



Efectos de los videojuegos en la salud mental de la población infantil

Adrián Vargas Velásquez

Monografía presentada para optar al título de Especialista en Psicopatología y Estructuras
Clínicas

Asesora

Daniela Tamayo Lopera Magíster (MSc) en psicología y salud mental

Universidad de Antioquia
Facultad de Ciencias Sociales y Humanas
Especialización en Psicopatología y Estructuras Clínicas
Medellín, Antioquia, Colombia

2025

Cita	(Vargas Velásquez, 2025)
Referencia	Vargas Velásquez, A. (2025). <i>Efectos de los videojuegos en la salud mental de la población infantil</i> [Trabajo de grado especialización]. Universidad de Antioquia, Medellín, Colombia.
Estilo APA 7 (2020)	



Especialización en Psicopatología y Estructuras Clínicas, Cohorte VIII.
Grupo de Investigación Psicología, Psicoanálisis y Conexiones (Psyconex).
Centro de Investigaciones Sociales y Humanas (CISH).



CRAI María Teresa Uribe (Facultad de Ciencias Sociales y Humanas)

Repositorio Institucional: <http://bibliotecadigital.udea.edu.co>

Universidad de Antioquia - www.udea.edu.co

El contenido de esta obra corresponde al derecho de expresión de los autores y no compromete el pensamiento institucional de la Universidad de Antioquia ni desata su responsabilidad frente a terceros. Los autores asumen la responsabilidad por los derechos de autor y conexo.

Dedicatoria

Durante mis actividades de estudio he aprendido enormemente de muchas personas, hago un punto a parte a mi madre Ana Gloria, quien desde siempre es la persona que apuesta todo lo que tiene a construir en sus hijos, ella es quien ha desempeñado todos los roles que una persona puede realizar en el proceso de construir valores y aptitudes en las personas, ha sido: madre, padre, maestra, amiga, admiradora, crítica. Quedo corto en palabras si digo que sin el apoyo de ella no habría escalado peldaño a peldaño estos obstáculos, unos con menos dificultad y otros que parecían insuperables.

Prosigo con mi esposa Paola y mi hijo Emiliano, quienes son el motor y motivación, mi esposa me ha acompañado en este gran paso, siendo: esposa, amiga, investigadora, editora, terapeuta. Mi hijo, ha sabido apoyarme desde el silencio cuando ve que necesito concentración, y alegría cuando ve que es complejo el día y transforma todo con su sonrisa.

A mis hermanos, por su apoyo y estímulo, el creer en mí, independiente de cualquier proyecto de mi vida.

En particular quiero que las personas que nombré anteriormente, sepan que las amo. Es un sentimiento muy especial saber que creen en mí y que siempre he sido comprometido conmigo y con todos ellos.

Agradecimientos

Consciente del alto valor en este proceso por su desempeño y dedicación, agradezco a mi asesora Daniela Tamayo Lopera, que desafía la descripción de su puesto transformando con su interminable paciencia mis incertidumbres en confianza y conocimiento. Algunas secciones de este trabajo le pertenecen tanto como a mí.

En cuanto a todo mi proceso de aprendizaje, la forma más adecuada de agradecer es nombrar a profesores, amigos, compañeros quienes exalto porque han influido en mis conocimientos y pensamientos.

Tabla de contenido

Resumen	7
Abstract	8
Introducción	9
1. Problema.....	10
2. Justificación.....	18
3. Objetivos	19
3.1 Objetivo general	19
3.2 Objetivos específicos.....	19
4. Marco teórico	20
5. Metodología	22
5.1 Enfoque	22
5.2 Tipo de estudio	22
5.3 Estrategia Metodológica.....	22
5.4 Recolección de información.....	23
5.5 Proceso de análisis	23
5.6 Unidad de análisis	24
5.7 Consideraciones éticas	24
6. Capítulo I.....	25
6.1 El juego y los videojuegos.....	25
6.2 El juego como herramienta de aprendizaje	30
6.3 Videojuegos.....	31
6.4 Características de los videojuegos.....	34
7. Capítulo II	38
7.1 Desarrollo cognitivo y videojuegos.....	38

7.2 Desarrollo de Habilidades Cognitivas.....	40
7.3 Habilidades espaciales y motoras.....	42
7.4 Influencia de los videojuegos en los procesos cognitivo	42
7.5 Habilidades cognitivas y competencias sociales	45
7.6 Desarrollo de habilidades sociales	47
7.7 Influencia positiva de los videojuegos en las habilidades sociales	49
7.8 Influencia Negativa de los videojuegos en las relaciones sociales	50
8. Capítulo III	52
8.1 Adicción sin sustancia.....	52
8.2 Uso – abuso- dependencia.....	55
8.3 Adicción a los videojuegos.....	56
8.4 Diagnóstico de adicción a los videojuegos.....	57
8.5 Características de la adicción a los videojuegos	59
9 Conclusiones	65
Referencias	66

Lista de tablas

Tabla 1 Junta de Clasificación de Software de Entretenimiento Xbox	36
Tabla 2 Las Inteligencias Múltiples Potenciadas por los Videojuegos	43
Tabla 3 Criterios Diagnósticos de adicción a Videojuegos CIE 11	58

Resumen

En un contexto donde los videojuegos se han convertido en una parte integral de la vida de muchos niños, es crucial entender tanto los beneficios como los riesgos asociados con su uso. La investigación se estructuró en tres capítulos principales; la evolución y característica de los juegos y videojuegos, la influencia de los videojuegos en el desarrollo cognitivo de los niños, y los efectos de la adicción sin sustancia relacionadas con los videojuegos. La metodología de la investigación fue de tipo cualitativo, utilizando la estrategia del estado del arte, que implicó una revisión exhaustiva de la literatura existente, el análisis y la recopilación de estudios previos. En conclusión, se encontró que no existe un consenso en los autores sobre los efectos de los videojuegos en la salud mental de la población infantil, destacando algunos de ellos los aspectos positivos y otros, los efectos negativos. Lo anterior implica la necesidad de continuar investigando, comprendiendo que no se trata de asumir frente al uso de los videojuegos posturas de censura o patologizantes, toda vez que ello puede llevar a obviar otras problemáticas que afectan de manera más contundente la salud mental en la infancia y adolescencia.

Palabras clave: población infantil, juego, videojuegos, salud mental, desarrollo cognitivo, adicción sin sustancia.

Abstract

In a context where video games have become an integral part of many children's lives, it is crucial to understand both the benefits and risks associated with their use. The research was structured in three main chapters; the evolution and characteristic of games and video games, the influence of video games on children's cognitive development, and the effects of non-substance addiction related to video games. The research methodology was qualitative, using the state of the art strategy, which involved a thorough review of the existing literature, analysis and collection of previous studies. In conclusion, it was found that there is no consensus among the authors on the effects of video games on the mental health of the child population, some of them highlighting the positive aspects and others the negative effects. This implies the need for further research, understanding that it is not a matter of assuming censorship or pathologizing positions regarding the use of video games, since this could lead to overlooking other problems that affect mental health in childhood and adolescence more strongly.

Keywords: child population, gaming, video games, mental health, cognitive development, non-substance addiction.

Introducción

Los videojuegos están invadiendo la vida cotidiana de los niños, dejando de tener un uso meramente funcional, para convertirse en un elemento central en la vida social de los niños, por el fácil acceso que tienen a las plataformas digitales, ya sea a través de dispositivos móviles, consolas o computadora. Estas plataformas virtuales, más que sustituir los juegos tradicionales, están cambiando la interacción de los niños con el mundo. Debido a esta evolución tecnológica, se ha suscitado un amplio debate sobre los posibles efectos de los videojuegos en la salud mental de la población infantil. Diferentes autores varían en sus posturas respecto a los resultados de sus investigaciones, ya que algunas de estas, afirman que la exposición a los videojuegos, traen beneficios. Así, Carbonell (2020a), aporta que estos pueden ejercitar diferentes habilidades, implicar la interacción social en los más jóvenes y fomentar la conducta prosocial.

En contraste, otras investigaciones sostienen que estos videojuegos son un factor de riesgo y están asociados a una adicción sin sustancia y a efectos psicosociales negativos, como el trastorno de sueño y aislamiento social, entre otros. En esta vía, Fernández et al. (2022) evidencian que el abuso en el uso de videojuegos crea una correlación directa entre diversos factores de riesgo y el desarrollo deficiente de las habilidades sociales, así como presencia de estrés académico y percepción de una oferta recreativa limitada.

No obstante, existen diferentes posturas que argumentan que los beneficios o riesgos no dependen de los videojuegos, sino de la manera en que los usuarios interactúan con ellos. Así, los efectos de los videojuegos en la salud mental de los niños, pueden variar significativamente según el contexto y el uso que se les dé.

1. Problema

Uno de los entretenimientos más populares entre la población infantil, está en el uso de los videojuegos, que en gran parte permiten satisfacer las necesidades individuales en el plano del ocio y la recreación. Razón por la cual y a medida que van evolucionando los videojuegos, también van surgiendo investigaciones que dan cuenta si son beneficiosos o nocivos para la salud mental de los niños, considerando la interacción a temprana edad en la que entran en contacto con las pantallas.

La salud mental es un aspecto fundamental del bienestar humano, influenciado por una compleja interacción de los factores biológicos, psicológicos y sociales. En este contexto, es crucial comprender como los videojuegos y otras formas de interacción digital pueden impactar tanto positiva como negativamente en la salud mental, especialmente en los niños y adolescentes quienes están en una etapa crítica de su desarrollo.

Bertolote (2008) aporta que la Organización Mundial de la Salud, se creó en el año 1948, y en ese mismo año se celebró en Londres, el primer congreso internacional de salud mental. Para el año 1950, en su segunda sección del comité de expertos en salud mental, la OMS define el término de higiene mental, como todas las actividades y técnicas que promueven y mantienen la salud mental. Y el término de salud mental, lo definieron como la condición sujeta a fluctuaciones, debido a factores biológicos y sociales que permiten al individuo alcanzar una síntesis satisfactoria de sus propios instintos potencialmente conflictivos. En 1948, la OMS, establece que la salud mental es un estado de completo bienestar físico, mental y social y no simplemente la ausencia de enfermedad o afecciones.

En consonancia con lo anterior, Berenzon y Vargas (1998) aportan que inicialmente los aspectos relacionados con la salud mental se atribuían a la dicotomía entre el cuerpo y mente. Posterior a ello, se reconoció el predominio de las causas biológicas, que incluyen la genética, el funcionamiento del cerebro y el sistema nervioso. Igualmente, las causas psicosociales que abarcan el entorno familiar, las relaciones sociales, la educación y la experiencia de vida. La salud mental, está determinada por factores que se encuentran estrechamente vinculados a las condiciones de la sociedad en la que se desenvuelven las personas. De esta manera, tanto los fenómenos biológicos, como los sociales, a los que se enfrenta un niño, definirán su desarrollo físico, emocional y cognitivo. Siendo fundamental entender que la salud mental no es estática, sino que fluctúa en respuesta a diversos factores. La interacción entre estos factores, determinan, cómo un niño

responde a su entorno, y cómo ello, influye en su bienestar general y en su capacidad para enfrentar los desafíos.

En este contexto, el juego se establece como una actividad importante en los niños, ya que este le equilibra un desarrollo infantil sano en su formación sensorial y motriz. En esta etapa de la vida, según Cardenas (2012), el juego fomenta la obtención de la confianza y autonomía, contribuyendo a la formación de la personalidad. Por medio de este, los niños aprenden cómo coordinar sus movimientos en función de la interacción y tipo de recreación, ganando control sobre sus cuerpos, develando quienes son y el mundo que los rodea, pudiendo confrontarse a emociones y/o conflictos al recrear la vida real para adquirir nuevas destrezas y aprender cómo usarlas.

El juego por tanto resulta tan cotidiano que en ocasiones se pasa por alto la pregunta ¿cuál es a función del juego o porque juegan los niños? Resulta entonces importante revisar la significación del juego en el desarrollo cognitivo y físico de estos, ya que este, integra una de las actividades más antiguas en el ser humano. En este contexto Bermejo (1983), alude a Piaget, como un coleccionista de un número indeterminado de juegos infantiles para explorar las leyes que rigen su evolución y darles una explicación desde un tipo de vista estructural donde emergen tres tipos de estructuras características de los juegos infantiles. Primero, *el ejercicio*, que implica repetir acciones sencillas para obtener un placer meramente funcional; Segundo, *El juego simbólico*, que emerge cuando se representa un objeto que no está presente y se idea una situación imaginaria; tercero, *el juego de reglas*, que es principalmente social y se complementa con el juego simbólico a medida que los niños crecen.

En este recorrido, Piaget (1972) identifica cuatro estadios principales del desarrollo mental del niño. Primero, *sensorio-motriz* (0-2 años) mediante, el tacto, la succión y el movimiento, el niño comienza a explorar su entorno, iniciando su proceso de comunicación y conocimiento del mundo; segundo, *preoperacional* (2-7 años) el niño actúa mentalmente, pensando e imaginando; tercero, *operaciones concretas* (7-11 años) el pensamiento se hace menos intuitivo y más lógico; cuarto, *operaciones formales* (12 años en adelante) tiene inicio la última etapa mental del hombre, donde identifica las relaciones y las reglas que indican cómo funciona el mundo.

Por otra parte, Vygotsky (sf, citado en Obaco 2024) argumenta que en el juego, a lo largo de la evolución de desarrollo, el niño va encontrando tres clases de juegos:

1) los juegos con una diversidad de objetos distintos, con los cuales los niños juegan a observar, agarrar y tirar etc. 2) los juegos constructivos, en los que el niño es capaz de realizar acciones planificadas y racionales con un mayor grado de relación con el mundo que le rodea. 3) Los juegos de reglas, que plantean al jugador problemas complejos que hay que resolver respetando ciertas normas estrictas (p.20).

Aunado a las definiciones anteriores, Pueyo (2019) extrae algunas características propias del juego, desarrolladas por diferentes autores y en las cuales se destaca que es universal e innato, porque se da en todas las culturas y épocas, es una actividad libre y espontánea, con una función integradora que enseña a respetar las normas. Además, posee una finalidad intrínseca, puesto que no hay un objetivo diferente al de disfrutar con la actividad lúdica, tiene una función terapéutica ya que puede instaurar un medio para razonar de forma crítica sobre la realidad y desligarse de los conflictos cotidianos. Por su parte, el juego tiene una función autoeducativa, ya que impulsa la exploración y el aprendizaje y tiene un efecto creativo, donde el niño emplea destrezas y procesos. Si bien el juguete es un recurso útil, pero no necesario para jugar, ya que cualquier objeto puede representar simbólicamente la función de ese juguete. De la misma forma Arce (2020) indica que “según la UNICEF, a través del juego se crean nuevas alternativas de aprendizaje que permite al niño explorar un mayor conocimiento del mundo que está a su alrededor, convirtiéndose en una herramienta para desarrollar su imaginación y fomentar la creatividad.” (p.35).

Ahora bien, en la era actual los juegos infantiles están siendo absorbidos por los videojuegos, y estos han ido trascendiendo su rol como simple entretenimiento, transformándose en un fenómeno cultural que envuelve a las nuevas generaciones. Su accesibilidad y popularidad a temprana edad, se ha convertido en objeto de investigación para diferentes autores, los cuales divergen en las implicaciones en el desarrollo psicológico, social y emocional de la infancia. Para muchos niños, los videojuegos no solo son una forma de ocio, sino un estilo de vida y una fuente de profunda fascinación. Aunque las opciones de entretenimiento virtual son atractivas, su uso sin control puede convertirse en un riesgo para el desarrollo integral de estos, derivando en una adicción al mundo virtual, provocando una serie de problemas que afectan negativamente el entorno familiar, social y académico.

La naturalización de la llamada era digital, sobre todo en los videojuegos, ha repercutido en la salud mental de todos los usuarios, especialmente en población vulnerable como pueden serlo

los niños y jóvenes. Las consecuencias no solo se limitan al ámbito social o anímico, sino que pueden extenderse más allá, dando lugar a un trastorno específico cuando no se manejan adecuadamente los tiempos o las situaciones relacionadas con su uso. De hecho, por la frecuencia de utilización y su impacto a nivel de desarrollo evolutivo se podrían identificar dos factores que generan mayor preocupación desde los primeros contactos: las redes sociales, con todos sus riesgos asociados; y los videojuegos, que cada vez atraen a más niños y pueden tener consecuencias traumáticas, como la adicción, en los casos más graves, Sanchez y Benitez (2022).

Igualmente, Fernández et al. (2022) evidencian que el abuso en el uso de videojuegos crea una correlación directa entre diversos factores de riesgo y el desarrollo deficiente de las habilidades sociales, así como baja autoestima, pesimismo, presencia de estrés académico y percepción de una oferta recreativa limitada. Así mismo y debido a la cantidad de tiempo de exposición a las pantallas, Lobato et al. (2022) añaden que es posible adquirir una serie de patologías físicas, como el síndrome informático visual SIV, cuyos síntomas son: fatiga visual, dolor de cabeza, sequedad ocular y visión borrosa.

Aunado a lo anterior, y tras la creciente tendencia del uso de los dispositivos móviles inteligentes, portátiles y consolas de videojuegos, en la población infantil y desde una edad temprana, Rodriguez y Estrada (2021) indican que existe evidencia científica que demuestra los efectos negativos, tanto reversibles como irreversibles de la sobreexposición a la luz que emite las pantallas de los dispositivos electrónicos retroiluminados, afectando la visión, con riesgo de conjuntivitis, cataratas, queratitis, blefaritis y retinopatías. Estos efectos se asocian con diversos síntomas, provocando que la salud mental se vea afectada por el cansancio, la falta de concentración y alteraciones del sueño, especialmente en poblaciones de mayor riesgo como niños, niñas y adolescentes.

Por otra parte, Fajardo et al. (2022) expresan, de acuerdo con la literatura científica, que la exposición a videojuegos con contenido violento, puede generar consecuencias negativas, relacionándolas con un aumento de la intensificación en sus componentes cognitivo, afectivo y conductual, así como una disminución de la empatía y la conducta prosocial. Además, factores como la situación del juego y la entidad del oponente, influyen en los sentimientos de agresión y hostilidad que surgen durante el uso de los videojuegos, indicando que el incremento de la agresividad en los participantes ocurre tanto en juegos con contenido violento en formato tanto

online como offline, por lo que sugieren que no hay diferencias significativas en el aumento de la agresividad según la modalidad del juego.

Esta asociación se observa en 3 niveles. *Cognitivo*: aumento de pensamientos y fantasías agresivas y la aceptación de la violencia en la resolución de conflictos; *Afectivo*: incremento de la ira, hostilidad y frustración, disminución de la empatía o compasión por los demás y mayor sensibilidad a las provocaciones; *Conductual*: aumento de agresiones físicas y verbales, participación en comportamientos antisociales (Fajardo et al., 2022).

Respecto a los videojuegos con contenido de guerra, Melfi (2018) agrega que:

El objetivo de estos, no es que el sujeto desarrolle la creatividad, espontaneidad e imaginación, sino más bien reconfigurar su mente para prestar consenso e inmunizarla ante ciertos hechos absolutamente violatorios de los derechos humanos, razones por las cuales de ninguna manera podemos concluir que la actividad desarrollada sea la de jugar (p.246).

En este sentido, Rizzo (2023) menciona, que en los videojuegos se han implementado verdaderos mecanismos de condicionamiento operante, donde a través de premios y recompensas proporcionan al jugador experiencias reales de gratificación, lo que permite al jugador liberarse de las cargas y problemas de la vida cotidiana. Igualmente, esos sistemas de recompensa no solo aumentan el tiempo que los jugadores pasan en el juego, sino que también pueden influir en su comportamiento y motivación, dado que recibir recompensas constantes desarrolla una fuerte asociación entre el juego y la gratificación, lo que puede llevar a un ciclo de juego extensivo y repetitivo. Este fenómeno es particularmente relevante en el contexto de los juegos en línea y los juegos móviles donde la recompensa puede incluir desde puntos y niveles, hasta objetos virtuales y reconocimientos social.

