de internet, logró que los jugadores pudieran acceder a estos contenidos, manteniéndose conectados con sus amigos y animando a otros a que por primera vez experimentaran lo que es jugar un videojuego en línea, sin embargo también es importante evidenciar cual es el rango de tiempo que estos usuarios dedicaron al uso de los videojuegos.

Un estudio de *The Competitive Intelligence Unit* de 2021, realizado por Arteaga (2021), indica que el uso de consolas fijas llegó a ser de 4.0 veces por semana, esta cifra comparada con el año 2019, donde el uso fue de 3.5 veces por semana. (Arteaga, 2021).

Entre los jugadores en México que se consideran *gamers* “regulares”, que a su vez pertenecen al 51%, mantienen sesiones de juego de entre una a cuatro veces por semana, mientras que el 42% catalogados como “intensivos”, juega de entre cinco a siete veces por semana; por último, el 8% que pertenece a los jugadores

“ocasionales”, el periodo que ellos establecen es de una vez cada quince días o una vez al mes (Arteaga, 2021).

Dada la cantidad elevada de jugadores que comenzaron a conectarse aún más a esta afición durante la cuarentena, se exponía que este acercamiento e incremento del uso de videojuegos está vinculado con el uso de internet, añadiendo que también el consumo de ciertos contenidos ha sido gracias a los *streamers* y *livestreams* desde diversas plataformas y como los *eSports* ha sido un nuevo deporte que ha generado que los jugadores, se dediquen de manera profesional y competitiva a los videojuegos.

Los deportes electrónicos son una de las industrias digitales que más han crecido durante la pandemia de COVID-19. En mayo de 2021, más de nueve millones de usuarios vieron en torno a 2.300 millones de horas de juego solo en la plataforma de «streaming» Twitch, que en el primer trimestre del año alcanzaba la cifra histórica de 6.300 millones de horas vistas, duplicando las cifras de visualización del mismo trimestre de 2020. (Pombo, 2021, párr. 1)

Con esto, Pombo (2021) dice que en 2022 se calcula que los *eSports* congreguen a audiencias globales de más de 600 millones de seguidores. Además, que los *streamers*, puedan ofrecer experiencias singulares más allá del *gaming*, dando un salto de lo virtual al físico. Los *eSports*, ya no son solo competiciones profesionales, sino también se han diversificado hacia el espacio físico, congregando audiencias jóvenes, diversas, digitales y transfronteriza (Pombo, 2021).

El 41% de los usuarios de Twitch, una de las principales plataformas de streaming para videojuegos (propiedad de Amazon) que tiene un importante foco en los deportes electrónicos, tienen entre 16 y 24 años; el 32% están en la franja de edad de 25 a 34 años. (Pombo, 2021, párr. 3)

Pombo (2021) comenta que las nuevas generaciones, ya no se encuentran vinculadas de manera tradicional en cuanto a la comunicación, puesto que generan

nuevos contenidos y son participes activos, tanto creando nuevas vías de comunicación, como creando las propias. (Pombo, 2021).

Referente a los *eSports*, actualmente el continente asiático domina cifras de juego y de seguidores, pero mercados como Europa y Latinoamérica crecen y se adentran aceleradamente en el mundo de los *eSports* (Pombo, 2021).

Dentro de los personajes destacados dentro del mundo del *streaming* y los *eSports*, se encuentra *The Grefg*, rompiendo el récord de espectadores, llegando a la cifra de 2.5 millones; *The Grefg* no sólo es jugador y socio de un equipo de *eSports*, este *streamer* español, también ha sido autor de dos libros y ha protagonizado programas de televisión (Pombo, 2021).

Porque los «streamers» se están convirtiendo en ídolos de masas, que buscan ofrecer nuevas experiencias a sus comunidades de seguidores, experiencias que están empezando a salir de la esfera del «gaming» profesional y a impregnar a los deportes tradicionales. Un ejemplo de ello es Ibai Llanos, que retransmitirá gratis la Copa América de fútbol en su canal de Twitch, tras adquirir sus derechos de emisión en colaboración con la empresa Kosmos, que preside Gerard Piqué. (Citado en Pombo, 2021, párr. 5)

Se ha hablado de las cifras alcanzadas de espectadores dentro de las plataformas, que son millones de personas alrededor del mundo; sin embargo, *Twitch* no es la única plataforma que reúne a visualizadores y *streamers*, Pombo (2021), comparte lo siguiente.

Twitch alcanzaba en el primer trimestre de 2021 la cifra histórica de 6.300 millones de horas vistas (duplicando así las cifras de visualización del mismo trimestre de 2020), seguida de Facebook Gaming con 1.060 millones de horas y Youtube Gaming con 1.370 millones. Faceit, una plataforma 100% gaming cuenta con más de 10 millones de usuarios, y Twitch, que retransmite algunas de las principales competiciones de *eSports* del mundo, cuenta con más espectadores que muchos de los principales canales de televisión estadounidenses. Solo en mayo, más de nueve millones de usuarios vieron

más de 2.300 millones de horas de juego en esta plataforma. (Citado en Pombo, 2021, párr. 7).

Como podemos ver el mundo gaming está avanzando de manera acelerada y dejando ingresos monetarios considerables, acercando más y más esta realidad, que deja de ser virtual para comenzar a tomar espacios en los lugares físicos. Y los consumidores de todas estas plataformas son niños y adolescentes, por eso se considera importante que, para los padres y maestros, o cuidadores de estos menores, tengan las herramientas adecuadas en el acompañamiento ante el uso de éstos.

La pandemia por COVID-19 ha dejado estragos sociales que fueron inevitables, hoy por hoy toca informarse sobre cómo están cambiando estas plataformas y lo relacionado a ellas, para que se puedan crear estrategias para el cuidado de los adolescentes y su desarrollo, además que, aunque el panorama económico sea positivo, no se debe de quitar de vista el hecho de que esta invasión digital, traerá consigo cambios considerables en las etapas del desarrollo.

## **V. EFECTOS RELACIONADOS AL USO DE JUEGOS VIRTUALES**

### **5.1 Efectos fisiológicos en los adolescentes ante el uso de videojuegos**

En los capítulos anteriores, se ha hablado de las distintas variantes y escenarios que el uso de los videojuegos ha traído a los adolescentes, al mundo y al país mismo, dejando como resultado múltiples efectos y aumentos de consumo en distintos niveles y aunque hoy en día es inevitable e irreversible su uso, se ha puesto a la vista el estudio de cómo acompañar y evitar los efectos adversos de estos.

Es por ello que es importante evidenciar los aspectos positivos y negativos que los videojuegos dejan en las esferas, fisiológicas, cognitivas, sociales y emocionales en los adolescentes. Para así crear planes de acción que puedan ayudar a los adultos que están a cargo de los usuarios de esta actividad de ocio.

Moncada et al. (2012), en su estudio “El efecto de los videojuegos en variables sociales, psicológicas y fisiológicas en niños y adolescentes”, comparte de manera evidenciada los diversos efectos que el uso de los videojuegos, manteniendo la vista en que los videojuegos y la exposición a las pantallas, serán parte del futuro, razón por la cual considera la realización de estudios sistemáticos para así determinar los efectos ante la exposición.

Dentro de acuerdo a los efectos fisiológicos, podemos encontrar la respuesta hormonal, gasto energético, vista y atención visual, además de repercusiones en el sistema nervioso (Moncada y Chacón, 2012).

Es importante detenernos a mencionar que los efectos que están relacionados con el uso de videojuegos, no pueden ser ni totalmente benéficos, ni totalmente perniciosos, puesto que estos mismos, pueden ser multicausales; razón por la cual se considera que sean vistos de desde distintas perspectivas.

El **primer efecto** es la *respuesta hormonal*, los estudios señalan un aumento en los niveles de testosterona en los jugadores que ganan en comparación de los que pierden. En cuanto a la hormona del cortisol, se encuentran estudios donde ésta aumenta sus niveles post ejercicio (Moncada y Chacón, 2012).

Se sabe que la testosterona y el cortisol se liberan durante el ejercicio y que juegan un papel importante en la adaptación del organismo; sin embargo, una elevada exposición crónica a ambas hormonas, especialmente al cortisol, posee efectos negativos en el organismo (e.g., depresión, ansiedad, aumento de glucosa sanguínea, reducción de actividad inmunológica, pérdida de memoria) (Lupien, Nair, Briere, Maheu, Tu, Lemay, McEwen, & Meaney, 1999). (Citado en Moncada y Chacón, 2012, p. 46)

Se ha comprobado que el jugar videojuegos diariamente, permite mejorar capacidades como la atención visual, la eficiencia en el cambio, realización de tareas, desarrollo de rapidez en búsqueda visual y la discriminación de objetos, herramientas, colores y formas (Calvo, 2021).

Para Lager y Brenberg (2005) los videojuegos permiten mejorar habilidades espaciales y tiempo de reacción. Los videojuegos mezclan una combinación poderosa de llamativas escenas visuales y música o sonidos adictivos que en conjunto producen respuestas fisiológicas (e.g., aumento de cortisol). (Citado en Moncada y Chacón, 2012, p. 46)

Moncada y Chacón (2012) comentan que, en el caso de los adultos, se encontró que al utilizar videojuegos con música se libera más cortisol, en comparación de quienes usan videojuegos sin música. Además, que la frecuencia cardiaca es mayor en los hombres y la presión arterial es mayor en las mujeres al jugar videojuegos (Moncada y Chacón, 2012).

En **segundo lugar**, se encuentra el *gasto energético*, puesto que los videojuegos activos y no activos mantienen un gasto energético similar al juego libre, siendo un punto importante para niños y adolescentes con sobrepeso y obesidad (Moncada y Chacón, 2012).

En general, se ha encontrado que en comparación con los videojuegos no activos tradicionales, en los que se involucra únicamente la destreza óculo-manual y la persona se encuentra sentada la mayor parte del tiempo, los videojuegos activos aumentan considerablemente el gasto energético (medio en Kcals, kL, MET, o mmL O<sub>2</sub>) y otras variables fisiológicas como la presión arterial sistólica y diastólica, y la frecuencia respiratoria (Ambrosetti, & Saltarelli, 1995; Borusiak, Bouikidis, Liersch, & Russell, 2008; DEnot-Ledunois, Vardon, Perruchet, & Gallego, 1998; Foley & Maddison, 2010; Segal & Dietz, 1991), posiblemente debido a una liberación de hormonas del estrés como la epinefrina, la testosterona y el cortisol, que en conjunto estimulan al excitación y la emoción. (Citado en lay Chacón, 2012, pp. 46-47)

En cuanto a este tema, existe la creencia de que al jugar videojuegos se incrementa el consumo de alimentos, ya sea activos o pasivos. Sin embargo, se ha constatado en ambas situaciones que no hay diferencias significativas en el uso de consumo de alimentos. Relacionado a este tema, se ha promovido el uso de distintos videojuegos, para estimular la pérdida de peso y el aumento gasto energético (Moncada y Chacón, 2012).

Moncada y Chacón (2012) informan que los investigadores Penko y Barkley (2010) realizaron un estudio donde los participantes debían jugar un videojuego de boxeo en *Nintendo Wii*. Midiendo el gasto energético en cada modalidad de actividad y la motivación al jugar, encontraron que hay mayores gastos energéticos al jugar al *Nintendo Wii* en comparación con un juego pasivo, categorizando el gasto energético de moderado a alta intensidad (Moncada y Chacón, 2012).

De igual manera, White, Schofield y Kilding (2011) promovieron que los participantes realizaran videojuegos activos, actividades sedentarias, caminar y correr encontrando que los videojuegos activos aumentaban el gasto energético en comparación al reposo y juegos pasivos, pero sin ser tan intensos como para seguir la recomendación de 60 minutos de actividad física (Moncada y Chacón, 2012).

El **tercer punto** es la *vista y la atención visual*, donde existe una relación con los adolescentes que mantienen el uso de los videojuegos de manera cotidiana, con respecto a los que realizan otro tipo de actividades (Moncada y Chacón, 2012). “Los investigadores han encontrado que el número de horas semanales que las personas leían y utilizaban videojuegos o el ordenador eran significativamente mayores en las personas con miopía que en las personas con visión normal” (Moncada y Chacón, 2012, p. 47).

Por parte de los investigadores Dye y Bavelier (2010) evaluaron la atención visual en los niños acostumbrados a jugar videojuegos y en niños no acostumbrados a jugarlos, midiendo la habilidad de distribución de atención en un campo visual para la búsqueda de un objeto, el tiempo que era necesario para recuperar la atención visual después de encontrar dicho objeto y finalmente midieron el número de objetos que fueran buscados simultáneamente. Encontraron que los niños y adolescentes que jugaban videojuegos de acción tenían mejores puntajes en comparación con los que no jugaban regularmente, dejando como evidencia que la atención visual de los niños que jugaban regularmente era igual a la que se alcanza en etapas más maduras del desarrollo en comparación con los niños que no juegan regularmente (Moncada y Chacón, 2012).

El **cuarto punto** corresponde al *sistema nervioso central*: se ha hablado de un posible efecto negativo por la exposición prolongada a los videojuegos como lo es la epilepsia fotosensible, estudiada desde el año 1950 en personas que tuvieron estos episodios mientras miraban la televisión (Moncada y Chacón, 2012).

A pesar de que la incidencia de la epilepsia fotosensible es baja en la población general (i.e., 1 persona por cada 4000 habitantes), se ha encontrado que la incidencia es cinco veces mayor en adolescentes entre 7 y 19 años de edad. (Moncada y Chacón, 2012, p. 47)

En relación a esto, se ha señalado que las mujeres son más fotosensibles que los hombres, aunque un 75% de los hombres que usan videojuegos sufren

episodios epilépticos en comparación al 25% correspondiente de las mujeres (Moncada y Chacón, 2012).

Finalmente, en una revisión narrativa de 36 investigaciones (Cain & Gradisar, 2010), se evaluó el impacto de la exposición a medios electrónicos (i.e., T.V., videojuegos ordenadores) en la calidad del sueño de los niños y adolescentes [...] Los investigadores han encontrado que en general, los niños y adolescentes que pasan más tiempo jugando videojuegos empeoran sus patrones de sueño, especialmente el tiempo total dormido y el tiempo total en la cama. (Citado en Moncada y Chacón, 2012, pp. 47,48)

Dentro del portal Clínica Universidad de Navarra (2022) se mantiene la indicación sobre los efectos negativos fisiológicos que aparecen ante el uso de los videojuegos, como la irritación ocular y molestias musculares asociadas al movimiento manual que se mantiene en el uso de dispositivos móviles o mandos de las consolas.

Otras consecuencias relacionadas con el uso continuo y prolongado de los videojuegos son la aparición de molestias en los ojos con síntomas de irritación al no realizarse los movimientos de parpadeo que lubrican la córnea, debido a la atención que se presta al juego. Los dolores de cabeza pueden llegar a ser frecuentes principalmente cuando los niños no tienen corregidos defectos en la agudeza visual. También, debido a las posturas que se adoptan durante el juego, pueden aparecer dolores musculares o vicios posturales, muy perjudiciales en un organismo en crecimiento. Se ha observado con frecuencia la aparición de molestias en la mano y muñeca por el desarrollo de tendinitis o inflamación en los tendones. (Clínica Universidad de Navarra, 2022, párr. 12)

Otra de las aportaciones a este apartado está realizada por Rodríguez y García (2021), en su estudio “El uso de videojuegos en adolescentes. Un problema de Salud Pública”, que en el subtítulo *Predictores de la adicción al videojuego y juego problemático*, tienen la siguiente aportación a los efectos fisiológicos.

Un estudio longitudinal estableció ciertos indicadores fisiológicos que podían ayudar a predecir el desarrollo del comportamiento patológico respecto a videojuego. La disminución de la retirada de la arritmia respiratoria sinusal en las tareas cognitivas y el aumento de la arritmia respiratoria sinusal en las tareas familiares se relacionaron con la aparición de los síntomas relativos al juego patológico. Para los adolescentes, se asoció la activación de la respuesta galvánica de la piel como consecuencia del aumento de la actividad simpática durante la resolución de problemas familiares con mayores síntomas patológicos de videojuego (Rodríguez y García, 2021, p. 564).

Por parte de la Secretaría de Salud (2016), en una entrevista al coordinador de la Clínica de Trastornos Adictivos del Instituto Nacional de Psiquiatría, Hugo González Cantú, compartió que el mantener una exposición de larga duración usando videojuegos puede provocar problemas de sedentarismo, reducción de la convivencia familiar y abandono escolar: “Las principales consecuencias de esta conducta son identificarse más con los avatares con los que juegan que con la realidad, presentar sobrepeso u obesidad y no tener ganas de salir de casa” (párr. 3).

En esta misma entrevista de la Secretaría de Salud (2016), González Cantú afirma que:

En el mundo, se estima que alrededor de cuatro por ciento de los jóvenes que dedican mucho tiempo a los videojuegos, presentan características similares a quienes tienen dependencia a sustancias químicas. Ejemplificó que manifiestan alguna consecuencia física o mental derivada de esta conducta o la necesidad de pasar más tiempo jugando para obtener satisfacción y sentir malestar cuando no se puede acceder a ello. (Citado en Secretaría de Salud, 2016, párr. 5)

Relacionado con el sedentarismo, es importante mencionar que la situación de obesidad focalizada en adolescentes en el país mexicano es el siguiente:

De la población de 12 a 19 años el 38.5% presenta algún grado de sobrepeso u obesidad, cifra que casi se duplica para los adultos, el 75.5% de los habitantes de 20 años o más se encuentra en esta condición, de acuerdo con cifras de la encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2018 levantada por el **Instituto Nacional de Estadística y Geografía** (Inegi), la **Secretaría de Salud** y el Instituto Nacional de Salud Pública (**INSP**). (García, 2019, párr. 2)

Dejando como manifiesto que el crecimiento de este padecimiento se ha vuelto un problema de salud pública en el país, además que el aumento fue de 3.5 punto en comparación con el año 2012 (García, 2019).

Como se puede ver, así como existen mejorías en cuanto a habilidades mentales en los jugadores habituales de videojuegos, existen más efectos negativos dentro del mismo tópico, desde el aumento del sedentarismo, hasta afectaciones permanentes como la tendinitis, situaciones que deben de mantenerse en constante observación y estudio, para poder saber qué se puede hacer o cómo prevenir estos efectos físicos en los usuarios.

## **5.2 Efectos cognitivos en los adolescentes ante el uso de videojuegos**

Se han argumentado aportaciones de los videojuegos a las funciones cognitivas y, aunque se encuentran diversos estudios donde se evidencia este desarrollo, la realidad es que no son la pieza clave de estas funciones, aunque se encuentran diferencias entre los jugadores y los no jugadores.

La mayoría de las investigaciones que abordan los efectos cognitivos, se centran en los videojuegos de acción, es decir, juegos que requieren que los jugadores se muevan rápidamente, realicen un seguimiento de muchos elementos a la vez, retengan una gran cantidad de información al instante y tomen decisiones en una fracción de segundo (Bavelier & Green, 2003). (Citado en Moscardi, 2018, p. 28)

Moscardi en su estudio “Los efectos positivos de jugar videojuegos y su aplicación en entornos no lúdicos” (2020), comparte que los videojuegos mantienen una relación con el plano cognitivo, esto quiere decir que se observan mejorías en el procesamiento de la información, además de la percepción, atención, toma de decisiones, resolución de problemas y funciones ejecutivas.

Estas modificaciones se clasifican en distintos niveles según la complejidad de la función en el sistema, en una primera instancia se ubican los procesos cognitivos básicos o inferiores (sensación, percepción, atención y memoria) y en un segundo nivel, los procesos complejos o de orden superior (lenguaje, pensamiento, inteligencia, toma de decisión, memoria de trabajo, entre otros subprocesos pertenecientes a las funciones ejecutivas). (Moscardi, 2020, p. 115)

Moscardi (2020) indica la postura de distintos autores acerca de las implicaciones cognitivas en el uso de los videojuegos. Por ejemplo, Latham, Parston y Tippett (2013) afirmaron que la evidencia de la exposición breve y extensa a los videojuegos puede dar una amplia gama de mejoras en distintos procesos cognitivos, más allá que el contexto de los videojuegos (Moscardi, 2020).

Con respecto a la investigación usando videojuegos, se realizaron distintos estudios en los que se midieron tales procesos como también habilidades y tareas cognitivas, siendo el género de videojuegos de acción, el más utilizado en el ámbito de la investigación debido a la facilidad metodológica con la que este tipo de juegos permite realizar las mediciones y la recolección de datos (Latham, Patston, & Tippett, 2013b). (Citados en Moscardi, 2020, pp. 115,116)

Respecto al género de juegos de acción, Moscardi (2020) comparte que estos contienen requerimientos cognitivos variables, pues se encuentran influenciados por espacios de navegación tridimensional, visualmente ricos en demandas aceleradas, puesto que requieren toma de decisiones casi inmediatas y atención a cambios impredecibles.

Estas demandas incluyen la imprevisibilidad, la velocidad intensa y los requisitos para rastrear y cambiar la atención entre múltiples objetos y ubicaciones (Oei & Patterson, 2015), como también se exige una gran cantidad de asignación espacial y temporal del procesamiento atencional, ya que los jugadores deben realizar múltiples tareas simultáneamente mientras se adaptan constantemente al entorno de juego que cambia rápidamente (Feng & Spence, 2018). (Citado en Moscardi, 2020, p. 116)

En cuanto a los géneros sin acción, según Moscardi (2020), los autores Oei y Patterson (2015) determinaron que los jugadores pueden necesitar mejor velocidad de respuesta y estrategia, pero por otro lado no se requiere aumentar la memoria de trabajo o atención, en comparación a los juegos de acción.

Pohl, Kunde, Ganz, Conzelmann, Pauli y Kiesel (2014) concluyen que si se comparan jugadores no habituales con jugadores de videojuegos de acción, los segundos se desempeñan mejor en tareas de visión periférica y central, en condiciones de doble tarea, desarrollan mayores recursos de atención, una distribución espacial de atención mejorada y una mayor resolución de atención temporal y espacial. Además de los cambios cognitivos mencionados, los jugadores de videojuegos de acción también mostraron mejoras en el procesamiento multisensorial. (Citado en Moscardi, 2020, p. 116)

Más adelante, Moscardi (2020) habla de los investigadores Pallavicini, Ferrari y Mantovani (2018), quienes agregan los videojuegos de acción y en segundo lugar los juegos de género *puzzle*, dejando claro que no todos los juegos generan el mismo impacto, debido a las propias características del juego.

