

# ***ANÁLISIS DE LA ADICCIÓN A LOS VIDEOJUEGOS A TRAVÉS DE UN GRUPO DE ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PÚBLICA DE COLOMBIA***

## ***ANALYSIS OF VIDEO GAMES ADDICTION THROUGH A GROUP OF STUDENTS FROM A PUBLIC UNIVERSITY IN COLOMBIA***

---

Kevin Jesús Dimate Cardozo  
Daniel Esteban Rozo González  
Universidad Nacional de Colombia,  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0068-6386>  
[kdimate@unal.edu.co](mailto:kdimate@unal.edu.co) - [darozo@unal.edu.co](mailto:darozo@unal.edu.co)  
Correo: [dtorres@ucm.es](mailto:dtorres@ucm.es)

*Fecha de recepción: 20 de abril de 2022*

*Fecha de aceptación: julio de 2022*

### **Resumen**

Este documento informa sobre un estudio de investigación-acción sobre la adicción a los videojuegos. El estudio tuvo como objetivo explorar el fenómeno de la adicción a los videojuegos en un grupo de estudiantes de una universidad pública de Colombia, sus causas, consecuencias y métodos preventivos a través de la evaluación de investigaciones cuantitativas y cualitativas previas, entrevistas y encuestas dirigidas hacia la considerada como la población con más probabilidades de sufrir de este trastorno, además de puntos de vista psicológicos sobre este. Así, se resalta la necesidad de más investigación profunda y con diferentes metodologías que permitan entender el fenómeno desde puntos de vista que no se limiten únicamente a la recolección de información estadística. Por tanto, se lleva a cabo la investigación de la que se infiere que, este trastorno afecta en su mayoría a estudiantes varones entre 15 a 25 años, siendo así que la cantidad de horas invertidas en el juego en contraste con las necesarias para desarrollar una vida social y académica íntegra es mucho mayor. En ese sentido, es relevante destacar que el género de videojuegos MOBA (Multiplayer Online Battle Arena video games) es uno de los géneros que más juega el grupo de estudiantes encuestados y entrevistados, constatando el estatus de este género como aquel que generaría más adictos a los videojuegos debido a diversos factores, y así, a través del estudio de este género de videojuegos en la población seleccionada y las implicaciones del videojuego para con la vida de estos, se deduce y declara a fin de aportar al campo de investigación de este trastorno de adicción.

**Palabras clave:** adicción a los videojuegos, depresión, ansiedad, estrés.

## **Abstract**

This document reports on an action research study on video game addiction. The study aimed to explore the phenomenon of video game addiction in a group of students from a public university in Colombia, its causes, consequences and preventive methods through the evaluation of previous quantitative and qualitative research, interviews and surveys directed towards the one considered as the population most likely to suffer from this disorder, as well as psychological points of view about it. Thus, the need for more in-depth research and with different methodologies that allow understanding the phenomenon from points of view that are not limited only to the collection of statistical information is highlighted. Therefore, the investigation is carried out from which it is inferred that this disorder affects mostly male students between 15 and 25 years old, being that the number of hours invested in the game in contrast to those necessary to develop an entire social and academic life is much greater. In this sense, it is relevant to highlight that the video game genre MOBA (Multiplayer Online Battle Arena video games) is one of the genres that the group of students surveyed and interviewed plays the most, confirming the status of this genre as the one that would generate more addicts to video games due to various factors, and thus, through the study of this video game in the selected population and the implications of the video game for their lives, it is deduced and declared in order to contribute to the field of research of this addiction disorder.

**KeyWords:** Video games addiction, depression, anxiety, stress.

## **Introducción**

Los videojuegos son actualmente una de las industrias de entretenimiento más grandes e importantes. La aparición de los deportes electrónicos o “eSports” ha dado cuenta del crecimiento masivo de este medio de entretenimiento en las últimas décadas, y así, el género MOBA (Multiplayer Online Battle Arena video games) se ha consolidado como el rey de los aclamados eSports. Del mismo modo que con aquellos adictos a los juegos de azar, la adicción a los videojuegos ha sido un fenómeno ampliamente reconocido por la OMS en la CIE-11 (2019), que advierte que “el patrón de comportamiento de juego da como resultado una angustia o un deterioro significativos en las áreas de funcionamiento personal, familiar, social, educativo, ocupacional u otras áreas importantes”; y es así que el popular género MOBA, ha sido el que ha generado la mayor cantidad de casos de adicción al rededor del mundo.