Asociado a lo anterior, Mendoza (2023) considera que el reforzamiento tanto positivo como negativo, se manifiesta desde diversas perspectivas. El reforzamiento positivo, actúa como un medio para obtener beneficios económicos y una sensación emocional que motiva a continuar jugando. Por otro lado, el reforzamiento negativo se relaciona con la privación conductual, lo que hace que el deseo se incremente y se produzca una abstinencia, lo que genera ilusiones de control sobre lo que se puede ganar o perder y el control que se ejerce bajo estas modalidades.

Según López et al. (2022) es innegable que la popularidad de los videojuegos ha crecido exponencialmente, lo que ha suscitado su estigmatización general como un medio de dependencia adictiva. Esta tendencia se intensificó durante la pandemia, debido al aislamiento social obligatorio y las restricciones de actividades que se impusieron a nivel nacional e internacional. Como consecuencia, muchas personas aumentaron el tiempo que pasaban en sus casas, dejando de lado otras actividades placenteras como la recreación y el deporte, el compartir con sus pares de forma presencial y el disfrute de espacios públicos. Este aumento del tiempo de juego en casa podría llevar al uso prolongado de video juegos y por tanto a que se constituya una adicción sin sustancia.

El uso problemático de los videojuegos, según Baldinelli (2022), se debe al uso excesivo de estos, y son la causa de la mayoría de efectos negativos, entre los cuales se destacan la falta de capacidad de concentración a largo plazo en las actividades cotidianas, los problemas de relación con el entorno familiar y social, lo que puede llevar a una serie de consecuencias adicionales, entre ellas la aparición de conductas obsesivas y una sensación de soledad. En las personas adictas a los videojuegos se producen importantes consecuencias con efectos negativos como el aislamiento social, pérdida de interés en otras actividades, síntomas ansiosos e irritabilidad. Igualmente, se presentan rasgos de personalidad como neuroticismo, que hace referencia a la inestabilidad emocional; tendencias esquizoides, que trata de la dificultad de entablar relaciones sociales y tendencias al aislamiento; además la soledad e introversión, que se relacionan con la evitación de situaciones sociales.

Sin embargo, y desde un enfoque diferente a los antes mencionados, teniendo en cuenta que la actividad digital debe integrarse en las realidades tecnológicas de la sociedad, Sanchez y Benitez (2022), exponen que la utilización equilibrada de la tecnología y los videojuegos es necesaria para implementar medidas capacitadoras que favorezcan y erradiquen posibles inconvenientes. Así, desde un punto de vista no patologizante, consideran que las capacidades relacionadas con los videojuegos son axiomáticas para el mundo real y cuya gestión eficaz integra un eje predictor esencial para la adaptación social.

En esa misma dirección, y teniendo en cuenta la diversidad de consolas que cuentan con detector de movimientos corporales por medio de los controles, haciéndolos más dinámicos, Jimenez et al. (2023) argumentan que los videojuegos activos (VJA), denominados exergames, combinan en un espacio interactivo la tecnología con la actividad física y el uso de este, reduce la tensión, incrementa la autoestima, disminuye la confusión mental y mejora la memoria, impactando

de forma positiva en el estado anímico. Es así mismo que este tipo de videojuegos, son de suma utilidad para planear estrategias como alternativa que faciliten a las personas mantener un estilo de vida físicamente activo.

De hecho, (S. Lopez et al. 2022) señalan que existen múltiples estudios que han demostrado los efectos positivos de los videojuegos en la mejora de la percepción visual, lo que permite a los jugadores procesar y responder a estímulos visuales con mayor rapidez, favoreciendo la capacidad de los jugadores para razonar y resolver problemas, y que, por último, pueden mejorar las funciones ejecutivas, como la atención, ayudando a los jugadores a mantener el enfoque y desarrollar varias tareas de manera efectiva.

De la misma forma, el sector de los *eSports*, también conocidos como deportes electrónicos, han ido incrementándose velozmente a nivel global en los últimos años. Según García y León (2022) los *eSports*, se definen como un juego competitivo organizado de videojuegos específicos, los cuales pueden ser jugados de forma amateur o profesional, presencial u online, y la modalidad del juego, puede ser individual o por equipos, frente a una pantalla de un ordenador, móvil o consola. Los *eSports* también se consideran como una actividad de rendimiento humano con un alto contenido psicológico (psicomotricidad, concentración, toma de decisiones, confianza, motivación, tolerancia a la frustración, etc.), siendo fundamental combinar la mejora del rendimiento con el cuidado de la salud. La profesionalización de los *eSports* ha generado la creación de torneos internacionales, donde los jugadores siguen regímenes de entrenamientos rigurosos que incluyen ejercicios físicos y mentales para un rendimiento óptimo dentro de las competencias.

Por lo tanto, y siguiendo la línea de los aspectos positivos de los videojuegos, Carbonell (2020a) aporta que estos pueden ejercitar diferentes habilidades, implicar la interacción social en los más jóvenes y fomentar la conducta prosocial. Además, la mayoría de los análisis que exploran la percepción y la cognición espacial en los videojuegos de acción, concluyen que este tipo de juego genera beneficios del comportamiento como la velocidad de procesamiento y la flexibilidad cognitiva, así como un mejor control consciente de la atención y habilidad para el cambio y desarrollo de tareas.

Las adiciones tanto a sustancias como al juego, comúnmente coinciden con otras enfermedades mentales, por tanto, en la práctica clínica puede ser un reto determinar si las conductas adictivas son un precursor o un resultado de otros trastornos, o si ocurren como una

patología principal, junto con otras psicopatologías. Así pues, y teniendo en cuenta las divergencias de los autores ya mencionados al abordar el tema de los videojuegos como una actividad adictiva o de aprendizaje, se llega a la siguiente pregunta de investigación ¿Cómo influyen los videojuegos en la salud mental de la población infantil?

2. Justificación

El aumento constante de los videojuegos entre la población infantil ha generado un debate significativo entre los investigadores y profesionales de la salud mental. Mientras algunos estudios destacan los beneficios cognitivos y sociales de los videojuegos, como a la mejora de la coordinación, la resolución de problemas y la colaboración en equipo, otros señalan posibles efectos negativos, incluyendo el aumento de agresividad, el aislamiento social y la adicción. Dada esta divergencia de opiniones, es fundamental realizar una investigación exhaustiva que explore los efectos de los videojuegos en la salud mental de los niños. Esta investigación no solo permitirá identificar los posibles riesgos o beneficios asociados con el uso de los juegos, sino que también proporciona una base sólida para desarrollar estrategias de intervención que permitan comprender los factores que influyen de forma relevante en el uso de estos.

3. Objetivos

3.1 Objetivo general

Identificar los efectos del uso de los videojuegos en la salud mental de la población infantil.

3.2 Objetivos específicos

- Describir la evolución y características de los juegos y videojuegos
- Rastrear la influencia de los videojuegos en el desarrollo cognitivo de los niños.
- Determinar los efectos de la adicción sin sustancia y su relación a los videojuegos

4. Marco teórico

Para este trabajo se entenderá por juego lo planteado por Huizinga (1972/2007) quien aporta que este, es ante todo una actividad libre, un juego impuesto, no es realmente un juego. En esencia todos los rasgos fundamentales del juego, se hallan presentes en los animales, basta con observar jugar dos caninos para evidenciar cómo se invitan mutuamente para correr y saltar. La libertad no está presente en los animales jóvenes ni en los niños, ellos juegan porque sus instintos se lo dictan y porque el juego es primordial para el desarrollo de sus habilidades físicas y selectivas. Cualquier juego puede captar completamente la atención del jugador en cualquier momento, el juego puede volverse algo serio y lo serio puede convertirse en juego. Esto sugiere, que los juegos tienen la capacidad de involucrar profundamente a los jugadores, hasta el punto de que lo que comienza como una actividad lúdica, puede transformarse en algo serio.

En cuanto al concepto de videojuegos, Wolf (2005) apunta que en la actualidad los videojuegos son considerados de muchas maneras diferentes, desde herramientas de trabajo hasta formas de entretenimiento se les ve como narraciones, simulaciones, performance, remediaciones (Transiciones de un medio a otro) y arte. También se consideran herramientas educativas potenciales, y objetos de estudio en la psicología del comportamiento. Además, no solo se utilizan para el entretenimiento personal, sino que también se han convertido en plataformas para la interacción social. Esto significa que a través de los videojuegos las personas pueden conectarse, comunicarse y colaborar con otros jugadores, ya sea en línea o en persona. Los videojuegos actúan como juguetes, proporcionando diversión y entretenimiento, ayudando a los usuarios a relajarse y desconectar de su rutina diaria.

El concepto de desarrollo cognitivo, según Piaget (1972) se explica en la evolución de los procesos mentales, que tiene lugar a la adquisición de la información sobre el mundo y la creación de conocimientos, como la percepción, la capacidad de resolución de problemas, y capacidad de razonamiento, entre otros. Aduce que los conocimientos contenidos en la mente, no solo se producen por el entorno externo (hipótesis ambientales), sino por aportaciones tanto internas como externas, en el que el niño no solo se condiciona a recibir de manera pasiva la influencias que experimenta de forma externa. Mas bien, es un ser activo que explora e interactúa con el entorno que lo rodea.

En lo que se concibe como adicciones sin sustancia, Sirvent (2023) en su investigación sobre las adicciones comportamentales, aduce que el tiempo que se emplea en determinada actividad, no debe ser considerado como una adicción, ya que lo que matiza la adicción, son las consecuencias para el sujeto como para sus vínculos cercanos; es decir que un hábito o una manía compulsiva no son necesariamente adicciones. Se puede abusar de un comportamiento de forma continuada sin llegar a la pérdida de control y dependencia. Para inferir que hay una adicción, debe haber efectos nocivos que interfieran en las esferas vitales: psicológica, social y biológica, donde el sujeto tiene anulada la voluntad de controlar el comportamiento adictivo. Por consiguiente, este autor define la adicción como hábitos comportamentales capaces de originar placer y/o alivio, que por medio de su reincidencia se convierte en una dependencia física y psicológica con afectación social.

5. Metodología

5.1 Enfoque

El presente trabajo, se encuentra basado en el enfoque interpretativo, el cual según Pelz (2022) es utilizado para recopilar datos en la investigación representativa, utilizando una variedad de técnicas. Es mediante la técnica de documentación, donde los documentos externos e internos, como artículos periodísticos, sitios web, informes anuales, entre otros pueden ser utilizados para profundizar el fenómeno de interés o para corroborar otras evidencias. Además, Gomez (2011) señala que “la investigación documental tiene un carácter particular de dónde le viene una consideración interpretativa. Intenta leer y otorgar sentido a unos documentos que fueron escritos con una intención distinta a esta, dentro de la cual se intenta comprenderlos.” (p.230).

5.2 Tipo de estudio

El estudio metodológico desarrollado para esta investigación, fue el cualitativo, el cual según Monje (2011) plantea que los investigadores se acercan a un sujeto real, que puede proporcionar información sobre sus propias experiencias, opiniones, valores, etc. A través de métodos como las entrevistas, las historias de vida, el estudio de caso o análisis documental, el investigador puede fundir sus observaciones con las observaciones aportadas por los otros.

5.3 Estrategia Metodológica

La estrategia metodológica que se llevó a cabo fue el Estado del arte, dado que el propósito de esta investigación fue realizar un análisis detallado de la literatura existente sobre, cómo los videojuegos afectan la salud mental de los niños. El estado del arte, es una técnica que revisa y organiza la información teórica de una investigación y se centra en el problema, los objetivos, la metodología y los resultados, esperados, resaltando el objeto de estudio, evaluando las principales tendencias encontradas durante la revisión bibliográfica. Urbina y Morel (2017).

5.4 Recolección de información

La técnica de recolección de datos se realizó a través de la Matriz Bibliográfica y de Contenido, la cual está orientada en una propuesta del grupo de investigación de la Universidad de Antioquia Psyconex: Psicología, Psicoanálisis y Conexiones. Se trata de un instrumento en Excel que contiene el registro de todos los textos relevantes para el estudio. Posteriormente, se aplicaron filtros a esta matriz para seleccionar los textos más pertinentes asegurando que solo incluyan los más relevantes. La matriz también se utilizó para resumir y reseñar los textos facilitando el acceso y la comprensión de la información de manera práctica y accesible (Gomez et al., 2015). Como fuentes de búsqueda, se utilizó el catálogo de recursos de información digital y electrónico de el sistema de bibliotecas de la UdeA y el motor de búsqueda Google Academic. Fueron seleccionados, en su mayoría, los artículos e investigaciones publicados en los últimos seis años y los textos escritos en español, en las bases de datos: Dialnet, DOAJ, Eric-libre acceso, Redalyc, Scielo.

5.5 Proceso de análisis

El proceso metodológico se desarrolla con base en lo propuesto por Gomez et al (2015). La primera fase, es *la planeación* en la establecen las pautas académicas para la realización de la investigación, precisando el tema a investigar, y se realiza una primera búsqueda documental donde se eligen algunas fuentes relacionadas con el tema. Con el análisis de estos primeros textos, se enfoca el tema de investigación, que le brinda al investigador la posibilidad de pasar de un tema a un objeto de investigación. Al tenerlo, se puede construir la pregunta guía, los objetivos, la justificación y las categorías de búsqueda, los criterios para la selección de la muestra y la elección de los centros documentales por revisar.

La segunda fase, es *el diseño y gestión*. En esta fase se establecen la población, la muestra, las categorías de análisis y se realiza la lectura lineal. La población, se adquiere con la utilización de la matriz bibliográfica. Desde la fase anterior, se generan unas categorías de búsqueda, con las que se ingresa a las unidades de información documental, ya sea física o virtual, y se seleccionan todos los textos que se encuentren bajo la categoría de búsqueda.

La tercera fase, corresponde al *análisis, elaboración y formalización*. El análisis es la lectura de los textos. Se vuelve a la matriz analítica de contenido, se selecciona una categoría y se

leen todas las frases extraídas que le correspondan. Se trata de un análisis global. Se compara entre un texto y otro las similitudes, diferencias, coyunturas, tendencias y todo tipo de información que sea útil para la investigación.

5.6 Unidad de análisis

Relación entre videojuegos y salud mental en la población infantil

Categorías de análisis

- Juegos y videojuegos. Esta categoría se centra en analizar como a través de los juegos tradicionales el niño comienza a desarrollar sus pensamientos y habilidades sociales. Igualmente interioriza como los videojuegos, pasaron de ser un simple entretenimiento a convertirse en herramientas para la salud, trabajo, y aprendizaje.
- Influencia en el desarrollo cognitivo. Esta categoría analiza cómo los videojuegos pueden influir en las habilidades cognitivas de los niños, tanto de manera positiva como negativa.
- Adicción a los videojuegos. Esta categoría explora la adicción a los videojuegos como una forma de adicción sin sustancia, causas y síntomas.

5.7 Consideraciones éticas

Esta investigación de tipo monografía se ajusta a unos principios y criterios éticos, en consecuencia, es pertinente basar este proceso investigativo en una serie de normativas, como son la Resolución 8430 del Ministerio de Salud de Colombia (1993), un ejemplo es el Artículo 5. “En toda investigación en la que el ser humano sea sujeto de estudio, deberá prevalecer el criterio del respeto a su dignidad y la protección de sus derechos y su bienestar” (p. 2)

A esto se añade, la Resolución Rectoral 47765 del 15 de marzo de 2021 de la Universidad de Antioquia, que vela por los aspectos éticos de la investigación que se reflejen en las normas y prácticas investigativas. Teniendo en cuenta estas normativas, la investigación se orienta desde una postura ética y legal, con el respeto a los participantes y lectores.

6. Capítulo I

6.1 El juego y los videojuegos

El juego es una actividad que se da desde la infancia de forma innata por lo cual no se requiere de un aprendizaje o una experiencia previa para que un niño juegue, ya sea de forma individual o colectiva, de forma física o con objetos. De hecho, Calvo y Gómez (2018) manifiestan que a lo largo de la historia, desde la antigüedad hasta la actualidad, el juego y el aprendizaje han estado estrechamente relacionados con numerosas teorías y escuelas de pensamiento que consideran el juego como una base ideal para el aprendizaje, siendo el juego una constante en la vida del ser humano.

Estas teorías según Calvo y Gomez (2018) comienzan desde el periodo paleolítico, donde mediante el juego los hombres desarrollaban unas manifestaciones acerca de la cultura como la moral, el derecho o la enseñanza. Destacan, que el juego en grandes culturas como Grecia y Roma, ayudaban en el desarrollo físico. Para los griegos el juego sigue unas normas que contribuyen a la educación moral del ciudadano, al desarrollo de un espíritu creador y fomenta el trabajo colaborativo. En Grecia, el juego inspiraba las competiciones y estaba vinculado al culto de los dioses, por ejemplo, los juegos olímpicos se instauraron como una importante celebración religiosa que se realizaba cada cuatro años. Por su parte, en Roma, el juego tenía el papel de liberar las mentes y se convertía en una recompensa, después de un arduo trabajo. Para los romanos el juego estaba presente en su habitual rutina, en el ámbito político y religioso, siendo representativos los circos y los teatros, etc.

En consonancia con lo anterior, Rizzo (2023) manifiesta que el juego se considera fundamental en el desarrollo psicofísico de los niños desde sus primeros años, incidiendo en el desarrollo de las funciones afectivas, relacionales e intelectuales. A partir de estos, los niños comienzan a explorar el mundo y a desarrollar sus habilidades y representar roles, igualmente liberan emociones y aprenden a vincularse con sus pares. Igualmente, Calvo y Gomez (2018) mencionan que Platón y Aristóteles, impulsaban a los padres a proporcionar a sus hijos juguetes que favorecieran su desarrollo mental. De acuerdo con los autores, Aristóteles se interesó por los problemas educativos y sugirió que, hasta la edad de cinco años, no es conveniente orientar a los niños al estudio o a trabajos forzados, para no obstaculizar su crecimiento, que se les debe permitir

moverse para evitar la inactividad física. Dicho ejercicio puede lograrse de varias maneras, especialmente a través del juego.

Aunado a lo anterior, Olmeda et al. (2018) indican que, en la cultura griega, la palabra utilizada para describir los juegos, era la combinación de paidí que significa niño y paideia que se refiere a la educación o entrenamiento. Esta combinación de términos sugiere que los juegos no solo son actividades recreativas, sino también herramientas educativas. Por ello, Platón, reconoció la relación entre el juego, la infancia y el aprendizaje, destacando su importancia en el desarrollo de los niños hacia la adultez. En Grecia, el disfrute de los juegos se encontraba en las actividades de ocio como deportes, paseos, música, teatro, cenas y baños. La participación en esas actividades era un privilegio reservado solo para los ciudadanos, en contraste, el trabajo era una actividad realizada exclusivamente por esclavos.

Mena et al. (2020) aporta que los juegos en la primera infancia generan beneficios, entre los cuales se destaca la creación de un sentimiento verdadero de sí mismo y del otro, también permite un acercamiento a las primeras ideas sobre el lenguaje y el mundo físico, favoreciendo el desarrollo de habilidades sociales y de reflexión. Prieto (2010, citado en Andrade, 2020) declara que la mayoría de los autores coinciden en que el origen del juego se encuentra en el comportamiento lúdico de los animales, y evolucionó en el hombre hacia una estructura superior integrada, que incluye componentes utilitarios y creencias ritualizadas en aquellas actividades de gran trascendencia para el grupo, que finalmente evoluciona y forma parte de la cultura, manifestándose en los juegos tradicionales.

Torres (2002) considera que a través del juego se realizan actividades casi universales, presente en todas las épocas, culturas y condiciones de vida. A lo largo de la historia, los gustos y costumbres en todo el mundo han evolucionado junto con los avances en ciencia y tecnología. Sin embargo, hoy en día es común observar a los niños de cualquier parte del planeta, jugando con un objeto de madera, plástico, metal u otro material y representarlo con un carro. El juego no solo es una manifestación cultural, sino también una herramienta crucial para el desarrollo cognitivo y social de los niños ya que, a través ellos, exploran su entorno y desarrollan habilidades motoras y cognitivas, aprendiendo a interactuar socialmente; además, el juego fomenta la creatividad y la imaginación, permitiendo a los niños experimentar diferentes roles y situaciones.