Con respecto a dicho género, en una investigación donde se utilizó el videojuego *Tetris* para estudiar si se producían cambios sustanciales en la especialidad (a través del uso del Nintendo DS y la PC). Se evidenció que dicho juego favorecía la activación de habilidades espaciales, ya que se observaban mejorías significativas en las mismas, permitiendo establecer

estrategias de entrenamiento para mejorar la espacialidad (Martin Gutierrez, Saorín, Martin Dorta & Contero, 2009). (Citado en Moscardi, 2018, p. 32)

Dentro de este mismo apartado, Moscardi (2018) comparte que Stark y Clemenson (2015) investigaron los efectos cognitivos que los videojuegos producen a través del hipocampo.

mediante la comparación entre juegos de puzzle y plataforma, uno tridimensional (3d) y otro bidimensional (2d). Observaron que el primero, explora y activa [sic] distintas áreas que el segundo no lograba, las mejoras se generaban en la coordinación óculo-manual, el tiempo de reacción, en la memoria y aprendizaje. Se sugiere que los videojuegos pueden servir para frenar la pérdida de memoria en el envejecimiento e incluso en personas con demencias (Star & Clemenson, 2015). (Citado en Moscardi, 2018, p. 32)

Dentro de este apartado, Rodríguez y García (2021) afirman que se ha visto la relación de trastornos como el TEA (Trastorno del Espectro Autista), como el TDAH (Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad).

Los síntomas de la falta de atención estuvieron fuertemente asociados con el uso problemático de los videojuegos, por ello, los niños con TEA y TDAH tuvieron más riesgo de desarrollar este problema que los niños con desarrollo típico (29). De hecho, los niños con TDAH parecieron tener mayores puntuaciones en el GAST (Test Escala de Adicción al videojuego) que los que no tenían TDAH. Aunque a nivel de dependencia fue similar en los dos grupos, el grupo con TDAH pasó más tiempo jugando y tuvo una tasa de utilización y de problemática más alta. Esta conclusión fue aún más significativa en mujeres (29). (Citado en Rodríguez y García, 2021, p. 567)

Rodríguez y García (2021) concuerdan que; con respecto al tratamiento médico, tanto el MPH (metilfenidato) como el ATM (atomoxetina), redujeron los síntomas graves de la adicción al juego en internet, reduciendo la impulsividad en los adolescentes con TDAH.

Por su parte McCarthy (2020), en su artículo “Cuando los videojuegos causan problemas de salud: lo que los padres pueden hacer para prevenirlos”, deja de manifiesto por qué los videojuegos son tan atractivos y como los padres pueden mantener la atención ante el uso de estos (McCarthy, 2020).

Sin embargo, dentro de este mismo texto, McCarthy (2020) comparte que existe una terapia para el TDAH, siendo los videojuegos parte de la terapia (McCarthy, 2020).

Las investigaciones han descubierto una forma para que los videojuegos sirvan de terapia. La Administración de Medicamentos y Alimentos (FDA) dio la autorización para el primer producto no fármaco para ayudar a los niños entre las edades de 8 a 12 años con problemas de distracción o tipo combinado del trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH). El dispositivo digital no se examinó en niños que tenían TDAH u otro problema, con dislexia o trastorno de ansiedad. Es una terapia de prescripción y no reemplaza a otras terapias del TDAH, medicamentos o programas educativos ordenados por su médico. (McCarthy, 2021, párr.17)

Las autoras concluyen que este dispositivo ha ayudado a mejorar la atención de acuerdo con 5 estudios de más de 600 niños (McCarthy, 2021).

Con respecto al tema, Sans (2019), en el estudio “Adolescencia y consumo de videojuegos: una revisión narrativa del estado del arte”, comparte algunos de los impactos en los adolescentes a partir de la globalización y el sistema capitalista, centrándose de manera puntual en el uso de los videojuegos y cómo esta población, tiene un consumo prioritario en estos.

Una de las consecuencias negativas que el autor puntualiza es la relación de los juegos violentos, los cuales estaban asociados con la personalidad hostil y las conductas agresivas, reflejadas en peleas físicas y discusiones con adolescentes y profesores (Sans, 2019).

Más adelante el autor, también mantiene las afectaciones que pueden presentarse de manera cognitiva,

En el caso de los videojuegos de acción, éstos mejoran la capacidad atencional si se la considera como la velocidad y eficiencia para filtrar distractores visuales presentados velozmente. Pero en el caso de la atención como habilidad para sostener el foco en un flujo de información lento, como es prestar atención en las clases, jugar VDJ tiene efectos negativos. (Sans, 2019, párr. 30)

Dentro de esta premisa, según Sans (2019), se han hallado un aumento de conductas asociadas al Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad, debido a la exposición a los videojuegos “debido a que la exposición a los VDJ puede generar una mayor capacidad de distracción en entornos académicos que se visualizan como poco estimulantes en comparación (Bavelier et al., 2011)” (citado en Sans, 2019, párr. 30).

López (2017) expone, de igual manera; que algunos aspectos negativos pueden asociarse al uso excesivo de videojuegos de tipo *online*, puesto que este tipo de juegos no pueden ser interrumpidos, ni terminados, convirtiéndose así en una actividad de tiempo completo (López, 2017).

Es aquí cuando los videojuegos se asocian con la aparición de **problemas atencionales**, los cuales se extienden hasta la adultez temprana (Swing et al., 2010), debido a una **mayor exposición a hormonas del estrés** como son la norepinefrina y el cortisol (Skosnik et al., 2000). (Citados en López, 2017, párr. 6).

López (2017), más adelante comparte que esta situación con el uso problemático de las tecnologías, puede relacionarse con el aumento de jóvenes con Trastorno de Atención e Hiperactividad (TDAH), de igual manera existen repercusiones a nivel cerebral ya que los usuarios pueden estar expuestos a contenidos violentos, Pues más del 85% de los videojuegos mantienen este

contenido, haciendo así que los usuarios mantengan una mayor tolerancia a éstos (López, 2017).

Esto también afecta al cerebro, observándose una mayor activación de la amígdala en aquellos sujetos que hacen uso de videojuegos violentos, así como una menor actividad en áreas orbitofrontales, encargadas de las funciones ejecutivas, y que se relaciona con **una menor capacidad de autocontrol y una mayor impulsividad.** (López, 2017, párr. 9)

Así, se puede ver que hay varias funciones cognitivas implicadas en el uso de los videojuegos, que si bien; no son desarrolladas gracias a estos, se ven mejoradas y fortalecidas algunas áreas dentro de este campo; de igual manera se ven implicaciones que están asociadas a algunos trastornos del neurodesarrollo, situación que se considera de suma importancia para su observación y estudio a profundidad.

### **5.3 Efectos sociales en los adolescentes ante el uso de videojuegos**

Hasta este momento, se han compartido distintos argumentos acerca de la preocupación del uso de los videojuegos y cómo estos se encuentran implicados en el aislamiento de los adolescentes ante la convivencia en su círculo familiar y de relación con los iguales, además de crear actitudes agresivas y rezagos escolares; es por ello que en este apartado se buscan plasmar todos estos aspectos positivos y negativos generados en la esfera social a partir del uso de los videojuegos.

Los primeros estudios científicos sobre las implicaciones psicosociales de los videojuegos comenzaron a publicarse a principios de la década de los 80, y además de aspectos presumiblemente psicopatológicos, abarcaban áreas como la personalidad, la salud o coordinación óculo-manual. Se trataba por lo general de estudios a pequeña escala, de carácter parcial y sujetos a interpretaciones, pero la conclusión general extraída de la conferencia organizada por la Universidad de Harvard en 1983 parecía enfatizar los aspectos positivos, más que los negativos. Estas conclusiones, unidas a la

crisis de la industria de los videojuegos de este mismo año, motivaron un descenso en el interés científico por este ámbito. (Tejeiro, 2009, p. 236)

Tejeiro (2009), comenta que el interés de los investigadores ha cambiado de orientación, puesto que no sólo se han realizado mejores estudios con evidencias sólidas, sino también socialmente los videojuegos se han habituado, dejando de ser vistos como un producto dirigido totalmente a niños y adolescentes. Haciendo así que los académicos y profesionales se centren en los aspectos motivacionales y potenciar los videojuegos para el desarrollo o recuperación de habilidades físicas y cognitivas (Tejeiro, 2009).

Dentro del estudio “Efectos psicosociales de los videojuegos”, Tejeiro (2009) presenta los factores psicosociales asociados a los videojuegos, además de su relación con la psicopatología y los usos positivos que se han identificado. Partiendo de los efectos negativos, y recuperando los efectos positivos dentro de este tópico, dejando evidenciada su participación en este tema controversial.

Adicción: Una de las críticas más habituales a los videojuegos es la que hace referencia a su supuesto potencial adictivo. A partir de la observación de los jóvenes que les dedican una parte importante de su tiempo y centran sus relaciones sociales en torno a ellos, no falta quien habla de «enganche» y «adicción», en claro paralelismo a la dependencia de sustancias. (Tejeiro, 2009, p. 237)

Dentro de este punto, se considera importante puntualizar que la Secretaría de Salud (2016), al entrevistar al coordinador de la Clínica de Trastornos Adictivos del Instituto Nacional de Psiquiatría, Hugo González Cantú, afirma que los adolescentes que presentan un uso problemático de los videojuegos mantienen características similares a quienes mantienen una dependencia a sustancias químicas (Secretaría de Salud, 2016).

Dentro de esta similitud, Atachagua, Mayta y Piñas (2021) comparten la existencia de estudios realizados sobre los criterios que apuntan a la dependencia del uso de videojuegos. “Chóliz y Marco (2011b) mencionaron que para poder

diagnosticar un trastorno es necesario que cumpliera ciertos criterios durante un tiempo determinado, que está constituido en el *manual del DSM*” (citado en Atachagua, Mayta y Piñas, 2021, p. 28).

Atachagua, Mayta y Piñas (2021) comparten los criterios del DSM-IV TR, que son los siguientes.

1. Tolerancia: Es la necesidad de incrementar la duración e intensidad de la conducta de jugar para experimentar el efecto placentero, ya que la persona va a dedicar más tiempo a esta conducta y, posteriormente, desarrollará progresivamente cierta dependencia.
2. Abstinencia: Es la manifestación de malestares emocionales como irritabilidad y ansiedad; esto se presenta al suspender o reducir bruscamente el uso del videojuego.
3. La persona o adolescente juega mucho más tiempo de lo que inicialmente lo hacía.
4. Deseo por dejar de jugar, pero no poder dejarlo, ya que puede perder el control apareciendo problemas emocionales o conductuales.
5. Emplear mayor tiempo en actividades relacionadas con los videojuegos, que causan dificultades en su vida diaria como cambios de rutinas y hábitos.
6. Abandonar obligaciones y deberes por incrementar el tiempo de uso a los videojuegos, afectando aspectos de alimentación, sueño e higiene personal.
7. Continuar jugando aun sabiendo que esto afecta a su vida personal, familiar y social. (Citado en Atachagua, Mayta y Piñas, 2021, pp. 28, 29).

Más adelante estos mismos autores, comparten una tabla comparativa de los criterios tomados desde del DSM-IV-TR y los tomados por parte de los autores Chóliz y Marco (2011b) (Atachagua, Mayta y Piñas, 2021).

<b>Criterios para la dependencia de sustancias</b>	<b>Criterios para la dependencia de videojuegos</b>
<b>DSM-IV</b>	<b>Chóliz y Marco</b>
Tolerancia: Es la necesidad de cantidad marcadamente crecientes de la sustancia para conseguir la intoxicación o el efecto deseado.	Tolerancia: Cada vez se necesita jugar durante más tiempo para conseguir el efecto placentero.
Abstinencia: Síntomas de abstinencia o consumo de la sustancia para evitarlos.	Abstinencia: Malestar emocional cuando se interrumpe o se deja de jugar.
La sustancia es tomada con frecuencia en cantidades mayores o durante un periodo más largo de lo que inicialmente se pretendía (más consumo del pretendido).	Se juega más de lo que se pretendía inicialmente.
Existe un deseo persistente o esfuerzos infructuosos de controlar o interrumpir el consumo de sustancias. Se emplea mucho tiempo en actividades relacionadas con la obtención de la sustancia [...], en el consumo de la sustancia [...] o en la recuperación de los efectos de la sustancia.	Deseo por deja de jugar y no poder dejarlo.  Emplea excesivo tiempo en actividades relacionadas con los videojuegos que le llegan a interferir con actividades cotidianas.
Reducción de importante actividades sociales laborales o recreativas debido al consumo de las sustancias.	Deja de hacer otras actividades por jugar más.
Se continúa tomando la sustancia a pesar de tener conciencia de problemas psicológicos o físicos recidivantes o persistentes, que aparecen causados o exacerbados por el consumo de la sustancia [...].	Seguir jugando a pesar de que le perjudica.

*Nota:* Adaptado del *DSM-IV-TR* (1944) y Chóliz y Marco (2011b).

**Tabla 1. Criterios de comparación respecto a la adecuación de la adicción en videojuegos.**

**(Atachagua, Mayta y Piñas, 2021).**

Continuando con Tejeiro (2009), plasma en sus líneas una crítica ante los estudios generados sobre alarmantes tasas de incidencia donde el uso de los videojuegos es adictivo, mostrando a su parecer una débil metodología que pone en duda la validez de los resultados (Tejeiro, 2009).

Hace algunos años, uno de nosotros presentó el cuestionario denominado Problem Video Game Playing (PVP), breve instrumento desarrollado a partir de los criterios con el Manual Diagnóstico y Estadístico de la Asociación Americana de Psiquiatría evalúa la dependencia de sustancias y el juego patológico (Tejeiro y Bersabé, 2002). (Citado en Tejeiro, 2009, p. 238)

El cuestionario creado por Tejeiro (2009) de nombre *Problem Video Game Playing* (PVP), mantenía el valor de medida de “abuso” o “juego problemático”, cuestionario que por sí mismo permitía el diagnóstico de “adicción”, siendo más fácil que se pudieran desarrollar cuestionarios para diagnosticar adicciones a casi cualquier actividad absorbente, como la lectura, la afición al fútbol, por mencionar algunas (Tejeiro,2009).

Respecto al análisis de casos, ninguno de nosotros ha tenido nunca conocimiento, ni directo ni a través de ningún conocido de la profesión, de la existencia de personas concretas aparentemente adictas a los videojuegos. La literatura tampoco arroja muchos ejemplos, y en todos los informados, el uso excesivo de los videojuegos era meramente sintomático, como «defensa» ante las otras graves deficientes en la vida familiar, educativa y social de los jugadores. (Tejeiro, 2009, p. 238)

Para Tejeiro (2009) es importante mencionar que muchas personas tienden a adquirir alguna fijación patológica por determinado objeto o actividad, hasta el punto de hablar sobre una posible adicción a ella. Sin embargo, para el autor es necesario preguntarse el por qué ha llevado a estas personas a tener esta fijación por una u otra actividad (Tejeiro, 2009).

Por todo ello, y a falta de nuevas vías de investigación que superen el punto muerto a que parecen haber llegado los estudios, consideramos que no se

puede hablar de «adicción» a los videojuegos, aunque es evidente que para un número importante de usuarios, su patrón de uso resulta excesivo y puede con propiedad, ser considerado como «abuso», con todas las implicaciones que ello supone. (Tejeiro, 2009, p. 238)

El segundo punto que toma como referencia Tejeiro (2009) es la *agresividad*; el autor manifiesta que las críticas hechas ante este tema mantienen fuera del discurso el hecho de que los juegos y personajes son ajenos a las acciones o mensajes agresivos. Comenta más adelante, que los juegos mantienen un contenido agresivo moderado, siendo inferior a la violencia que se transmite en medios masivos como la televisión y cine. Tejeiro (2009) finalmente mantiene que los videojuegos también contienen temas prosociales y diseñados para trabajar de forma cooperativa (Tejeiro, 2009).

No obstante todo lo dicho, es preciso reconocer que, aun no siendo un hecho generalizado, numerosos juegos sí que exhiben niveles de violencia y agresividad que inducen a preocupación. En algunos casos, además, el contenido violento de los juegos no se limita a agresiones físicas más o menos espectaculares, sino que entra en el terreno ideológico. (Tejeiro, 2009, p. 239).

El autor considera que al margen de teorías como la de la catarsis, de activación y de modelos cognitivos, abrieron el camino para que estas fueran continuadas en la teoría del aprendizaje social de Bandura (1969) y la teoría cognitiva social, del mismo autor (Tejeiro, 2009).

Desde este enfoque se argumenta, entre otras cosas, que la exposición frecuente a juegos electrónicos puede ejercer una sutil influencia negativa a largo plazo, disminuyendo la empatía, desinhibiendo las respuestas agresivas y fortaleciendo la percepción general de que el mundo es un lugar peligroso. (Tejeiro, 2009, p. 239)

El autor comenta que tanto la televisión como los videojuegos tienen características en común, la diferencia entre ambos es que los videojuegos

mantienen una dimensión activa y un control activo, mientras que en la televisión se mantienen una influencia pasiva, haciendo que los videojuegos sean más atractivos (Tejeiro, 2009).

Schutte, Malouff, Post-Gorden y Rodasta (1988) sugerían asimismo que los videojuegos implican un tipo de modelado participante en el que la persona que controla a un personaje durante el juego, de alguna manera se convierte en personaje. Además, el jugador es recompensado por la conducta agresiva de su personaje: cuanto más éxito tenga en destruir a los enemigos, más puntos recibirá y mayor será la duración de la partida. (Citado en Tejeiro, 2009, p. 239)

En relación a esto, las revisiones a las investigaciones existentes, son escasas, dejando en cuenta que se encuentra una carencia sobre los efectos a largo plazo, teniendo una base teórica débil y resultados inconsistentes, dejando claro que hay insuficientes datos para plantear afirmaciones sobre los efectos del uso de videojuegos violentos y la agresión en los niños (Tejeiro, 2009).

Tejeiro (2009) concluye que, aunque en los diversos estudios se debate entre si hay efectos negativos, a corto o largo plazo, el autor supone que los niveles de hostilidad pueden llegar a ser un beneficio para los sujetos, ya que esto puede crear en ellos estrategias de afrontamiento.

En el siguiente punto, Tejeiro (2009) toma de referencia el aislamiento social, tema que, desde el punto de vista del autor, el uso de los videojuegos hace a los jugadores seres aislados, argumentando que la actividad es solitaria y aleja a las amistades, reduciendo interacciones sociales y poniendo en riesgo estas habilidades (Tejeiro, 2009).

En una reciente revisión de este aspecto (Tejeiro, 2002), pudimos comprobar que la mayoría de los datos disponibles provienen de encuestas generales acerca de las características de la conducta de juego, siendo escasos los estudios diseñados específicamente para evaluar las relaciones sociales de los jugadores. (Tejeiro, 2009, p. 240)

Dado que existen distintas opiniones ante las afectaciones sociales, los autores Moncada y Chacón (2012) postulan que los adolescentes entre 14 y 19 años, pasan más tiempo frente a las pantallas, siendo menos sociables con las personas en su núcleo familiar y demás entornos sociales (Moncada y Chacón, 2012).

Se ha reportado que en promedio, los adolescentes pasan 3.2 horas diarias frente a una pantalla, y que por cada hora extra que estuvieran frente a una pantalla, un 13% de probabilidades en el riesgo de que tengan menos apego o unión a sus padres y un 24% menos de apego para personas de su misma edad (i.e., pares) (Richards et al., 2010). (Citado en Moncada y Chacón, 2012, p. 45)

Sin embargo, para Tejeiro (2009), los usuarios de videojuegos mantienen la compañía de sus amistades o familiares al usar estos, y ellos disfrutan del juego siendo acompañados (Tejeiro, 2009).

no existe una relación estadística ente uso de videojuegos y número de amigos del mismo sexo, número de amigos de sexo opuesto, número de integrantes del círculo social, clima social, frecuencia de las actividades habituales, frecuencia de las interacciones sociales, número de parejas, retraimiento social, timidez, hipersensibilidad. (Tejeiro, 2009, p. 240).

Finalmente, para este autor, esta actividad asocia el encuentro frecuente con los amigos, hay una mayor actividad familiar, mayores visitas de familiares y amigos, así mismo, de amigos y disposición para conversar. Además, dentro del mismo uso de los videojuegos, se mantiene un compartir de conocimientos, claves y consejos, dejando una perspectiva de que estos pueden ser un mediador y facilitador en las relaciones a pesar de las diferencias en las generaciones (Tejeiro, 2009).

De igual manera, existen otras afirmaciones como la de López (2019), quien afirma que el uso problemático de los videojuegos afecta de manera social, creando un aumento en el aislamiento social.

este abuso de los videojuegos también tiene una serie de consecuencias sociales negativas como un mayor **aislamiento social**. No solo entre personas de su misma edad, sino también con sus padres, produciendo una relación afectiva débil. Socialmente, se ha observado un **reforzamiento de estereotipos sociales de tipo racial o sexual** (Dickerman et al., 2008). (Citado en López, 2019, párr. 11)

Sans (2019), de igual manera, ha encontrado que los usuarios que se mantienen en constante uso de los videojuegos de manera ilimitada, tienen las peores relaciones parentales y pueden presentar dificultades en el desarrollo; más adelante comenta que,

En otro trabajo se halló una relación entre la exposición a un VDJ con un personaje femenino hipersexualizado y una mayor tolerancia al acoso y aprobación a los mitos justificativos de la violación (Driesmans, Vandenbosch & Eggermont, 2015). En consonancia con esto, la adicción a los videojuegos se relacionó con comportamiento social alterado y aislamiento (Bavelier et al., 2011). (Citado en, Sans, 2019, párr. 33)

Vásquez, Rosales, Álvarez y Martínez (2015), señalan que los videojuegos llegan a contener representaciones sexistas, situación que, en los primeros estudios existentes relacionados a este tema, plasmaban que los personajes se mantenían siendo masculinos, mientras que la existencia de personajes femeninos era inexistente o mantenían papeles pasivos (Vásquez, Rosales, Álvarez y Martínez, 2015).