Este grave problema aqueja más a la sociedad conforme las nuevas tecnologías avanzan a pasos agigantados. Chóliz y Marco (2011) evocan la evolución constante en el campo de la tecnología que, junto con el atractivo de los videojuegos, ha brindado simulaciones fantásticas. Comenzando así a acentuar su presencia en jóvenes adultos, en este caso, jóvenes estudiantes universitarios que podrían, y de hecho, ven afectado su proceso académico, así como su vida cotidiana debido a este fenómeno. No obstante, se evidencia una clara escasez de estudios acerca de la presencia del fenómeno de la adicción a los videojuegos, principalmente en el contexto de los adultos jóvenes colombianos. Además de la falta de estudios centrados en

el masivo género MOBA que, como ya se ha mencionado, es uno de los géneros que más genera y mantiene adictos a los videojuegos alrededor del mundo en la actualidad. Debido a lo anterior, el siguiente estudio se dirige hacia aquellos involucrados en el entorno educativo y su comunidad, así como hacia los jóvenes estudiantes que puedan ser víctimas de la mencionada adicción y a los padres o tutores de los jugadores que quieran conocer e identificar las características que envuelven al fenómeno.

El presente estudio tiene como objetivo analizar y reconocer el fenómeno de la adicción a los videojuegos y sus principales aspectos, apoyándose en el popular género MOBA como exponente de análisis a través de herramientas para la recolección de información, así como el análisis cualitativo y cuantitativo de esta. De la misma manera, se dará cuenta de la realidad de este fenómeno recolectando información en un grupo seleccionado al azar y por conveniencia en una universidad pública de Colombia. Por consiguiente, se explorarán causas y consecuencias que el trastorno acarrea dentro de la psique y comportamiento del individuo afectado, para finalmente adentrarse en el planteamiento del estudio y verificar con los datos la pertinencia de esta investigación.

## **Metodología**

### ***Tipo de Estudio***

El presente estudio de tipo investigación-acción exploratorio en el marco del análisis mixto del fenómeno de la adicción a los videojuegos permitirá dar cuenta de que en

efecto, este existe y ha afectado de manera significativa y amplia a los estudiantes en la etapa de la adolescencia y juventud. La investigación es el método mediante el cual se puede dar solución a problemas en determinados contextos (Carrillo, 2020). En ese sentido, se busca investigar también en qué medida afecta los afecta este trastorno, siendo así, que esta población se encuentra más vulnerable a caer en adicciones como el internet o los videojuegos gracias a verse afectados por factores como el estrés y la presión competitiva (Kim et al., 2021); de la misma manera, O'Farrell et al. (2020) afirman que, según sus resultados, los jugadores informan un aumento de los síntomas de DG (disordered gaming o *juego desordenado*) cuando se presentan simultáneamente con síntomas más altos de depresión y niveles más altos de individualismo vertical. No obstante, según Wittek et al. (2016), hay que tener en cuenta que ese fenómeno de adicción a los videojuegos es relativamente “nuevo” y que a medida que crezcan las generaciones de jugadores, se distribuirán los rangos de edad de forma más uniforme.

Las diferentes tecnologías han visto un increíble crecimiento desde finales del siglo XX e inicios del siglo XXI, y con ellas, los videojuegos producidos, desde su cantidad calidad, hasta la duración de estos, permitiendo y ampliando la cantidad de videojugadores, y por tanto, la de los adictos, que según Contreras (2022), presentan el falso convencimiento de la necesidad de jugar menos y de que poseen

el control en cuanto a sus hábitos compulsivos hacia este método de entretenimiento.