En convergencia a lo anterior, Simbaña et al. (2022) exponen que el juego no tiene una definición clara y única, ya que su significado depende de diversos factores, como la época, la

cultura, el contexto y el enfoque. Por lo tanto, no existe una definición universalmente aceptada. Sin embargo, es evidente que el juego es una actividad inherente a los seres humanos, especialmente, relevante en los niños.

Andrade (2020) señala que hay diferentes clases de juego que divide en: *Juegos sensoriales*, que son los que están relacionados con la capacidad de sentir y estimular la sensibilidad en los centros comunes de todas las sensaciones; *Los Juegos Motores*, son innumerables, algunos desarrollan la coordinación de movimientos, como los juegos de destrezas, juegos de mano, juego de pelota. Otros juegos como las carreras y los saltos, fomentan la agilidad y la rapidez; y *Los Juegos Sociales*, cuyo objetivo es promover la cooperación, y el trabajo en grupo.

Contrario a las teorías que manifiestan que el juego es una actividad placentera y de entretenimiento, Vygotsky (1979) expone, que no es correcto definir el juego como una actividad placentera para los niños, toda vez que existen otras actividades que pueden proporcionar más placer que el juego, por ejemplo, succionar un chupete. Algunos juegos no son placenteros por sí mismos, el placer puede depender del resultado del juego: por ejemplo, en los juegos deportivos, el disfrute puede darse por ganar una habilidad específica. Sin embargo, estos juegos también pueden causar frustración o disgusto si el niño no tiene el resultado deseado. Esto es especialmente relevante al final de la etapa preescolar y al inicio de la escolar, cuando los niños comienzan a participar en juegos competitivos y experimentar tanto el éxito como el fracaso.

De igual forma desarrolla la teoría de la zona del desarrollo próximo, en la cual Vygotsky (s,f, citado en Gonzalez et al. 2014) aporta que el juego temático de roles sociales es esencial para el desarrollo infantil. En este tipo de juego, el niño actúa por encima de su nivel habitual cuando un adulto le ayuda a asumir diferentes roles, lo que amplía su zona de desarrollo próximo. Puesto de esta manera, el juego de roles se convierte en una actividad transitoria que evoluciona de ser compartida dependiente a ser realizada de manera independiente. Rodriguez (2015) adiciona a esta definición clásica de la zona de desarrollo próximo, dos características primordiales. La primera, la situación social del desarrollo, que destaca la función del contexto en que se da la formación para que ocurra el desarrollo. Y la segunda, la vivencia, que se relaciona con la atribución de sentido subjetivo a la experiencia en ese contexto.

En lo que se refiere al componente imaginario, Vygotsky (1979) aporta que el juego se describe como un mundo ilusorio e imaginario, donde los deseos que no puedan realizarse, encuentran su espacio. La imaginación es un proceso nuevo para los niños, y no está presente en la

conciencia de los más pequeños, y es completamente ajena a los animales. De esta forma, se puede decir que la imaginación permite a los niños crear y explorar mundos ficticios, lo que es una forma específicamente humana de actividad consciente. En este campo de la imaginación se puede afirmar que no hay juego sin reglas, cualquier situación imaginaria es en un juego que incluye ciertas normas de conducta, aunque no se expresen explícitamente. Para los niños y los adolescentes la imaginación es un juego sin acción, que esta precedido por reglas que se dan al final de la etapa preescolar y continúa durante toda la edad escolar.

Sanchez et al. (2020) señala que la teoría del desarrollo próximo de Vygotsky, introduce unos principios teóricos que dentro de su teoría sintetiza tres puntos de partida; *primero*, la psicología infantil que tiene un origen social; *segundo*, el desarrollo de los procesos psicológicos que se manifiesta en la actividad, será la actividad y *tercero*, la condición y el modo en que se pueda dar cuenta de la operación de los procesos cognitivos. Vygotsky (1979) propone el juego como actividad rectora, punto de partida el desarrollo y control de los procesos psicológicos, es decir, el juego será principalmente el medio práctico, del cual el desarrollo social, afectivo e intelectual del niño, se torna involucrado con dimensiones cognitivas superiores como el lenguaje.

De igual forma, García (2023) aporta que, por medio de un juguete, el terapeuta puede observar y fomentar, las habilidades y comportamientos que reflejan las ocupaciones de los adultos. Esto significa que la niña o el niño, al emular ocupaciones de los adultos, satisfacen sus intereses mientras aprenden de su entorno y dominan habilidades y comportamientos que van a requerir en la adultez. En muchos de los juegos de los niños, se observa el juego de roles, en los que son más comunes: hacer el papel de papá, mamá, policía, doctor, etc. Desde una perspectiva más analítica, por medio de la interacción con los juguetes como muñecas y herramientas de plástico, se permite el aprendizaje de partes del cuerpo, roles, desarrollo de destrezas motoras y procesamiento de información en la que se practican actividades básicas de la vida diaria y se experimenta la interacción social.

Así también Garvey (1977) manifiesta que el filósofo inglés, Herbert Spencer, al observar en cachorros de diferentes especies, características universales de muchos comportamientos lúdicos, como saltar, correr, luchar, hacer piruetas, etc., y mostrar signos de placer sin un propósito aparente de utilidad, establece la hipótesis de que estas formas intensas de juego podrían deberse a una manera de gastar el exceso de energía, puesto que la acumulación de esta surge como producto normal de un sistema nervioso vital y que debe descargarse. Cuando no existen exigencias de

supervivencia como la lucha, caza o emparejamiento, la exuberancia de energía se gasta en actividades que demandan movimientos corporales.

Por otro lado, Piaget (1961/2004) expone que la actividad lúdica es la conducta del juego simbólico, en la que se utiliza la capacidad mental para recrear escenarios como forma de diversión. En este tipo de juegos, la asimilación prevalece en la relación con el significado de las cosas, no solo se asimila la realidad, sino que también se puede imaginar o transformar para revivirla o dominarla. Por ejemplo, se puede crear un escenario que represente un salón de clases donde el niño recrea su propia vida, expresa sus deseos, fantasías y ansiedades. Además, el juego implica muchas actividades de comunicación, imitación y movimiento entre objetos. Dependiendo del desarrollo del niño se pueden identificar diferentes tipos de juegos: Juegos de ejercicio, juegos simbólicos y juegos con reglas.

En el libro titulado el criterio moral en el niño, Piaget (1932/1984), consigna cómo el niño en el juego de las canicas asimila las reglas de juego, jugando al cuadrado. En dicho juego, se dibuja un cuadrado en el suelo y se colocan algunas canicas dentro de él. El objetivo del juego es lanzar otras canicas desde una distancia para sacarlas del cuadrado. En las reglas de este juego se constituye una realidad social, independiente de los individuos y que se transmite de generación en generación como un lenguaje. Desde el punto de vista de las prácticas de las reglas, se identifican cuatro estadios sucesivos: Un primer estadio, durante el cual el niño *manipula los objetos* en función de sus propios deseos y costumbres motrices. Segundo estadio es el *egocéntrico*, aunque los niños jueguen juntos, siguen jugando cada uno para sí. Tercer estadio se denomina *cooperación naciente*, este se presenta hacia los 7 u 8 años, cada niño intenta dominar a sus vecinos, y surge la preocupación por el control mutuo y la unificación de las reglas. Finalmente aparece un cuarto estadio llamado *codificación de las reglas*, que se presenta entre los 11 y 12 años, donde todas las partidas quedan subsumidas al código de unas reglas conocidas por toda la sociedad.

El juego cuenta con un sin número de características, que según Mora (2016) se puede abordar desde varias perspectivas: como una actividad libre, sujeta a la imaginación, en las que se puede potenciar la lógica y conocer la realidad, caracterizada por una experiencia cultural en la cual se establecen normas y se realizan descubrimientos. Bruner (1983) consideraba que los juegos en la niñez son un elemento básico y el deleite de la inmadurez humana, puntualizando que estos dependen en gran medida del uso e intercambio del lenguaje, contribuyendo así a la interacción del niño con el adulto. Es así como cada uno de los juegos representa para los niños y sus padres una

forma de vida con un contenido propio, en la cual el niño aprende a concentrarse de forma secuencial, conservando en su mente las estructuras lógicas del juego, donde se da una realidad constitutiva que esta complementada por la vocalización que proporciona una estructura formal, en donde se enriquece el lenguaje, facilitando una oportunidad de aprendizaje.

6.2 El juego como herramienta de aprendizaje

Dentro de un contexto escolar, es donde los niños trascurren la mayor parte del tiempo, y por tanto donde adquieren conocimientos y habilidades, emergiendo allí una diversidad de comportamientos y conductas, entre ellas la interacción con sus pares, principalmente durante el desarrollo del juego. Uribe (2023). Además, este contexto académico ofrece un espacio estructurado donde los niños pueden poner en práctica sus habilidades emocionales y sociales, que les permita aprender a trabajar en equipo y resolver conflictos.

De acuerdo a Buckley et al. (2017, citado en Ormazabal et al. 2023) el juego implica experimentar, fracasar, cometer errores y eventualmente, tener éxito ante la práctica, el aprendizaje, la reflexión y la experiencia. Eludir el fracaso no es el objetivo, sino desarrollar una actitud positiva hacia él. Las intervenciones educativas que incorporan el juego, buscan sostener esta actitud positiva a través de ciclos rápidos de retroalimentación. No obstante, a pesar de los beneficios de incluir el juego en la educación, existe una brecha considerable entre la teoría y su aplicación efectiva en el aula.

Teniendo en cuenta lo ya he mencionado, el juego infantil se ha concebido como una actividad fundamental en el desarrollo humano que no solo proporciona entretenimiento, sino también oportunidades para el aprendizaje y la socialización de los juegos tradicionales como los juegos de mesa y los deportes, los cuales han permitido a los niños desarrollar habilidades cognitivas y sociales en un entorno lúdico. Con el avance de la tecnología, estos juegos han evolucionado hacia formas digitales, dando origen a los videojuegos. Esta transición del juego físico a digital, ha abierto nuevas posibilidades y desafíos en el ámbito del desarrollo infantil. Razón por la cual, se pasará a hacer una caracterización de los videojuegos, analizando aquellos aspectos que se relacionan con lo ya abordado sobre el juego y esas particularidades que distan de enmarcarlos como un simple entretenimiento.

6.3 Videojuegos

En esencia un videojuego se compone de mecánicas y reglas que permiten la interacción, junto con la animación y las expresiones visuales de esas acciones. Del mismo modo, casi siempre incluye una narrativa de forma ficticia o real, que establece los roles y el contexto. Los videojuegos, son dispositivos que permiten crear historias, en donde la tecnología ha introducido la interactividad y la creación de mundos virtuales, lo que ha incitado cambios en la percepción del tiempo. Por ejemplo, las narrativas de ciencia ficción se pueden ver como la materialización de utopías futuras, con las que los jugadores pueden interactuar a través del juego. Acevedo y Ortiz (2021).

Según Ortiz y Cardona (2020) un primer concepto inicial de los videojuegos, “es que tiene un origen en el ocio y en el propósito que encierran los primeros videojuegos comerciales: divertirse.” (p.4). A la vez, Gonzalez (2014) indica que los videojuegos “son imágenes animadas interactivas acompañadas de un ambiente sonoro y de una interface. Todo juego electrónico con objetivo esencialmente lúdico que, sirviéndose de la tecnología informática, se presenta en diversos soportes.” (p.27).

La gran expansión que los videojuegos tienen en la actualidad, conlleva a la transformación de los ámbitos en que vivimos, y suelen constituirse en el primer contacto de un sujeto con la informática, por ende, la forma de ver el ordenador como una herramienta de aprendizaje facilita la interacción que incita a participar e imaginar activamente, dejando a un lado las preocupaciones de la vida cotidiana. Ontiveros et al. (2022) aportan que la interacción con los videojuegos activos, hasta dos horas por semana, producen una mejora significativa en el desarrollo motriz del niño, lo que traduce una motricidad gruesa enriquecedora.

Así mismo, Marin et al (2020) plantean que los videojuegos son la articulación entre lo que se entiende como juego y las tecnologías de la información y la comunicación, siendo uno de los pasatiempos más practicados por las personas hoy en día. Incluso en el proceso de enseñanza y aprendizaje, contribuyen a una nueva visión del ámbito académico, donde el estudiante, observa y comprueba que aquellos elementos digitales presentes en la cotidianidad, tienen un valor más allá que un simple entretenimiento. Con respecto a lo enunciado, Espinar (2023) afirma que los videojuegos se han transformado como símbolo del avance tecnológico contemporáneo, ya que escasos sectores evolucionan tan drásticamente en forma rápida y con tanta fuerza. Con el trascurrir

del tiempo lo que comenzó como una actividad simplemente recreativa ha ganado trascendencia en la sociedad y comienza a apreciarse como un objeto cultural y un medio de manifestación artística. Los videojuegos han acrecentado su evolución, pasando de ser un común pasatiempo, a convertirse en un arte, un deporte, un medio para describir historias y una herramienta en los procesos de aprendizaje.

Por otra parte, Sanches y Benítez (2022) consideran que los videojuegos desde el inicio tuvieron un origen más recreativo puesto que fueron un medio alternativo de las primeras computadoras utilizadas en el ámbito militar o científico. Estos inicios de entretenimiento de los videojuegos y aparentemente minoritarios han ido evolucionando con el paso del tiempo, adquiriendo una magnitud de masas que abarca todos los rangos etarios y ámbitos sociales. Por tanto, se distinguen por sufrir una repercusión particularmente intensa, especialmente en los usuarios más jóvenes, siendo los más expuestos en el desarrollo del ciclo vital humano por ser considerados los nativos digitales. La exposición desmesurada, y compulsiva a los videojuegos de aprendizaje, de disfrute o de experiencia vital, puede disparar los niveles de consumo saludable y, a la postre, generar un problema significativo en su particular proceso de desarrollo personal.

Melfi (2018) menciona que lo que se recrea mediante el juego es una realidad alternativa, imaginaria, en la cual el sujeto se libera de su situación real y comienza a actuar de acuerdo a sus impulsos internos. En el caso de los videojuegos la situación imaginaria se recrea a partir de un contexto más definido, puesto que se planifican situaciones que cubren una mayor significación. Por lo tanto, cuando se introducen videojuegos con contenido de guerra, se incluyen una serie de reglas y significados que buscan crear una narrativa lógica e imaginaria, capaz de modificar la percepción que tienen los niños sobre la violencia. Tienen como objetivo construir una representación estratégica de la amenaza y el enemigo, configurando así una nueva percepción cognitiva en la que una muerte extrajudicial puede parecer algo normal.

Rizzo (2023) manifiesta que en las primeras generaciones la interacción de los individuos con los juegos, tenían como objetivo ganar, para subir de nivel, a diferencia de la generación actual, donde los juegos ofrecen una progresión casi ilimitada en el juego, y no solo es importante ganar o perder, sino vivir una experiencia narrativa, sumergiendo al jugador dentro de una historia, en la cual se explora y transmite la experiencia de socializar con otros jugadores. Con la llegada de las consolas y la gran expansión de dispositivos inteligentes, se puede evidenciar la variedad de juegos, como juegos de estrategia, juegos de rol, juegos deportivos, juegos de lógica, etc.

Fernández et al. (2022) infieren, en sus resultados de investigación, que la edad de inicio del uso de los videojuegos se ubica entre los 5 y 10 años de edad, siendo el móvil el dispositivo preferido para jugar, seguido de tablets y computadoras, encontrando una relación directa de los factores de riesgo, relacionadas con la baja autoestima, el bajo rendimiento académico, y el pobre desarrollo de habilidades sociales, entre otros. Igualmente.

Por su parte, (S. Lopez, et al. 2022) parten de la premisa de no satanizar el uso de los videojuegos, aduciendo que el juego es una parte fundamental del ser humano, en especial en la infancia y la adolescencia, siendo clave en la obtención de habilidades, aprendizajes, normas sociales, roles de género, y relaciones interpersonales. Así, citan varios estudios, y entre ellos el de Kardefelt (2017), que indican la evidencia de pocos efectos positivos o negativos en el bienestar mental de los niños que hacen uso de videojuegos, por lo que señalan el fallo de patologizar un uso abusivo o sin supervisión de los mismos.

En esta misma línea, García et al. (2023) aportan, basados en la investigación de varios autores, en la comprensión del uso de videojuegos y el proceso de desarrollo emocional, el impacto positivo de estos encontrando que pueden contribuir al trabajo en equipo y la comunicación, especialmente en los juegos multijugador. Además, según los autores, los videojuegos proporcionan una evasión como forma de manejar el estrés y la ansiedad, donde el sujeto, al sumergirse en la virtualidad, puede experimentar emociones que lo ayuden a procesar sus propios sentimientos y a enfrentar conflictos de forma asertiva.

En consonancia con lo anterior, Yanguas et al. (2022) consideran que algunos videojuegos podrían ser utilizados como herramienta de rehabilitación cognitiva en población diagnosticada con TDAH, en los cuales se emplean la evolución de las ciencias cognitivas y de la salud como método de terapia psicológica. Estos autores, en su investigación sobre los videojuegos, enominados serios, por ser diseñados con fines educativos o de salud, coinciden en que a pesar de lo cuestionable de la relación entre videojuegos y TDAH, aquellos pueden producir mejoras significativas en la reducción de problemas de atención, memoria, control de impulsos, regulación emocional, funciones ejecutivas y habilidades visuales y motoras. Esto conduciría a mejoras en el rendimiento escolar y la interacción social.

Los videojuegos, han sido el objeto de estudio mas volátil y de moda, dentro de las nuevas teorías de los medios de comunicación, por ser los primeros en combinar el juego en tiempo real con un espacio diegético, es decir , la historia narrada que establece las relaciones temporales que

imitan la temporalidad humana real. Por lo cual, se reconoce su importancia por ser considerado una herramienta potencial para la educación y un objeto de estudio para la psicología del comportamiento (Wolf, 2005).

6.4 Características de los videojuegos

Es importante abordar diferentes características de los videojuegos, ya que, de acuerdo a estas, diferentes autores, argumentan sus posibles efectos en la salud mental. Hay que tener en cuenta que existen diferentes conceptos referentes a los videojuegos, según su función, tipo de juego y el modo en que juegan, tiene una denominación.

Videojuegos comerciales. El fin de estos es deleitar al jugador, provocando en él una serie de emociones que le ayudan a empatizar con la narrativa (Gutierrez, 2022). Estos videojuegos, según Rocío (2019) son clasificados desde diferentes perspectivas, siendo distinguidas por los jugadores como: plataformas de rol, juegos de acción, simulación y perspectiva en primera persona. Igualmente contienen una narrativa que se va desarrollando en el juego a medida que el jugador va avanzando, animándolo a construir o deconstruir la temática en función de sus circunstancias. Por medio de la interactividad con el videojuego se distinguen tres categorías importantes en su carga narrativa: *Narrativa superficial*, se refiere al peso de su funcionamiento en las mecánicas (juegos de acción, plataformas, de rol, etc.). *La narrativa asociada a la literatura*, que se apoya y desarrolla recurriendo a estructuras temáticas (fantasía, terror, aventura, etc.). *La narrativa introspectiva*, en la que el jugador se sumerge en el juego y construye la historia, idea estrategias, toma decisiones y sienta como propias las consecuencias de sus actos en el juego.

Videojuegos online. Sirve como espacio de interacción entre personas de diferentes partes del mundo. Los juegos online, fueron creados en el año 1999, bajo la denominación de Massively Multiplayer Online Game o videojuegos multijugador masivo en línea (MMOG), y acoge cientos de jugadores en tiempo real. Los juegos multijugador, han mostrado un proceso natural de socialización y la formación de comunidades, que trascienden la limitación de la pantalla, definiéndose a partir de las actividades y prácticas que los jugadores realizan. Luna (2021).