“Las desigualdades en cuanto a acceso hacen prever una utilización muy diferenciada entre los sexos y de aquí la preocupación por el uso cada vez más generalizado de los videojuegos por parte de los niños” (Vásquez, Rosales, Álvarez y Martínez, 2015, p. 18).

Estos autores manejan las características de los personajes masculinos, puntos que consideran deben de cambiar al momento de jugar:

- Los juegos violentos hacen que las personas que los juegan quieran sentirse identificados con ellos, lo que los lleva a cometer actos violentos
- Se pierde el interés por el estudio y el progreso personal
- No se logra aprender nada importante, al contrario inducen al que lo juega a revelarse contra las leyes
- Estimulan desacato a la Ley (Vásquez, Rosales, Álvarez y Martínez, 2015, p. 19).

Como se puede ver, existen varios argumentos acerca de los efectos negativos y positivos implicados en la esfera social ante el uso de los videojuegos y aunque haya diferencias entre ellos, no hay un resultado unánime, puesto que para el autor citado anteriormente dada la investigación que comparte en su estudio, aun puede haber diversos factores que se ven implicados ante la agresividad, el aislamiento social y otros temas relacionados.

Sin embargo, de la misma manera encontramos relación con temas sociales asociados a la violencia de género, situaciones raciales y discriminatorias que de manera sustancial pueden implicarse en los efectos emocionales que el uso de los videojuegos deja en los adolescentes. Siendo importante mencionar que todo lo revisado con anterioridad, deja la oportunidad para seguir estudiando los posibles efectos de esta afición en los adolescentes.

#### **5.4 Efectos emocionales en los adolescentes ante el uso de videojuegos**

Como se ha visto, en el desarrollo adolescente, se encuentran varios tópicos que se mantienen en la discusión para mantener un óptimo pasaje en esta etapa tan importante del desarrollo, además de observar que las implicaciones del uso de videojuegos no sólo afectan de manera física, pues también hay repercusiones en otras esferas, una de ellas es la esfera emocional, la cual corresponde analizar en este apartado.

Los videojuegos (VJ) son productos audiovisuales que, si son adecuadamente utilizados, pueden ofrecer un gran potencial para desarrollar

capacidades cognitivas, sociales, motivacionales y psicomotrices en todas las etapas de la vida. Sin embargo, su uso inadecuado y excesivo conlleva una serie de riesgos. (De Sanctis, Distéfano y Mongelo, 2017, p. 2)

Los autores afirman que, si se cuenta con suficiente información sobre los efectos específicos que produce cada tipo y género de juego, se pueden diseñar intervenciones adecuadas para la prevención de los riesgos e inconvenientes por el mal uso de estos (De Sanctis, Distéfano y Mongelo, 2017). Dentro del uso problemático de los videojuegos se encuentra la siguiente definición:

El uso problemático de videojuegos (IGD- Internet Gaming Disorder) es una de las nuevas condiciones merecedoras de más estudio en la quinta edición del manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales de la Asociación Estadounidense de Psiquiatría (DSM-5; APA, 2013), definido 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). (Citado en González, Espada y Tejeiro, 2017, p. 181)

González, Espada y Tejeiro (2017) citan a Lafrenière, Vallerand, Donahue y Lavigne (2009), quienes concluyen que los jugadores al tener un uso obsesivo de los videojuegos, hacen que puedan tener experiencias afectivas negativas, siendo esto un factor en la asociación del uso problemático de los videojuegos con los altos niveles de ansiedad y depresión. Entre las demás afectaciones que pudieran relacionarse con lo anterior; están las relaciones afectivas débiles con los padres y con sus iguales, además de un marcado fortalecimiento de estereotipos sociales, raciales o sexuales (González, Espada y Tejeiro, 2017).

Los jugadores de videojuegos adolescentes, obtienen recompensas a corto plazo pero, en cambio, presentan síntomas de depresión y ansiedad, que pueden conducir hacia un aumento en el uso de los videojuegos como estrategia de evitación o escape de situaciones cotidianas estresantes y del agotamiento (Muros, Aragón, y Bustos, 2013). (Citado en González, Espada y Tejeiro, 2017, p. 184)

En los últimos años, tentativamente se ha hablado de la relación que hay entre el suicidio y los videojuegos, no sólo en el país, sino en otras partes del mundo. Si bien hay más factores asociados a estos sucesos, es inevitable puntualizar que es una realidad que, ante la frustración de los jugadores con la pérdida de partidas o juegos, se generan conductas de ira y que pudieran terminar en estos fatales escenarios.

«Hemos visto un reciente aumento en el número de noticias sobre los suicidios en los medios de comunicación» [...] También se ha observado una tendencia preocupante en las redes sociales de difusión de «juegos» para jóvenes que promueven comportamientos arriesgados y de automutilación, así como reportes de conducta suicida entre las celebridades. Los jóvenes que tienen malestar se encuentran entre los grupos más vulnerables que necesitan nuestra atención y las noticias de los medios de comunicación realizadas de manera irresponsable podrían desencadenar un cierto efecto imitativo o de contagio que puede tener consecuencias muy perjudiciales. Es nuestra responsabilidad social actuar para proteger y prevenir este tipo de consecuencias. (Citado en Infocop, 2017, párr. 6)

Dentro de los titulares que asocian el suicidio y los videojuegos se encuentran los siguientes:

En el municipio de Piedras Negras, en el estado de Coahuila México, se reportó la muerte de un adolescente de 15 años, la causa de muerte sería que se había quitado la vida (ABC, 2021): “el menor de edad **habría decidido suicidarse**

**después de perder una partida de Free Fire**, un videojuego para dispositivos móviles” (ABC, 2021, párr. 2).

“Conmueve la noticia del suicidio de un niño de 11 años, en el sur de Guayaquil, incitado, según su madre, por un videojuego violento” (El Universo, 2020, párr. 1).

“Un adolescente se suicidó el día de su cumpleaños en Taiwán después de discutir con su padre por no estudiar para su próximo examen por pasar el tiempo jugando un videojuego” (Pineda, 2019, párr. 1).

Dentro de éstos mismos, también se encuentran algunos casos como el siguiente:

en San Pedro Sula, un adolescente de 16 años aficionado al juego “Free Fire” sufrió alteraciones en su conducta, al grado de perder la noción de la realidad y dejar de comer durante unos tres meses. Sus familiares le quitaron el teléfono, pero él hacía gestos con sus dedos como si jugara con un aparato imaginario. Al final murió. (El País, 2021, párr. 4)

A raíz de estos sucesos, se encuentran algunas opiniones de psicólogos que han estudiado de cerca todo este problema.

La psicóloga Irazema Ramos, a una entrevista a El País (2021), señala que hay situaciones que pueden detonar las conductas suicidas en un momento de cólera, como lo son las prohibiciones ante el uso de videojuegos, pero de igual manera estos podrían asociarse a problemas reales, de carácter socioeconómico, biológico o psicológico. Siendo importante reconocer que los comportamientos alrededor de los videojuegos pueden ser perjudiciales a la salud mental.

el cerebro se «alimenta» de lo que perciben nuestros sentidos, «entonces si solo le doy alimentación a nivel irreal a nivel virtual. En algún momento mi cerebro creerá que esa es la realidad, porque no estoy alimentando la parte de la vida de real». (Citado en El País, 2021, párr.11)

Lo anterior se encuentra relacionado a que los jugadores vinculan las características de los personajes del juego, entre estas se encuentra, el celebrar las victorias, sufrir derrotas, teniendo como resultado que el cerebro segregue hormonas que puedan alterar las emociones en los jóvenes, generando un sumergimiento en la irrealidad (El País, 2021).

Dentro del sitio El Universo (2020) encontramos algunas opiniones de psicólogos y especialistas respecto al tema, como:

El psicólogo Clínico Carlos Chimborazo enfatiza que un videojuego no incita a que una persona se suicide. «Hay muchos factores que llevan a una persona al suicidio. Lo que sí pudiéramos resaltar es la influencia que pudieran tener los medios tecnológicos especialmente los videojuegos, sin embargo, hay otros factores de riesgo que coinciden, por ejemplo, el poco control o el poco acompañamiento de los padres de familia en los tiempos de ocio o de entretenimiento». (Citado en El País, 2020, párr. 2-3).

Por su parte la psicóloga, Mónica Llanos, recalca que la exposición a los videojuegos o películas de violencia, son factores desencadenantes de conflictos internos existentes (El País, 2020).

Más adelante el psicólogo Douglas Gómez aporta lo siguiente,

Si les permitimos jugar con videojuegos que presentan la versión de un mundo agresivo donde el centro de todo es el asesinato y las armas y a eso le sumas la falta de acompañamiento de los padres, lo más probable es que ese niño crezca con la construcción de un mundo que, según lo que ha aprendido, todo se consigue con violencia. (Citado en, El País, 2020, párr. 5)

Estos psicólogos, concluyen que en un primer momento se necesita tener un conocimiento de qué es la depresión y diferenciarla de la tristeza, cual es la duración de estos estados, pero estas acciones están en manos de los padres: invitan a notar los cambios de sus hijos: una de las herramientas para poder conocer estos efectos, es que exista comunicación, además dejan de manifiesto que el aislamiento y las

medidas de restricción social han afectado a los menores, creando un aumento de casos de ansiedad y sentimientos de angustia (El País, 2020).

Por otro lado, Rodríguez y García (2021), en su estudio “El uso de videojuegos en adolescentes. Un problema de Salud Pública”, citan un artículo de Joung Seok et al, el cual señala que:

A nivel psicológico, conductual y del comportamiento, el grupo focal, se mostró cómo los adolescentes que eran tímidos y tranquilos, a partir de ser adictos al videojuego, experimentaron cambios de humor extremos e ira, dando lugar a un comportamiento más agresivo y compulsivo (14). La adicción al videojuego se asoció con la presencia de la personalidad de tipo D o angustiada, asociada al negativismo, [...] casi el doble de adolescentes del grupo con adicción al juego online tenía este tipo de personalidad (21) [...]. (Citado en, Rodríguez y García, 2021, p. 565)

Ahora bien, dentro de los videojuegos se mantiene una condición particular, donde los jugadores al encender el dispositivo donde se conectan siempre encontrarán un competidor o combatiente (De Sanctis, Distéfano y Mongelo, 2017).

Ese otro virtual, además de ser un competidor a quien enfrenta el usuario, es a la vez juez y autoridad máxima del juego quien controla el entorno espacio-temporal del juego. Parte de ese control es cedido al usuario, quien tiene la sensación de poder sobre el universo que crea y sobre las acciones de su personaje. Pero la trampa y el engaño son incansables para el usuario, porque el espacio temporal es controlado por la máquina. (De Sanctis, Distéfano y Mongelo, 2017, p. 7)

En relación a ello, este universo virtual, hace que las reglas existentes en la realidad puedan quebrarse o ser inexistentes, en estos juegos se hace posible la idea de volar, matar sin consecuencias y volver de la muerte (De Sanctis, Distéfano y Mongelo, 2017).

Al hablar de un universo donde el usuario crea una realidad distinta a la existente, se vinculan estas emociones donde el uso de los videojuegos también es una escapatoria a la cotidianidad, es por ello que De Sanctis, Distéfano y Mongelo (2017), comparten sus puntos de vista hacia el cómo las emociones juegan un papel importante ante el consumo de los videojuegos.

Entre las principales razones por las que los individuos deciden utilizar los videojuegos está la de manejar su humor y mejorar sus estados emocionales. Los VJ ayudan a los niños a relajarse, manejar el enojo, olvidarse de los problemas y manejar la soledad. (De Sanctis, Distéfano y Mongelo, 2017, p. 17).

Los autores comentan en su estudio, que los juegos con clasificación *Mature*, al ser juegos con contenidos violentos, les sirven a los usuarios para lidiar con sentimientos de enojo, la frustración, la ansiedad y la tristeza, puesto que estos juegos mantienen un contexto suficientemente seguro para poder modular y controlar estas emociones negativas al alcanzar los objetivos del juego (De Sanctis, Distéfano y Mongelo, 2017).

Del mismo modo dentro del uso de los videojuegos, se experimentan sentimientos positivos: “La experimentación de emociones positivas al jugar se debe a que los VJ ofrecen un desafío arduo que se afronta por voluntad propia y que es ese esfuerzo e implicación en la tarea lo que genera bienestar” (De Sanctis, Distéfano y Mongelo, 2017, p. 17).

Dentro de estas experiencias positivas, se encuentran las de *fiero* y *flow*:

Fiero (orgullo, en italiano) es el sentido que todo jugador busca experimentar. Al éxtasis emocional que sienten las personas luego de triunfar sobre la adversidad, se lo identifica sin vacilar [32]. Flow (fluir, flourishing) hace referencia a la sensación satisfactoria y estimulante que brindan el logro creativo y un funcionamiento óptimo. Ésta se alcanza mediante un trabajo arduo, altamente estructurado y motivante, implicando un compromiso

intenso y global de la persona con la tarea que está realizando. (De Sanctis, Distéfano y Mongelo, 2017, p. 18)

Esta última sensación de la que hablan De Sanctis, Distéfano y Mongelo (2017) hace que los usuarios se mantengan con una sensación de sentirse vivos, llenos de potencial y con propósito, estas personas también suelen experimentar una concentración mejorada a una tarea, un sentido de control activo, además de la fusión de la acción y conciencia, entre otras (De Sanctis, Distéfano y Mongelo, 2017).

Por otra parte, los VJ pueden repercutir en la autoestima, la seguridad personal, la motivación de logro, y la capacidad de auto superación [17, 29]. El uso de los VJ colabora en la recuperación de pacientes con enfermedades terminales, mejorando su estado anímico y por tanto las condiciones de su sistema inmune. La conexión existente entre el sistema límbico del cerebro, centro emocional por excelencia, y el sistema neurovegetativo puede explicar el efecto de los VJ en la salud a través de sus efectos en la producción de estados emocionales de placer y logro. (De Sanctis, Distéfano y Mongelo, 2017, pp. 18,19)

Es importante también, puntualizar el cómo el uso de los videojuegos se mantiene en relación con la identidad de los usuarios, este es el punto de vista que comparten (De Sanctis, Distéfano y Mongelo, 2017).

Uno de los elementos más perdurables de los VJ es que fomentan la creatividad del jugador a través de la construcción de identidades diferentes. Esta capacidad para permitir a los usuarios crear y experimentar con una variedad de diferentes personajes es un elemento atractivo [5]. La creación de estos personajes, la personalización de los mismos puede ser una forma de experimentar con diferentes identidades [35]. (De Sanctis, Distéfano y Mongelo, 2017, p. 19)

Al tener aspectos tan similares los avatares con los usuarios, según las investigaciones pueden afectar los pensamientos y comportamientos de los

mismos, llegando a sobrepasar los efectos fuera del juego. El efecto de esto los autores lo denominan efecto *Proteo* (De Sanctis, Distéfano y Mongelo, 2017).

Este fenómeno de la auto-percepción se conoce como el efecto Proteo en referencia al dios griego del mar, quien podía cambiar su forma física a voluntad. Dicho efecto sostiene que los avatares no son solamente ornamentos sino que alteran la identidad de las personas que los usan, porque los jugadores hacen inferencias sobre qué actividades son esperadas de ellos basadas en su apariencia. (De Sanctis, Distéfano y Mongelo, 2017, p. 21).

Como se puede ver, este tipo de experiencias que ofrecen los videojuegos, la creación y manejo de sus universos *online* y *offline*, mantiene una relación estrecha con los usuarios, tanta es la relación que se ha quedado la evidencia que estos repercuten en la identidad de los mismos, situación que debe de observarse a profundidad, ya que el mal uso de estos puede generar problemas en los usuarios adolescentes en una etapa tan importante donde ellos atraviesan por el autoconocimiento y la creación de su propia identidad.

Los autores De Sanctis, Distéfano y Mongelo (2017), comentan que los estudios por los efectos negativos, de igual manera ofrecen beneficios y oportunidades que tienen que seguir investigándose. “Los VJ son una oportunidad para potenciar fortalezas de los sujetos, entrenar distintas habilidades, y herramientas para trabajar aspectos sociales y personales” (De Sanctis, Distéfano y Mongelo, 2017, p. 35).

Es por esto mismo que los autores mantienen como prioridad que ante el avance tan acelerado que los videojuegos tienen a lo largo de Latinoamérica, se deben de profundizar las implicaciones y cómo se pueden obtener que los usuarios mantengan su bienestar. Dejando sobre la discusión que el papel, de la psicología puede ofrecer su incorporación de manera positiva en el campo computacional (De Sanctis, Distéfano y Mongelo, 2017).

## VI. DISCUSIÓN

A partir de lo revisado teóricamente consideramos que el impacto que tiene el jugar videojuegos no puede ser conceptualizado como algo totalmente benéfico, ni totalmente pernicioso, esto debido a que hay una multicausalidad; situación que nos hace abrir la posibilidad de visualizar y problematizar este tema desde distintas perspectivas.

Es por ello que consideramos importante, compartir qué procesos se viven dentro de la adolescencia, siendo un momento crucial en el desarrollo humano; entender la importancia del entorno social, escolar, familiar y cómo juega una parte importante, para prevenir y detectar situaciones de riesgo a las que los adolescentes están expuestos.

Aunado a ello, relacionar cómo la globalización ha impulsado el uso de videojuegos, pues los mercados mundiales han apostado a la producción e inversión de la manufactura, venta y compra de los mismos. Hoy en día las marcas buscan estar ligadas con los *streamers* o *creadores de contenido*, con la finalidad de que sus productos lleguen a las jóvenes audiencias, así como buscar que las generaciones de mayor edad se interesen por el uso de videojuegos, como si se tratase de que esta población se mantenga en *tendencia* con la juventud.

Dentro del trabajo propuesto, en conjunto con lo revisado con anterioridad, podemos percibir que existe una falta de estrategias y métodos para los padres de familia que buscan entender y apoyar a sus hijos adolescentes en edades de 10 a 18 años ante el uso de videojuegos.

Todo esto ha traído una conversación acerca de si los videojuegos son o no beneficiosos para quien los consume, pues estos se han vuelto parte de la cotidianeidad y los mercados mundiales crecen exponencial y aceleradamente.

En capítulos anteriores se ha mencionado el posicionamiento del país dentro de la industria de los videojuegos, entrando México con la clasificación número 10

que corresponde a los mercados más grandes del mundo y aunque en estudios recientes nos indican que la edad promedio de un jugador ha cambiado (Reyes, 2021). Sin embargo, es puntual mencionar que el uso problemático de los videojuegos se mantiene de manera significativa en la adolescencia e incluso antes de esta etapa del desarrollo.

Distintos estudios apuntan que existe un alza en el uso de los videojuegos a raíz de la contingencia sanitaria provocada por COVID-19, generando una restricción social a nivel mundial, donde el único medio de comunicación existía de manera remota, generando la postergación de eventos sociales masivos y reuniones, generando la necesidad de crear nuevas estrategias para mantener las actividades educativas y laborales.

Las características de estos juegos son el multijugador, donde pueden mantener contacto con otros jugadores en tiempo real, algunos acompañados de chat de texto o de voz, creando así la posibilidad de conectar remotamente con más jugadores alrededor del mundo.

A pesar de lo innovador que este escenario pueda parecer, los adolescentes pueden ser víctimas de acoso, extorsión, mal uso de sus datos y en casos más graves pueden atentar en contra de su integridad. Sin contar las múltiples repercusiones a nivel físico, cognitivo, mental y emocional que pueden existir en esta etapa del desarrollo.

Esta situación ha generado preocupación tanto a padres como a maestros de adolescentes, pues hay poca existencia de una efectiva intervención y acompañamiento para los menores. En muchas de las ocasiones recomiendan la abstinencia y limitación del uso de éstos, sin embargo, estas intervenciones generan cambios poco significativos o en todo caso la dependencia suele ser más fuerte.

Es por ello que, de acuerdo a lo anterior, el trabajo de investigación presente, busca orientar a los padres de familia con hijos adolescentes en edades de 10 a 18 años, para mantener un acompañamiento e intervención activa que les ayude a gestionar el uso de videojuegos, previniendo que esta forma de entretenimiento se

vuelva una dependencia. De igual manera se busca que los padres puedan reflexionar y entender la etapa de la adolescencia, acerca de cómo este momento en el desarrollo puede relacionarse con el uso problemático de videojuegos y cuál es el papel que ocupa la familia para un sano y efectivo acompañamiento.

## VII. APORTE

De acuerdo con lo revisado a lo largo de este trabajo de investigación, se ha visto que la industria de los videojuegos ha escalado a distintas áreas del desarrollo, en este caso de los adolescentes con edades de 10 a 18 años de edad.

Esta situación ha traído consigo no sólo aspectos positivos, sino también aspectos negativos, los cuales pudieron constatarse durante la pandemia por COVID-19, se ha visto en los estudios citados con anterioridad, que la incidencia de las TIC y en este caso de los videojuegos, han incrementado de manera significativa, dando como resultado que los adolescentes presentaran una dependencia a los videojuegos, a pesar de que los estudios comparten que la predominancia de uso mayormente en varones, se ha visto que el uso de estos de igual manera se ha elevado en el caso de las mujeres.

Relacionado a lo anterior, la autora de este trabajo ha creado la propuesta de un taller dirigido hacia padres de familia con hijos adolescentes en edades de 10 a 18 años. El taller lleva por nombre “¿Quién gana la partida?”, que consta de 12 sesiones con una duración de 85 a 90 min.

Este taller busca compartir con los padres de familia, información importante a partir del entendimiento de qué es lo que pasa en la etapa adolescente, cuáles son los cambios físicos, cognitivos, emocionales y sociales, además de conseguir una empatía con estos adolescentes, para poder abordar con entendimiento esta etapa en donde se genera la confusión e incertidumbre hacia el futuro.

El taller presenta en sus primeras sesiones la compartición de aprendizajes dirigido a la reflexión y conocimiento acerca de la posición actual en la que se encuentran los videojuegos, datos de historicidad y se hablará acerca de cuáles son los principales juegos que los adolescentes, con la finalidad de generar conocimientos de este tópico.