En ese sentido, y antes de continuar, es pertinente aclarar que el concepto de adicción se define como la dependencia a sustancias o actividades nocivas, y teniendo esto en claro, proseguimos aclarando que existe una importante falta de estudios acerca de la adicción a los videojuegos, además que los ya existentes evidencian una falta de rigurosidad para con el análisis de los datos recolectados, pues en su mayoría no son más que opiniones personales de los entrevistados, datos que si bien pueden ayudar a dilucidar parcialmente declaraciones y deducciones propias con respecto al análisis del fenómeno en sí, no son cuantificables para realizar un ejercicio investigativo exhaustivo, y debido a su específico y pequeño tamaño muestral y poblacional, tampoco permiten realizar conclusiones acerca del fenómeno de la adicción a los videojuegos en general (Tejeiro, R., 2001).

En este aspecto, no se cometerá el error de asumir que las conclusiones aquí presentes sean aplicables para el 100% de los casos, más bien, se pretende simplemente realizar un aporte investigativo en cuanto al fenómeno de la adicción a los videojuegos desde el punto de vista de un estudiante joven, en este caso, de estudiantes universitarios colombianos con el objetivo de realizar nuestro aporte al ámbito educativo. Y así, se recalca que, en efecto, es necesario realizar investigaciones más

profundas y en otros ámbitos que permitan entender el fenómeno desde su amplitud y generalidad.

## Categorías del estudio

Depresión, ansiedad, comportamientos adictivos, rendimiento académico.

### Estrategia de búsqueda de la información

Se investigaron estudios relacionados a través de la plataforma Scopus, seleccionando los más pertinentes para con los objetivos principales y secundarios de la investigación. Centrándose en la búsqueda sobre el fenómeno de la adicción a los videojuegos en general y progresivamente inclinándose hacia los videojuegos tipo MOBA y su principal exponente: League of Legends. La mayoría de estos fueron estudios cuantitativos que utilizaban pruebas psicométricas como herramienta para obtener la información y cuantificar los datos obtenidos, y unos pocos ofrecían opiniones críticas con respecto al fenómeno de la adicción a los videojuegos en sí, inclusive ofreciendo algunos de ellos explicación sobre este fenómeno desde un punto de vista social (Tabla 1). Esto ha permitido entender que hay una falta de estudios que propongan declaraciones y posturas frente a todos los datos ya recolectados, así como la ausencia de estudios guiados hacia el género MOBA que, en la actualidad, es uno de los géneros más jugados alrededor del mundo. Por otro lado, se incluyeron también artículos de prensa y artículos web de opinión o divulgación sobre el fenómeno en cuestión, los cuales ofrecen una visión

social y actualizada al momento de la investigación.