Videojuegos eSport. También denominados como deportes electrónicos. Según Muñoz y Pedrero (2019) son torneos de videojuegos organizadas por sus diseñadores, donde los jugadores compiten por premios y atraen un numeroso público, especialmente en eventos en vivo, a diferencia

de los videojuegos tradicionales que se limitan a un solo tipo de juego o disciplina. Los eSports abarcan una variedad de juegos y se han establecido como una forma legítima de competencia deportiva. Esto significa que los eSports han logrado un reconocimiento similar al de deportes tradicionales como el baloncesto y el fútbol y pueden involucrar tanto a jugadores individuales como a equipos, “Si bien los campeonatos de eSports no son ganados por la demostración de capacidades físicas, sí demandan mucho esfuerzo mental, disciplina y constante práctica, atributos que sí comparten con los deportes tradicionales.” (Luna, 2021, p. 57).

Videojuegos serios. Se definen como aquellos videojuegos creados con intereses específicos en el abordaje de la salud y la educación. Yanguas et al. (2022) indican que, aunque tienen objetivos distintos a los videojuegos comerciales, comparten características como los gráficos y la música, para hacerlos más o igual de llamativos. Incluso, se benefician del avance en las ciencias cognitivas y de la salud como las teorías del aprendizaje y la recompensa, y/o los desarrollos de tareas cognitivas utilizadas para la terapia cognitiva. De la misma manera, Garita et al. (2019) expresan que la definición de juego serio, en el año 1970, hacía referencia a simulaciones y juegos diseñados para contribuir a la educación, tanto fuera como dentro del entorno académico, sin incluir el concepto de videojuego, ya que esta industria aun no estaba incorporada. Años después, en 2002, el concepto de juego serio fue redefinido para conectar un propósito serio con el conocimiento y las tecnologías de los videojuegos.

Dicho lo anterior, a continuación, se mencionan diferentes tipos de videojuegos serios y sus principales características. *Los Edugame*, son los juegos de aprendizaje que permiten mejorar las competencias o adquisición de conocimientos en un área. Garita et al. (2019) exponen que “el aprendizaje se transfiere al jugador en forma de competición contra sí mismo o contra otros jugadores con un sistema de apremio/penalización que usualmente funciona como un método de evaluación” (p.104). Por su parte, los *Exergame o juegos activos*, proporcionan un entrenamiento cognitivo o físico. Según Tarrasón (2017) estos videojuegos están destinados a la realización de actividades físicas, y pretenden estimular la movilidad del cuerpo a través del uso de ambientes interactivos.

En esta misma línea, Jimenez et al. (2023) aportan en su investigaciones, la importancia de los videojuegos activos, ya que combinan en un espacio interactivo, la tecnología con la actividad física, resaltando que estos videojuegos cuentan con un sensor de movimiento corporal, y la mayoría de contenido en estos, tienen como referencia los deportes en diferentes disciplinas y el

baile, impactando el incremento de autoestima y el estado de ánimo, influyendo en las habilidades cognitivas. Los resultados de este estudio, sugieren que programar actividades físicas utilizando los VJA, brinda beneficios similares a la actividad física sin el uso VJA, aportando a la calidad de vida, a la autopercepción y la motricidad corporal.

Carbonell (2020b) aporta que los videojuegos desde su lanzamiento han sido objeto de desconfianza y recibido críticas por provocar trastornos del sueño, ataques de epilepsia; además de fomentar estereotipos de género y raciales que a su vez atribuyen el aumento de la violencia en el mundo occidental. Por esta razón, la industria de los videojuegos, los clasificaron en unas categorías que ayudan a los mayores a identificar su contenido (violencia, sexo, palabras soeces) con las siglas (PEGI) Pan European Game Information, que es un sistema de clasificación europeo del contenido de videojuegos.

Para el público de habla hispana, la plataforma de microsoft XBOX (s,f) también usa una información sobre la clasificación de juegos con siglas (ESRB), denominado Junta de Clasificación de Software de Entretenimiento.

Tabla 1

Junta de Clasificación de Software de Entretenimiento Xbox

ESRB	Clasificación de edad, según el contenido del videojuego
E	Son para todas las edades
E 10+	Para mayores de 10 años, tienen contenido de violencia leve.
T (adolescentes)	Para mayores de 13 años, contenido de violencia, humor vulgar.
M (Maduro)	para mayores de 17 años, contenido sexual, violencia y lenguaje soez.
ESRB	Clasificación de edad, según el contenido del videojuego
AO (Adultos únicamente)	Para mayores de 18 años, contenido explícito de violencia, sexual gráfico y desnudos.
RP (Clasificación pendiente)	En espera de la clasificación final, aparece en la publicidad, antes del lanzamiento.

Nota. Adaptado de Microsoft Xbox, s,f, (<https://www.xbox.com/es-CO/games/gameratings>).

Es de suma importancia la clasificación de estos videojuegos, ya que contribuyen de forma responsable, a la exposición del contenido que se puede enfrentar el niño al momento de jugar. Como se expuso a lo largo del capítulo, los juegos, tanto como los videojuegos proponen la interacción activa de sus jugadores para el progreso de las metas, ya sea individual o grupal. Po lo cual en el siguiente capítulo se abordará el impacto de los videojuegos en el desarrollo cognitivo de los niños. Según la Revista Consumer (2020) “algunos expertos insisten en que los videojuegos no son nocivos ni entrañan peligro perse. Admiten que, en caso de un mal uso, sí implican ciertos riesgos, pero jugar con responsabilidad puede tener efectos beneficiosos” (p.52).

7. Capítulo II

7.1 Desarrollo cognitivo y videojuegos

Teniendo en cuenta que el uso de los videojuegos comienza cuando los niños se encuentran en plena etapa del desarrollo de los procesos mentales que les permiten percibir, procesar y responder a la información del entorno; en el siguiente capítulo, se expondrá cómo los videojuegos influyen en el desarrollo cognitivo de los niños, analizando tanto los beneficios como los posibles riesgos.

Se puede definir “cognitivo” a los procesos mentales que permiten a los seres humanos percibir, procesar y responder a la información del entorno. Dichos procesos cognitivos son fundamentales para entender cómo funciona la mente humana y cómo se desarrollan las habilidades cognitivas. Según Flavell (1985) estos procesos mentales, incluyen percepción, atención, razonamiento, lenguaje, memoria y resolución de problemas, entre otros; que forman parte de las actividades y procesos psicológicos humanos. Por esta razón, el estudio del impacto de los videojuegos es un tema de especial interés, ya que son un agente socializador que dispone de una gran influencia en los valores culturales que van adquiriendo los niños y adolescentes.

Gardner (1988) define la ciencia cognitiva como un deseo contemporáneo, con interrogante epistemológicos de vieja data, en particular aquellos relacionados con la naturaleza del conocimiento y sus elementos componentes, extendiéndose a todas las formas de entendimiento. Esta ciencia se fundamenta en la idea de que es legítimo, e incluso necesario, postular un nivel separado de análisis conocido como el nivel de la representación, que incluye los símbolos, las reglas y las imágenes, dado que representan la materia prima de aquello que entra en la mente y que sale de ella, siendo esencial para explicar la amplia variedad de conductas, acciones y pensamientos humanos.

De acuerdo a lo expuesto, es necesario destacar la importancia de los procesos cognitivos del niño en torno al aprendizaje. De esta forma Piaget (1975/1998) aporta que, según la perspectiva funcionalista, se considera que todas las actividades mentales, y especialmente las relacionadas con la cognición, se originan de una inclinación innata a satisfacer diversas necesidades, consistiendo esta un equilibrio temporal y su satisfacción mediante una acción de reequilibrio. Es decir, la necesidad se convierte en interés, lo cual es una relación entre las necesidades del sujeto y las

características del objeto, convirtiéndose este en estimulante en la medida en que corresponde a la compensación.

Además, Beth y Piaget (1961) portan que todo sujeto normal, pensante y hablante, construye inferencias, comprende las de los demás y evalúa otras como falsas o verdaderas, no solo en lo que corresponde a su acuerdo con lo real, sino desde una perspectiva con cierta coherencia interna. Asimismo, desde el punto de vista del observador y no del sujeto, la vida mental se considera como un sistema de comportamientos o de conductas en el que se discierne el pensamiento interno, ya sea consciente o inconsciente, observándose ahora como interiorización de acciones con simbolización, posibles anticipaciones, etc.

Piaget (1972) a partir de su observación en los más pequeños, reflexiona acerca del desarrollo mental, convirtiéndolo en una de las teorías más significativas del desarrollo cognitivo, es decir de la mente y la inteligencia. Rechaza el concepto de que las estructuras mentales se puedan heredar y se transmitan de un individuo a otro, como si fuera algo innato e inamovible. También descarta la posibilidad de que la mente y los conocimientos se generen únicamente a partir del entorno externo. Por el contrario, propone una teoría organicista que valora tanto las contribuciones internas como las externas. En efecto el niño no solo recibe pasivamente las influencias externas, ni es simplemente un contenedor de ideas innatas. Más bien, es un ser activo que explora el entorno que lo rodea.

En esta misma línea, Bruner (1983) indica que los modos de actuar de los seres humanos no existen en sus genes sino en la cultura, existiendo algo en la mente o en la naturaleza humana que media entre los genes y la cultura, y que por tanto permite que la capacidad intelectual evolucione, siendo el lenguaje el medio de interpretación y regulación de la cultura en la que el niño entra en la escena humana. Es por tanto que muchos de los procesos cognitivos que surgen en la infancia se manifiestan actuando con base en actividades en relación a un objetivo. De esta manera, en los bebés, se distingue la necesidad de alimentación y cuidado activados por los adultos, lo cual permite una interacción recíproca, adaptándose al rostro de las personas y a contestar a las voces y gestos de estas. La principal herramienta que posee el bebé para lograr su fin es otra persona la cual también ayuda a la especificación y conocimiento que tiene respecto al entorno, y que permite que se desarrollen cuatro facultades cognitivas originales: disponibilidad de medios, transaccionalidad, sistematicidad y abstracción.

Vygotsky (1979) por su parte fue el primer psicólogo moderno en mencionar los procesos mediante los cuales la cultura se integra en la naturaleza del individuo. Según él, las funciones psicológicas son el resultado de la actividad cerebral, y amplió el concepto de mediación en la interacción entre el hombre y su entorno, al incluir el uso de signos en el lenguaje, los números y la escritura. Estos elementos inventados por las sociedades a lo largo de la historia, varían según la forma de la sociedad y su nivel de desarrollo cultural. Igualmente estaba convencido de que la internalización de estos sistemas de signos culturalmente elaborados provoca transformaciones conductuales y crea un vínculo entre las etapas tempranas y tardías del desarrollo del individuo.

Luria et al. (1986) argumentan que, en el desarrollo psíquico del niño, el ambiente y la educación no influyen automáticamente, esto se da con la ayuda de la imitación, guiada por los adultos. Tales factores proceden de distinto modo, según el nivel de desarrollo alcanzado por el niño, sus interacciones con el ambiente y los objetivos de sus actividades; lo que implica que las leyes del desarrollo infantil se dan tanto por influencias externas, como la familia, la sociedad y la escuela; como por la influencia de factores internos, como su genética, personalidad y experiencias previas. Estos factores determinan como el niño percibe, interpreta y responde a los procesos de aprendizaje.

7.2 Desarrollo de Habilidades Cognitivas

El desarrollo infantil es una parte fundamental de la evolución del ser humano, considerando que los primeros años de vida se forman a partir de la interacción entre el entorno en el que vive el niño y la herencia genética, tiene un rol central el aprendizaje, la conducta y la salud, tanto física como mental. Igualmente, Linaza (1990) indica que los niños desarrollan la personalidad, la manera en que entienden el mundo, los sentimientos, las emociones, la capacidad de autocontrol y la construcción de la autoestima, entre otros, en esos primeros años.

Rodríguez (2005) aporta que el concepto de habilidades, de forma generalizada, puede entenderse como las técnicas y modos de acción, divulgados para manejar situaciones y resolver problemas. Específicamente, las habilidades cognitivas son las capacidades que permiten al individuo ser eficiente y facilitan la interacción simbólica con su entorno y a su vez forman la base de lo que se podría llamar la competencia cognitiva del ser humano, entre esas habilidades se incluyen la capacidad de discriminar objetos y estímulos, formular problemas, identificar y

clasificar conceptos. Además, las habilidades cognitivas abarcan una amplia gama de procesos mentales que son esenciales para aprendizaje y la adaptación, estas incluyen la memoria, la atención, el relacionamiento, la resolución de problemas y la toma de decisiones.

Para Piaget (1964/1991) el niño con promedio de edad de siete años en adelante, realiza un giro decisivo en el proceso mental, toda vez que, en efecto, entra en uno de los aspectos más complejos de la vida psíquica, tanto de la inteligencia o la vida afectiva, como la actividad característicamente individual o las relaciones sociales, ya que la aparición de las nuevas formas de organización en los esquemas de conocimiento, complementan un equilibrio social e individual. Al desarrollar estas habilidades, los niños pueden intentar mejor el mundo que los rodea, resolver problemas de manera efectiva y establecer conexiones lógicas entre diferentes ideas (Celi et al., 2021).

Según Arce (2015) el desarrollo infantil se agrupa en tres esferas. La primera, es la *esfera física*, que refiere a los cambios orgánicos que ocurren tanto en el cuerpo como en los órganos internos. Abarcando todos los cambios biológicos y fisiológicos que los niños experimentan a medida que crecen, no solo en su parte física (estatura y peso), sino también en los cambios internos; los órganos y sistema del cuerpo, como el sistema nervioso, respiratorio y digestivo. La segunda, es la *esfera motora*, que se refiere a la capacidad de aumento en la realización de movimientos y su coordinación. Esta abarca dos áreas principales: la motricidad gruesa y la motricidad fina. La motricidad gruesa, implica movimientos grandes y coordinados que permiten al niño moverse y desplazarse, como caminar, correr y saltar. Y la motricidad fina, se refiere a movimiento más pequeños y precisos que requieren coordinación y control, como agarrar objetos, escribir y dibujar. La tercera, es la *esfera psicoemocional*, que engloba el lenguaje, la inteligencia y las emociones. A medida que los niños crecen, su capacidad para comunicarse y relacionarse con su entorno mejora significativamente, iniciando su comunicación a través del llanto. Posteriormente comienza a sonreír y balbucear, lo que eventualmente se convierte en palabras siendo este proceso significativo para el desarrollo social y emocional, ya que permite expresar las necesidades del niño y formar vínculos afectivos.

Pelliza (2024) sitúa que la relación entre la motivación y cognición es uno de los descubrimientos del campo de la neuro didáctica, que considera que el cerebro adquiere conocimientos a partir de las experiencias vividas y cuando este aprendizaje se realiza mediante el juego, amplía significativamente los niveles de motivación, lo que evoca la magnitud de concebir

ambientes emocionales positivos que faciliten el aprendizaje. Incluso, es fundamental asumir los errores de forma natural dentro de estos entornos.

7.3 Habilidades espaciales y motoras

Gardner (1987) aporta que las habilidades espaciales son las capacidades para percibir con precisión el mundo visual, realizar transformaciones o modificaciones a las percepciones iniciales propias y recrear aspectos de la experiencia visual personal, incluso en ausencia de estímulos físicos adecuados. Además, estas habilidades permiten a los individuos navegar y comprender su entorno de manera efectiva. La inteligencia espacial incluye la capacidad de visualizar objetos desde diferentes ángulos, anticipar movimientos y cambios en el espacio y resolver problemas relacionados con la orientación y manipulación de objetos, siendo esenciales estas competencias en actividades cotidianas como leer mapas, organizar espacios y conducir. La inteligencia espacial también se puede desarrollar en un individuo con ceguera y sin acceso al mundo visual, mediante la habilidad de percibir una forma o un objeto.

En cuanto las habilidades motoras, Pacheco (2015) indica que la primera comunicación de un niño inicialmente se da con el cuerpo. Desde que nace, todo su desarrollo está condicionado por el movimiento, pero a su vez, ellos mismos no pueden dominar los propios actos de su cuerpo. La mayor parte de sus movimientos son reflejos involuntarios, que surgen como respuesta a un estímulo exterior. Asociado a lo anterior, Navas y Castro (2023) manifiestan que a medida que el niño se va desarrollando de forma integral, desarrolla sus habilidades por medio de la motricidad de su cuerpo, en la que aprende a mover los músculos de forma coordinada con equilibrio, fuerza y velocidad, así “La psicomotricidad tiene como objetivo, desarrollar mediante un estudio corporal (movimiento, gesto, postura) las habilidades del individuo.” (Pacheco, 2015, pág. 11).

7.4 Influencia de los videojuegos en los procesos cognitivo

Considerando, lo mencionado anteriormente sobre los procesos cognitivos en el desarrollo infantil y reconociendo que los videojuegos se han convertido en una actividad de recreación y ocio cada vez más común entre los niños, Nuñez et al. (2020) destacan que estos influyen significativamente en la población que los consume. Por un lado, existen partidarios que ven los

videojuegos de manera positiva, argumentando que ofrecen una simulación de la realidad que ayuda a los niños a descubrir nuevos elementos y a formarse en su proceso de aprendizaje. Por otro lado, y en sentido contrario hay quienes perciben los videojuegos, de forma negativa, ya que generan más limitaciones en el aprendizaje.

Según Vladisauskas y Goldin (2020) a través de los videojuegos ha surgido el entrenamiento cognitivo como una alternativa para ejercitar las funciones ejecutivas como el procesamiento de la información, el control atencional y la planificación. Estas funciones implican actuar de manera consciente para alcanzar un objetivo específico utilizando el pensamiento y el control de los impulsos. Los videojuegos, especialmente aquellos diseñados con fines educativos, pueden proporcionar un entorno interactivo y estimulante que desafía a los jugadores a planificar y tomar decisiones. Este tipo de juegos puede ayudar a fortalecer las habilidades de planificación y organización, así como mejorar la capacidad de los niños para controlar sus impulsos y mantener la concentración en tareas complejas.

El desarrollo cognitivo está influido por lo que el ser humano percibe, relacionando esta postura con las inteligencias múltiples en las que Gardner (1987) asegura que gran parte de la comunicación y representación humana del conocimiento sucede a través de sistemas simbólicos. Lo más exacto es pensar que la posesión de una inteligencia equivale a un potencial. Aunado a esto, Del Moral et al. (2015) señalan que algunos videojuegos pueden integrar entornos adecuados para potenciar las inteligencias múltiples:

Tabla 2

Las Inteligencias Múltiples Potenciadas por los Videojuegos

Tipo de Inteligencia	Habilidad que permite su desarrollo en colaboración con los videojuegos
La inteligencia lingüística	Puede impulsarse con videojuegos que impliquen todo tipo de prácticas lingüísticas que involucren habilidades de descripción, narración, resúmenes, etc.
La inteligencia lógico matemática	Puede potenciarse con videojuegos matemáticos, de cálculo y entrenamiento mental.

Tipo de Inteligencia	Habilidad que permite su desarrollo en colaboración con los videojuegos
La inteligencia corporal-cinestésica	Es favorecida con videojuegos con sensor de movimiento y ayuda al mejoramiento de las destrezas motoras.
La inteligencia visoespacial	Se desarrolla con videojuegos de alta resolución gráfica, que demanda interpretación de mapas y orientación espacial.
La inteligencia naturalista	Se potencia con juegos de experimentación, creando nuevas especies.
La inteligencia musical	Se entrena con juegos de baile e instrumentos de karaoke.
La inteligencia intrapersonal	Se da por medio de los juegos de rol, y alientan la superación personal, la mediación y toma de decisiones.
La inteligencia interpersonal	Se activa con juegos de simulación social, propiciando el trabajo colaborativo y la comunicación asertiva.

Nota. Adaptado de “Videojuegos: Incentivos Multisensoriales Potenciadores de las Inteligencias Múltiples en Educación Primaria,” por Del Moral et al., 2015, pp. 249-250, <https://ojs.ual.es/ojs/index.php/EJREP/article/view/1646/2100>.