De igual manera se hablará acerca de las repercusiones a nivel físico, cognitivo, social y emocional tras el uso problemático de videojuegos, en adolescentes en edades de 10 a 18 años. Con la finalidad de que al conocer esta información se puedan prevenir dichas consecuencias.

De la mano a estas sesiones se hablará acerca de los tipos de prevención tomando en cuenta que es fundamental el papel de la familia con la finalidad de que los hijos puedan ser acompañados en el uso de videojuegos, evitando que dicha afición sea problemática y pueda crear dependencia.

Las últimas sesiones estarán dirigidas a compartir conocimientos e información acerca de los factores de riesgo y de protección, con la finalidad de que los padres sepan que una mala gestión en el uso de los videojuegos puede generar que los adolescentes estén en peligro, tanto un mal uso de su información como de su integridad.

Finalmente se generará un espacio de convivencia con los padres y la facilitadora les guiará para abrir un espacio para compartir su experiencia dentro del taller, saber opiniones y experiencias a raíz de este taller.

La propuesta de evaluación de este taller ha sido la siguiente: Con ayuda de la facilitadora, los padres podrán compartir ideas, con la finalidad de que se puedan realizar estrategias que se puedan aplicar para mantener un acompañamiento activo y consciente en el uso de los videojuegos, dichas estrategias se plasmarán en una silueta de un adolescente. Esta actividad se realizará al final de cada sesión, con la finalidad de reafirmar la información y aprendizajes compartidos, así mismo cómo generar redes de apoyo en casos donde esta afición haya generado una dependencia pronunciada en adolescentes de edades de 10 a 18 años.

Ahora bien, considerando que, existen diversas formas de intervención dirigidas al uso adecuado de los videojuegos, la autora de este presente trabajo de investigación ha propuesto en un primer momento 3 métodos de evaluación.

El primero consta de la realización de una **entrevista semiestructurada** dirigida a los padres de familia con la finalidad de recuperar los datos más relevantes que están relacionados ante el uso problemático de los videojuegos en adolescentes de edades de 10 a 18 años.

El segundo instrumento es una **lista de cotejo** con la finalidad de constatar si se encuentra ausencia o presencia de actitudes que puedan indicar un uso problemático de videojuegos en adolescentes en edades de 10 a 18 años.

El tercer instrumento será la aplicación de la **Batería de Socialización (BAS-2)** dicha batería dirigida a niños en edad de 6 a 15 años y la misma batería en la versión **(BAS-3)** siendo esta una autoevaluación dirigida a las edades de 11 a 19 años. Esta batería, mide 4 aspectos relacionados con la socialización que son el liderazgo, jovialidad, sensibilidad social y respeto-autocontrol, de igual manera mide 3 escalas inhibitoras como lo son: la agresividad-terquedad, apatía-retraimiento y ansiedad-timidez.

Es preciso hacer mención que los primeros dos instrumentos mencionados, han sido diseñados por la autora del presente trabajo y tanto éstos como la batería (BAS-2) y (BAS-3), serán aplicados antes y después de la propuesta de trabajo que se ha expuesto en este capítulo.

## SESIÓN 1

<b>¿Quién gana la partida?</b>	
No. Sesión: 1	Fecha:
<b>Objetivo General:</b>	Establecer las pautas principales de acompañamiento, por parte de los padres de familia de adolescentes de 10 a 18 años, en el uso de los principales videojuegos en nuestro país, con la finalidad de prevenir los efectos adversos a nivel de lo fisiológico, cognitivo, emocional y social.
<b>Objetivos Específicos:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Establecer el rapport correspondiente con el grupo de padres de familia.</li> <li>• Analizar la importancia de los cambios presentes en la etapa de la adolescencia.</li> <li>• Generar conocimientos acerca de los cambios que se presentan durante la adolescencia.</li> <li>• Concientizar a los padres de familia acerca del papel importante que ellos tienen en esta etapa.</li> </ul>
Facilitador:	Lic. Ada Yvette Reyes Ramírez
<b>Presentación de taller.</b>	
Tiempo.	10 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Salón.</li> <li>• Pizarrón.</li> <li>• Sillas y mesas.</li> </ul>
Descripción.	En este momento la facilitadora, se presentará ante el grupo, dando su nombre completo y el nombre del taller, además de explicar brevemente el objetivo del mismo y de manera general los temas a tratar en el taller, así como la duración del mismo y la duración de la sesión.
<b>Presentación entre los participantes.</b>	

Tiempo.	10 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Etiquetas adhesivas blancas.</li> <li>• Plumones.</li> <li>• Pizarrón.</li> <li>• Plumón para pizarrón.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora entregará a los participantes una etiqueta adhesiva y un plumón, los participantes procederán a escribir sus nombres con un plumón, seguido a ello, se le invitará a pasar al pizarrón a escribir cuál era su pasatiempo de joven.
<b>¿Cuáles son las reglas del juego?</b>	
Tiempo.	15 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pizarrón.</li> <li>• Plumón.</li> <li>• Pliego de papel bond.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora propondrá al grupo un reglamento interno que se utilizará a lo largo del taller, con la finalidad de mantener un orden dentro de las sesiones, la facilitadora comenzará escribiendo dos reglas en el pizarrón, mientras que los participantes, propondrán las siguientes reglas. posterior a ello, estas reglas se plasmarán en una/s cartulinas y el grupo determinarán en qué lugar del salón estas reglas permanecerán para recordarlas y tenerlas presentes en cada sesión.
<b>¿Cambios?</b>	
Tiempo.	5 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pizarrón.</li> <li>• Plumón para pizarrón.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora se dirigirá al grupo, lanzando la pregunta, "¿recuerdan los cambios que hay o que se viven en la adolescencia?", los participantes tendrán que aportar de manera ordenada, cuáles son los cambios que ellos consideran que se

	viven en esta etapa. De esta manera la facilitadora comenzará con una introducción al tema.
<b>Adolescencia I.</b>	
Tiempo.	25 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computadora.</li> <li>• Proyector.</li> </ul>
Descripción.	La siguiente exposición, será llevada por la facilitadora, con la finalidad de que los participantes puedan entender los cambios físicos y cognitivos que aparecen durante la adolescencia, de esta manera el tema nos llevará a la realización de las siguientes actividades propuestas a continuación.
<b>"La adolescencia, así nos sentimos".</b>	
Tiempo.	10 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computadora.</li> <li>• Proyector.</li> <li>• Bocinas.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora proyectará el siguiente video, al término de este, se creará una conversación de pensamientos finales acerca del video, dudas u opiniones por parte de los participantes. <a href="https://www.youtube.com/watch?v=-VFIDegW0mM&amp;t=3s">https://www.youtube.com/watch?v=-VFIDegW0mM&amp;t=3s</a> <sup>4</sup>
<b>Creando el modelo.</b>	
Tiempo.	20 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cartón/Cartulina.</li> <li>• Plumones.</li> <li>• Hojas de colores.</li> </ul>

<sup>4</sup> Video reflexivo, en el cual se presentan las preocupaciones y pensamientos, con la finalidad de empatizar con los adolescentes en esta etapa. MuchoMario (2019). Así nos sentimos los adolescentes. España: Youtube Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=-VFIDegW0mM&t=3s>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cinta adhesiva.</li> <li>• Pegamento adhesivo.</li> </ul>
Descripción.	<p>La facilitadora proporcionará a los participantes los materiales necesarios, para crear una silueta de un adolescente, a su vez los participantes propondrán un lugar para mantener la silueta a la vista durante las siguientes sesiones, pues en ésta se irán colocando las estrategias que los padres hayan creado durante casa sesión. Al terminar la silueta, la facilitadora guiará a los participantes para la creación de estas primeras estrategias y se dará la indicación que en la parte final de cada sesión se dispondrá de un lapso de la sesión para esta actividad. Siendo esto el cierre de la primera sesión.</p>
Evaluación:	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realización de 2 estrategias que los padres de familia consideran que se tienen que tomar en cuenta para mantener un buen acompañamiento con sus hijos al momento del uso de videojuegos.</li> <li>• Portafolio de evidencias.</li> </ul>
Observaciones	

## SESIÓN 2

<b>¿Quién gana la partida?</b>	
No. Sesión: 2	Fecha:
<b>Objetivo General:</b>	Establecer las pautas principales de acompañamiento, por parte de los padres de familia de adolescentes de 10 a 18 años, en el uso de los principales videojuegos en nuestro país, con la finalidad de prevenir los efectos adversos a nivel de lo fisiológico, cognitivo, emocional y social.
<b>Objetivos Específicos:</b>	<p>Conocer los aspectos emocionales y sociales que se viven durante la adolescencia.</p> <p>Reflexionar acerca de estos cambios durante la adolescencia.</p> <p>Mantener empatía con estos cambios.</p> <p>Reforzar lazos de comunicación.</p>
Facilitador:	Lic. Ada Yvette Reyes Ramírez
<b>Recordemos lo anterior.</b>	
Tiempo.	5 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pizarrón.</li> <li>• Proyector.</li> <li>• Plumones.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora, preguntará al grupo de participantes por medio de una trivía en <i>Trivinet</i> datos relacionados a la sesión anterior, abriendo una conversación para generar una retroalimentación

	de lo compartido y la facilitadora anotará palabras clave de esta conversación en el pizarrón del aula.
<b>"Cuéntame una historia".</b>	
Tiempo.	10 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sillas.</li> <li>• Creatividad.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora, propondrá la siguiente actividad, para mantener una integración en el grupo y liberar tensión en el mismo. La actividad consta en lo siguiente: La facilitadora, comenzará con la introducción "Había una vez..." o similar, mientras que los participantes uno a uno irá añadiendo una palabra, la condición es que cada participante tiene que recitar la historia creada y hasta entonces añadir la palabra nueva, de tal manera que la historia tenga coherencia. Se aplicarán 2 rondas.
<b>Adolescencia II.</b>	
Tiempo.	20 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computadora.</li> <li>• Proyector.</li> </ul>
Descripción.	La siguiente exposición, será llevada por la facilitadora, con la finalidad de que los participantes puedan entender los cambios emocionales y sociales que aparecen durante la adolescencia, de esta manera el tema nos llevará a la realización de las siguientes actividades propuestas a continuación.
<b>Un decálogo para la salud mental de los adolescentes.</b>	

Tiempo.	10 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computadora.</li> <li>• Proyector.</li> <li>• Bocinas.</li> </ul>
Descripción.	<p>La facilitadora proyectará el siguiente video, donde la psiquiatra Monserrat Dolz, habla sobre la participación de los padres ante la salud mental de los adolescentes, además de proporcionar un decálogo para los padres.</p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=41el0jzy4rg">https://www.youtube.com/watch?v=41el0jzy4rg</a><sup>5</sup></p>
<b>¡Adivina la emoción!</b>	
Tiempo.	20 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bolsa de tela con papelitos.</li> <li>• Dulces para el equipo ganador.</li> </ul>
Descripción.	<p>La facilitadora dividirá al grupo en 2 equipos, en una bolsita de tela, se encontrarán algunos papelitos con emociones anotadas, la actividad consiste en que cada participante, tendrá que representar dicha emoción mediante mímica, al grupo se le dará 15 segundos para adivinar dicha emoción, en caso de no acertar, el equipo contrario podrá robar el punto. Ganará el equipo que junte 5 puntos, además de que al término del juego se llevará a cabo una reflexión acerca del tema expuesto.</p>

<sup>5</sup> Video en el cual se lleva a cabo una entrevista acerca de la importancia de la prevención y detección de trastornos mentales, desde la adolescencia. Dolz (2022). Un decálogo para cuidar la salud mental de los adolescentes. España:Youtube. Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=41el0jzy4rg>

<b>Lectura guiada.</b>	
Tiempo.	10 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pizarrón.</li> <li>• Plumones para pizarrón.</li> <li>• Lectura propuesta.</li> </ul>
Descripción.	<p>La facilitadora realizará una lectura guiada con los participantes, esta lectura estará orientada hacia la esfera social y sus repercusiones en la adolescencia, mientras los participantes van leyendo, la facilitadora irá anotando palabras clave de la misma. Con la finalidad de unir ideas con los participantes y reflexionar de manera significativa con la lectura.</p>
<b>Creando estrategias.</b>	
Tiempo.	15 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plumones.</li> <li>• Hojas de colores.</li> <li>• Cinta adhesiva.</li> </ul>
Descripción.	<p>La facilitadora dará un pequeño resumen de las actividades realizadas en esta sesión, con la finalidad de que los participantes puedan generar 2 estrategias que pueden aplicarse a partir de lo anteriormente visto. Estas estrategias se plasmarán en hojas de colores, usando plumones y dos participantes del grupo pegarán las estrategias en el modelo adolescente creado en la sesión 1.</p>
<b>Recupera datos.</b>	
Tiempo.	5 min

Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pizarrón.</li> <li>• Plumones para pizarrón.</li> </ul>
Descripción.	<p>La facilitadora les indicará a los participantes la siguiente actividad que se realizará en casa para la siguiente sesión. Tendrán que indagar datos importantes acerca de los videojuegos</p>
Evaluación:	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realización de 2 estrategias que los padres de familia consideran que se tienen que tomar en cuenta para mantener un buen acompañamiento con sus hijos al momento del uso de videojuegos.</li> <li>• Portafolio de evidencias.</li> </ul>
Observaciones	

## SESIÓN 3

¿Quién gana la partida?	
<b>No. Sesión: 3</b>	<b>Fecha:</b>
<b>Objetivo General:</b>	Establecer las pautas principales de acompañamiento, por parte de los padres de familia de adolescentes de 10 a 18 años, en el uso de los principales videojuegos en nuestro país, con la finalidad de prevenir los efectos adversos a nivel de lo fisiológico, cognitivo, emocional y social.
<b>Objetivos Específicos:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conocer datos históricos en los videojuegos hasta la actualidad.</li> <li>• Reconocer los videojuegos más jugados y descripción de los mismos.</li> <li>• Expresar puntos de vista con la finalidad de llegar a conclusiones en conjunto.</li> </ul>
<b>Facilitador:</b>	Lic. Ada Yvette Reyes Ramírez
<b>Recordemos lo anterior.</b>	
Tiempo.	5 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pizarrón.</li> <li>• Plumones para pizarrón.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora, preguntará al grupo de participantes los datos que pudieron observar y/o escuchar que consideran relevantes ante el uso de videojuegos en hijos adolescentes, abriendo una conversación para generar una retroalimentación de lo compartido y la facilitadora anotará palabras clave de esta conversación en el pizarrón del aula.
<b>¿Qué es...?</b>	
Tiempo.	10 min

Recursos materiales. y/o	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hojas.</li> <li>• Plumones.</li> <li>• Premio para el ganador.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora, formara 2 equipos y pedirá a los participantes que formen una fila, a cada uno les proporcionará una hoja y un plumón y al último participante de cada fila, la facilitadora le mostrará qué dibujar. Los demás participantes tendrán que dibujar en la espalda del compañero de adelante, el dibujo que más se asemeje, se ganará un premio.
<b>La línea del juego.</b>	
Tiempo	15 min
Recursos materiales. y/o	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Línea del tiempo incompleta.</li> <li>• Mesa.</li> <li>• Cinta doble cara.</li> <li>• Imágenes con nombres y hojas con fechas.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora, tendrá montada una línea del tiempo incompleta, los participantes en una mesa tendrán los sucesos históricos más significativos dentro de la industria de los videojuegos que faltan en ésta y tendrán que conversar acerca de qué sucesos van primero o después (Ver anexo 3).
<b>¿Cuál es la historia?</b>	
Tiempo.	20 min
Recursos materiales. y/o	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computadora.</li> <li>• Proyector.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora proyectará una presentación en la cual se hable acerca de la historicidad de los videojuegos, así como la mención de los juegos más jugados, en este subtema se hablará acerca de qué trata cada juego.

<b>¿Dónde iba esto?</b>	
Tiempo.	20 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mesa.</li> <li>• Cinta doble cara.</li> <li>• Imágenes con nombres de videojuegos y descripciones.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora, llevará nuevamente al grupo frente a la línea del tiempo que se completó en la primera parte de la sesión, con la finalidad de que, en equipo, vuelvan a acomodar los datos que estén colocados erróneamente, anexando en la parte de abajo los juegos expuestos en la presentación y colocar las descripciones que correspondan a éstos.
<b>Creando estrategias.</b>	
Tiempo.	15 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plumones.</li> <li>• Hojas de colores.</li> <li>• Cinta adhesiva.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora realizará una lectura guiada con los participantes, esta lectura estará orientada hacia la esfera social y sus repercusiones en la adolescencia, mientras los participantes van leyendo, la facilitadora irá anotando palabras clave de la misma. Con la finalidad de unir ideas con los participantes y reflexionar de manera significativa con la lectura.
Evaluación:	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realización de 2 estrategias que los padres de familia consideran que se tienen que tomar en cuenta para mantener un buen acompañamiento con sus hijos al momento del uso de videojuegos.</li> <li>• Portafolio de evidencias.</li> </ul>

Observaciones:

## SESIÓN 4

<b>¿Quién gana la partida?</b>	
<b>No. Sesión: 4</b>	<b>Fecha:</b>
<b>Objetivo General:</b>	Establecer las pautas principales de acompañamiento, por parte de los padres de familia de adolescentes de 10 a 18 años, en el uso de los principales videojuegos en nuestro país, con la finalidad de prevenir los efectos adversos a nivel de lo fisiológico, cognitivo, emocional y social.
<b>Objetivos Específicos:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Analizar los efectos físicos y cognitivos en los adolescentes debido al uso de videojuegos.</li> <li>• Señalar cuales son las áreas cerebrales implicadas en el uso de videojuegos.</li> <li>• Trabajar en equipo para mejorar y reforzar los conocimientos adquiridos en esta sesión.</li> </ul>
<b>Facilitador:</b>	Lic. Ada Yvette Reyes Ramírez
<b>Recordemos lo anterior.</b>	
Tiempo.	5 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pizarrón.</li> <li>• Plumones para pizarrón.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora, preguntará al grupo de participantes datos relacionados a la sesión anterior, abriendo una conversación para generar una retroalimentación de lo compartido y la facilitadora anotará palabras clave de esta conversación en el pizarrón del aula.
<b>"Citas rápidas".</b>	
Tiempo.	10 min

Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sal3n.</li> </ul>
Descripci3n.	La facilitadora pondr3 en parejas a los participantes, las parejas estar3n dispersas en el sal3n, con la finalidad de que conozcan a su compa1ero, las conversaciones durar3n 2 minutos y la facilitadora indicar3 que los participantes cambien de pareja. La actividad tendr3 3 rondas.
<b>"Videojuegos y la narrativa".</b>	
Tiempo	10 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computadora.</li> <li>• Proyector.</li> <li>• Bocinas.</li> </ul>
Descripci3n.	Este video habla acerca del c3mo la narrativa de los videojuegos influye en los jugadores, generando emociones, conectando con los usuarios y haciendo que 3stos se apropien de la historia de los videojuegos que consumen. Al t3rmino de este video, la facilitadora tomar3 unos minutos para reflexionar acerca del tema con los participantes y crear conclusiones acerca del mismo. <a href="https://www.youtube.com/watch?v=rbl8qr7SeBE">https://www.youtube.com/watch?v=rbl8qr7SeBE</a> <sup>6</sup>
<b>Efectos cognitivos y f3sicos.</b>	
Tiempo.	10 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pizarr3n.</li> <li>• Plumones para pizarr3n.</li> </ul>
Descripci3n.	La facilitadora har3 una remembranza de los cambios en los adolescentes desde el 3rea f3sica y cognitiva. Pidi3ndole a los

<sup>6</sup> Video en el cual habla acerca de la relevancia de la narrativa en los videojuegos, dando paso a como esta ha evolucionado y como los usuarios se relacionan con ella. Levelup.com (2019). El poder de la narrativa en los videojuegos. M3xico: Youtube. Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=rbl8qr7SeBE>

	participantes que generen una lluvia de ideas, acerca de cuáles creen ellos que son los efectos que pueden repercutir en estas áreas ante el uso problemático de los videojuegos.
<b>¿En qué afectan los videojuegos? parte I: Área física y cognitiva.</b>	
Tiempo.	20 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computadora.</li> <li>• Proyector.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora proyectará una diapositiva, con las principales afectaciones a nivel cognitivo y físico en los adolescentes ante el uso de videojuegos.
<b>Lectura guiada.</b>	
Tiempo.	10 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pizarrón.</li> <li>• Plumones para pizarrón.</li> <li>• Lectura propuesta.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora realizará una lectura guiada con los participantes, esta lectura será algún artículo que hablé acerca del sedentarismo y las consecuencias implicadas en la adolescencia debido a ello, mientras los participantes van leyendo, la facilitadora irá anotando palabras clave de la misma. Con la finalidad de unir ideas con los participantes y reflexionar de manera significativa con la lectura.
<b>¿Qué pasa en el cerebro?</b>	
Tiempo.	10 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Silueta de cerebro.</li> <li>• Hojas con nombres de áreas cerebrales.</li> <li>• Cinta adhesiva.</li> <li>• Pegamento adhesivo.</li> </ul>

Descripción.	La facilitadora colocará en el aula, la silueta de un cerebro, los participantes tendrán que colocar las áreas que se activan o que están implicadas en el uso de videojuegos, con la finalidad de reforzar los conocimientos y datos compartidos (Ver anexo 4).
<b>Creando estrategias.</b>	
Tiempo.	15 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plumones.</li> <li>• Hojas de colores.</li> <li>• Cinta adhesiva.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora dará un pequeño resumen de las actividades realizadas en esta sesión y en conjunto con los participantes generarán 2 estrategias que pueden aplicarse a partir de lo anteriormente visto. Estas estrategias se plasmarán en hojas de colores, usando plumones y dos participantes del grupo pegarán las estrategias en el modelo adolescente creado en la sesión 1.
Evaluación:	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realización de 2 estrategias que los padres de familia consideran que se tienen que tomar en cuenta para mantener un buen acompañamiento con sus hijos al momento del uso de videojuegos.</li> <li>• Portafolio de evidencias.</li> </ul>
Observaciones:	