**Tabla 1.** Investigaciones sobre la adicción a los videojuegos.

Tabla 1. Investigaciones sobre la adicción a los videojuegos.				
ESTUDIO	N	EDAD	MÉTODO	RESULTADOS
Brooks (1983)	973		Cuestionario a jugadores	Una minoría se sienten empujados a jugar; la mitad del tiempo en las salas se dedica a actividades distintas del juego
Brown y Robertson (1990)	45		Items basados en las 20 preguntas para el juego a azar compulsivo en Jugadores Anónimos	Adicción a los VJs en un "porcentaje notable" (no especificado)
Creasey y Myers (1986)	47	9-16	Cuestionario a usuarios nuevos y antiguos de VJs, en un intervalo de 4 meses	Importante decremento en juego en ambos grupos (jugadores nuevos: de 15.4 a 6.3 horas semanales; jugadores antiguos: de 8.1 a 2.3 horas)
Egill y Meyers (1984)	151	10-20	Cuestionario con afirmaciones sobre el carácter compulsivo del uso de VJs	52% juega más que un año atrás, 18% igual, 30% menos. Máximo de 10-15% de "adictos a VJs". La mayoría no contempla el uso de VJs como un problema. Uso de VJs "compulsivo" en los que juegan con más frecuencia, se sienten adictos, disfrutan más con los VJs que con cualquier otra actividad, y son más competitivos
Estallo (1993)	65	12-18	Registro del juego en una ludoteca durante 5 meses	Disminución lineal del tiempo que se dedica al VJ; reducción significativa de la duración media de cada sesión de juego, en forma de curva de extinción
Fisher (1994/1995)	460	11-16	Modificación de criterios DSM-IV para juego patológico	6% adictos a los VJs. Adicción muy superior entre jugadores habituales (19%) que entre ocasionales (3%)
Griffiths (1998)	5		Análisis de casos	Los 2 que cumplen criterios de adicción tienen graves problemas en otros ámbitos. El uso excesivo de VJs es sintomático, como defensa ante otras deficiencias
Griffiths y Dancaster (1995)	60	24	Modificación de criterios DSM-III-R para juego patológico	375% son adictos a los VJs o lo han sido en algún momento de su vida
Griffiths y Hunt (1998)	387		Modificación de criterios DSM-III-R para juego patológico	19.9% de adictos a los VJs; 6.8% suele jugar a niveles de adicción. Correlación positiva de las puntuaciones en adicción con sexo (más en chicos), frecuencia de juego, y duración media y máxima por sesión; negativa con edad de inicio. 33% considera que los VJs son adictivos
Keepers (1990)	1	12	Análisis de casos	Juego como respuesta parcialmente adaptativa
Klein (1984)			Análisis de casos	Preocupación por los VJs en niños con trastornos de oposición o de conducta. Padres y profesores informan que los niños gastan dinero del almuerzo en VJs, y de que roban o piden para jugar
McClure y Mears (1984)	336	9-10	Cuestionario a estudiantes	15% juega a VJs para escapar de las presiones exteriores
McClure y Mears (1986)	290	14-17	Cuestionario a estudiantes; EPI, MMPI, CPI	Jugadores habituales no informan de menor felicidad familiar, no tienen más probabilidad de pertenecer a familia monoparental o con un padre no biológico, ni de fugarse de sus domicilios
Phillips, Rollis, Rouse y Griffiths (1995)	868	11-16	Cuestionario a estud.; modificación de criterios DSM-III-R para juego patológico	75% de adictos a los VJs; estos juegan 6 ó más días a la semana, >1 h. por sesión, más tiempo del pensado, y no hacen las tareas escolares para jugar. Porcentajes importantes cumplen al menos algún criterio: jugar más tiempo del pretendido (60.6%)
Rozin y Stoess (1993)	573		Valoración de síntomas de adicción a VJs y otras sustancias y conductas	VJs son la actividad menos adictiva tras juegos de azar. No correlación entre puntuación de los jóvenes y puntuación media de sus padres, pero sí entre puntuación de padre y madre. Correlación negativa entre puntuación de adicción a VJs y consumo de café, y positiva con consumo de bebidas de cola, de alcohol, y con juegos de azar
Tejeiro (1998)	1368	14	Modificación de criterios DSM-IV para juego patológico	Dependencia (14.9%), preocupación mientras no se está jugando (11.4%), uso como mecanismo de evasión (8.2%), abstinencia (5.7%), tolerancia (4.7%). Niños superan a niñas en todos los síntomas. Relación positiva entre adhesión al juego y (a) presencia de cada síntoma, y (b) número de síntomas de cada sujeto
Turkle (1984)			Análisis de casos	Rechaza la noción de "adicción" a los juegos de ordenador

**Fuente:** tomada de Tejeiro, R. 2001

## Importancia

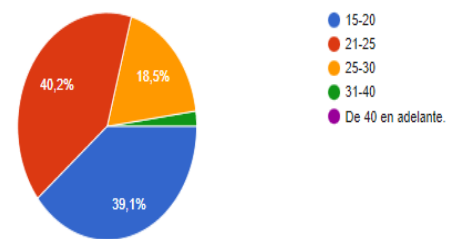
Según Creswell (2015:2), la investigación con métodos mixtos es aquella en la que el investigador reúne datos cuantitativos y cualitativos, los integra y luego realiza interpretaciones basadas en combinar las fortalezas de ambos.

Este estudio de método mixto tipo investigación-acción se lleva a cabo por medio del análisis de estudios previos sobre la adicción a los videojuegos en general y centrándose principalmente en el juego League of Legends, máximo exponente de los videojuegos MOBA con cerca de 8 millones de jugadores diarios registrados en el año 2021 (Terol, M., 2021), así como la recopilación de datos estadísticos en base a encuestas y entrevistas realizadas a diferentes estudiantes de una universidad de Bogotá, Colombia.