No obstante, y aduciendo que los videojuegos impactan en los pensamientos y emociones del niño, Moreno (2020) afirma que, durante años, algunos autores, entre ellos psiquiatras y psicólogos, respaldan que los videojuegos con contenido violento, son un factor de riesgo para las conductas agresivas. De hecho, Jimenez (2019) aporta que las consecuencias de los videojuegos violentos, cuya dinámica es agredir, disparar y herir, no es exclusivo de este medio, ya que, durante años, varios investigadores, han estado analizando, como diferentes medios de comunicación y formas de entretenimiento afectan a las personas, intentando entender cómo el contenido violento puede influir en el comportamiento y la salud mental de los usuarios, especialmente en niños y adolescentes.

Aunado a lo anterior mencionado, Troya (2008) expone que la violencia en los medios, se identifican en cuatro factores principales. Primero, *los niños por medio de la observación aprenden de las imágenes*, gran parte de las conductas agresivas se adquieren mediante la observación y se mantienen durante largos períodos; segundo, *los efectos emocionales*, por medio de las pantallas, se influye en las motivaciones e intereses, hacia la formación integral de la persona. Como resultado de la exposición de violencia en los medios, hay un incremento en la agresión y una

reducción en la sensibilidad emocional; tercero, *Observación de escenas de dolor, horror y sufrimiento*, estos sentimientos pueden ser liberados durante o después de la observación de contenido violento; cuarto, *los efectos de la conducta*, la imitación es muy significativa en la adquisición de la conducta.

Paul Adachi y Teena Willoughby (s,f, citados en Jimenez 2020) argumentan que es el factor de competitividad, y no el contenido violento, el que podría acrecentar algunas conductas agresivas a corto plazo. Exponen que esta inmersión competitiva se asemeja a los juegos deportivos de la vida real y generan la misma tensión y emociones (enfado, alegría, y/o frustración) que pueden afectar la conducta.

Además, Suasnabas et al. (2017) indican que los niños no distinguen entre la realidad y la fantasía, ya que creen que lo que ven es real y tienden a imitar las imágenes que observan. Esto demuestra que los niños son muy influenciados ya que, mediante videos, imágenes y sonidos, se puede alterar su percepción del mundo que lo rodea. Una escena violenta no será vista por un niño como algo incorrecto, sino como una forma de resolver un problema. Además, en los videojuegos, estos actos violentos no tienen consecuencia negativa y, en muchos casos, se recompensan con logros.

Según De Sanctis et al. (2017) los videojuegos actuales no requieren que el usuario se aisle por horas en una consola. Muchos videojuegos contienen un atractivo componente social, ya que se juega en modo competitivo o cooperativo con cualquier otra persona, bien sea conocido o desconocido para el usuario del juego. Las actividades compartidas por los jugadores, contribuyen a lazos de fraternidad que, con el paso del tiempo, promueven la formación de amistades en los miembros de la comunidad online.

7.5 Habilidades cognitivas y competencias sociales

El desarrollo de las actividades cognitivas y sociales, está fundamentado en los procesos de aprendizaje, que son esenciales para el crecimiento y la adaptación del individuo y que se evidencian a lo largo del tiempo, mostrando como los seres humanos adquieren y mejoran sus capacidades a través de la experiencia y la educación (Rodriguez, 2005). De acuerdo con el autor, la actividad y las acciones de un ser humano están intrínsecamente ligada a las relaciones sociales y no pueden existir de manera aislada. Esto significa que las actividades están influenciadas y

definidas por las interacciones y comunicaciones que se tienen con otros, así como por los recursos y tecnologías disponibles gracias al desarrollo industrial.

En relación a lo anterior, Bronfenbrenner (1987) indica que las actividades sociales y laborales son cruciales para el desarrollo humano. En Estados Unidos, es posible que una persona, sin importar su género, complete su educación secundaria, universitaria, o incluso un doctorado, sin haber cuidado nunca de un bebé, una persona anciana, enferma o solitaria, ni haber brindado consuelo o asistencia a alguien que realmente lo necesitara. Aunque aún no se conocen todas las consecuencias psicológicas de esta falta de experiencia humana, las implicaciones sociales son claras. Según Machargo et al. (2003). Los videojuegos enganchan y crean dependencia, la relación interpersonal en una situación de videojuegos no implican, vínculos, compromisos y no crean auténticas relaciones de amistad. Por lo que eventualmente, afectaría la conservación de los lazos sociales, lo que impediría enfrentarse a enfermedades o soledad, consuelo, o compañía en un momento de ayuda. Una sociedad no puede sostenerse, si sus miembros no desarrollan las sensibilidades, motivaciones, y habilidades necesarias para cuidar y ayudar a otros.

Quintanar y Solovieva (2009) argumentan que los seres humanos deben adaptarse a la sociedad, para no quedar aislados, similar a como se adaptan los animales en su entorno natural para sobrevivir. La actividad humana, por lo tanto, se desarrolla en respuesta de los refuerzos sociales, que pueden ser indirectos como las expectativas y actitudes del grupo social al que pertenecen. La sociedad no solo proporciona el contexto externo para la actividad humana, sino también define los motivos y objetivos de dicha actividad. Esto significa que las acciones y comportamientos de las personas están influenciados y motivados por las normas, valores y objetivos de la sociedad en la que viven. No se puede decir que una persona es un reflejo directo de la sociedad, ya que hay infracciones y conexiones complejas entre ambos que no permiten hacer deducciones simples de uno a otro.

Aunado a lo anterior Unicef (2023) aporta que, en el juego infantil de hoy, jugar ya no es una forma común y cotidiana de la mayoría de los niños, como se puede observar en las calles y parques. Ahora, el juego se ha trasladado al hogar a través de pantallas, lo que aísla a los niños de los demás. Esta situación se debe a los grandes cambios en las sociedades de los años 70 y 80, como el crecimiento de uso de automóviles, el aumento de la contaminación, la inseguridad en las calles y la falta de accesibilidad a zonas verdes. El comité de los derechos del niño, ha destacado la importancia de proteger el juego infantil y ha advertido, que el aumento de la población urbana,

especialmente en los países en desarrollo, junto con la comercialización de la estructura del juego, están cambiando la forma en que los niños realizan sus actividades recreativas, culturales y artísticas.

Antes de la llegada del internet, las experiencias multijugador en los videojuegos se limitaban a jugar en el mismo dispositivo, ya fuera un ordenador una videoconsola o una máquina recreativa. Con el internet, se abrió la posibilidad de jugar con muchos otros jugadores de cualquier parte del mundo, lo que amplía enormemente las posibilidades de interacción. Sin embargo, el hecho de que un juego sea multijugador no garantiza que fomente interacciones sociales significativas. Muchos juegos multijugador pueden ser competitivos o centrados en la acción, lo que puede limitar las oportunidades para la comunicación y la colaboración entre los jugadores. Carrillo (2015).

Paralelamente, de acuerdo con Muros et al. (2013), los entornos virtuales son influyentes en el desarrollo social, educativo y cultural. Por tanto, los jóvenes construyen ciudadanía a través del uso de las actividades virtuales, lo que muestra cómo se forman modelos de convivencia. Estos entornos regulan y generan comportamientos específicos, ofreciendo una visión de cómo se comportan, reflexionan y liberan sobre responsabilidades democráticas compartidas. Los escenarios virtuales pueden ser espacios de conflicto e intereses contrapuestos, pero también de creación de narrativas, actividades lúdicas, educativas y de comunicación personal. Si se centra el interés en el uso de videojuegos y redes sociales, es evidente que contienen un enfoque educativo, flexible y multidisciplinar, donde no existen horarios fijos y se utilizan diversos espacios para el aprendizaje. Este tipo de formación permite una amplia gama de actividades y fomenta la participación tanto individual como colectiva de los procesos cívicos que aparecen en estos entornos educativos, siendo de gran interés para los investigadores y educadores, ya que ofrecen nuevas perspectivas sobre cómo se desarrollan las habilidades cívicas y sociales en contextos educativos no tradicionales.

7.6 Desarrollo de habilidades sociales

Bances (2019) aporta, que las habilidades sociales son cruciales para los seres humanos, ya que incluyen una serie de comportamientos, pensamientos y emociones, que son esenciales para mantener nuestras relaciones interpersonales. Una persona con habilidades sociales, no solo busca

satisfacer sus propias necesidades e intereses, sino también los de los demás, tratando de encontrar soluciones a los conflictos que puedan surgir. Es importante entender por qué las habilidades sociales son tan necesarias, ya que son una fuente principal de bienestar, que mejora la calidad de vida y permiten el desarrollo de la autoestima. La falta de interacción social puede aumentar el riesgo de problemas como ansiedad, depresión y trastornos psicósomáticos. Además, puede generar sentimientos de rechazo y frustración.

Dentro del desarrollo de las habilidades sociales en los niños, Nuñez et al. (2018) afirman que el juego es una herramienta importante, ya que, a través de él, los niños pueden aprender a interactuar con otros, compartir, cooperar y resolver conflictos. Estas habilidades son esenciales para su integración en la sociedad. Los niños están naturalmente motivados a jugar porque quieren formar parte del mundo de los adultos, y para adaptarse a este mundo, necesitan desarrollar habilidades sociales que les permitan interactuar de manera efectiva y tener éxito en sus relaciones interpersonales. Por lo tanto, el juego no solo es una actividad de recreación, sino también una forma crucial del aprendizaje y el desarrollo social.

Alfageme y Sanchez (2002) consideran que las habilidades sociales son cruciales para el aprendizaje y pueden ser potenciadas a través de los videojuegos. Estas habilidades de relación, permiten a las personas aplicar lo aprendido en situaciones concretas, para resolver problemas y enfrentar nuevos desafíos. Este proceso de aprendizaje y aplicación práctica, contribuye significativamente al desarrollo de la personalidad y a la formación de una conducta social efectiva. En otras palabras, las experiencias adquiridas a través de los videojuegos, pueden proporcionar a los individuos las herramientas necesarias para interactuar de manera competente y exitosa en las diversas situaciones sociales.

Los juegos sociales a menudo se desarrollan en mundos abiertos, lo que plantea la importancia de las relaciones humanas, creadas en torno al juego. Así, el conocimiento y las interacciones sociales, son parte fundamental de la experiencia que posee cada jugador (Puente y Sequeiros, 2018). En algunos videojuegos es posible que se cumplan dichas características de socialización; por tal motivo, a continuación, se relaciona el desarrollo de las habilidades sociales con el uso de estos.

7.7 Influencia positiva de los videojuegos en las habilidades sociales

Cuando se menciona juegos en red, se hace referencia a las diferentes formas de interactuar con las personas que están conectadas en plataformas virtuales, desde diferentes partes del mundo. En este sentido, es donde surge los denominados juegos cooperativos, los cuales fuera de ofrecer entretenimiento, también enseñan a los participantes a trabajar juntos, a ser empáticos, y a valorar el esfuerzo colectivo.

Según Orlick (2002) los juegos cooperativos existen desde hace miles de años, cuando las tribus se reunían para celebrar la vida. La idea detrás de los juegos cooperativos es simple: jugar con otros en lugar de contra otros; superar desafíos, en lugar de superar a otros y disfrutar de la experiencia del juego en sí. En estos juegos ningún jugador necesita mantener su autoestima a expensas de otro, ya que están diseñados para que la cooperación entre los jugadores sea necesaria para alcanzar los objetivos del juego. Los niños juegan juntos para lograr metas comunes en lugar de competir entre sí por objetivos excluyentes. Mientras juegan aprenden de manera divertida a ser más considerados con los demás, a entender mejor los sentimientos de otras personas y a trabajar por el bien común.

Los juegos cooperativos, según Torres (2008) son una herramienta educativa que busca reducir la agresividad y promover valores positivos, como la empatía y la cooperación. A diferencia de los juegos competitivos, donde los jugadores compiten entre sí, los juegos cooperativos se centran en la colaboración y el trabajo en equipo, los jugadores trabajan juntos para superar desafíos y objetivos comunes, lo que fomenta la comunicación y la solidaridad. Estos juegos pueden ser especialmente útiles en contextos educativos, tanto formales como informales, para enseñar valores y habilidades sociales. Es así como los juegos de cooperación trascienden a los videojuegos, comenzando en sus inicios, por medio de una consola en la que dos jugadores jugaban contra la máquina. Posteriormente, con el auge del internet, surge el juego en línea, que permite la conexión de varios jugadores a un mismo juego.

Existen diferentes formas de jugarlos: de manera individual o en equipos, donde participan varios jugadores. Esta interacción en línea amplía las posibilidades de juego, facilitando la comunicación y cooperación entre jugadores, quienes comparten estrategias y códigos para mejorar la experiencia de juego (Lopez, 2020). En esta misma dinámica, Guerra y Appel (2006) exponen que en el mundo virtual, al igual que en la vida real, las personas tienen la oportunidad de

comunicarse y establecer relaciones. Estas relaciones pueden variar en profundidad y duración, desde conexiones superficiales y temporales, hasta vínculos profundos y duraderos. Los videojuegos multijugador requieren que los jugadores utilicen habilidades sociales como la comunicación y la cooperación. Si un jugador no tiene esas habilidades sociales, es probable que tenga dificultades para entender el juego y pierda interés rápidamente.

En este contexto, Gonzalez et al. (2009) mencionan la existencia de plataformas virtuales, donde los jugadores pueden vivir una vida alternativa, haciendo lo que deseen, a través de interacciones sociales, que les permiten unirse a comunidades, compartir experiencias, construir objetos, investigar y hacer negocios. Desde el momento en que ingresan los jugadores deben tomar decisiones clave para mantenerse en la plataforma, incluyendo la creación de una identidad virtual o avatar. Esto les obliga a decidir: ¿quiénes son?, ¿quiénes quieren ser? y ¿qué quieren hacer? Una vez dentro, tienen acceso a todas las herramientas necesarias para actuar, crear contenido y objetos, programarlos para que interactúen con otros. Esta identidad virtual permite a los jugadores participar en el ciberespacio, realizar acciones, crear o participar en historias, interactuar con otros jugadores a través de sus avatares. En este proceso se desarrollan sentidos y significados que contribuyen a la cultura de la comunidad virtual.

En relación a esa vida virtual, Guerra y Appel (2006) puntualizan que, en los mundos virtuales creados en los MMORPG, los jugadores pueden encontrarse con decenas, cientos o incluso, miles de personas de diferentes países y culturas, además de interactuar con un entorno completamente nuevo, con sus propias reglas y cultura. Esto puede influir en el comportamiento del jugador, tanto dentro como fuera del juego, siendo objeto de estudio en los campos de informática y la psicología. Una característica de los MMORPG, es que permiten a los jugadores crear y personalizar un avatar que los represente en el mundo virtual, con una variedad de opciones, como peinados, colores de piel y accesorios. Esta personalización ayuda a los jugadores a identificarse más con su avatar haciendo que la experiencia del individuo se sienta más auténtica, lo que permite el desarrollo de habilidades sociales.

7.8 Influencia Negativa de los videojuegos en las relaciones sociales

Las TIC incluyen herramientas como Internet, redes sociales, y dispositivos móviles que han transformado la forma en que las personas se comunican y se relacionan. Estas tecnologías

permiten una comunicación eficiente entre personas de diferentes lugares del mundo y facilitan la creación de comunidades en línea, donde sus usuarios interactúan y comparten intereses comunes. En el contexto de los videojuegos, las TIC, han sido trascendentales para su globalización. Con respecto a lo anterior, Soles y Cieza (2023) mencionan que hay controversias que sugieren que los videojuegos pueden promover el aislamiento social, ya que los jugadores pueden pasar largas horas jugando solos, lo que reduce el tiempo dedicado a las interacciones en primera persona. Además, pueden aumentar la agresividad, la ansiedad, la depresión, conductas obsesivas- compulsivas y trastornos de sueño, entre otros.

Calle (2020) aporta que el aislamiento social es el acto de evitar la interacción con otras personas al retirarse de los espacios públicos. Este comportamiento puede presentarse de diferentes maneras, como el aislamiento emocional, donde una persona se desconecta emocionalmente de los demás; el aislamiento hospitalario, que ocurre en entornos médicos; el aislamiento respiratorio, que se utiliza para prevenir la propagación de enfermedades; y es el aislamiento protector, que busca proteger a individuos vulnerables. También incluye los aislamientos psicológicos, donde una persona se aísla mentalmente; el aislamiento penitenciario, que se da en contextos carcelarios; y el aislamiento social general. Todas estas formas de aislamiento pueden tener diversas consecuencias, afectando al medio ambiente, la economía, la sociedad y la educación. Por ejemplo, el aislamiento social, puede llevar a problemas de salud mental, afectar la economía y tener impactos negativos en la educación al limitar las interacciones sociales necesarias para el aprendizaje y el desarrollo personal.

En consonancia con lo anterior, Moncada y Chacon (2012), describen que el uso de videojuegos puede tener impactos negativos en las relaciones sociales de los jugadores. Por ejemplo, consideran que los niños pueden desarrollar relaciones afectivas más débiles con sus padres y con personas de su misma edad, lo que puede afectar su capacidad para formar vínculos fuertes y saludables.

8. Capítulo III

8.1 Adicción sin sustancia

Al abordar el término de la adicción, se puede hacer referencia a esa dependencia compulsiva hacia una actividad o sustancia, que según Echeburúa y Corral (2010) puede tener efectos negativos en la vida de una persona, abarcando diferentes tipos de comportamientos, desde el consumo de sustancias psicoactivas, hasta las actividades en las que el sujeto tiene anulada la capacidad de controlar el comportamiento adictivo. Igualmente, Rizzo (2023) citando a diferentes autores, observa que convergen en que el término de adicción se asocia con vicios reconocidos, entre ellos el juego, el uso de drogas y otros comportamientos apetitivos.

Cascardo y Maria (2018) argumentan que el término “adicto” proviene del latín *addictus*. En el imperio romano, a los esclavos se les decía *addictus*, el significado del término era asignado por su nuevo amo, y acabó siendo utilizado para decir que pertenece a algo o alguien. Según la organización mundial de la salud, en el sentido tradicional es una dependencia o necesidad de consumir una sustancia, realizar una actividad o estar en una relación, provocada principalmente por la satisfacción que esto le causa a esa persona. A su vez, Roncero et al. (2023) aportan que “la conducta adictiva domina la vida del individuo, convirtiéndose en la actividad más crítica, teniendo prioridad sobre pensamientos, sentimientos y conductas, interfiriendo en su funcionamiento diario y sus relaciones sociales” (p.5001).

Hay que acotar que la Organización Mundial de la salud (2005) emplea el concepto de adicción en relación a la dependencia de una sustancia, en la que se disminuye la voluntad y el control que tiene el usuario sobre el consumo de las drogas, en cual se vuelve habitual las ansias de volver a consumir, representando la pérdida de control. Igualmente, Karila et al. (2020) aportan que la adicción es un trastorno caracterizado que implica un consumo repetitivo y variable de sustancias, lo que lleva a una dependencia fisiológica. Esta dependencia se manifiesta a través de síntomas como la tolerancia y la abstinencia. Las personas con adicción, sienten un deseo intenso de consumo, tienden a negar el problema y buscan constantemente la sustancia. Estas conductas persisten a pesar de los riesgos médicos, psicológicos, psiquiátricos y sociales; por lo cual la adicción es una afición patológica que resta libertad al ser humano, al reducir su campo de conciencia y limitar la amplitud de sus intereses. Echeburúa y Corral (2010).

Teniendo presente el significado y origen del término adicción se hace necesario indicar lo expuesto por Rivadeneira et al. (2020) quienes argumentan que las adicciones se dividen en: *adicciones a sustancias químicas*; cocaína, nicotina, alcohol, cannabis, anfetaminas, éxtasis, opioides. Y *adicciones comportamentales*; al sexo, juego, televisión, internet, videojuegos, compras, ingesta de alimentos, etc. Y que según, la OMS (2005) en la mayoría de casos, las adicciones químicas o comportamentales, son utilizada por la gente para un tipo de beneficio, ya sea para tener una experiencia placentera o para evitar el dolor. A pesar de sus aparentes beneficios, el empleo de sustancias conlleva a corto o largo plazo un daño potencial para la salud. La dependencia a las sustancias psicoactivas implica problemas emocionales, perceptuales y enfermedades. Así mismo, Bolaños (2020) argumenta que fuera de las dos adicciones ya mencionadas, se le puede adicionar un tercer tipo de adicción, que corresponde a las *Adicciones afectivas y emocionales*, que se da por la dependencia emocional y de pensamiento que tiene una persona hacia otra para sentirse bien, tanto física como anímicamente.