## SESIÓN 5

<b>¿Quién gana la partida?</b>	
<b>No. Sesión: 5</b>	<b>Fecha:</b>
<b>Objetivo General:</b>	Establecer las pautas principales de acompañamiento, por parte de los padres de familia de adolescentes de 10 a 18 años, en el uso de los principales videojuegos en nuestro país, con la finalidad de prevenir los efectos adversos a nivel de lo fisiológico, cognitivo, emocional y social.
<b>Objetivos Específicos:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Analizar los efectos emocionales y sociales en los adolescentes debido al uso de videojuegos.</li> <li>• Concientizar a los participantes de los posibles efectos adversos en las esferas emocionales y sociales en los adolescentes.</li> <li>• Reflexionar ante las opiniones divididas que se presentan ante el uso de videojuegos.</li> </ul>
<b>Facilitador:</b>	Lic. Ada Yvette Reyes Ramírez
<b>Recordemos lo anterior.</b>	
Tiempo.	5 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pizarrón.</li> <li>• Plumones para pizarrón.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora, preguntará al grupo de participantes datos relacionados a la sesión anterior, abriendo una conversación para generar una retroalimentación de lo compartido y la facilitadora anotará palabras clave de esta conversación en el pizarrón del aula.
<b>Canasta revuelta.</b>	
Tiempo.	10 min

Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Salón y área despejada.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora pedirá a los participantes a formar un círculo, la facilitadora dará a cada participante el nombre de dos frutas, una será igual para todos y otra se podrá repetir, pero sin que esto se comparta con el grupo. Los participantes se deberán entrelazar con sus brazos a los demás participantes, y la facilitadora, dará una orden, seguido de una fruta, lo interesante de esta actividad es ver que no todos podrán sentarse o realizar cierta actividad.
<b>¿De qué manera influyen los videojuegos en el área social y emocional?</b>	
Tiempo	10 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pizarrón.</li> <li>• Plumón para pizarrón.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora, lanzará la pregunta acerca de cómo creen los participantes que los videojuegos influyen en la esfera social y emocional de los adolescentes. Se anotarán palabras clave y buscarán algunas conclusiones en grupo.
<b>¿En qué afectan los videojuegos? parte I: Área emocional y social.</b>	
Tiempo.	20 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computadora.</li> <li>• Proyector.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora, proyectará una presentación en la cual estarán descritas las múltiples afectaciones que se presentan en las áreas emocionales y sociales en los adolescentes, debido al uso de videojuegos.
<b>Video relacionado a conductas adictivas en los adolescentes.</b>	
Tiempo.	10 min

Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computadora</li> <li>• Proyector.</li> <li>• Bocinas.</li> </ul>
Descripción.	El siguiente video servirá para analizar la importancia de detectar el cómo repercute en los adolescentes una conducta adictiva, reafirmando los datos compartidos en la actividad anterior. La facilitadora, dará un espacio para reflexionar acerca del video expuesto.
<b>¿Son buenos o son malos?</b>	
Tiempo	20 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mesas.</li> <li>• Sillas.</li> <li>• Hojas.</li> <li>• Lapiceros.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora dividirá al grupo en 2 equipos, el equipo 1 estará defendiendo la postura positiva de los videojuegos, mientras que el equipo 2, tendrá que defender la postura negativa de los mismos. Se dará 5 minutos para prepararse, y tendrán cada uno una ventana de tiempo para defender su postura. Al término del debate, la facilitadora, dará una reflexión, con la finalidad que los participantes puedan contrastar ideas y saber el hablar de un tema controversial, puede ser sustancial para ambas partes.
<b>Creando estrategias.</b>	
Tiempo.	15 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plumones.</li> <li>• Hojas de colores.</li> <li>• Cinta adhesiva.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora dará un pequeño resumen de las actividades realizadas en esta sesión y en conjunto con los participantes

	<p>generarán 2 estrategias que pueden aplicarse a partir de lo anteriormente visto. Estas estrategias se plasmarán en hojas de colores, usando plumones y dos participantes del grupo pegarán las estrategias en el modelo adolescente creado en la sesión 1.</p>
Evaluación:	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realización de 2 estrategias que los padres de familia consideran que se tienen que tomar en cuenta para mantener un buen acompañamiento con sus hijos al momento del uso de videojuegos.</li> <li>• Portafolio de evidencias.</li> </ul>
Observaciones:	

## SESIÓN 6

<b>¿Quién gana la partida?</b>	
<b>No. Sesión: 6</b>	<b>Fecha:</b>
<b>Objetivo General:</b>	Establecer las pautas principales de acompañamiento, por parte de los padres de familia de adolescentes de 10 a 18 años, en el uso de los principales videojuegos en nuestro país, con la finalidad de prevenir los efectos adversos a nivel de lo fisiológico, cognitivo, emocional y social.
<b>Objetivos Específicos:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar los tipos de prevención.</li> <li>• Reconocer la importancia de la familia como factor preventivo.</li> <li>• Reflexionar acerca de el acompañamiento familiar y el trabajo en equipo para crear estrategias de prevención de cuidado y acompañamiento.</li> </ul>
<b>Facilitador:</b>	Lic. Ada Yvette Reyes Ramírez
<b>Recordemos lo anterior.</b>	
Tiempo.	5 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pizarrón.</li> <li>• Plumones para pizarrón.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora, preguntará al grupo de participantes datos relacionados a la sesión anterior, abriendo una conversación para generar una retroalimentación de lo compartido y la facilitadora anotará palabras clave de esta conversación en el pizarrón del aula.
<b>Atento a los números.</b>	
Tiempo.	10 min

Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Área despejada.</li> <li>• Bolsita con papelitos de penitencias.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora pedirá a los participantes que hagan un círculo con distancia entre uno y otros, los participantes tendrán que caminar en círculo, al ritmo de alguna melodía. De manera inesperada la facilitadora, apagará la música y dirá un número menor a 6, los participantes tendrán que formar grupos, por ejemplo, de 3, quién no quede en grupo, tendrá penitencia, de esta actividad se crearán 3 rondas.
<b>"La importancia de la familia en la adolescencia".</b>	
Tiempo	10 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computadora.</li> <li>• Proyector.</li> <li>• Bocinas.</li> </ul>
Descripción.	La siguiente actividad será llevada a cabo desde Classcraft con la finalidad de introducir a los participantes al tema de la sesión, las recompensas tendrán relación con el papel que tiene la familia como un factor importante de prevención ante el uso problemático de los videojuegos.
<b>Tipos de Prevención.</b>	
Tiempo.	20 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computadora.</li> <li>• Proyector.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora proyectará una diapositiva en la cual contendrá información acerca de los tipos de prevención, primaria, secundaria y terciaria, en este caso también estará focalizada al uso de videojuegos y como los participantes, podrán crear redes de prevención desde la familia.
<b>"Juego de la red".</b>	

Tiempo.	15 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Madeja de estambre.</li> <li>• Área despejada.</li> <li>• Puntos para enredar madeja.</li> </ul>
Descripción.	<p>La facilitadora, tendrá que dividir al grupo en 2, ambos equipos tendrán una madeja de estambre con el cual crearán una telaraña. Al termino de esto, los equipos tendrán que pasar por la red del equipo contrario con la condición de no seguir el mismo recorrido que el participante que pasó primero. Esta actividad es para entender que, ante un problema, cada quién lo abordará de manera distinta, pero en equipo, para que puedan superar los obstáculos (la telaraña).</p>
<b>Creando estrategias.</b>	
Tiempo	15 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plumones.</li> <li>• Hojas de colores.</li> <li>• Cinta adhesiva.</li> </ul>
Descripción.	<p>La facilitadora dará un pequeño resumen de las actividades realizadas en esta sesión, con la finalidad de que en conjunto con los participantes puedan generar 2 estrategias que pueden aplicarse a partir de lo anteriormente visto. Estas estrategias se plasmarán en hojas de colores, usando plumones y dos participantes del grupo pegarán las estrategias en el modelo adolescente creado en la sesión 1.</p>
<b>¿Hay riesgos...?</b>	
Tiempo.	5 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pizarrón.</li> <li>• Plumones.</li> <li>• Escucha atenta.</li> </ul>

Descripción.	La facilitadora dejará una actividad para reflexionar en casa acerca de los posibles riesgos a los que se exponen los adolescentes ante el uso de videojuegos, actividad que se retomará en la siguiente sesión.
Evaluación:	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realización de 2 estrategias que los padres de familia consideran que se tienen que tomar en cuenta para mantener un buen acompañamiento con sus hijos al momento del uso de videojuegos.</li> <li>• Portafolio de evidencias.</li> </ul>
Observaciones:	

## SESIÓN 7

<b>¿Quién gana la partida?</b>	
<b>No. Sesión: 7</b>	<b>Fecha:</b>
<b>Objetivo General:</b>	Establecer las pautas principales de acompañamiento, por parte de los padres de familia de adolescentes de 10 a 18 años, en el uso de los principales videojuegos en nuestro país, con la finalidad de prevenir los efectos adversos a nivel de lo fisiológico, cognitivo, emocional y social.
<b>Objetivos Específicos:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconocer los factores de riesgo ante el uso de videojuegos.</li> <li>• Conocer cuáles pueden ser los riesgos a los que se expone un adolescente ante el uso de videojuegos.</li> <li>• Analizar un testimonio en equipo para generar conclusiones y reflexiones para la acción.</li> </ul>
<b>Facilitador:</b>	Lic. Ada Yvette Reyes Ramírez
<b>Recordemos lo anterior.</b>	
Tiempo.	5 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pizarrón</li> <li>• Plumones para pizarrón.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora creará un mapa mental con ayuda de los participantes a través de la observación de los riesgos que ellos creen que son importantes para analizar ante el uso de videojuegos.
<b>"El recorrido".</b>	
Tiempo.	15 min

Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Área despejada</li> <li>• Recorrido marcado</li> <li>• Paliacates.</li> </ul>
Descripción.	<p>La siguiente actividad se llevará a cabo en parejas, una de ellas tendrá los ojos vendados y solo tendrá que ser guiado por su compañero, al llegar al término de la ruta marcada previamente, se cambiarán de lugar y tendrán que volver al punto de partida. Esta actividad es para generar confianza y la facilitadora generará una reflexión respecto al tema.</p>
<b>¡Uniando piezas!</b>	
Tiempo	15 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rompecabezas varios.</li> <li>• Mesa.</li> <li>• Área despejada.</li> <li>• Pizarrón.</li> <li>• Plumones para pizarrón.</li> </ul>
Descripción.	<p>La facilitadora en una mesa tendrá piezas de rompecabezas revueltas, donde los participantes, tendrán que formar el mensaje/imagen oculta que haya en estos rompecabezas, en ellos estarán palabras como "sexismo", "discriminación", "Racismo", etc. Y la facilitadora, pedirá al grupo que nos defina en sus palabras que significan estas palabras, mientras que la facilitadora los relacionará ante como esto es un riesgo en el uso de los videojuegos.</p>
<b>Resumamos lo importante.</b>	
Tiempo.	10 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pliego de papel bond.</li> <li>• Plumones de colores.</li> <li>• Cinta adhesiva.</li> </ul>

Descripción.	La facilitadora en un pliego de papel bond, creará un mapa conceptual para poder reafirmar las definiciones previas a la actividad anterior. Este mapa, se colocará en el aula y cada participante apoyará a realizar las anotaciones correspondientes a cada concepto.
<b>Factores de riesgo I.</b>	
Tiempo.	20 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computadora.</li> <li>• Proyector.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora llevará a cabo la proyección de una presentación en la cual se hablará de la primera parte de los factores de riesgo implicados en el uso de videojuegos, como lo son los personales, familiares y sociales.
<b>"Los juegos, mi escape".</b>	
Tiempo	10 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lectura.</li> <li>• Pizarrón.</li> <li>• Plumones para pizarrón.</li> </ul>
Descripción.	La siguiente lectura, será proporcionada al grupo, hablando del testimonio de Alexis, un adolescente de 16 años que comenzó a adentrarse al mundo de los videojuegos, pero... ¿está afición tiene un trasfondo? Los participantes y la facilitadora tendrán que llenar un formulario en Google Forms con preguntas en relación a la lectura.
<b>Creando estrategias.</b>	
Tiempo.	15 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plumones.</li> <li>• Hojas de colores</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cinta adhesiva.</li> </ul>
Descripción.	<p>La facilitadora dará un pequeño resumen de las actividades realizadas en esta sesión y en conjunto con los participantes generarán 2 estrategias que pueden aplicarse a partir de lo anteriormente visto. Estas estrategias se plasmarán en hojas de colores, usando plumones y dos participantes del grupo pegarán las estrategias en el modelo adolescente creado en la sesión 1.</p>
Evaluación:	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realización de 2 estrategias que los padres de familia consideran que se tienen que tomar en cuenta para mantener un buen acompañamiento con sus hijos al momento del uso de videojuegos.</li> <li>• Portafolio de evidencias.</li> </ul>
Observaciones:	

## SESIÓN 8

<b>¿Quién gana la partida?</b>	
<b>No. Sesión: 8</b>	<b>Fecha:</b>
<b>Objetivo General:</b>	Establecer las pautas principales de acompañamiento, por parte de los padres de familia de adolescentes de 10 a 18 años, en el uso de los principales videojuegos en nuestro país, con la finalidad de prevenir los efectos adversos a nivel de lo fisiológico, cognitivo, emocional y social.
<b>Objetivos Específicos:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar los factores de riesgo ante el uso problemático de los videojuegos.</li> <li>• Reconocer las distintas opiniones acerca del uso de videojuegos.</li> <li>• Reforzar aprendizajes previos y evidenciar la importancia de estos</li> </ul>
<b>Facilitador:</b>	Lic. Ada Yvette Reyes Ramírez
<b>Recordemos lo anterior.</b>	
Tiempo.	5 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pizarrón.</li> <li>• Plumones para pizarrón.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora, preguntará al grupo de participantes datos relacionados a la sesión anterior, abriendo una conversación para generar una retroalimentación de lo compartido y la facilitadora anotará palabras clave de esta conversación en el pizarrón del aula.
<b>¡Jugamos y recordamos!</b>	
Tiempo.	10 min.

Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 hoja con un crucigrama.</li> <li>• 1 hoja con “sopa de letrar”.</li> <li>• 2 rondas de “Preguntados”.</li> <li>• Lapiceros.</li> <li>• Premios.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora dará a los participantes 2 hojas cada uno, en ellas se encontrará un crucigrama y una sopa de letras, los cuales contendrán descripciones de temas anteriores con la finalidad de recordar lo aprendido. Como juego extra, la facilitadora hará 2 grupos y realizará 2 rondas de preguntas de cultura general desde el juego “Preguntados”. Los integrantes del equipo ganador recibirán un premio.
<b>¿Esto causan los videojuegos?</b>	
Tiempo	15 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computadora.</li> <li>• Proyector.</li> <li>• Bocinas.</li> </ul>
Descripción.	El siguiente video plasmará los efectos que causan los videojuegos en los adolescentes de manera negativa, enmarcando algunos de los factores de riesgos mencionados en la sesión anterior.
<b>Factores de riesgo II.</b>	
Tiempo.	15 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computadora</li> <li>• Proyector.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora proyectará la siguiente parte de la diapositiva, en esta segunda parte se hará énfasis en las edades que comprende la adolescencia y como es que algunos de estos

	cambios, están implicados en el uso problemático de los videojuegos.
<b>¿Todos son malos?</b>	
Tiempo.	10 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cartulina.</li> <li>• Imágenes representativas.</li> <li>• Pegamento adhesivo.</li> <li>• Tijeras.</li> <li>• Plumones de colores.</li> <li>• Cinta adhesiva.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora propondrá al grupo la realización de un collage de los elementos vistos hasta ahora, el grupo se dividirá en 2 y cada uno creará su propio collage y un representante de equipo, tendrá que explicar algunos de los elementos de éste.
<b>Juan no deja de jugar.</b>	
Tiempo	15 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Área despejada.</li> <li>• Hojas con problemática a representar.</li> <li>• Pelucas.</li> <li>• Ropa de utilería.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora creará 3 equipos, cada uno tendrá que representar problemáticas orientadas al uso de videojuegos. La finalidad del role-play es que se identifiquen las distintas formas de reaccionar ante estas problemáticas, determinar la eficacia ante la resolución de este problema y visualizar limitaciones y potencialidades.
<b>Creando estrategias.</b>	
Tiempo.	15 min

Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plumones.</li> <li>• Hojas de colores.</li> <li>• Cinta adhesiva.</li> </ul>
Descripción.	<p>La facilitadora dará un pequeño resumen de las actividades realizadas en esta sesión y en conjunto con los participantes generarán 2 estrategias que pueden aplicarse a partir de lo anteriormente visto. Estas estrategias se plasmarán en hojas de colores, usando plumones y dos participantes del grupo pegarán las estrategias en el modelo adolescente creado en la sesión 1.</p>
Evaluación:	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realización de 2 estrategias que los padres de familia consideran que se tienen que tomar en cuenta para mantener un buen acompañamiento con sus hijos al momento del uso de videojuegos.</li> <li>• Portafolio de evidencias.</li> </ul>
Observaciones:	

## SESIÓN 9

<b>¿Quién gana la partida?</b>	
<b>No. Sesión: 9</b>	<b>Fecha:</b>
<b>Objetivo General:</b>	Establecer las pautas principales de acompañamiento, por parte de los padres de familia de adolescentes de 10 a 18 años, en el uso de los principales videojuegos en nuestro país, con la finalidad de prevenir los efectos adversos a nivel de lo fisiológico, cognitivo, emocional y social.
<b>Objetivos Específicos:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar los factores de protección que pueden utilizarse para la prevención de riesgos.</li> <li>• Reconocer el papel de la familia como factor protector en los adolescentes.</li> <li>• Identificar la comunicación asertiva como factor protector.</li> <li>• Identificar la importancia de la autoestima en los adolescentes.</li> </ul>
<b>Facilitador:</b>	Lic. Ada Yvette Reyes Ramírez
<b>Recordemos lo anterior</b>	
Tiempo.	5 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pizarrón.</li> <li>• Plumones para pizarrón.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora, preguntará al grupo de participantes datos relacionados a la sesión anterior, abriendo una conversación para generar una retroalimentación de lo compartido y la facilitadora anotará palabras clave de esta conversación en el pizarrón del aula.
<b>¡El barco se hunde!</b>	
Tiempo.	10 min

Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Área despejada.</li> <li>• Pliego de papel bond.</li> <li>• Premios.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora, utilizará un pliego de papel bond en el suelo, los participantes estarán dentro del papel, pero la facilitadora al decir la frase "el barco se hunde" el pliego de papel, se doblará a la mitad sucesivamente, hasta llegar al tamaño de una hoja de papel, llegados a este punto, los participantes tendrán que tener 3 segundos todos los pies dentro de la hoja. El equipo ganador obtendrá un premio.
<b>Definiendo la protección.</b>	
Tiempo	5 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pizarrón.</li> <li>• Plumón para pizarrón.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora pedirá a los participantes que aporten una lluvia de ideas acerca de cuáles son los factores de protección, que significa para ellos este término, cuales consideran que son los factores de protección desde su perspectiva, etc.
<b>Factores de protección I.</b>	
Tiempo.	15 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computadora.</li> <li>• Proyector.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora proyectará una diapositiva en la cual se plasmen los factores de protección entre ellos está la comunicación asertiva y la autoestima.
<b>"¿Qué es la comunicación asertiva?"</b>	
Tiempo.	15 min

Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computadora.</li> <li>• Proyector.</li> <li>• Bocinas.</li> </ul>
Descripción.	El siguiente video plasmará de manera detallada en lo que consiste la comunicación asertiva, posterior a ello realizaremos un cuestionario desde la aplicación de Kahoot! <sup>7</sup>
<b>"Teléfono descompuesto".</b>	
Tiempo	10 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Área despejada.</li> <li>• Papeletos con el mensaje a comunicar.</li> </ul>
Descripción.	La siguiente actividad consiste en dejar a los participantes que hagan una fila, manteniendo una distancia considerable entre uno y otro, la facilitadora se dirigirá al último participante y éste tendrá que comunicar susurrando el mensaje propuesto. esta actividad estará encaminada hacia el entendimiento que la mala comunicación crea lagunas entre receptor y comunicador, creando todo lo contrario a la comunicación asertiva.
<b>Jenga!</b>	
Tiempo.	10 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Área despejada.</li> <li>• Mesa.</li> <li>• Juego de jenga intervenido.</li> <li>• Premios.</li> </ul>
Descripción.	En este juego los participantes jugarán al jenga, este juego tendrá una variación pues los participantes al sacar piezas, tendrán que leer las afirmaciones positivas que pueden ayudar

<sup>7</sup> Video en el cual habla acerca de la importancia de la comunicación, desde la perspectiva de la psicóloga Laura Rojas-Marcos. Aprendamos Juntos (2020). Qué es la asertividad y para qué sirve. Laura Rojas-Marcos, psicóloga. España: YouTube Recuperado de: [https://www.youtube.com/watch?v=AX10ZkuY\\_VU](https://www.youtube.com/watch?v=AX10ZkuY_VU)

	a los adolescentes a mantener una mejor confianza en sí mismos y a su vez generando mejor autoestima.
<b>Creando estrategias.</b>	
Tiempo.	15 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plumones.</li> <li>• Hojas de colores.</li> <li>• Cinta adhesiva.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora dará un pequeño resumen de las actividades realizadas en esta sesión y en conjunto con los participantes generarán 2 estrategias que pueden aplicarse a partir de lo anteriormente visto. Estas estrategias se plasmarán en hojas de colores, usando plumones y dos participantes del grupo pegarán las estrategias en el modelo adolescente creado en la sesión 1.
Evaluación:	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realización de 2 estrategias que los padres de familia consideran que se tienen que tomar en cuenta para mantener un buen acompañamiento con sus hijos al momento del uso de videojuegos.</li> <li>• Portafolio de evidencias.</li> </ul>
Observaciones:	