En este sentido, y antes de continuar, es imperativo recordar que la OMS, a través de la undécima Clasificación Internacional de Enfermedades de la OMS (CIE-11), reconoció a la adicción a los videojuegos como un trastorno mental oficial. De esta manera, es factible asegurar que en la actualidad existe suficiente evidencia empírica, clínica y científica para considerar que el juego excesivo puede llegar a ser problemático y adictivo (Rodríguez & Padilla, 2021). Tomando esto en cuenta, es una realidad que este trastorno afecta a una considerable cantidad de estudiantes desde la educación básica hasta la educación universitaria superior. Este rango de edad es respaldado por las estadísticas que ofrecen empresas desarrolladoras de videojuegos como Electronic Arts para la demografía de sus jugadores, así como nuestra propia investigación, pues se realizaron preguntas a un grupo al azar por conveniencia de 91 estudiantes de una universidad pública colombiana, preguntas tales como la edad en la que afirmaron haber iniciado a jugar videojuegos de forma usual, obteniendo como resultado que el rango de edad en la que más han jugado es entre los 15 a los 25

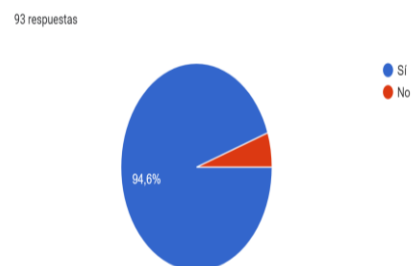
años (figura 1). Esto puede sostener que la edad promedio en la que más se acentúa la adicción es la misma en la que el estudiante promedio realiza sus estudios de educación media y superior.

**Figura 1.** ¿En qué rango de edad se encuentra?



A este mismo grupo de estudiantes se le preguntó si conocían el género de videojuegos MOBA (Multiplayer Online Battle Arena video games), a lo cual el 94,6% de estos respondió afirmativamente (figura 2), esta importante mayoría reafirma al género MOBA como uno de los grandes exponentes en lo que a videojuegos respecta.

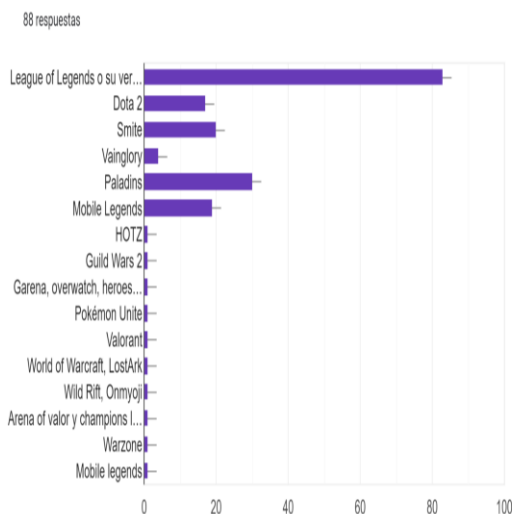
**Figura 2-** ¿Conoce usted el género de videojuegos MOBA (multiplayer Online Battle Arena video games)?





Igualmente, se preguntó acerca de los videojuegos que han jugado pertenecientes al género moba, arrojando así numerosos títulos, entre los cuales League of Legends se alza como el juego más jugado por este grupo de estudiantes encuestados con un 94,3% de mención (figura 3), es decir, casi la totalidad de aquellos encuestados que respondieron afirmativamente en la pregunta anterior (figura 2).

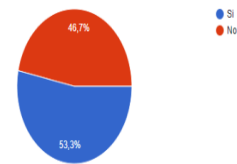
**Figura 3.** Si respondió afirmativamente en la anterior pregunta, ¿qué juegos de este género ha jugado? (puede elegir más de una opción).



**Fuente:** autoría propia.

Seguidamente, se les preguntó si consideraban sufrir o haber sufrido de adicción a los videojuegos en algún momento de su vida, obteniendo como resultado que más de la mitad de los entrevistados (53,3%), en efecto, presentan o han presentado este trastorno (figura 4).

**Figura 4.** ¿Considera usted tener o haber tenido alguna vez adicción a los videojuegos en general?



**Fuente:** autoría propia.

Todo esto nos ha permitido identificar y reafirmar que en efecto, el fenómeno de la adicción a los videojuegos juega un rol activo dentro de la comunidad estudiantil.