El término adicción comportamental o no química según Griffiths (1995, citado en Marcos y Cholis., 2020) fue instaurado inicialmente por Isaac Marcks en una editorial del *British Journal of Psychology* para referirse a un síndrome caracterizado por: la necesidad de realizar una conducta en una continuidad que resulta nociva, con un aumento de la tensión hasta que se ejecuta, seguido de un inmediato y efímero descenso de la tensión que está inducida por señales externas condicionadas que pueden establecer un condicionamiento secundario con señales internas. Estas adicciones, Cía (2014) manifiesta, también son denominadas adicciones conductuales y tienen efectos semejantes al de adicción a sustancias, que son hábitos de comportamiento que se mantienen debido al placer que proporcionan en el individuo, incluso con efectos negativos que afectan la vida personal, familiar, social y académica. Cuando la adicción conductual se vuelve progresiva, los comportamientos son automáticos y son activados por los impulsos y las emociones, con un escaso control cognitivo sobre ellos.

Ahora bien, las adicciones sin sustancia suelen confundirse con un hábito, el cual hace referencia a toda actividad que el ser humano hace frecuentemente en el vivir diario, y por eso mismo es catalogado como una condición humana. De la misma forma Winter et al (2017, citado en Liñares 2023) define la adicción comportamental como “Un comportamiento repetido que provoca un daño o una angustia relevante, que la persona no reduce y que persiste durante un

periodo de tiempo significativo. El daño o la angustia es de naturaleza funcionalmente perjudicial” (p.72).

Sumado a lo anterior, de acuerdo a Roncero et al. (2023) entre los factores psicológicos, ciertos rasgos de personalidad, como la búsqueda de sensaciones, la impulsividad o neuroticismo, se asocian con mayor riesgo de desarrollar adicciones comportamentales, y entre estos se encuentran las personas con disfunciones cognitivas.

Es necesario aportar que según De sola et al. (2013) la impulsividad es la antesala de las adicciones y juega un papel primordial, dado que la misma puede denominarse como una inclinación a la acción sin la toma de conciencia, que conlleva a una conducta no planificada y que se relaciona con la búsqueda de sensaciones. Por su parte, Vales et al. (2016) expresan que la impulsividad se da como una predisposición y no se limita a un solo acto, sino que parte de un patrón de comportamiento. Las reacciones pueden ser desencadenadas por estímulos internos (emociones o pensamientos) o externos (situaciones o eventos), sin considerar las consecuencias negativas de estas reacciones del propio sujeto y de los otros.

Socialmente la impulsividad es una conducta que se aprende en el entorno familiar. Los niños que crecen en un ambiente donde se les enseña o se les permite reaccionar rápidamente para obtener lo que quieren, desarrollando un comportamiento impulsivo (Vales et al., 2018). Asimismo, se divide en dos tipos; *La impulsividad funcional*, relacionada con la tendencia a tomar decisiones rápidas cuando así lo requiere una situación en beneficio de la persona, que, según, Narváez y Caro (2015) está relacionada con el entusiasmo, la audacia y la actividad. El segundo tipo, *La impulsividad disfuncional*, está vinculada con decisiones rápidas e irreflexivas que comportan consecuencias negativas para el individuo (Adan, 2012).

A su vez, la impulsividad se puede dividir en tres aspectos, de acuerdo a las siguientes características. Primero, *impulsividad motora*, es la realización de acciones de manera inmediata sin pensar, guiado por el impulso del momento sin considerar las posibles consecuencias de una acción (Moral et al., 2018). Segundo, la *impulsividad cognitiva*, implica la toma de decisiones rápidas, que tiene una característica positiva: es adaptativa. Esto significa que, se manifiesta en comportamientos, como desear obtener resultados rápidamente, responder preguntas de forma inmediata, pensar y concentrarse rápidamente y ser proactivo en situaciones. Este tipo de impulsividad no está relacionado con problemas de atención, sino con la capacidad de pensar y decir rápidamente (Chahín, 2015). Tercero; la *impulsividad no planificada*, son todas aquellas

acciones que ocurren en un momento en el que simplemente se reacciona, ya sea por un impulso interno para regular las emociones internas o para defenderse de un posible ataque. Normalmente estas acciones son respuestas inmediatas para resolver los eventos que ocurren en el momento (Vales et al., 2018).

Sin embargo cuando estas respuestas impulsivas se relacionan con el uso de videojuegos, puede llevar a un uso excesivo y descontrolado, conocido como abuso. Si este abuso no se maneja adecuadamente puede generar una dependencia, donde el individuo siente una necesidad compulsiva de jugar, lo que podría afectar su salud mental.

8.2 Uso – abuso- dependencia

Estos términos, según Rastrollo (2019) han sido objeto de controversia durante décadas, ya que inicialmente se aplicaban exclusivamente al consumo de drogas. La dependencia a una sustancia o comportamiento no surge de manera abrupta; en cambio, se desarrolla gradualmente en el organismo, según la frecuencia de uso o consumo. Se utilizan en términos como uso, abuso y dependencia, para describir este proceso. Es necesario actualizar estos conceptos para incluir todos los tipos de adicción.

El término de “uso” se emplea para describir el consumo de una sustancia, por sí solo no tiene implicaciones clínicas ni sociales significativas. En otras palabras, el término uso, simplemente se refiere al acto de utilizar una sustancia, sin que esto conlleve efectos médicos, sociales o familiares, siempre y cuando no se especifiquen otras condiciones. Este uso puede ser ocasional y aislado sin llegar a episodios de tolerancia o dependencia (Del Moral y Fernandez, 1998).

El término abuso, según Lladós (2015), se utiliza ampliamente en el contexto del consumo de drogas, alcohol y sustancias químicas o psicoactivas. Generalmente se asocia de manera negativa con el consumo de sustancias ilegales. Tradicionalmente el abuso se definía como un patrón desadaptativo de uso de una sustancia psicoactiva, caracterizada por un consumo continuado a pesar de las consecuencias negativas, como problemas de salud, dificultades laborales y conflictos familiares, entre otros. El abuso no siempre implica una necesidad compulsiva de consumir la sustancia, pero sí, un patrón de uso que resulta perjudicial.

Finalmente el término de dependencia, hace alusión a la necesidad de consumir una sustancia repetidamente, para mantener un estado de bienestar o para evitar el malestar. La dependencia implica que el cuerpo y la mente de la persona se han adaptado a la presencia de la sustancia, y su ausencia provoca síntomas de abstinencia (Lladós, 2015). De manera similar, Estrada et al. (2023) argumentan que la dependencia a los videojuegos, se manifiesta como un patrón de comportamiento que las personas tienen caracterizado por un escaso control en el tiempo de juego, así como la prioridad que se le otorga a este sobre otras actividades.

Por otra parte, Sirvent (2023) argumenta que una conducta de abuso no es necesariamente una adicción, aduciendo que se puede exceder en el consumo de una sustancia o exagerar el comportamiento de una forma continua, sin llegar a una dependencia o pérdida de control, algo característico de las adicciones. Este aspecto es primordial dado que un impulso continuado que lleve al exceso no tiene por qué ser considerado una conducta de dependencia adictiva. Asimismo, anuncia que los defensores del modelo biopsicosocial, admiten que las personas se vuelven adictas a las experiencias y que estas se dan en la totalidad del efecto producido por una participación que se origina de fuentes fisiológicas o farmacológicas. La manera más identificable de la adicción es un apego disfuncional extremo a una experiencia nociva.

8.3 Adicción a los videojuegos

El exceso en uso de los videojuegos, afecta el normal desarrollo de las actividades del sujeto, llevando a cambios significativos en el estado del ánimo, que varían según el tiempo dedicado a jugar. La adicción a los videojuegos se manifiesta en una relación directa y continua entre el sujeto y la consola (teléfono móvil, computador, play, Xbox, Nintendo, etc.). Asimismo, Ledo et al. (2015) consideran los videojuegos como un potente generador de emociones positivas que refuerzan el comportamiento, proporcionan gratificaciones que fomentan el uso reiterado de los mismos, son entretenidos, llamativos y dinámicos; y además son desafiantes, otorgan premios y castigos y por lo tanto son motivadores de acción.

García (2022) afirma que el uso repetitivo y satisfactorio de los videojuegos ha evidenciado cómo algunas personas se les afecta su conducta, pasando a ser compulsivas, al igual que ocurre con otras personas con el consumo de sustancias. La adicción a los videojuegos consiste en su uso problemático y compulsivo con un patrón persistente de los juegos digitales, estos videojuegos se

presentan en versiones online u offline. Igualmente, como indican Voltes et al. (2018) también se pueden utilizar en diferentes plataformas, como consolas, celulares, y ordenadores, y su uso excesivo se puede derivar a un trastorno psicológico, siendo un tema ampliamente debatido por distintos autores.

En cuanto a los juegos online, Bueno (2021) expone que dentro de las adicciones comportamentales se puede enmarcar la adicción a los videojuegos, por la alta demanda de jugadores en videojuegos en línea, conocidos por su acrónimo MMORPG, que son videojuegos que permiten a los jugadores interactuar de forma entre ellos de forma simultánea, están disponibles las 24 horas del día, posibilitando la existencia de un mundo virtual persistente en el que el juego continúa evolucionando, incluso cuando el jugador no está conectado. Esta continuidad puede generar una sensación de obligación para seguir jugando, ya que el jugador percibe que jugar es el mejor modo de progresar, estando sujeto a cumplir una serie de objetivos grupales que implican la presión social de jugar.

8.4 Diagnóstico de adicción a los videojuegos

El uso problemático de videojuegos o más conocido como IGD (Internet Gaming Disorder/trastorno por juego a internet) es definido como un uso persistente de videojuegos en internet, que resulta en un trastorno clínico o angustia (Gonzalvez et al., 2017). Aunque según Buiza (2018) el videojuego problemático no se ha constituido como una condición clínica a pesar de las características particulares que tiene con la etiología común del comportamiento adictivo, entre las cuales se destacan: la *saliencia*, que se da cuando el jugar videojuegos, se convierte en la actividad más importante en la vida de la persona y domina sus pensamientos; y *Modificación del estado de ánimo* que hace referencia a las experiencias subjetivas, en la cual las personas experimentan una excitación fuerte.

En el caso de los criterios diagnósticos de la adicción a los videojuegos, la (Organización Mundial de la Salud, 2018) por medio de su CIE 11, considera que los videojuegos pueden llegar a ser adictivos tanto en línea, como fuera de ella, es decir, tanto aquellos que necesitan conexión a Internet como los que no, sus criterios diagnósticos de adicción son los siguientes:

Tabla 3
Criterios Diagnósticos de adicción a Videojuegos CIE 11

Nro.	Criterio Diagnostico
1	Deterioro en el control sobre el juego
2	Aumento en la prioridad que se da al juego en términos de anteposición a otros intereses y actividades de la vida cotidiana.
3	Continuación o incremento del juego, aunque se conozca su impacto negativo.
4	Periodo de al menos 12 meses.

Nota. Adaptado de “Clasificación Internacional de enfermedades 11”, código 6C51, 2018, <https://bit.ly/3RiuwE2>

De la misma manera en el caso del DSM V, la asociación Americana de Psiquiatría (2013) incluye el trastorno de juego por internet. Entre sus criterios de las adicciones aparecen 9 ítems, especificado bajo el epígrafe: Trastornos no relacionados a sustancias. Estos criterios sugieren que el trastorno investigado pueda ser identificado si se cumplen 5 o más de los 9 criterios que se proponen, dentro de un periodo de 12 meses.

Del apartado anterior de los criterios del DSM V, referente a la adicción, Carbonell (2020) haciendo un análisis, hace una crítica al DSM V y a la CIE 11, toda vez que manifiesta que están pensados para adultos, por lo que se corre el riesgo de aplicar criterios para adultos en los niños y adolescentes.

De hecho Carbonell (2020a), referente a la 5ta edición del manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales, menciona que el DSM V, excluyó de forma explícita tres adicciones tecnológicas: los videojuegos sin conexión a internet, las redes sociales online y la adicción al internet, con posibilidades de una cuarta adicción que no se menciona en el manual, pero contiene un numeroso material científico: adicción al teléfono móvil, ya que es una plataforma con acceso a videojuegos, redes sociales, apuestas, etc. Sin embargo, para la CIE-11 el trastorno por uso de videojuegos se caracteriza por un patrón de comportamiento de juego persistente, que puede ser en línea o fuera de línea, es decir que, a diferencia del DSM V, considera que los videojuegos sin conexión a internet, son adictivos.

En este mismo análisis al DSM V, Carbonell (2014, citado en Malander 2019) destaca la inclusión de gambling disorder, que hace referencia al trastorno de juego por internet en el que se

juega con dinero, en el capítulo trastornos relacionados con sustancias y adicciones, ya que las conductas de juego, activan sistemas de recompensa. Esto significa que los juegos de apuestas, y los videojuegos, donde hay que pagar para mejorar el avatar o desbloquear logros, pueden desencadenar síntomas conductuales, similares a los producidos por el consumo de sustancias como la búsqueda compulsiva y la dependencia.

La relación entre la adicción a los videojuegos y el malestar psíquico es compleja, toda vez que puede ser en doble vía. Es decir, la adicción puede ser tanto una consecuencia como una causa de problemas psicológicos. Carbonell (2020a) indica que a medida que los videojuegos evolucionan, sus efectos también se transforman de manera natural. Por tanto, estableciendo un paralelismo con la adicción a las drogas, este tipo de entretenimiento puede generar signos de dependencia a juegos, donde la salud mental del jugador se vea comprometida. Asimismo, Montseny (2022), sostiene que algunos autores han expresado su escepticismo a la inclusión de los videojuegos en los sistemas de clasificación diagnóstica, debido a su frecuente presentación en comorbilidad con otro trastorno.

Carbonell (2020) considera que en el hispanohablante, nombrar como trastorno, a la capacidad adictiva que puedan tener los videojuegos, genera una cierta confusión, ya que han criticado el riesgo de patologizar una conducta normal. En el idioma inglés parece quedar clara para la distinción entre gambling, juego de apuestas con dinero y gaming, videojuegos. El término adicción a videojuegos, aunque suene sencillo, no es optado por los dos manuales diagnósticos, DSM V y CIE 11, y por ende, se han inclinado a evitar el término adicción. La Organización Mundial de la Salud, lo denomina gamin disorder (GD), traducido al español significa trastorno del juego, y la Asociación Americana de Psiquiatras, los denomina, Internet gaming disorder (IGD), traducido al español, como trastornos de juego por internet, para referirse a los videojuegos problemáticos.

8.5 Características de la adicción a los videojuegos

Existen características clave que determinan a un individuo adicto a los videojuegos, estas incluyen una desesperación por acceder a las plataformas, mentir para jugar, carecer de autocontrol. Suelen estar en silencio y aislados, manifiestan sentimiento de ira y malestar, se mantienen a la defensiva y son capaces de usar la violencia cuando se les restringe el juego en exceso; poseen un

bajo rendimiento escolar y poco interés en las relaciones sociales y familiares. Con relación a los rasgos de personalidad se ha encontrado una asociación con la agresividad y la hostilidad; también se observan tendencias esquizoides, así como una predilección al estado de ánimo bajo y la búsqueda de sensaciones. Estos jugadores pueden evidenciar apatía y disminución del autocontrol, junto con rasgos narcisistas. Roncero et al. (2023).

En este sentido, Blaszczynski y Nower, 2002; Bristow et al. (2018, citado en Lopez et al. 2022) mencionan que, desde las teorías del aprendizaje social, se infiere que adolescentes que padecen altos niveles de ansiedad y entran en contacto con videojuegos, asimilan que estas conductas de juego disminuyen sus emociones negativas y displacenteras al eludirlos provisionalmente de las preocupaciones y miedos que generan los estados de ansiedad. Estas conductas de escape y evitación de emociones y estados displacenteros, sostenidas en el tiempo a través de los videojuegos, incrementan la probabilidad de modificar una actividad de ocio, en una actividad adictiva y problemática. Además, Rodríguez y García (2021) demuestran que el tiempo de juego en línea es un predictor relevante de la adicción a videojuegos, siendo tendientes a desarrollar una adicción aquellos que juegan hasta altas horas de la noche y/o terminan en horas de la madrugada.

En relación con el desarrollo de la adicción a los videojuegos, Sirvent et al. (2023) señalan que “requiere de la interacción de varios factores internos, como una regulación deficiente del yo, del estado de ánimo y de la recompensa, problemas en la toma de decisiones, y factores externos, como un entorno familiar y unas habilidades sociales deficientes.” (p.93).

En una investigación asociada a los videojuegos, Rodríguez y Padilla (2021) sostienen que los jugadores eran conscientes del riesgo adictivo que poseían estos y del impacto de su adicción a los videojuegos en su salud, no obstante, no reconocieron el impacto existente en sus relaciones con el entorno. Además, el nivel de adicción de los adolescentes está vinculado a problemas de salud y factores de comorbilidad debido al refugio en el videojuego, como un entorno de aislamiento.

Dentro de los efectos de la dependencia, según Baldinelli (2022), se encuentra la adicción a la dopamina, ya que este neurotransmisor es liberado en el cerebro por el disfrute del juego cada vez que hay recompensa o un objetivo realizado en el desarrollo del mismo. Así, el cerebro realiza un flujo constante de dopamina con torrentes aleatorios, el individuo se acostumbra a esta

circulación constante y por ende exige una liberación mayor de dopamina, convirtiéndose esta en un riesgo real que puede generar que el hábito del juego se salga de control.

Del mismo modo Rodriguez y Estrada (2021) aportan que la luz de pantallas de dispositivos electrónicos, como teléfonos tablets y computadoras, puede afectar negativamente el sueño. La luz azul que emiten en estas pantallas inhibe la producción de melatonina, una hormona que regula el ciclo sueño-vigilia. Esto dificulta que las personas se sientan somnolientas y puedan conciliar el sueño, especialmente si usan estos dispositivos antes de acostarse. La falta de sueño adecuado puede tener consecuencias en largo plazo con problemas emocionales y dificultades para concentrarse.

Además, Peralta y Torres (2020) asumen que cuando los videojuegos se utilizan de manera excesiva o inapropiada, pueden provocar que la persona pierda el control sobre su uso. Esta pérdida de control puede resultar en consecuencias negativas, ya que existen factores externos (recompensa dentro del juego) que incentivan a la persona a seguir jugando de manera compulsiva. Estos reforzadores externos pueden incluir logros, recompensas virtuales o la sensación de progreso, que hacen que el jugador quiera seguir jugando, a pesar de los posibles efectos adversos en su vida personal, social y académica.

La Unicef (2020) indica que el confinamiento por la pandemia del covid 19 ha cambiado significativamente las rutinas de los niños, llevándolos a pasar más tiempo en actividades sedentarias y aumentando el uso de dispositivos electrónicos. Antes de la pandemia, solo una pequeña proporción de niños usaba pantallas durante más de 90 minutos al día, pero este número se disparó durante el confinamiento. Este cambio se atribuye a varios factores como la imposibilidad de jugar al aire libre, el traslado educativo, pasando de las clases presenciales a las virtuales y la necesidad de utilizar la tecnología para el entretenimiento y la comunicación con amigos y familiares.

Aunado a lo anterior, Salcedo et al. (2021) expresan que después de la pandemia del covid 19, aumentó la dependencia hacia la tecnología, de manera evidente y significativa, ya que cambió la forma en que los niños interactúan con el mundo, afectando diversos aspectos de sus vidas. Desde la educación y el entretenimiento, hasta las relaciones sociales y el desarrollo personal puesto que la utilización de los dispositivos digitales se volvieron imprescindibles para jugar, estudiar y comunicarse con amigos, e igualmente para descubrir sus intereses y habilidades.