## SESIÓN 10

<b>¿Quién gana la partida?</b>	
<b>No. Sesión: 10</b>	<b>Fecha:</b>
<b>Objetivo General:</b>	Establecer las pautas principales de acompañamiento, por parte de los padres de familia de adolescentes de 10 a 18 años, en el uso de los principales videojuegos en nuestro país, con la finalidad de prevenir los efectos adversos a nivel de lo fisiológico, cognitivo, emocional y social.
<b>Objetivos Específicos:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Analizar pautas para la resolución de problemas.</li> <li>• Crear los primeros pasos para generar una red de apoyo.</li> <li>• Reflexionar acerca de la normatividad dentro del círculo familiar.</li> </ul>
<b>Facilitador:</b>	Lic. Ada Yvette Reyes Ramírez
<b>Recordemos lo anterior.</b>	
Tiempo.	5 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pizarrón.</li> <li>• Plumones para pizarrón.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora, preguntará al grupo de participantes datos relacionados a la sesión anterior, abriendo una conversación para generar una retroalimentación de lo compartido y la facilitadora anotará palabras clave de esta conversación en el pizarrón del aula.
<b>¡¿SI o NO...!?</b>	
Tiempo.	15 min

Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Área despejada.</li> <li>• Pizarrón.</li> <li>• Cartulinas con palabra "SI" y "NO".</li> </ul>
Descripción.	Esta actividad se llevará a cabo dentro del aula. La facilitadora pondrá en el pizarrón dos cartulinas, una del lado izquierdo con la palabra "SI", mientras que en la parte derecha estará pegada la palabra "NO". Los participantes tendrán que caminar por toda el aula, mientras que la facilitadora dirá en voz alta una lista de afirmaciones, los participantes tendrán que elegir de qué lado están, derecha o izquierda. Posterior a ello se preguntará cuál es su motivo ante su respuesta.
<b>Factores de protección II.</b>	
Tiempo	20 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computadora.</li> <li>• Proyector.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora proyectará una diapositiva en la cual se plasmen los factores de protección entre ellos está la resolución de problemas y habilidades sociales.
<b>¿En quiénes confiamos?</b>	
Tiempo.	10 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoja de papel.</li> <li>• Plumones.</li> <li>• Pizarrón.</li> <li>• Plumones para pizarrón.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora les proporcionará a los participantes una hoja y dejará a su alcance algunos plumones para realizar la siguiente actividad: la facilitadora dibujará en el pizarrón una red, en ella la facilitadora se dirigirá a los participantes con algunas

	preguntas o afirmaciones para que los participantes puedan crear una posible red de apoyo. Se dará oportunidad a algunos participantes para que nos cuenten sus motivaciones para crear esta red (Ver anexo 6).
<b>Mejorando hábitos.</b>	
Tiempo.	15 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoja de papel.</li> <li>• Plumones.</li> <li>• Pizarrón.</li> <li>• Plumones para pizarrón.</li> <li>• Cinta adhesiva.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora, en conjunto con los participantes, escribirán en el pizarrón situaciones en cuanto hábitos, que no se logran realizar dentro de casa, como: sacar ropa sucia, acomodar zapatos o ayudar en actividades en casa. Los participantes tendrán cerca hojas y plumones, en ellas propondrán distintas maneras de premiar de manera positiva y significativa a los adolescentes si realizan las actividades plasmadas en el pizarrón. Cada participante pondrá en el pizarrón sus propuestas, con la finalidad de compartir ideas y tener alternativas creativas para cambiar hábitos.
<b>Creando estrategias.</b>	
Tiempo	15 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plumones.</li> <li>• Hojas de colores.</li> <li>• Cinta adhesiva.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora dará un pequeño resumen de las actividades realizadas en esta sesión y en conjunto con los participantes generarán 2 estrategias que pueden aplicarse a partir de lo

	<p>anteriormente visto. Estas estrategias se plasmarán en hojas de colores, usando plumones y dos participantes del grupo pegarán las estrategias en el modelo adolescente creado en la sesión 1.</p>
Evaluación:	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realización de 2 estrategias que los padres de familia consideran que se tienen que tomar en cuenta para mantener un buen acompañamiento con sus hijos al momento del uso de videojuegos.</li> <li>• Portafolio de evidencias.</li> </ul>
Observaciones:	

## SESIÓN 11

<b>¿Quién gana la partida?</b>	
<b>No. Sesión: 11</b>	<b>Fecha:</b>
<b>Objetivo General:</b>	Establecer las pautas principales de acompañamiento, por parte de los padres de familia de adolescentes de 10 a 18 años, en el uso de los principales videojuegos en nuestro país, con la finalidad de prevenir los efectos adversos a nivel de lo fisiológico, cognitivo, emocional y social.
<b>Objetivos Específicos:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conocer pautas adecuadas del uso de internet y redes sociales.</li> <li>• Reflexionar acerca de la influencia que estos medios tienen en los adolescentes.</li> <li>• Crear conocimientos para la prevención de riesgos y para un uso adecuado del internet y redes sociales.</li> </ul>
<b>Facilitador:</b>	Lic. Ada Yvette Reyes Ramírez
<b>Recordemos lo anterior.</b>	
Tiempo.	5 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pizarrón.</li> <li>• Plumones para pizarrón.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora, preguntará al grupo de participantes datos relacionados a la sesión anterior, abriendo una conversación para generar una retroalimentación de lo compartido y la facilitadora anotará palabras clave de esta conversación en el pizarrón del aula.
<b>Adivinando, ¿qué es?</b>	
Tiempo.	10 min

Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computadora.</li> <li>• Proyector.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora proyectará una diapositiva en la cual tendrá algunos logos de distintas redes sociales, los participantes tendrán que adivinar de cuál se trata, seguido a esto, la facilitadora les describirá una a una estas redes sociales y algunos datos a tomar en cuenta.
<b>Video para reflexionar.</b>	
Tiempo	15 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computadora</li> <li>• Proyector.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora proyectará un video hablando acerca de lo que buscan las redes sociales, como es que los usuarios acceden a ellas, datos estadísticos y la edad media que tienen los usuarios de estas, además de algunos peligros que se pueden vivir ante el uso del internet y redes sociales.
<b>Usos adecuados I.</b>	
Tiempo.	15 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computadora.</li> <li>• Proyector.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora proyectará las pautas que pueden servir para los participantes ante el buen uso del internet y las redes sociales, con la finalidad de guiar a los participantes a tomar acción y poder crear nuevas formas de acompañar y monitorear el uso de estos.
<b>Lista de medidas de prevención.</b>	
Tiempo.	10 min

Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pliego de Papel bond</li> <li>• Plumones.</li> <li>• Pizarrón.</li> <li>• Cinta adhesiva.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora formará 2 equipos, les proporcionará un pliego de papel bond y plumones para que con ayuda de la facilitadora puedan crear 5 medidas de prevención para que los participantes puedan aplicarlas con sus hijos y el segundo equipo creará 5 medidas que puedan servirle a los hijos si en algún momento se encuentran en peligro ante el uso del internet y redes sociales.
<b>Arma el barco.</b>	
Tiempo	15 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Silueta de un barco.</li> <li>• Siluetas de cajas o bolsas de insumos, con palabras clave.</li> <li>• Pizarrón.</li> <li>• Cinta adhesiva.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora, pegará una silueta de un barco, en el cual tendrán que imaginar los participantes que se van de viaje por algunos meses, la misión de los participantes es buscar en distintas zonas del salón los insumos o provisiones necesarias para el viaje. Esta actividad tiene como finalidad entender de manera análoga que el trabajo de prevención o de intervención en adolescentes ante el uso problemático de los videojuegos, será un camino largo por recorrer, pero es importante tener las herramientas necesarias para aligerarlo. Esta última parte, tendrá una ventana de tiempo para ser comentada y reflexionada con los participantes (Ver anexo 7).

<b>Creando estrategias.</b>	
Tiempo.	15 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plumones.</li> <li>• Hojas de colores.</li> <li>• Cinta adhesiva.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora dará un pequeño resumen de las actividades realizadas en esta sesión y en conjunto con los participantes generarán 2 estrategias que pueden aplicarse a partir de lo anteriormente visto. Estas estrategias se plasmarán en hojas de colores, usando plumones y dos participantes del grupo pegarán las estrategias en el modelo adolescente creado en la sesión 1.
Evaluación:	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realización de 2 estrategias que los padres de familia consideran que se tienen que tomar en cuenta para mantener un buen acompañamiento con sus hijos al momento del uso de videojuegos.</li> <li>• Portafolio de evidencias.</li> </ul>
Observaciones:	

## SESIÓN 12

<b>¿Quién gana la partida?</b>	
<b>No. Sesión: 12</b>	<b>Fecha:</b>
<b>Objetivo General:</b>	Establecer las pautas principales de acompañamiento, por parte de los padres de familia de adolescentes de 10 a 18 años, en el uso de los principales videojuegos en nuestro país, con la finalidad de prevenir los efectos adversos a nivel de lo fisiológico, cognitivo, emocional y social.
<b>Objetivos Específicos:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conocer pautas adecuadas del uso de videojuegos.</li> <li>• Reconocer cuáles son las clasificaciones vigentes en los videojuegos para mantener un control claro de dichos contenidos.</li> <li>• Reconocer cuáles son los descriptores de contenido y su significado.</li> <li>• Reflexionar, de manera grupal, acerca de los contenidos vistos en este taller.</li> </ul>
<b>Facilitador:</b>	Lic. Ada Yvette Reyes Ramírez
<b>Recordemos lo anterior.</b>	
Tiempo.	5 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pizarrón.</li> <li>• Plumones para pizarrón.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora, preguntará al grupo de participantes datos relacionados a la sesión anterior, abriendo una conversación para generar una retroalimentación de lo compartido y la facilitadora anotará palabras clave de esta conversación en el pizarrón del aula.
<b>Clasificando juegos.</b>	

Tiempo.	15 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pizarrón.</li> <li>• Imágenes de videojuegos y su respectivo nombre.</li> <li>• Imágenes de las clasificaciones vigentes.</li> <li>• Cinta adhesiva.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora, pegará en el pizarrón imágenes y nombres de algunos videojuegos, los participantes tendrán en una mesa las clasificaciones que pudieran empatar con estos juegos. la facilitadora les preguntará cuales creen que es el motivo de su respuesta y a su vez si reconocen alguno de los videojuegos expuestos.
<b>Usos adecuados II.</b>	
Tiempo	20 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computadora.</li> <li>• Proyector.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora proyectará las pautas que pueden servir para los participantes ante el buen uso de videojuegos, en esta diapositiva se hablará de igual manera, cuáles son las categorías vigentes, y los descriptores de contenido, con la finalidad de guiar a los participantes a tomar acción y poder crear nuevas formas de acompañar y monitorear el uso de estos.
<b>Video acerca de la importancia del compromiso.</b>	
Tiempo.	15 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computadora.</li> <li>• Proyector.</li> <li>• Bocinas.</li> </ul>
Descripción.	El siguiente video expondrá la importancia del compromiso, llevando a la reflexión a los padres de familia que el

	comprometerse con algo es una situación que tiene que ser llevada en común acuerdo y la importancia de la negociación sin quitar la importancia de la normatividad dentro de casa.
<b>Creando compromisos.</b>	
Tiempo.	10 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pizarrón.</li> <li>• Plumones para pizarrón.</li> <li>• Hojas.</li> <li>• Plumones.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora pedirá a los participantes que en conjunto puedan crear 5 aspectos necesarios para la creación de compromisos. Seguido a esta reflexión, los participantes y la facilitadora crearán en el pizarrón un acuerdo acerca de a qué se comprometen ellos como padres para prevenir y acompañar a sus hijos adolescentes en el uso de videojuegos, además de considerar que este mismo compromiso lo compartan en casa y crear uno para sus hijos (Ver anexo 8).
<b>Creando estrategias.</b>	
Tiempo	15 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plumones.</li> <li>• Hojas de colores.</li> <li>• Cinta adhesiva.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora dará un pequeño resumen de las actividades realizadas en esta sesión y en conjunto con los participantes generarán 2 estrategias que pueden aplicarse a partir de lo anteriormente visto. Estas estrategias se plasmarán en hojas de colores, usando plumones y dos participantes del grupo pegarán las estrategias en el modelo adolescente creado en la sesión 1.
<b>Pensamientos finales y momento de compartir.</b>	

Tiempo.	20 min
Recursos y/o materiales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Área despejada.</li> <li>• Alimentos varios.</li> </ul>
Descripción.	La facilitadora llevará algunos alimentos para convivir con los participantes, además de guiar la conversación para concluir los pensamientos y reflexiones finales del taller.
Evaluación:	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Término de la creación de estrategias, las cuales permanecerán en la silueta propuesta en la primera sesión, dichas estrategias serán entregadas en un formato por parte de la facilitadora a los participantes del taller propuesto.</li> <li>• Además de que, con el portafolio de evidencias, entregar a los participantes alguna foto tomada de ellos durante el taller.</li> </ul>
Observaciones:	

## VIII. CONCLUSIONES

De acuerdo con lo revisado anteriormente, ha quedado de manifiesto el avance que los videojuegos tienen en los últimos años dentro de mundo, el continente y el país mismo; dicha popularidad ha aumentado concretamente durante la duración de la restricción social por COVID-19 en adolescentes, permitiendo nuevas líneas de investigación acerca de aspectos que están estrechamente relacionados con el desarrollo humano, en este caso en la adolescencia.

De lo anterior podemos concluir que los videojuegos y su industria seguirá creciendo de manera exponencial, así como ha pasado desde sus inicios; de igual manera la discusión acerca de si los videojuegos son buenos o malos, seguirá manteniéndose sin una respuesta positiva o negativa, ya que han encontrado que el uso de éstos mantiene efectos tanto positivos como negativos en los jugadores.

Algunos de ellos pueden verse a nivel físico, donde puede haber una predominancia de sedentarismo, afectaciones visuales, episodios de fuertes cefaleas o en su caso afectaciones musculares como la tendinitis debido a los movimientos repetitivos que se ejecutan ya sea con los mandos de consola o los propios teclados de computadora.

Pasando por los efectos cognitivos, que, aunque hay una prevalencia de estudios que enaltecen la opinión acerca de que el uso de videojuegos repercute de manera positiva en el cerebro, agudizando el área visual, de memoria, ejecución de tareas, etc. También puede estar implicada en trastornos de ansiedad y depresión, incentivando que los síntomas se lleguen a agudizar, tal es el caso del trastorno del espectro autista (TEA).

Del mismo modo estas afectaciones se ven implicadas en el área social, donde los jugadores se abstienen a mantener contacto con los integrantes de la familia e incluso en sus grupos de pares o en ocasiones se aíslan socialmente para

jugar con sus amigos en línea, aunque, por otro lado, se habla de que el uso de videojuegos ayuda a la extroversión, liderazgo y trabajo en equipo.

Dicho esto, desde el área emocional, se puede ver que las actitudes agresivas pueden manifestarse ante el uso de videojuegos, esto se debe a la poca tolerancia a la frustración ante la derrota. De igual manera desde la subjetividad del adolescente puede verse una preferencia hacia los mundos virtuales que los videojuegos ofrecen, pues en ellos se pueden personalizar aspectos físicos y emocionales deseables. En cuanto a los aspectos positivos dentro de este apartado, puede generar actitudes de empatía con los personajes o historias de los mismos, actitudes de servicio o de trabajo en equipo, además de generar una mejora en la autoestima.

De igual manera es importante conocer las implicaciones que se tienen en relación a las redes sociales y los videojuegos, un claro ejemplo de esto es *Facebook Gaming*, que mantiene al alcance de los usuarios la transmisión en vivo de videojuegos, sin embargo, es importante tomar en cuenta si estos espacios cuentan con las normativas suficientes para resguardar los datos personales de los espectadores, además de mantener una clasificación de edad y contenido.

Además en títulos anteriores se ha expuesto la potencialización monetaria que los videojuegos han tenido debido a la venta de dispositivos móviles y consolas, alrededor del mundo, siendo nuestro país uno de los 10 clasificados a nivel mundial como nación potencial para el mercado de los videojuegos. Consideramos que es importante ahondar más las investigaciones hacia los intereses monetarios que hay alrededor del mercado antes mencionado y qué papel juegan los *streamers* dentro de esta industria, debido a los convenios que se hacen con marcas de renombre.

Sin olvidar que se encuentra la existencia de juegos o retos que puedan atentar en contra de la integridad de los adolescentes, como “Ballena Azul”, llevando a los jugadores a suicidarse o autolesionarse, reto que se dio por medio de grupos en redes sociales, situación que debe de prevenirse manteniendo atención sobre cómo es que los adolescentes llegan a ser parte de este tipo de contenidos y buscar

estrategias que ayuden a estos mismos a saber detectar y cuidar su integridad y la de sus iguales.

Desde lo anteriormente expuesto, podemos dar cuenta que los videojuegos no sólo están afectando un área específica del usuario, sino que cada aspecto está enlazado con el otro, desde cómo se juega, qué se juega, la elección de avatar, apariencia, la manera de jugar y comunicarte con los demás jugadores, el cumplimiento de metas y el actuar hacia la derrota o en su caso la victoria.

Todo esto está acompañado de una industria que está avanzando a pasos acelerados, prueba de ello son las plataformas de *streaming* y la potencialización de los *eSports* donde los jugadores se pueden volver profesionales, que en cuyo caso llegan a ser patrocinados y financiados por diversas marcas, tal cual pasa en un club de fútbol.

Concluyendo así que, el estudio ante las repercusiones existentes por el uso de videojuegos es fundamental; ya que solo así se podrán crear estrategias y modelos nuevos ante el acompañamiento de padres hacia hijos adolescentes, buscando que los primeros puedan mantener un papel activo y preventivo hacia las posibles afectaciones adversas que aparecen tras el uso problemático de videojuegos. Llevando a los padres de familia hacia la reflexión y consideración de que la familia mantiene un papel importante en el desarrollo adolescente y que finalmente gracias a estas herramientas, se puede mantener un uso adecuado de los videojuegos.

## IX. SUGERENCIAS

El presente trabajo de investigación, tiene como propuesta la aplicación de un taller dirigido hacia padres de familia con hijos en edades de 10 a 18 años, para la creación de estrategias que apoyen a un acompañamiento activo ante el uso de videojuegos.

Sin embargo, se cree que dicha propuesta puede aplicarse o considerarse para nuevos caminos de investigación, buscando que haya una interdisciplinariedad a partir de lo expuesto. Dejando así que algunas de las sugerencias que pueden emerger dentro de este trabajo pueden ser las siguientes:

- Llevar al contexto educativo dicha propuesta de trabajo, adecuando actividades que puedan dirigirse hacia docentes que tengan alumnos adolescentes y que, a su vez, estos mantengan un gusto marcado hacia los videojuegos. Creando herramientas para los docentes donde ellos puedan detectar, prevenir y acompañar a los alumnos que mantienen un uso problemático de videojuegos, dentro del aula. Logrando así que la prevención pueda extenderse a otros contextos.
- De igual manera es importante generar una adecuación de la propuesta vigente, para una aplicación dirigida a adolescentes que suelen jugar videojuegos y para adolescentes que no juegan videojuegos, como medida de prevención, llevando las sesiones con un tinte reflexivo y que ayude a que los adolescentes puedan autogestionar dicha afición, con la finalidad de que esta forma de entretenimiento no termine en una situación de dependencia. Además de generar un autorreconocimiento en caso de que el uso de videojuegos se haya vuelto problemático y procedan a pedir apoyo para gestionar dicha situación.
- Generar una serie de parámetros que nos puedan indicar de manera estudiada e informada, sobre los indicios que puedan indicar la existencia de una dependencia o uso problemático de videojuegos.

- Además de generar adecuaciones que puedan ayudar a los padres a constatar o descartar si hay existencia de cambios conductuales en sus hijos adolescentes, debido al uso de videojuegos, para poder mantener un método de intervención ante dicho problema.
- Incluir planes educativos o adecuaciones curriculares, que puedan apoyar a los docentes de otros niveles de educación a prevenir una dependencia o uso problemático de videojuegos, desde la reflexión y concientización temprana.
- Mantener una perspectiva abierta acerca de los alcances actuales que los videojuegos mantienen y estar informados acerca de los nuevos descubrimientos que puedan existir alrededor de esta industria, para mejorar o adecuar estrategias nuevas.

Como hemos visto a lo largo de los capítulos anteriores, el uso de videojuegos es una realidad inminente y creciente en nuestros tiempos, además de exponer abiertamente que dicha afición no está relacionada a una sola edad o etapa del desarrollo, sino que de ella se desprenden más áreas, que pueden ser llevadas para su estudio y reflexión.

En el caso de los más pequeños al tener una intervención más temprana, puedan tener un uso adecuado de los videojuegos y ante la aparición de nuevos contenidos y dispositivos, los propios hijos sepan autogestionarse, sin dejar de lado la participación de los padres para reforzar los aspectos de prevención necesarios.

Mientras que en el caso de los adolescentes el acompañamiento activo de la familia, para evitar situaciones perjudiciales en las distintas esferas del desarrollo buscando así, que estos adolescentes puedan realizarse adecuadamente de manera personal, educacional, mental y emocionalmente.

## REFERENCIAS

- ABC. (2021). *Un adolescente de 15 años se suicida tras perder en un videojuego*. España: ABC. Recuperado de: [https://www.abc.es/recreo/abci-adolescente-15-anos-suicida-tras-perder-videojuego-202104061431\\_noticia.html?ref=https%3A%2F%2Fwww.abc.es%2Frecreo%2Fabci-adolescente-15-anos-suicida-tras-perder-videojuego-202104061431\\_noticia.html](https://www.abc.es/recreo/abci-adolescente-15-anos-suicida-tras-perder-videojuego-202104061431_noticia.html?ref=https%3A%2F%2Fwww.abc.es%2Frecreo%2Fabci-adolescente-15-anos-suicida-tras-perder-videojuego-202104061431_noticia.html) Consultado el: 23 de mayo de 2022.
- Abreu, J. (2012). Hipótesis, Método & Diseño de investigación. Daena: International Journal of Good Conscience, 7(2). 187-197. Recuperado de: <http://www.spentamexico.org/v7-n2/7%282%29187-197.pdf> Consultado el: 25 de mayo de 2022
- Arteaga, A. (2021). *Industria de Videojuegos en México en 2020*. México: CIU (The Competitive Intelligence Unit). Recuperado de: <https://www.theciu.com/publicaciones-2/2021/3/22/industria-de-videojuegos-en-mxico-en-2020> Consultado el: 24 de abril de 2022.
- Asociación Mexicana de Videojuegos. (2022). *La asociación*. México: AMEXVID. Recuperado de: <https://amexvid.com/> Consultado el: 21 de abril de 2022.
- Atachagua, E., Mayta, S. y Piñas, J. (2021). *Inteligencia Emocional y dependencia a videojuegos en estudiantes del VI ciclo de una institución educativa de Huancayo-2021* (Tesis de Grado). Escuela Académico Profesional de Psicología, Huancayo. Recuperado de: [https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/11053/1/IV\\_F\\_HU\\_501\\_TE\\_Atachagua\\_Mayta\\_%20Piñas\\_2021.pdf](https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/11053/1/IV_F_HU_501_TE_Atachagua_Mayta_%20Piñas_2021.pdf) Consultado el: 22 de mayo de 2022.
- Badillo, L. (2021). *El debate sobre los videojuegos en México: no todos los gamers son iguales*. México: Tec Review. Recuperado de: <https://tecreview.tec.mx/2021/10/22/tecnologia/debate-sobre-los->

[videojuegos-en-mexico-no-todos-los-gamers-son-iguales/](#) Consultado el: 16 de mayo de 2022.