Adicionalmente, y en relación con la figura inmediatamente anterior, se entrevistó a dos de los estudiantes que afirmaron tener o haber tenido alguna adicción a los videojuegos. A continuación, el resumen parafraseado de las respuestas de estos acompañados de un corto análisis:

### 1. ¿Es o se percibe como hombre o mujer?

Los estudiantes afirmaron percibirse de acuerdo con el sexo que nacieron, es decir, como un hombre y una mujer. Desde ahora se referirá a estos como “E1” y “E2” respectivamente.

Si bien la pregunta 1 parece ser completamente irrelevante, el sexo de los participantes podría ser un factor a revisar dado que, según afirma De Pasquale, et-al. (2021), es destacable que los hombres tienden a percibirse a sí mismo más “en control” referente al uso de videojuegos.

En suma, a esto, se destaca también el hecho de que la mayoría de los estudiantes que hacen parte del 53,3% que respondieron afirmativamente a la pregunta de la Figura 1 son hombres; esto en una proporción aproximada de 43 hombres y 6 mujeres.

**2. *¿Cómo definiría una adicción desde su punto de vista o desde su experiencia?***

E1 define una adicción como una dependencia que atrapa fuertemente a aquel que padece de esta. Por su parte, E2 define este término como aquello que genera placer y que no puede ser fácilmente relegado o abandonado.

Esta pregunta se hizo con motivo de conocer el punto de vista, el cómo aquellas personas que han padecido o aún padecen de este trastorno ven y definen una adicción. Llegando al consenso de que la adicción a los videojuegos se ve como un problema que atrapa al individuo como si fuese una jaula.

**3. *¿Cuánto tiempo fue, o lleva siendo, adicto(a) a los videojuegos?***

E1 declara ser aún adicto a los videojuegos y cargar con este trastorno desde hace aproximadamente dos años y un mes al momento de la entrevista y que está intentando alejarse de esta adicción. Por otra parte, E2 expresa que, si bien aún disfruta jugar, ya no abusa de los videojuegos como lo hacía antes. Igualmente afirma haber sido adicta a estos por al menos dos años.

**4. *¿Cuáles cree usted que fueron las principales causas que lo o la llevaron a esta adicción?***

Ambos estudiantes respondieron de manera similar afirmando que, para ellos, la competitividad y características llamativas del videojuego (League of Legends en ambos casos), tales como los sistemas de recompensas que inducen a jugar para ganar ciertos premios. Además, E2 añade que para ella los videojuegos eran una forma de socializar, de pasar el tiempo con sus amigos y conocer a otros jugadores.

**5. *¿Qué tipo de características cree que tienen los videojuegos más propensos a ser “adictivos”?***

E1 dice que los videojuegos más adictivos son aquellos que son gratuitos y tienen tanto diseños muy llamativos como buena publicidad. De igual manera, E2 manifiesta que los juegos con más accesibilidad, es decir, que son gratuitos y no tienen muchas exigencias técnicas a la hora de jugarlos, son sin duda los que más “enganchan” a los jugadores.

Las preguntas 3, 4 y 5 evidencian varias causas comunes presentes en los videojuegos del género MOBA tales como la competitividad, el tiempo de juego constante, los diseños llamativos y sistemas de recompensas diarios que mantienen a los jugadores al pendiente de dichos juegos del género y su exponente *League of Legends*.

**6. *¿Qué consecuencias ha tenido la adicción a los videojuegos en su vida y qué ámbitos se han visto más afectados?***

En el caso de ambos estudiantes, uno de los ámbitos más afectados fue el desempeño académico ya que la falta de control sobre el tiempo de juego los llevaba a no cumplir con algunos deberes universitarios. De la



misma forma, E1 vio afectadas sus relaciones sociales, las cuales refiere como escasas antes de los videojuegos y casi nulas al momento de la entrevista. E2 por su lado afirma que el segundo aspecto más afectado fue el familiar, generando desacuerdo por el tiempo de juego en contraste con el tiempo en familia.