De igual manera la Unicef (2021) advierte, que si bien es cierto que las TIC, ofrecen numerosos beneficios, como la facilidad de acceder a la información, la mejora en la comunicación y el apoyo en la una educación, también existen riesgos asociados. Estos riesgos pueden incluir problemas como la adicción a la tecnología, a los videojuegos, a la exposición a contenido inapropiado, la pérdida de privacidad, entre otros.

En el contexto actual, donde el uso de esas tecnologías es más prevalente desde edades tempranas, por la interacción con los videojuegos, los riesgos asociados con el uso inadecuado a esas tecnologías, es preocupante y uno de los problemas mencionados, es la desigualdad en el acceso a las TIC conocida como la brecha digital, que puede llevar a la exclusión de aquellos que no tienen acceso. Además la interacción con la tecnología en edades tempranas, puede aumentar las posibilidades de que los niños y adolescentes, sean víctimas de abusos como el ciberacoso o la exposición a contenido inapropiado. Todos esos riesgos comparten el hecho de poner en peligro los derechos la seguridad y el bienestar mental de los niños y adolescentes.

Según la Unicef (2024), los niños ya no juegan como antes, y aunque el uso de Internet les proporciona muchos beneficios emocionales e intelectuales, también les genera ansiedad. Mientras que en el patio de recreo se producían interacciones sociales y se realizaba actividad física, la red social analógica es la que más están descuidando los niños y niñas de hoy, las nuevas generaciones se están acostumbrando a tener respuestas inmediatas, lo que influye en su forma de entender el mundo.

En el caso específico de la adicción a los videojuegos, el mayor peligro radica en que estos pueden ofrecer una vía para desafiar las normas sociales. Durante la experiencia de juego, los jugadores pueden adoptar la mentalidad de *la ley eres tú*, frase usualmente utilizada en las campañas publicitarias que muestran libertad e impunidad absoluta. Es decir, quien juega, puede herir, traicionar, matar y ejecutar múltiples conductas violentas sin recibir sanción, además pueden desarrollar ciertas habilidades y realizar hazañas sin sufrir ningún daño físico real. Finalmente, todas las acciones realizadas en el juego son recompensadas y pueden repetirse tantas veces como se desee, lo cual no pasa en la vida real (Portillo et al., 2023).

En este contexto, Catalán (2021) comparte que para el año 2013 el trastorno por videojuegos en internet, apareció por primera vez en el DSM V, incluyéndose dentro del apartado de juego patológico. La adicción a los videojuegos es más común en el género masculino, donde tienden ser jugadores con un uso ilimitado de horas y destaca que los videojuegos con mayor potencial adictivo

son los online y/o multijugador. En el presente, es una adicción subestimada, ya que su uso esta normalizado dentro de la sociedad e incluso entre los profesionales, por lo cual no existe un consenso para definir criterios diagnósticos precisos ni herramientas de evaluación unificadas.

Según la revista *Consumer* (2020), desde hace aproximadamente una década ha aumentado el número de personas que buscan ayuda psiquiátrica debido a la adicción a los juegos virtuales, siendo la mayoría de estos pacientes son menores de edad. Aunque también hay adultos, especialmente jóvenes de veinte años, que están enganchados a este pasatiempo. El comportamiento de esos individuos es bastante similar, desde que se levantan hasta que se acuestan, cualquier actividad que realizan está relacionada con los videojuegos. Si no juegan experimentan malestares significativo y síntomas de abstinencia, y cuando finalmente pueden jugar sienten alivio, pero también se culpan, dado que su vida gira en torno a esta adicción.

Con respecto a lo anterior Rizzo (2023) expresa que los niños y adolescentes son los más expuestos a los afectos negativos del desarrollo tecnológico digital debido a que sus cerebros tienen una mayor plasticidad sináptica, lo que significa que son más susceptibles a cambios y adaptaciones. Además, como han crecido en un entorno digital, estos niños están naturalmente más inclinados a interactuar y socializar a través de la tecnología. Esta combinación de factores hace que sean más propensos a experimentar las consecuencias negativas, asociadas con el uso inadecuado de la tecnología. De igual modo y ya normalizado dentro de la sociedad, según la Unicef (2017, citado en Salcedo et al. 2021) “los teléfonos inteligentes están alimentando una cultura del dormitorio, y para muchos niños el acceso en línea es cada vez más personal, tiene un carácter más privado y está menos supervisado” (p.39).

En esta misma línea, Romo y Patiño (2018) señalan que el impacto de los videojuegos en edades tempranas y la dependencia a estos en el cerebro humano, que es vulnerable a la exposición de factores ambientales durante los primeros años de vida, debido a múltiples procesos del neurodesarrollo, puede tener consecuencias perdurables en el comportamiento y las habilidades cognitivas. En este mismo sentido Avila y Pilco (2016) mencionan que “se ha demostrado que la cognición influye en la emoción, el comportamiento y las relaciones interpersonales y facilita el procesamiento de la información a niveles implícitos (inconscientes) y explícitos (conscientes) de conciencia” (p.14). Por tanto, Medina et al. (2018) indican que la adicción no es una elección consciente, sino una enfermedad que imposibilita la capacidad de una persona para tomar decisiones racionales.

Aymamí (2018) lo cataloga como “un juego patológico que se define como un fracaso progresivo y crónico para resistir el impulso de jugar, convirtiéndose en una conducta desadaptativa que daña y lesiona los objetivos personales, familiares y vocacionales del individuo.” (p.8). De hecho, García (2022) manifiesta que “existe una fuerte asociación entre la adicción a los videojuegos y la ansiedad, la depresión, el TDAH, la fobia social, o un escaso apoyo psicosocial. Todos estos factores pueden predisponer en gran medida a padecer adicción a los videojuegos” (p.40).

9 Conclusiones

La influencia de los videojuegos en la salud mental de la población infantil es compleja y diversa, ya que abarca una amplia gama de efectos tanto positivos como negativos. Por un lado, los videojuegos pueden contribuir al desarrollo cognitivo, mejorando las habilidades, como la atención y resolución de problemas. Además, puede promover la interacción social a través de juegos en línea. Por otro lado, el uso excesivo de videojuegos, puede llevar a problemas de dependencia que puede manifestarse en síntomas como problemas de sueño y aislamiento social. Dada esta dualidad, sería inadecuado patologizar el uso de los videojuegos de manera generalizada.

Por tanto, sería inadecuado asociar a los videojuegos con otros problemas como la ansiedad, la irritación, la falta de concentración, los cambios en el estado de ánimo, entre otros, sobre todo teniendo en cuenta lo aportado por Moreno (2020), quien argumenta que es el factor de competitividad, y no el videojuego, el que podría acrecentar algunas conductas problemáticas a corto plazo. Esta inmersión competitiva se asemeja a los juegos deportivos de la vida real y generan la misma tensión y emociones (enfado, alegría, y/o frustración) que pueden afectar la conducta.

Igualmente sería un desacierto patologizar el uso excesivo de los videojuegos, y considerarlos una adicción, ya que se corre el riesgo de estigmatizar a aquellos individuos que se sumergen en estas plataformas digitales, no solo para una actividad de entrenamiento, sino para ser videojugadores profesionales. En este caso, también habría que considerar muchas otras actividades laborales como patológicas, debido al tiempo que ciertos individuos dedican a su ejecución.

Para finalizar, se considera que es fundamental llevar a cabo más investigaciones, y así comprender mejor cómo se manifiestan los efectos de los videojuegos a corto, mediano y largo plazo. Actualmente, no existe una comprensión clara sobre la duración de estos efectos. Esta falta de claridad impide desarrollar estrategias efectivas para maximizar los beneficios y mitigar los riesgos asociados con el uso de videojuegos en la infancia.

Referencias

- Acevedo, A., & Ortiz, Z. (2021). Videojuegos y subjetividades: Una reflexión desde Hispanoamérica. *Revista de Ciencias Sociales*, 27. Universidad de Zulia. <https://shre.ink/bqxW>
- Adan, A. (2012). *Impulsividad funcional y disfuncional en jóvenes con consumo intensivo de alcohol* (binge drinking). R. Ediciones. <https://shre.ink/bqkx>
- Alfageme, B., & Sanchez, P. (2002). *Aprendiendo habilidades con videojuegos*. [R. C. Educación, Recopilador] <https://www.redalyc.org/pdf/158/15801921.pdf>
- American Psychiatric Association. (2013). *Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales* (5a ed.). Panamericana.
- Andrade, A. (2020). EL Juego y su importancia cultural en el aprendizaje de los niños en educación inicial. *Revista Ciencia e Investigación* 5. file:///C:/Users/HOME/Downloads/Dialnet-ElJuegoYSuImportanciaCulturalEnElAprendizajeDeLosN-7398049.pdf
- Arce, I. (2020). *Mobiliario único para el desarrollo infantil etapa preoperacional*. (U. d. Azuay, Recopilador) Cuenca, Ecuador. file:///C:/Users/HOME/Downloads/15520.pdf
- Arce, M. (2015). Crecimiento y desarrollo infantil temprano. *Rev. Perú Med. Exp. Salud Publica*, 32 (3). <https://shre.ink/bqxQ>
- Avila, D., & Pilco, A. (2016). *Tolerancia a la frustración y distorsiones cognitivas en estudiantes con consumo de alcohol*. E. E.-R. salud, Ed. <https://shre.ink/bqJG>
- Aymamí, N. (2018). *La adicción no es ningún juego*. El Ciervo. <https://bit.ly/4goWo4Q>
- Baldinelli, F. (2022). *Efectos negativos de los videojuegos en línea en la mente humana*. L. e. deportes, Ed. <https://shre.ink/bqx2>
- Bances, R. (2019). *Habilidades sociales: una revisión teórica del concepto*. [Monografía]. Escuela Académico Profesional de Psicología. <https://shre.ink/bqIg>
- Berenzon, S., & Vargas, I. (1998). *Salud mental y medicina psicológica*. A. medicina. file:///C:/Users/HOME/Downloads/Cap%C3%ADtulo%203_%20Salud%20mental%20y%20sociedad.pdf
- Bermejo, V. (1983). *El juego en el desarrollo del niño*. Psiquis. IV. <https://shre.ink/bqxl>
- Bertolote, J. (2008). *Raíces del concepto de salud mental*. W. Psychiatry, Ed. <https://bit.ly/4hie2bH>
- Beth, E. W., & Piaget, J. (1961). Relaciones entre la lógica formal y el pensamiento real. (V. S. Zavala, Trad.) *Ciencia Nueva*. <https://bit.ly/42BKhl1g>
- Blaszczynski, A., & Nower, L. (2002). *Un modelo de vías para el juego problemático y patológico*. Addiction, Ed. <https://doi.org/10.1046/j.1360-0443.2002.00015.x>
- Bolaños, D. (2020). *Adicción sin sustancia química por el uso indebido de la tecnología en niños comprendidos de 8 a 12 años del colegio Real San Pablo de San Miguel Petapa*. U. Panamericana, Ed. <https://shre.ink/bqxH>

- Bristow, L., Bilevicius, E., Stewart, S., Goldstein, A., & Keough, M. (2018). *El juego en solitario media la vía de riesgo desde la sensibilidad a la ansiedad hasta el juego excesivo: evidencia de un estudio longitudinal de evaluación ecológica momentánea*. P. adictivas, Ed. <https://doi.org/10.1037/adb0000395>
- Bronfenbrenner, U. (1987). *La ecología del desarrollo Humano*. Ediciones Paidós. <https://bit.ly/3WJG47J>
- Bruner, J. (1983). *El habla del niño, cognición y desarrollo humano*. Ediciones Paidós. <https://bit.ly/3WFwjYg>
- Bueno, O. (2021). *El controvertido diagnóstico del trastorno de adicción a los videojuegos y la evolución del mismo durante la pandemia COVID 19: a propósito de un caso clínico*. *Psiquiatría Biológica*, 28. <https://shre.ink/bqx1>
- Buiza, C. (2018). *Videojuegos en adolescentes uso problemático y factores asociados*. Publicaciones y Divulgación Científica. Universidad de Málaga. <https://shre.ink/bqtP>
- Calle, A. (2020). Aislamiento social en adolescentes, causas y consecuencias. *Revista Juventud y ciencia solidaria*. <https://shre.ink/bqt6>
- Calvo, P., & Gómez, M. (2018). Aprendizaje y juego a lo largo de la historia. *La Razón Histórica ed., Vol. 40*. (R. h. Ideas, Ed.) file:///C:/Users/HOME/Downloads/LRH%2040.2.pdf
- Carbonell, X. (2020). La industria de los videojuegos contra el trastorno de juego por Internet. *Revista de Psicología*, 38(1), 39-48. <https://shre.ink/bqtN>
- Carbonell, X. (2020a). El diagnóstico de adicción a videojuegos en el DSM-5 Y LA CIE-11: Retos y oportunidades para clínicos. *Papeles del Psicólogo/ Psychologist Papers*, 41(3), pp. 211-218. <https://shre.ink/bxVS>
- Cardenas, D. (2012). *Incidencia e juegos y canciones tradicionales para promover el desarrollo del lenguaje oral y escrito en niños de 4 a 5 años*. <https://shre.ink/bovK>
- Carrillo, J. (2015). *La dimensión de los videojuegos online: de las comunidades de los jugadores a los sports*. 5. Dialnet. file:///C:/Users/HOME/Downloads/Dialnet-LaDimensionSoc
- Cascardo, E., & María, V. (2018). *Tecnoadictos: los peligros de la vida online*. Ediciones B. <https://shre.ink/bqtV>
- Catalán, L. (2021). Uso de videojuegos y su influencia en la salud. Adicción a videojuegos, problemas de sueño y sedentarismo. *Revista Atalaya Médica*, 22. file:///C:/Users/HOME/Downloads/Dialnet-UsodeVideojuegosYSuInfluenciaEnLaSaludAdiccionAVid-8541462%20(3).pdf
- Celi, S., Quilca, M., Sanchez, V., & Paladines, M. (2021). Estrategias didácticas para el desarrollo del pensamiento lógico en niños de educación inicial. *Horizontes. Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 5. <https://shre.ink/bqtY>
- Chahín, N. (2015). *Consideraciones y Reflexiones Acerca de la Versión Colombiana de la Escala Barratt de Impulsividad para Niños (BIS-11c)*. <https://shre.ink/bqtE>

- Cía, A. (2014). *Las adicciones no relacionadas a sustancias (DSM-5, APA, 2013): un primer paso hacia la inclusión de las Adicciones Conductuales en las clasificaciones categoriales vigentes*. Neuropsiquiatría, Ed. <https://shre.ink/bqtZ>
- Colombia. Ministerio de Salud. (1993). Resolución 8430 de 1993, Artículo 5. “*Por la cual se establecen las normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud*”. Diario oficial.
- De Sanctis, F., Distefano, M., & Mongelo, M. (2017). *Aspectos positivos y negativos en la psicología de los videojuegos*. B. D. Argentina, Ed. <https://shre.ink/bqtC>
- De sola, J., Rubio, G., & Rodríguez, F. (2013). *La impulsividad: ¿antesala de las adicciones comportamentales?* 13. H. a. drogas, Ed. <https://shre.ink/bqSX>
- Del Moral, E., Fernández, L., & Guzmán, A. (2015). *Videojuegos: Incentivos Multisensoriales Potenciadores de las Inteligencias Múltiples en Educación Primaria*. <https://shre.ink/bovx>
- Del Moral, M., & Fernández, L. (1998). *Conceptos fundamentales en drogodependencias*. <https://shre.ink/bovo>
- Echeburúa, E., & Corral, P. (2010). *Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto*. <https://shre.ink/bqtq>
- Espinar, G. (2023). La gamificación con videojuegos en clase de ELE: propuesta didáctica. 12. *Revista Letras Raras*. <https://shre.ink/bqtK>
- Estrada, E., Parichagua, J., Velásquez, L., Paredes, Y., Quispe, R., Farfán, M., gallegos, N. (2023). *Dependencia de los videojuegos en estudiantes de educación secundaria de la Amazonía peruana*. <https://shre.ink/bxyt>
- Fajardo, J., Santana, A., & Caldas, C. (2022). *Asociación entre el tiempo de uso de videojuegos y la tendencia a la agresividad en estudiantes universitarios Bogotá D. C.* Educación, Ed., & U. P. Colombia. <https://shre.ink/bqSz>
- Fernández, E., Martínez, A., & Luis, H. (2022). *Uso de los videojuegos y su relación con factores protectores de la salud mental en adolescentes cubanos*. A. c. Iberoamérica. [file:///C:/Users/HOME/Downloads/Dialnet-UsodeLosVideojuegosYSuRelacionConFactoresProtector-8548284%20\(4\).pdf](file:///C:/Users/HOME/Downloads/Dialnet-UsodeLosVideojuegosYSuRelacionConFactoresProtector-8548284%20(4).pdf)
- Flavell, J. (1985). *El desarrollo cognitivo*. 87(Machado Grupo de distribución, S.L.). (M. J. Pozo, Trad.). <https://shre.ink/bqrx>
- García, A., & León, E. (2022). Factores psicológicos y crisis de resultados en un equipo profesional de esports. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico*. Madrid, España. <https://shre.ink/bqSy>
- García, F. (2022). Adicción a los videojuegos. *Revista Crónicas*, 52. <https://shre.ink/bqSi>
- García, M., Revuelta, F., Pedrera, M., & Guerra, J. (2023). *Explorando la participación en los videojuegos, el desarrollo socioemocional y el bienestar de los adolescentes para una salud sostenible y una educación de calidad*. <https://www.mdpi.com/2071-1050/16/1/99>

- García, S. (2023). *El juego como ocupación, significado de un objeto*. C. o. Galicia, Ed. file:///C:/Users/HOME/Downloads/Dialnet-ElJuegoComoOcupacionSignificadoDeUnObjeto-9267954.pdf
- Gardner, H. (1987). *Estructuras de la mente la teoría de las inteligencias múltiples*. Books, Basic. <https://bit.ly/40LMt3G>
- Gardner, H. (1988). *La nueva ciencia de la mente Historia de la revolución cognitiva*. Paidós. <https://shre.ink/bqrs>
- Garita, F., Lizano, F., & Cordero, C. (2019). Metodologías para el Desarrollo de Videojuegos Serios: Una Revisión de Literatura. *VI.Tecnología Educativa Revista CONAIC*. <https://terc.mx/index.php/terc/article/view/55/54>
- Garvey, C. (1977). *El juego infantil*. Ediciones Morata. <https://shre.ink/bqt8>
- Gomez, L. (2011). Un espacio para la investigación documental. *Revista Vanguardia Psicológica*. file:///C:/Users/HOME/Downloads/Dialnet-UnEspacioParaLaInvestigacionDocumental-4815129.pdf
- Gomez, M., Galeano, C., & Jaramillo, D. (2015). El estado del arte, una metodología de investigación. *Revista Colombiana de Ciencias Sociales, Ed.*
- Gonzalez, C. (2014). *Videojuegos para la transformación social Aportaciones conceptuales y metodológicas*. <https://shre.ink/bqth>
- Gonzalez, C., Solovieva, Y., & Quintanar, L. (2014). El juego temático de roles sociales: aportes al desarrollo en la edad preescolar. *Avances en Psicología Latinoamericana*. <https://www-redalyc-org.udea.lookproxy.com/articulo.oa?id=79930906008>
- Gonzalez, N., Salazar, A., & Velásquez, A. (2009). *Juego y cultura digital ¿Qué se traen los juegos en línea? Signo pensam.* 28 (54). <https://shre.ink/bqtu>
- Gonzalvez, M., Espada, J., & Tejeiro, R. (2017). *El uso problemático de videojuegos está relacionado con problemas emocionales en adolescentes*. R. Adicciones, Ed.
- Guerra, L., & Appel, A. (2006). *Habilidades y Competencias Sociales en Juegos en Línea*. (U. T. Departamento de Informática, Recopilador) <https://shre.ink/bqSC>
- Gutierrez, S. (2022). *La comunicación de ciencia en videojuegos: estudio de caso del juego como recurso para la divulgación científica*. Complutense. <https://shre.ink/bovd>
- Huizinga, J. (1972/2007). *Homo Ludens*. Emecé editores. <https://shre.ink/bqtB>
- Jimenez, D., Salazar, C., & Castillo, H. (2023). *Videojuegos activos y salud mental: Una revisión sistemática con metaanálisis*. (R. I. deporte, Ed.) file:///C:/Users/HOME/Downloads/Dialnet-VideojuegosActivosYSaludMental-8910984%20(4).pdf
- Jimenez, M. (2019). *Videojuegos violentos, violencia y variables relacionadas: estado del debate*. (R. d. Físico, Recopilador) <https://shre.ink/bqt5>