Bauman, Z. (2002). *Modernidad Líquida*. Buenos Aires, Argentina: FONDECULT. Recuperado de: <https://catedraepistemologia.files.wordpress.com/2009/05/modernidad-liquida.pdf> Consultado el: 29 de abril de 2022.

Buenos Aires Ciudad. (2022). *Videojuegos en Cuarentena*. Buenos Aires, Argentina: Buenos Aires Ciudad. Recuperado de: <https://www.buenosaires.gob.ar/coronavirus/bienestar/videojuegos-mas-jugados-en-cuarentena#:~:text=FIFA%202020,en%20el%20mundo%20del%20fútbol> Consultado el: 30 de abril de 2022.

Calvo, B. (2021). *Ventajas y desventajas de los videojuegos*. España: UNCOMO. Recuperado de: <https://www.mundodeportivo.com/uncomo/ocio/articulo/ventajas-y-desventajas-de-los-videojuegos-51606.html> Consultado el: 12 de mayo de 2022.

Cardona, L. (2018). ¿Qué es el target? Definición en 5 puntos. España: Cyberclick. Recuperado de: <https://www.cyberclick.es/numerical-blog/que-es-el-target> Consultado el: 23 de mayo de 2022.

Cívico, A., Cuevas, N., Gabarda, V. (2021). Jóvenes y uso problemático de las tecnologías durante la pandemia: Una preocupación familiar. *Hachetepe. Revista científica de Educación y Comunicación*, 22(1), 1-12. Recuperado de: <https://revistas.uca.es/index.php/hachetepe/article/view/7402> Consultado el: 30 de abril de 2022.

Clínica Universidad de Navarra. (2022). *Los videojuegos y los niños*. España: Clínica Universidad de Navarra. Recuperado de: <https://www.cun.es/chequeos-salud/infancia/videojuegos->



<https://www.bloomberglinea.com/2022/01/08/mexico-una-mina-de-oro-para-la-industria-de-videojuegos/> Consultado el: 17 de mayo de 2022.

Deslauriers, J. (1996). Investigación Cualitativa: Definición y guía. *Revista Prospectiva Universidad del Valle*. Vol.1(3), 8-30. Recuperado de: <https://bibliotecadigital.univalle.edu.co/bitstream/handle/10893/12824/2.%20Investigaci3n%20cualitativa.pdf?sequence=1> Consultado el: 25 de mayo de 2022.

Deslauriers, J. (2004). *Investigaci3n Cualitativa: Gu3a Pr3ctica*. Pereira, Colombia: Papiro. Recuperado de: <https://repositorio.utp.edu.co/items/f61b0ba9-b06e-4e9a-bb7e-8226719e14b3> Consultado el: 21 de mayo de 2022.

Diaz, P. (2006). Efectos del uso de videojuegos en ni3os y adolescentes en Espa3a y EEUU. El Consumo Consciente como Posible Factor Reductor de Efectos Nocivos. *ICONO* 14, 7(S/N), 1-19. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2043930> Consultado el: 8 de mayo de 2022.

Direcci3n General de Comunicaci3n Social. (2021). *Pandemia Acelera 10 a3os el uso de tecnolog3as digitales*. M3xico: Direcci3n General de Comunicaci3n Social. Recuperado de: [https://www.dgcs.unam.mx/boletin/bdboletin/2021\\_419.html](https://www.dgcs.unam.mx/boletin/bdboletin/2021_419.html) Consultado el 7 de mayo de 2022.

Educima.com. (2022). *Adolescencia y videojuegos*. Educima.com Recuperado de: [www.educima.com/crosswords/adolescencia\\_y\\_videojuegos-cf38ab1d049299819a0b43fd33e742f5](http://www.educima.com/crosswords/adolescencia_y_videojuegos-cf38ab1d049299819a0b43fd33e742f5) Consultado el: 23 de junio de 2022.

Educima.com. (2022). *Adolescencia y videojuegos*. Educima.com Recuperado de: [www.educima.com/wordsearches/adolescencia\\_y\\_videojuegos-cb825573eebb390ef73c8d0c098b7af0](http://www.educima.com/wordsearches/adolescencia_y_videojuegos-cb825573eebb390ef73c8d0c098b7af0) Consultado el: 23 de junio de 2022.

Eguia, J., Contreras, R. y Solano, L. (2013). Videojuegos: Conceptos, historia y su potencial como herramientas para la educación. 3 *Ciencias*, 1-14  
Recuperado de: <https://www.3ciencias.com/wp-content/uploads/2013/04/videojuegos.pdf> Consultado el 22 de abril de 2022.

El País. (2021). *LOS VIDEOJUEGOS SON “LA PUNTA DEL ICEBERG” EN SUICIDIOS DE ADOLESCENTES ASEGURA PSICÓLOGA Y COLUMNISTA IRAZEMA RAMOS*. Honduras: El País. Recuperado de: <https://www.elpais.hn/2021/07/17/los-videojuegos-son-la-punta-del-iceberg-en-suicidios-de-adolescentes-asegura-psicologa-y-columnista-irazema-ramos/> Consultado el: 23 de mayo de 2022.

El Universo. (2020). ¿Pueden los videojuegos propiciar un suicidio en menores? Guayaquil: El Universo. Recuperado de: <https://www.eluniverso.com/larevista/2020/07/22/nota/7916085/suicidio-nino-videojuegos-psicologia-depresion-tristeza/> Consultado el: 22 de mayo de 2022.

Espiritualidad Y Filosofía. (2017). *Zigmunt Bauman: el individualismo VS el ser social*. España: Espiritualidad Y Filosofía. Recuperado de: <https://youtu.be/PJbf1HXYcD0> Consultado el: 28 de abril de 2022.

Estallo, J. (1994). Videojuegos, Personalidad y Conducta. *Psicothema*, 6(2), 181-190. Recuperado de: <http://www.psicothema.com/pi?pii=914> Consultado el: 17 de mayo de 2022.

Flores, L. (2014). *Subtitulación de videojuegos en México: Estándares de subtitulación para un caso especial de traducción audiovisual*. (Tesis de maestría). Universidad Autónoma del Estado de México, Toluca, México. Recuperado de: <http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/49961/Tesis%20Maestría.pdf?sequence=1> Consultado el: 22 de abril de 2022.

Gaete, V. (2015). Desarrollo Psicosocial del adolescente. *Revista Chilena de Pediatría*. 86(6), 436-443. Recuperado de: <https://www.scielo.cl/pdf/rcp/v86n6/art10.pdf> Consultado el: 21 de abril de 2022.

García, A. (2019). 4 de cada 10 adolescentes en México tienen sobrepeso u obesidad. México: El economista. Recuperado de: <https://www.eleconomista.com.mx/politica/4-de-cada-10-adolescentes-en-Mexico-tienen-sobrepeso-u-obesidad-20191210-0033.html> Consultado el: 23 de mayo de 2022.

Graber, E. (2022). *Desarrollo de los adolescentes*. Estados Unidos: MANUAL MDS. Recuperado de: <https://www.msmanuals.com/es/hogar/salud-infantil/crecimiento-y-desarrollo/desarrollo-de-los-adolescentes> Consultado el: 21 de abril de 2022.

Garrida, J. (2019). *La OMS añade la adicción a los videojuegos a su lista de enfermedades*. España: LAVANGUARDIA. Recuperado de: <https://www.lavanguardia.com/cribeo/geek/20190530/47436058513/la-oms-anade-la-adiccion-a-los-videojuegos-a-su-lista-de-enfermedades.html> Consultado el: 24 de abril de 2022.

Gómez, A. (2021). *Efectos de la pandemia en adolescentes*. Madrid, España: Libella Psicología. Recuperado de: <https://libellapsicologia.es/efectos-de-la-pandemia-en-adolescentes/> Consultado el: 30 de abril de 2022.

González, M., Espada, J. y Tejeiro, R. (2017). El uso problemático de los videojuegos está relacionado con problemas emocionales en adolescentes. *Adicciones*, 29(3), 180-185. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/2891/289151752005.pdf> Consultado el: 15 de mayo de 2022.

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2010). *Metodología de la Investigación*. DF, México: The Mc Graw-Hill. Recuperado de:

<https://www.icmujeres.gob.mx/wpcontent/uploads/2020/05/Sampieri.Met.Inv.pdf> Consultado el: 21 de mayo de 2022.

Hernández, M. (2021). *Deserción escolar, implicaciones sociales de la otra pandemia*. México: El Universal. Recuperado de: <https://www.eluniversal.com.mx/opinion/observatorio-nacional-ciudadano/desercion-escolar-implicaciones-sociales-de-la-otra-pandemia> Consultado el: 6 mayo de 2022.

Imágenes Educativas. (2020). *ACTIVIDADES ROMPE HIELO*. Imágenes Educativas. Recuperado de: <https://www.imageneseducativas.com/wp-content/uploads/2020/08/25-DINÁMICAS-DE-GRUPO-PARA-ROMPER-EL-HIELO.pdf> Consultado el: 10 de junio de 2022.

Labrador, F., Requesens, A. y Helguera, M. (2018). *Guía para padres y educadores sobre el uso seguro de internet, móviles y videojuegos*. [PDF]. España: Confederación SALUD MENTAL España. Recuperado de: <https://consaludmental.org/centro-documentacion/guia-padres-educadores-internet-moviles-videojuegos/> Consultado el: 23 de junio de 2022.

López, J. (2017). *Videojuegos... ¿qué efectos producen en nuestros hijos adolescentes?* España: EFE:Salud. Recuperado de: <https://efesalud.com/videojuegos-que-efectos-producen-hijos-adolescentes/> Consultado el: 23 de mayo de 2022.

López, M. (2013). *Duelos del adolescente*. España: Psiquiatria.com. Recuperado de: <https://psiquiatria.com/bibliopsiquis/volumen.php?wurl=duelos-del-adolescente> Consultado el: 20 de abril de 2022.

Lugo, J. (2022). *CUÁLES SON LOS 5 VIDEOJUEGOS MÁS POPULARES EN MÉXICO SEGÚN FACEBOOK GAMING*. México: EGAMES NEWS. Recuperado de: <https://www.egames.news/entretenimiento/Cuales-son-los-5-videojuegos-mas-populares-en-Mexico-segun-Facebook-Gaming-20220206-0019.html> Consultado el: 17 de mayo de 2022.

- Llordés, J. (2022). *Especial la influencia de la globalización en el videojuego: un panorama*. España: Holy Gamer Z. Recuperado de: <https://www.holygamerz.com/es/especial-la-influencia-de-la-globalizacion-en-el-videojuego-un-panorama> Consultado el: 24 de abril de 2022.
- McCarthy, C. (2020). *Cuando los videojuegos causan problemas de salud: los que los padres pueden hacer para prevenirlos*. Estados Unidos: Healthy children. Org en Español. Recuperado de: <https://www.healthychildren.org/Spanish/familylife/Media/Paginas/Unhealthy-Video-Gaming.aspx> Consultado el: 13 de mayo de 2022.
- Moncada, J. y Chacón, Y. (2012). El efecto de los videojuegos en variables sociales, psicológicas y fisiológicas en niños y adolescentes. *RETOS. Nuevas tendencias en Educación física, Deporte y Recreación*. Vol.1(21), 43-49 <https://www.redalyc.org/pdf/3457/345732287009.pdf> Consultado de: 25 de abril de 2022.
- Montagud, N. (2020). *Las mejores dinámicas de resolución de conflictos*. España: Psicología y Mente. Recuperado de: Consultado el: <https://psicologiaymente.com/social/dinamicas-resolucion-conflictos> Consultado el: 20 de junio de 2022.
- Moreno, F. y Pallás, M. (2018). *Batería de Socialización (Autoevaluación)*. Madrid: TEA Ediciones. Recuperado de: <https://web.teaediciones.com/Ejemplos/BAS-3-extracto-web.pdf> Consultado el: 26 de mayo de 2022.
- Moreno, F. y Pallás, M. (2018). *Batería de Socialización (para profesores y padres)*. Madrid: TEA Ediciones. Recuperado de: [https://web.teaediciones.com/Ejemplos/BAS-1-2\\_extracto-web.pdf](https://web.teaediciones.com/Ejemplos/BAS-1-2_extracto-web.pdf) Consultado el: 26 de mayo de 2022.
- Moreno, M., Martínez, M., Santos, F., Sánchez, F., Lorenzo, M. y Azor, A. (2019). *La globalización Virtual*. España: Mi periódico digital. Recuperado de:

<http://www.miperiodicodigital.com/2019/grupos/thetechnagers-103/la-globalizacion-virtual-1583.html> Consultado el: 25 de abril de 2022.

Moscardi, R. (2018). *Videojuegos y habilidades cognitivas* (Tesis de Licenciatura). Universidad Católica Argentina, Argentina. Recuperado de: <https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/498/1/doc.pdf> Consultado el: 12 de mayo de 2022.

Moscardi, R. (2020). Los efectos positivos de jugar videojuegos y su aplicación en entornos no lúdicos. *Cuadernos del Centro de Estudios de Diseño y Comunicación*. Vol.1(1), 111-127. Recuperado de: [https://www.researchgate.net/publication/346042937\\_Los\\_efectos\\_positivos\\_de\\_jugar\\_videojuegos\\_y\\_su\\_aplicacion\\_en\\_entornos\\_no\\_ludicos](https://www.researchgate.net/publication/346042937_Los_efectos_positivos_de_jugar_videojuegos_y_su_aplicacion_en_entornos_no_ludicos) Consultado el: 15 de mayo de 2022.

Navarro, R. (2021). *Siete formas en las que impactan los videojuegos en tu cerebro (y casi todas en positivo)*. España: La Vanguardia. Recuperado de: <https://www.lavanguardia.com/tecnologia/20210515/7455348/videojuegos-entender-cerebro.html> Consultado el: 26 de abril de 2022.

Orozco, A. (2022). *Simulación de la realidad en los videojuegos y su interdependencia con procesos sociales actuales*. México: Reaxión. Recuperado de: <http://reaxion.utleon.edu.mx/Art Impr Simulacion Realidad Videojuegos.html> Consultado el: 25 de abril de 2022.

Osa, N. (2019). *Efectos de los videojuegos en adolescentes a nivel emocional*. (Tesis de Enfermería) Universitat de les Illes Balears, Palma, España. Recuperado de: [https://dspace.uib.es/xmlui/bitstream/handle/11201/150348/Osa\\_Fernandez\\_Norman.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://dspace.uib.es/xmlui/bitstream/handle/11201/150348/Osa_Fernandez_Norman.pdf?sequence=1&isAllowed=y) Consultado el: 25 de abril de 2022.

Paiva, A. (2021). *Videojuegos y pandemia: los más jugados en 2020*. Chile: LA TERCERA. Recuperado de:

<https://www.latercera.com/culto/2021/01/04/videojuegos-y-pandemia-los-mas-jugados-en-2020/> Consultado el: 30 de abril de 2022.

Papalia, D., Wendkos, S., y Duskin, R. (2009). *Psicología del desarrollo. De la infancia a la adolescencia*. México, D.F.: The McGraw-Hill. Recuperado de: <https://www.mendoza.gov.ar/salud/wp-content/uploads/sites/16/2017/03/Psicologia-del-Desarrollo-PAPALIA-2009.pdf> Consultado el: 19 de abril de 2022.

Papalia, D. y Martorell, G. (2015). *Desarrollo Humano*. México, D.F.: The McGraw-Hill. Recuperado de: <http://www.untumbes.edu.pe/vcs/biblioteca/document/varioslibros/0250.%20Desarrollo%20humano.pdf> Consultado el: 19 de abril de 2022

Parker, S. (2020). *Uso del Tiempo de los Adolescentes durante la Pandemia en México: Una Mirada Inicial*. Argentina: Foco Económico. Recuperado de: <https://dev.focoeconomico.org/2020/09/21/uso-del-tiempo-de-los-adolescentes-durante-la-pandemia-en-mexico-una-mirada-inicial/> Consultado el: 6 de mayo de 2022.

Pérez, I. (2021). *Aumento de abandono escolar y trabajo infantil, consecuencia del coronavirus*. México: CIENCIA UNAM. Recuperado de: <http://ciencia.unam.mx/leer/1120/aumento-de-abandono-escolar-y-trabajo-infantil-consecuencia-del-coronavirus> Consultado el: 6 de mayo de 2022.

Pineda, E. (2019). *Adolescente se suicida porque su padre le prohibió jugar videojuegos*. Estados Unidos: noticias ya. Recuperado de: <https://noticiasya.com/nacional/2019/03/29/adolescente-se-suicida-porque-su-padre-le-prohibio-jugar-videojuegos/> Consultado el: 23 de mayo de 2022.

Pombo, V. (2021). *'Streamers', nuevos ídolos de masas con influencia más allá de los eSports*. España: BBVA. Recuperado de: <https://www.bbva.com/es/streamers-nuevos-idolos-de-masas-con-influencia-mas-alla-de-los-esports/> Consultado el: 8 de mayo de 2022.

Power Gaming Network. (2021). *Los juegos más exitosos durante la pandemia*. Chile: Power Gaming. Recuperado de: <https://www.powergamingnetwork.com/los-juegos-mas-exitosos-durante-la-pandemia/> Consultado el: 30 de abril de 2022.

Retro Informática. (2022). *Historia de los videojuegos*. España: Retro Informática. Recuperado de: <https://www.fib.upc.edu/retro-informatica/historia/videojocs.html> Consultado el: 22 de abril de 2022.

Reyes, E. (2021). *El mercado de videojuegos generó 180, 300 MDD en 2021*. México: EXPANSIÓN. Recuperado de: [https://expansion.mx/tecnologia/2021/12/30/el-mercado-de-videojuegos-en-2021#:~:text=El%20mercado%20de%20videojuegos%20gener%C3%B3,se%20dieron%20en%20mobile%20gaming.&text=Los%20gamers%20tendr%C3%A1n%20que%20esperar,\(iStock.\)](https://expansion.mx/tecnologia/2021/12/30/el-mercado-de-videojuegos-en-2021#:~:text=El%20mercado%20de%20videojuegos%20gener%C3%B3,se%20dieron%20en%20mobile%20gaming.&text=Los%20gamers%20tendr%C3%A1n%20que%20esperar,(iStock.)) Consultado el: 17 de mayo de 2022.

Rockcontent, (2019). Diseño UI y UX: ¡descubre cuál es la diferencia entre ambos! EE. UU: rockcontent blog. Recuperado de: <https://rockcontent.com/es/blog/ui-ux/> Consultado el: 23 de mayo de 2022.

Rodríguez, M. García, F. (2021). El uso de videojuegos en adolescentes. Un problema de Salud Pública. *Enfermería Global*, 20(62), 557-574. Recuperado de: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1695-61412021000200017](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412021000200017) Consultado el: 15 de mayo de 2022.

Rodríguez, E. (2022). *Jóvenes y videojuegos. Espacio, significación y conflictos*. México: INJUVE. Recuperado de: [http://www.injuve.es/sites/default/files/jovenes\\_y\\_videojuegos\\_completo.pdf](http://www.injuve.es/sites/default/files/jovenes_y_videojuegos_completo.pdf) Consultado el: 25 de abril de 2022.

Sans, D. (2019). ADOLESCENCIA Y CONSUMO DE VIDEOJUEGOS: UNA REVISIÓN NARRATIVA DEL ESTADO DEL ARTE. *Anuario de Investigaciones*, XXVI(1), 171,176. Recuperado de:

<https://www.redalyc.org/journal/3691/369163433017/html/> Consultado el: 23 de mayo de 2022.

Santrock, W. J. (2004). *Psicología del desarrollo en la adolescencia*. España, Madrid: The McGraw-Hill. Recuperado de: <https://pdfcoffee.com/psicologia-del-desarrollo-en-la-adolescencia-9a-ed-santrock-1-5-pdf-free.html> Consultado el: 19 de abril de 2022.

Sánchez, P., Alfageme, M. y Serrano, F. (2010). Aspectos sociales de los videojuegos. *Revista Latinoamericana de Tecnología Educativa. Relatec*. 9(1), 43-52. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3268981> Consultado el: 8 de mayo de 2022.

Sánchez, M. (2020). *Los videojuegos de acción modifican el cerebro*. España: Cuidateplus. Recuperado de: <https://cuidateplus.marca.com/bienestar/2020/03/17/videojuegos-accion-modifican-cerebro-172400.html> Consultado el: 26 de abril de 2022.

Sánchez, I. (2021). *Impacto psicológico de la COVID-19 en niños y adolescentes*. El Cristo, Santiago Cuba: MEDISAN. Recuperado de: <http://www.medisan.sld.cu/index.php/san/article/view/3245/html> Consultado el: 30 de abril de 2022.

Secretaría de Salud. (2016). *Adicción a los videojuegos, puede provocar aislamiento*. México: Secretaría de Salud. Recuperado de: <https://www.gob.mx/salud/prensa/adiccion-a-los-videojuegos-puede-provocar-aislamiento-57867?idiom=es-MX> Consultado el: 23 de mayo de 2022.

Secretaría de Salud. (2021). *Adicción a los videojuegos*. México, Puebla: Secretaría de Salud. Recuperado de: <https://ss.puebla.gob.mx/prevencion/adicciones/item/880-adiccion-a-los-videojuegos> Consultado el: 21 de abril de 2022.

- Tancara, C. (1993). La Investigación documental. *Temas sociales*, 1(17), 91- 106.  
Recuperado de: [http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0040-29151993000100008](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0040-29151993000100008) Consultado el: 25 de mayo de 2022.
- TEA. (2022). *BAS. Batería de Socialización 1, 2, 3 (a)*. España: TEA hogrefe  
Recuperado de: <https://web.teaediciones.com/bas-bateria-de-socializacion-1-2-y-3.aspx> Consultado el: 26 de mayo de 2022.
- Tehuacán de mis recuerdos. (2018). *Magic Land, Golfito Tehuacán, Vuelo 23 y mucho más*. México: Tehuacán de mis Recuerdos. Recuperado de: <https://www.tehuacandemisrecuerdos.com/2018/12/magic-land-golfito-tehuacan-vuelo-23-y-26.html> Consultado el: 21 de abril de 2022.
- Tejeiro, S. R. A. (2002). ¿Fomentan los videojuegos el aislamiento social? *Eúphoros*, 5(1), 233-238. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=1181513#:~:text=De%20manera%20consistente%20con%20lo,del%20ocio%20de%20los%20adolescentes> Consultado el: 14 de mayo de 2022.
- Tejeiro, R., Pelegrina, M. y Gómez, J. (2009). Efectos psicosociales de los videojuegos. *Comunicación: revista Internacional de Comunicación Audiovisual, Publicidad y Estudios Culturales*, 1(7), 235-250. Recuperado de: [https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/58204/a16\\_Efectos\\_psicosociales\\_de\\_los\\_videojuegos.pdf?isAllowed=y&sequence=1](https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/58204/a16_Efectos_psicosociales_de_los_videojuegos.pdf?isAllowed=y&sequence=1) Consultado el: 14 de mayo de 2022.
- Tinieblas en el corazón. Pensar la Antropología (2014). *VIDEOJUEGOS: PODER Y GLOBALIZACIÓN*. Tinieblas en el corazón. Pensar la Antropología.  
Recuperado de: <https://anthropotopia.blogspot.com/2014/01/videojuegospoder-y-globalizacion.html> Consultado el: 24 de abril de 2022.

Universia. (2017). *Una introducción a la Teoría de la Modernidad Líquida*. México: Universia. Recuperado de: <https://www.universia.net/mx/actualidad/vida-universitaria/introduccion-teoria-modernidad-liquida-1144779.html>

Consultado el: 29 de abril de 2022.

UNICEF, (2020). *¿Por qué trabajar por y con las adolescencias en México?* México: UNICEF. Recuperado de:

<https://www.unicef.org/mexico/media/4971/file/Nota%20técnica%20adolescentes.pdf> Consultado el: 6 de mayo de 2022.

UNICEF. (2021). *Aumenta la preocupación por el bienestar de los niños y los jóvenes ante el incremento del tiempo que pasan frente a las pantallas*.

México: UNICEF. Recuperado de: <https://www.unicef.org/es/comunicados-prensa/aumenta-la-preocupación-por-el-bienestar-de-los-niños-y-los-jóvenes-ante-el> Consultado el: 7 de mayo de 2022.

UNICEF. (2022). *El impacto del COVID-19 en la salud mental de adolescentes y jóvenes*. América Latina y el Caribe: UNICEF. Recuperado de:

<https://www.unicef.org/lac/el-impacto-del-covid-19-en-la-salud-mental-de-adolescentes-y-jóvenes> Consultado el: 30 de abril de 2022.

URBANO. (2002). *Adultos de entre 25 a 40 años, principales consumidores de videojuegos*: Upaep. México, Puebla: URBANO. Recuperado de:

<https://www.urbanopuebla.com.mx/universidades/noticia/72954-adultos-de-entre-25-a-40-a%C3%B1os,-principales-consumidores-de-videojuegos-upaep.html> Consultado el: 21 de abril de 2022.

Vásquez, D., Rosales, N., Álvarez, K. y Martínez, E. (2015). *EFFECTOS POSITIVOS Y NEGATIVOS DE LOS VIDEOJUEGOS EN LOS ESTUDIANTES DE LA UPNFM* (Tesis de grado). Universidad Pedagógica Nacional “Francisco Morazán”, Tegucigalpa. Recuperado de:

<https://metodologiadeinvestigacioncuantitativa.files.wordpress.com/2015/05/efectos-positivos-y-negativos-de-los-videojuegos.pdf> Consultado el: 23 de mayo de 2022.

VICE en Español. (2019). *El impacto de los videojuegos en Latinoamérica*. México:  
YouTube VICE en Español. Recuperado de: [https://youtu.be/t6jsx2JCi\\_o](https://youtu.be/t6jsx2JCi_o)  
Consultado el: 21 de abril de 2022.

## ANEXOS

### ANEXO 1

ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA PARA PADRES DE FAMILIA			
<b>Ficha de Identificación</b>			
Nombre:			
Edad:		Sexo:	
Estado Civil:			
Ocupación:		Escolaridad:	
Nombre del entrevistador:	Ada Yvette Reyes Ramírez.		
<b>Motivo de consulta:</b>			
<b>Aspectos Familiares.</b>			
¿Cuántos hijos hay en casa? ¿Qué edades tienen?			
¿Cómo es la relación en casa entre padres e hijos?			
¿Cuánto tiempo pasan en convivencia como familia?			
¿Considera que existen obstáculos en la convivencia familiar? ¿Por qué?			
¿Qué actividades realizan en tiempos libres?			
¿Sabe en qué administran el tiempo sus hijos?			
<b>Aspectos relacionados a los videojuegos</b>			
¿Desde cuándo ha observado que sus hijos usan videojuegos?			
¿Sabe cuántas horas al día usan sus hijos para jugar videojuegos?			
¿Conoce qué tipo de videojuegos usan?			

¿En algún momento ha notado que hay interacción de sus hijos con otros jugadores?
¿Considera que hay aspectos positivos ante el uso de videojuegos?
¿Considera que hay aspectos negativos ante el uso de videojuegos?
<b>Aspectos relacionados a los hijos.</b>
¿Ha notado cambios físicos en sus hijos debido al uso de videojuegos?
¿Han cambiado las relaciones sociales de sus hijos?
¿Se han presentado problemas escolares debido al uso de videojuegos?
¿Ha notado cambios conductuales en sus hijos debido al uso de videojuegos?
En cuanto al contexto escolar, ¿ha habido cambios negativos/positivos importantes?
<b>Aspectos de acompañamiento.</b>
¿Cómo ha sido su participación al percatarse de que sus hijos usan videojuegos?
¿De qué manera sus hijos tienen el alcance a los videojuegos?
¿Ha obtenido algún tipo de información con respecto a los juegos consumidos por sus hijos?
¿Considera que el uso de videojuegos en sus hijos ha afectado la convivencia familiar?
¿Cuáles han sido sus estrategias para evitar o administrar el uso de videojuegos en sus hijos?

## ANEXO 2

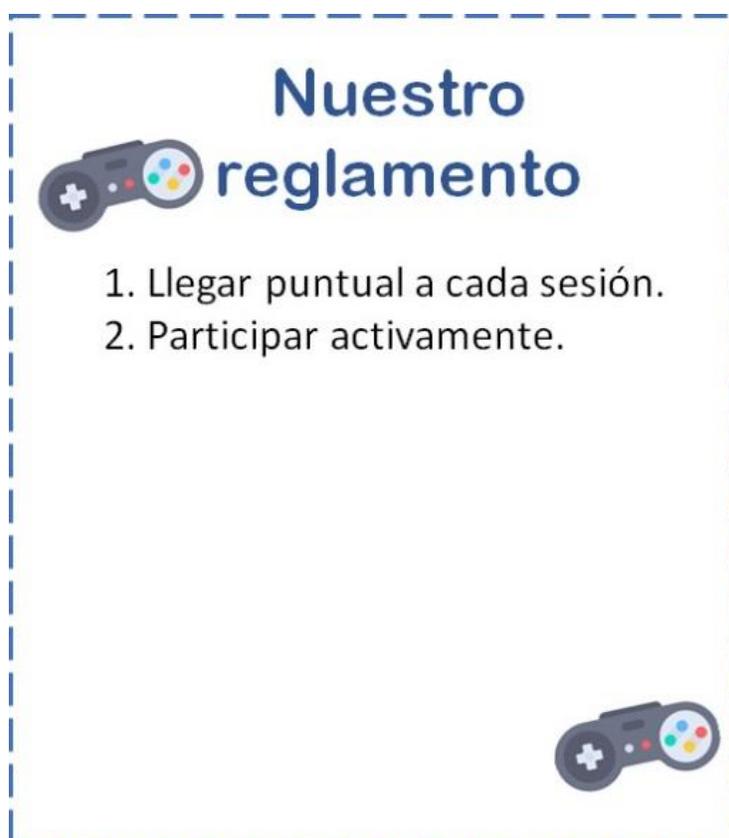
<b>LISTA DE COTEJO PARA PADRES DE FAMILIA</b>		
	<b>SI</b>	<b>NO</b>
¿Recuerda a qué edad comenzó su hijo a jugar videojuegos?		
¿Usted ha contribuido al consumo de videojuegos?		
¿Sabe qué tipo de videojuegos consume su hijo?		
¿Reconoce los nombres y contenidos de los videojuegos que su hijo usa?		
¿Ha investigado acerca de los videojuegos que su hijo consume?		
¿Sabe con quienes juega videojuegos su hijo?		
¿Sabe cuántas horas dedica su hijo al uso de videojuegos?		
¿Ha notado una prevalencia más inclinada al uso de videojuegos que de otras actividades?		
¿Su hijo ha preferido permanecer en casa que salir por jugar videojuegos?		
¿Ha notado cambios en la rutina de sus hijos debido al uso de videojuegos?		
¿Considera que su hijo ha presentado problemas educativos debido a esta afición?		
¿Ha notado notados beneficios educativos ante el uso de videojuegos?		
¿Su hijo ha compartido con la familia su gusto por los videojuegos?		
¿Considera que su participación ha sido activa ante el cuidado necesario para esta afición?		
¿Considera que sus estrategias han sido efectivas?		
¿Sabe cuáles son los riesgos en los adolescentes por el uso de videojuegos?		
¿Su hijo ha presentado problemas conductuales debido a esta afición?		
¿Considera que estos cambios estén relacionados por el uso de videojuegos?		
¿Considera que los videojuegos están relacionados con temas como la "violencia" o "agresividad"?		
¿Considera que es necesario mantener horarios establecidos para el uso de videojuegos?		
¿Considera que todos los videojuegos tienen contenidos aptos para sus hijos?		
¿Considera necesario que los padres sepan sobre los cambios que se presentan en la etapa de la adolescencia?		
¿Considera necesario que los padres sepan sobre los riesgos de los videojuegos en sus hijos?		
¿Participaría en un taller donde se compartan estrategias y conocimientos acerca de los videojuegos?		

## ANEXO 3

### Sesión 1.

#### Actividad: ¿Cuáles son las reglas del juego?

Esquema propuesto para la creación del reglamento interino que se usará a lo largo del taller propuesto. Con la finalidad de que sea un recurso para mantener el control de grupo.



## ANEXO 4

### Sesión 1.

#### Actividad: Creando el modelo.

El esquema propuesto, será usado para la creación del modelo en el cual se colocarán las estrategias que los participantes con la guía de la facilitadora irán creando, con la finalidad de que estas recuperen los conocimientos obtenidos a partir de cada sesión.



## ANEXO 5

### Sesión 3.

#### Actividad: La línea del tiempo.

La siguiente actividad se llevará a cabo dentro del aula, donde la facilitadora tendrá preparada una línea del tiempo incompleta, donde los participantes tendrán que acomodar según su criterio que sucesos importantes dentro de la historia de los videojuegos fueron primero y después. Posterior a ello se dará un tiempo para reacomodar dicha línea, en caso de haber errores.

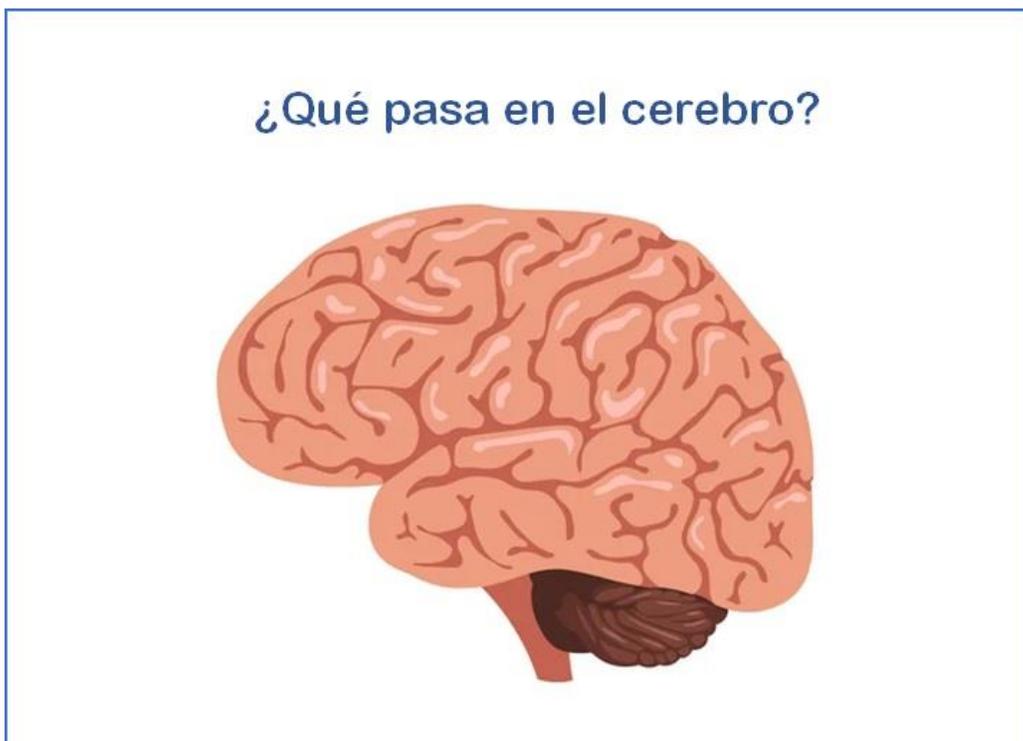


## ANEXO 6

### Sesión 4.

#### Actividad ¿Qué pasa en el cerebro?

La siguiente actividad está propuesta con la finalidad de que los participantes puedan identificar cuales son las funciones que se activan o pueden verse afectadas tras el uso de videojuegos.



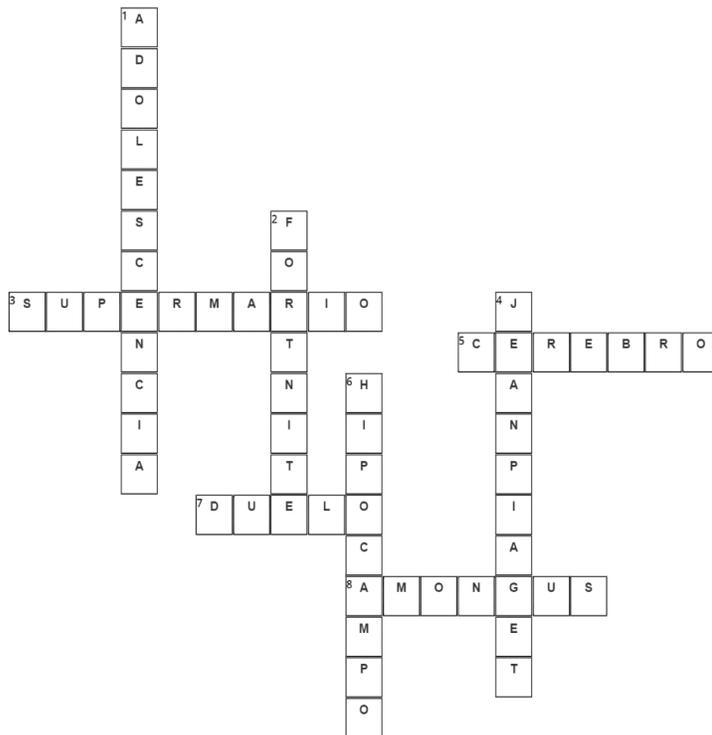
## ANEXO 7

### Sesión 8.

#### Actividad: ¡Jugamos y recordamos!

Esta actividad esta propuesta para que los participantes tengan una remembranza acerca de conocimientos anteriores, desde una perspectiva didactica y que ayude a estimular la memoria, es por ello que se propone el uso un crucigrama y sopa de letras.

#### Adolescencia y videojuegos



## ANEXO 7.1

### Sesión 8.

#### Actividad: ¡Jugamos y recordamos!

Esta actividad está propuesta para que los participantes tengan una remembranza acerca de conocimientos anteriores, desde una perspectiva didáctica y que ayude a estimular la memoria, es por ello que se propone el uso un crucigrama y sopa de letras.

#### Adolescencia y videojuegos

V	N	P	A	D	N	R	D	I	S	O	M	P	N
Z	H	L	A	M	T	T	D	S	W	D	C	H	U
A	I	S	L	A	M	I	E	N	T	O	M	A	O
N	G	I	N	T	O	L	E	R	A	N	C	I	A
D	A	N	S	I	E	D	A	D	G	I	D	S	Z
K	N	S	E	X	T	O	R	S	I	Ó	N	G	M
A	G	R	E	S	I	V	I	D	A	D	U	H	R
H	O	H	J	Z	D	E	P	R	E	S	I	Ó	N
P	O	B	E	S	I	D	A	D	Z	V	A	H	Z
V	S	E	X	I	S	M	O	D	S	M	Z	P	V
R	E	C	O	N	O	C	I	M	I	E	N	T	O
G	M	R	A	C	I	S	M	O	H	L	R	U	J
A	U	T	O	E	S	T	I	M	A	M	E	W	J
N	S	E	D	E	N	T	A	R	I	S	M	O	P

[educima.com](http://educima.com)

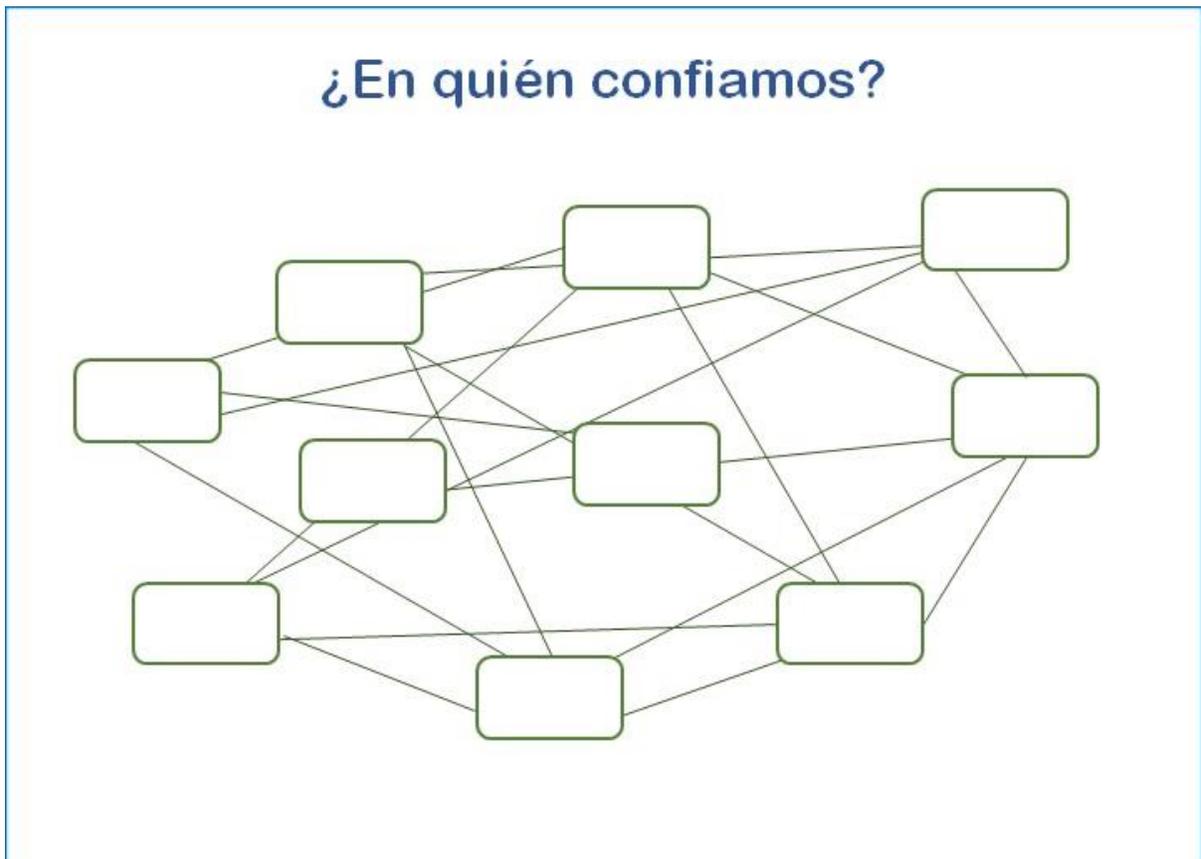
Agresividad	Aislamiento
Ansiedad	Autoestima
Depresión	Extorsión
Intolerancia	Obesidad
Racismo	Reconocimiento
Sedentarismo	Sexismo

## ANEXO 8

### Sesión 10.

#### Actividad: ¿En quiénes confiamos?

Esta actividad consta en crear una red de apoyo en el caso de una intervención hacia adolescentes que tengan un uso problemático de los videojuegos, con la finalidad de considerar cuales son las personas o medios de oportunidad para abordar la problemática presente.



## ANEXO 9

### Sesión 11.

#### Actividad: Arma el barco.

En esta actividad se planteará un escenario imaginario, donde los participantes se tienen que preparar para un viaje, por lo cual, será necesario llevar equipaje u objetos que puedan aligerar el viaje. Este escenario nos funcionará como una analogía hacia el entendimiento y reflexión de que la dependencia a los videojuegos, puede ser un camino largo de recorrer, pero con los medios adecuados puede ser superado.