- Kardefelt, D. (2017). *¿Cómo afecta el tiempo que los niños pasan utilizando tecnología digital a su bienestar mental, sus relaciones sociales y su actividad física?* <https://shre.ink/bov2>
- Karila, L., Coscas, S., Hermand, M., Lafaye, G., Donnadieu, H., & Benyamina, A. (2020). *Conductas adictivas (excluido el tabaco)*. <https://shre.ink/bqtA>
- Ledo, A., Gándara, J., García, I., & Gordo, R. (2015). *Videojuegos y Salud Mental: De la adicción a la rehabilitación*. (R. I. depscosomática, Ed.) <file:///C:/Users/HOME/Downloads/Dialnet-VideojuegosYSaludMental-5564733.pdf>
- Linaza, J. (1990). *El juego en el desarrollo infantil*. I Jornadas sobre Desafíos del Juguete en el siglo XXI: La escuela, el juego y el juguete. <https://shre.ink/bq8L>
- Liñares, D. (2023). *Adicciones con y sin sustancia en adolescentes gallegos. Prevalencia y variables asociadas*. Universidad Santiago de Compostela. https://minerva.usc.es/xmlui/bitstream/handle/10347/30480/rep_3030.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Lladós, J. (2015). *Abuso de sustancias*. <https://shre.ink/bov1>
- Lobato, L., Medina, M., Huerta, P., Matos, R., & Bernardez, R. (2022). *Predicción del síndrome informático visual mediante la adicción a videojuegos en estudiantes chinos y españoles*. R. H. medicas, Ed. <https://shre.ink/bov1>
- Lopez, C., Alvarez, O., Gonzalez, J., & Castillo, I. (2022). Sensibilidad a la ansiedad y adicción a los videojuegos en deportistas. El rol protector de la dureza mental. 22. *Cuadernos de psicología del deporte*. <https://shre.ink/bqOB>
- Lopez, P. (2020). *Los juegos en línea y su relación con la interacción social entre pares. Un análisis de caso en niños de cuatro años de educación básica*. U. P. Salesiana. <https://shre.ink/bxz9>
- Lopez, S., Rial, A., Marín, D., & Rodriguez, J. (2022). *Videojuegos, salud, convivencia y adicción. ¿Que dice la evidencia científica?* S. & Psychology, Recopilador. [file:///C:/Users/HOME/Downloads/Dialnet-VideojuegosSaludConvivenciaYAdiccion-8397128%20\(13\).pdf](file:///C:/Users/HOME/Downloads/Dialnet-VideojuegosSaludConvivenciaYAdiccion-8397128%20(13).pdf)
- Luna, E. (2021). *Cultura gamer: videojuegos online, esports y comunidades virtuales*. (U. N. Martin, Recopilador). <https://shre.ink/bqt3>
- Luria, Leontiev, & Vygotsky. (1986). *Psicología y pedagogía*. Ediciones Akal, S.A. <bit.ly/4gwjSF6>
- Machargo, J., Lujan, I., León, E., López, P., & Martín, M. (2003). Percepción de la influencia del ordenador, de internet y de los videojuegos por los adolescentes. *P. s. Anuario de filosofía*, (6). <https://shre.ink/bxRh>
- Malander, N. (2019). *Adicciones tecnológicas en adolescentes Relación con la percepción de las prácticas parentales*. <https://shre.ink/boCw>
- Marcos, M., & Cholis, M. (2020). Comorbilidad entre adicciones comportamentales en la adolescencia. *Revista Española de drogodependencias*. <https://shre.ink/bxR5>

- Marin, V., Morales, M., & Reche, E. (2020). *Aprendizaje con videojuegos con realidad aumentada en educación primaria*. R. d. (RCS), Ed., & U. d. Zulia. <https://shre.ink/boC7>
- Medina, M., Real, T., González, H., Robles, R., & Martínez, N. (2018). *Adicciones*. (3. Salud mental y medicina psicológica, Recopilador). <https://accessmedicina-mhmedical-com.udea.lookproxy.com/content.aspx?bookid=2368§ionid=186914167>
- Melfi, L. (2018). Videojuegos de Guerra: La militarización de la imaginación. Una primera aproximación desde la psicología del juego. *Teoría, política y sociedad: reflexiones críticas desde América Latina*. <https://shre.ink/boCq>
- Mena, C., Flores, C., Arteaga, P., Saldaña, D., & Navarrete, E. (2020). Juego en Primera Infancia: Aproximación al significado otorgado por educadoras de párvulos. *Sistemas de revistas y publicaciones, Universidad ORT, 12*. <https://shre.ink/bqxD>
- Mendoza, B. (2023). *Dependencia de los videojuegos y habilidades sociales en adolescentes escolares*. <https://shre.ink/bqxb>
- Moncada, J., & Chacon, Y. (2012). El efecto de los videojuegos en variables sociales, psicológicas y fisiológicas en niños y adolescentes. *D. y. RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, 21*. <https://shre.ink/bxE0>
- Monje, C. (2011). *Metodología de la investigación cuantitativa y cualitativa*. U. Surcolombiana. <https://shre.ink/bqxM>
- Montseny, F. (2022). *Kibbutz psicología*. <https://shre.ink/bqxx>
- Mora, C., Plazas, F., Ortiz, A., & Camargo, G. (2016). El juego como método de aprendizaje. <file:///C:/Users/HOME/Downloads/jacosta,+Nodos+y+Nodos+40+Art+12.pdf>
- Moral, M., Sirvent, C., Blanco, P., Rivas, C., Fernández, C., & Campomanes, G. (2018). *Impulsividad y adicción: papel mediador de la pérdida de control y la asunción de riesgos en la percepción de la sintomatología*. (X. C. Psiquiatría, Ed.) <https://shre.ink/bqxo>
- Moreno, A. (2020). *Psicología de los videojuegos*. <https://shre.ink/bqtG>
- Muñoz, D., & Pedrero, L. (2019). Los eSports: origen, evolución y tendencias. *VISTA revista de cultura visual*. <https://acortar.link/IpZW4k>
- Muros, B., Aragón, Y., & Bustos, A. (2013). *La ocupación del tiempo libre de jóvenes en el uso de videojuegos y redes*. <https://shre.ink/bxEK>
- Narváez, D., & Caro, E. (2015). *Impulsividad funcional y disfuncional en adolescentes consumidores de alcohol*. R. E. Iztacala, Ed. <https://shre.ink/boC9>
- Navas, A., & Castro, E. (2023). Juegos de desarrollo motor en las nociones espaciales en escolares de educación inicial. *P. d. conocimiento*. 8(86). <file:///C:/Users/HOME/Downloads/Dialnet-JuegosDeDesarrolloMotorEnLasNocionesEspacialesEnEs-9152555.pdf>
- Nuñez, E., Sanz, Y., & Ravina, R. (2020). Los videojuegos en la educación: Beneficios y perjuicios. *Revista Electrónica Educare, 24*. <https://shre.ink/bqtl>

- Núñez, Y., Vitória, P., & Núñez, R. (2018). *La contribución de las actividades lúdicas al desarrollo de habilidades sociales en la infancia*. <https://shre.ink/bxE1>
- Obaco, M. (2024). *Guía de apoyo docente para el desarrollo del lenguaje de niños de 4 a 5 años a partir de una guía de apoyo docente por medio del juego*. Cuenca, Ecuador: Universidad del Azuay. <https://shre.ink/bxE1>
- Olmeda, G., Camas, L., Ondarza, P., & Sanchez, S. (2018). *La contribución del juego infantil al desarrollo de habilidades para el cambio social activo*. U. C. Madrid, Ed. <https://shre.ink/bqx5>
- Ontiveros, J., Nieto, S., Cruz, M., Quesada, D., & Rodriguez, H. (2022). *Desarrollo de habilidades deportivas en niños y niñas a través del uso del videojuego Kinect Sports*. Lecturas: Educación Física y Deportes. <https://shre.ink/bqx7>
- Organización Mundial de la Salud. [OMS] (2005). *Neurociencia del Consumo y dependencia de sustancias psicoactivas*. <https://shre.ink/bqx3>
- Organización Mundial de la Salud. [OMS] (2018). *Clasificación Internacional de las enfermedades. CIE 11*. <https://bit.ly/3RiuwE2>
- Orlick, T. (2002). *Libres para cooperar, libres para crear: nuevos juegos y deportes cooperativos*. Piadotribo. <https://shre.ink/bqxG>
- Ormazabal, V., Hernández Lilian, & Zuñiga, F. (2023). El juego como herramienta de aprendizaje en educación superior. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 25. <https://shre.ink/bxNw>
- Ortiz, L., & Cardona, D. (2020). Tendencias y desafíos de los videojuegos como herramienta educativa. *Revista Colombiana de Educación*. <https://shre.ink/boX0>
- Pacheco, G. (2015). *Psicomotricidad en educación inicial*. Quito, Ecuador. <https://shre.ink/bqxu>
- Pelliza, M. (2024). *El juego en la gestión del aprendizaje*. <file:///C:/Users/HOME/Downloads/Dialnet-ElJuegoEnLaGestionDelAprendizaje-9673513.pdf>
- Pelz, W. (2022). *Investigación interpretativa*. Libretexs espanol. <https://shre.ink/boXV>
- Peralta, L., & Torres, M. (2020). *Adicción a videojuegos en relación con la conducta antisocial y delictiva en adolescentes de un colegio estatal de lima*. (R. d. salud, Recopilador) [file:///C:/Users/HOME/Downloads/Dialnet-AdiccionAVideojuegosEnRelacionConLaConductaAntisoc-7770608%20\(5\).pdf](file:///C:/Users/HOME/Downloads/Dialnet-AdiccionAVideojuegosEnRelacionConLaConductaAntisoc-7770608%20(5).pdf)
- Piaget, J. (1932/1984). *El criterio moral en el niño*. (N. Vidal, Trad.) Ediciones Martínez Roca, S. A. <https://bit.ly/4hPgI0x>
- Piaget, J. (1961/2004). *La formación del símbolo en el niño*. J. Gutierrez, Trad., & F. d. Económica. <https://acortar.link/oUWQV0>
- Piaget, J. (1964/1991). *Seis estudios de psicología*. Editorial Labor. S. A. <https://shre.ink/bxN3>

- Piaget, J. (1972). *Estudios de psicología genética*. (A. M. Battro, Trad.) Emecé Editores. <https://shre.ink/bxZ2>
- Piaget, J. (1975). *Introducción a la epistemología genética*. Paidós. <https://acortar.link/J2yeHV>
- Piaget, J. (1975/1998). *La equilibración de las estructuras cognitivas problema central del desarrollo*. (5a Ed.). Siglo veintiuno editores. <https://acortar.link/LJUV1F>
- Portillo, S., Caldera, J., Sedeño, K., Zamora, M., Reinoso, O., & Perez, I. (2023). *Adicción a los videojuegos y al internet en estudiantado mexicano de bachillerato*. R. E. Educare, Ed., & U. N. CIDE. <https://shre.ink/bqxC>
- Puente, H., & Sequeiros, C. (2018). Goffman y los videojuegos: Una aproximación sociológica desde la perspectiva dramaturgica a los dispositivos videolúdicos. *Revista Española de Sociología*. doi:10.22325/fes/res.2018.74
- Pueyo, S. (2019). *Programa de intervención para la mejora del retraso simple del lenguaje mediante el juego simbólico*. U. d. Social, Ed. <https://shre.ink/bqxZ>
- Quintanar, L., & Solovieva, Y. (2009). *Las funciones psicológicas en el desarrollo den niño*. Trillas. <https://shre.ink/bqfA>
- Rastrullo, L. (2019). *Adicciones con y sin sustancia: diferencias neurológicas*. <https://shre.ink/bxZD>
- Revista Consumer. (2020). Entre la educación y la adicción. *F. Eroski, Ed.* <https://shre.ink/bxX8>
- Rivadeneira, Y., Cajas, T., Mora, I., & Quinto, E. (2020). Adicciones a sustancias y comportamentales en la ciudad de Loja. *R. P. UNEMI, 4.*, <https://shre.ink/bxXS>
- Rizzo, V. (2023). *Trastorno por juego en Internet. Estudio del fenómeno del abuso de los videojuegos online desde un punto de vista educativo en la adolescencia*. U. d. Valencia, España. <https://shre.ink/bqxi>
- Rocío, R. (2019). Posibilidades de los videojuegos en el ámbito de la Didáctica de la lengua y la literatura. Una propuesta de clasificación. *Revista de Educación y TIC*. file:///C:/Users/HOME/Downloads/Dialnet-PosibilidadesDeLosVideojuegosNoSeriosParaElAprendi-7193066.pdf
- Rodriguez, M. (2005). Habilidades cognitivas y competencias sociales. *Revista Universidad Distrital Francisco José de Caldas*. <https://shre.ink/bqJz>
- Rodriguez, M., & García, F. (2021). El uso de videojuegos en adolescentes. Un problema de Salud Pública. *R. e. enfermería, 62*. Ed., & E. Global. Bilbao, España. <https://shre.ink/boXv>
- Rodriguez, O., & Estrada, L. (2021). *Pantallas en tiempos de pandemia: efectos bio-psico-sociales en niñas, niños y adolescentes*. U. d. Argentina. <https://shre.ink/bqxF>
- Rodriguez, W. (2015). Reflexividad Histórica, problematización e indagación dialógica como herramientas para repensar el concepto Vygotskiano de zona de desarrollo próximo. *Revista Puertorriqueña de Psicología, 26*, & A. d. Rico. <https://shre.ink/boXq>

- Romo, F., & Patiño, L. (2018). Ciclo vital y salud mental. *Salud mental y medicina psicológica*, 3. <https://shre.ink/bqxJ>
- Roncero, M., Hodann, R., Alberedi, I., & Molina, R. (2023). *Adicciones sin sustancia o adicciones comportamentales*. 13.M. -P. Acreditado. <https://shre.ink/bqxE>
- Salcedo, D., Fuentes, B., Villamar, E., & Salcedo, P. (2021). Los niños de era digital: estilos de aprendizaje y los retos de la participación. (R. RECIMUNDO, Ed.) *Saberes del Conocimiento*. <https://recimundo.com/index.php/es/article/view/1295/1822>
- Sanchez, J., & Benítez, E. (2022). *Revisión sobre la salud mental y nuevas tecnologías: Análisis de las redes sociales y los videojuegos en las primeras etapas de desarrollo como factores modulares de una salud mental positiva*. N. R. Psicología. <https://shre.ink/bxC0>
- Sanchez, J., Castillo, S., & Hernández, B. (2020). El juego como representación del signo en niños y niñas preescolares: un enfoque sociocultural. *Revista Educación*, 44. U. d. Rica, Ed. <https://shre.ink/boXr>
- Simbaña, M., González, M., Obando, C., & Hinojosa, G. (2022). El juego: una mirada desde los diferentes autores. *Digital Publisher*, 7. file:///C:/Users/HOME/Downloads/Dialnet-ElJuego-9018762.pdf
- Sirvent, C. (2023). *Adicciones comportamentales*. Departamento de Publicaciones Fundación Instituto Spiral. <https://bit.ly/415t675>
- Sirvent, C., Blanco, P., Palacios, L., Miranda, M., Rivas, C., & Moral, M. (2023). *Guía de adicciones comportamentales*. (D. d. Spiral, Ed.) <https://shre.ink/bqx6>
- Soles, L., & Cieza, S. (2023). *Influencia de los Videojuegos en las Habilidades Sociales: Una revisión sistemática de la literatura*. (R. I. informacao, Ed.) <https://shre.ink/bqx4>
- Suasnabas, L., Guevara, G., & Schuld, O. (2017). Videojuegos y su relación con la violencia. *Saberes del Conocimiento*. <https://shre.ink/boXn>
- Tarrasón, M. (2017). *Actitudes del profesorado de educación física hacia la introducción en el aula de los videojuegos activos como herramienta de innovación educativa*. U. d. Zaragoza, Ed. <https://shre.ink/bxNS>
- Torres, C. (2002). *El juego: una estrategia importante*. Educere, Ed <https://shre.ink/bxZN>
- Torres, E. (2008). Juego cooperativo en la educación. *Revista digital*. <https://shre.ink/bqxY>
- Troya, A. (2008). I Jornadas de alumnos de informática sobre juegos: Matemática recreativa e implementación de videojuegos (MATVI 2008). *Violencia en los videojuegos*. (S. d. Málaga, Ed.) <https://shre.ink/bxKU>
- Unicef. (2020). *Se dispara el uso de pantallas en niños y niñas durante el confinamiento*. <https://ciudadesamigas.org/pantallas-infancia-cuarentena/>
- Unicef. (2021). *Observación General 25, un gran marco para proteger los derechos de la infancia en Internet*. <https://shre.ink/bxKH>

-
- Unicef. (2023). *El juego infantil hoy, “restringido, inactivo, en interiores y organizado por los adultos”*. (C. a. infancia, Ed.) <https://ciudadesamigas.org/juego-infantil-hoy/>
- Unicef. (2024). *¿Sufre la infancia una crisis de salud mental?* <https://ciudadesamigas.org/salud-mental/>
- Urbina, A., & Morel, M. (2017). El estado del arte / estado de la técnica y la Investigación Científica y Tecnológica. *Revista Portal de la Ciencia*, 13. <https://shre.ink/bxZP>
- Uribe, D. (2023). El juego como una herramienta pedagógica para el aprendizaje en la escuela. *Revista de Inclusión Educativa y Diversidad*. <https://zenodo.org/records/10680016>
- Vales, L., Martínez, J., Lungo, R., Mora, B., Gómez, C., & Fígoli, I. (2018). *Niveles de impulsividad motora asociados a somnolencia diurna excesiva en niños y niñas en situación de vulnerabilidad Social*. file:///C:/Users/HOME/Downloads/Dialnet-NivelesDeImpulsividadMotoraAsociadosASomnolenciaDi-6653301.pdf
- Vales, L., Mora, B., Martínez, J., Gómez, C., Lungo, R., & Figoli, I. (2016). *Teoría de la Mente e Impulsividad Cognitiva en niños en situación de vulnerabilidad social ¿Están relacionadas funcionalmente?* (C. d. neuropsychology, Ed.). file:///C:/Users/HOME/Downloads/Dialnet-TeoriaDeLaMenteElImpulsividadCognitivaEnNinosEnSitu-6047322%20(2).pdf
- Vladisaukas, M., & Goldin, A. (2020). ¿Pueden los videojuegos beneficiar nuestro cerebro? *Revista de Neuroeducación*. <https://shre.ink/bqSN>
- Voltes, D., Hernández, A., & Marrero, R. (2018). *Incidencia y factores psicosociales y familiares vinculados a la adicción a internet y a los juegos online un estudio longitudinal en población adolescente*. (U. d. Laguna, Ed.) <https://shre.ink/bqx8>
- Vygotsky, L. (1979). *El desarrollo de los procesos psicológicos superiores*. (S. Forio, Trad.) Critica, S. L. <https://acortar.link/VarjEu>
- Wolf, M. (2005). *Introducción a la teoría del videojuego. Formats: revista de comunicación audiovisual*. file:///C:/Users/HOME/Downloads/upf,+formats_2005_2wol_esp.pdf
- XBOX. (s,f). *Información sobre Clasificación de juegos*. <https://shre.ink/boZR>
- Yanguas, M., González, C., Marcos, B., & Blasco, H. (2022). *Videojuegos serios: ¿ángeles o demonios en pacientes con trastorno por déficit de atención e hiperactividad? Una revisión cuasisistemática*. (N. L. medicine, Ed.) <https://shre.ink/bqxp>
-