### **7. *Cuéntenos lo más relevante de sus primeras experiencias con el juego al cual fue principalmente adicto(a)***

E1 y E2 manifiestan que jugaban principalmente para mejorar en un juego tan competitivo como lo es League of Legends (en el caso de ambos estudiantes). Sin embargo, afirman que después de un tiempo su motivación se basaba en la frustración que muchas veces generaba la derrota, decidiendo así jugar más partidas para no quedarse con la sensación de derrota.

Las consecuencias que tiene el fenómeno de la adicción a los videojuegos se ven reflejadas en la vida diaria de aquellas personas que padecen este trastorno, afectando la vida social, familiar e incluso académica de los individuos. El manejo de tiempo es el factor común entre las respuestas de la presente entrevista y los resultados arrojados por la encuesta que la precede. Así mismo, la importancia que se le da al videojuego objetivo de adicción trae consigo la incapacidad para concentrarse o participar plenamente en actividades fuera de línea dado que la persona está siempre pensando en jugar; esto combinado con el disfrute que aporta la espera para jugar, lo cual Snodgrass et al. (2022) llaman "anticipación positiva".

### **8. *En caso de no padecer más de adicción a los videojuegos ¿Cómo cree que logró dejar de abusar de los videojuegos? ¿Qué le ayudó?***

E2 concluye que, al no querer ver su desempeño académico aún más afectado, decidió darles mayor importancia a sus estudios, trayendo como consecuencia la falta de tiempo para jugar gracias a las actividades académicas propias de su carrera. Por otro lado, E1 afirma estar en proceso de alejarse progresivamente de los videojuegos a través de la ayuda de sus seres cercanos.

La última pregunta de la entrevista deja ver que, al igual que la adicción a cualquier otro hábito, actividad o sustancia, es posible tomar medidas para mitigar el impacto negativo que tiene este trastorno sobre los individuos que lo padecen. Sin embargo, el acompañamiento de padres y seres cercanos en general es una medida importante a tomar, esto soportado por la doctora McCarthy (2022), la cual alienta a los padres a mantenerse alerta de sus hijos y el tiempo que pasan jugando. Ahora, y antes de proseguir, debemos aclarar con un poco más detalle lo que en realidad consiste esta adicción. En ese sentido, algunos de los criterios que caracterizan este fenómeno según la OMS son la incapacidad de la persona el dónde, cuándo y por cuánto tiempo juega, priorizando así el juego por sobre cualquier habilidad social, y finalmente, la adicción empeora con el tiempo aun cuando el impacto negativo para la propia perspectiva del individuo es evidente, cosa que en este punto y con la información recolectada es más que evidente de corroborar.

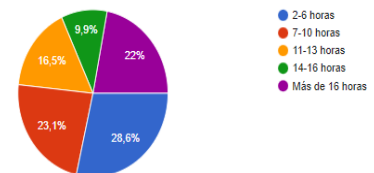
Dicho fenómeno ha tomado tal relevancia a día de hoy que algunos gobiernos han considerado tomar medidas regulatorias. Es el caso del gobierno chino, que ha llegado al punto de exigir normas reguladoras anti-adicción a Riot Games y su juego estrella League of Legends, controlando así cierto número límite de jugadores en línea (aún no definido) o incluso expulsando temporalmente del servidor a los menores que pasen más de dos horas al día conectados al popular juego, nos cuenta Cutchin (2019) en su artículo para Los Ángeles Times.

Desde este punto de vista, encontramos que, según Fernández (2018), Profesor de la Universidad Autónoma de Madrid, basándose a su vez en la Asociación Pediátrica Americana, afirma que el infante, adolescente y joven adolescente debería jugar no más de 2 horas diarias, pero aún más importante el hecho de que no se debe permitir sobrepasar este límite, habiendo dejado saber con antelación al menor este límite, y avisándole minutos antes de terminar el tiempo para que termine de la mejor manera su juego para finalmente apagar el dispositivo en el que juega sin titubear. Por nuestra parte, resaltamos que la manera en que el joven afrontará los videojuegos es legalmente completa responsabilidad del adulto a cargo, por lo menos hasta que el menor cumpla la mayoría de edad y/o haya logrado desarrollar una conciencia responsable con respecto a las consecuencias que trae el uso excesivo de los videojuegos. En ese sentido, el adulto es responsable de guiar al joven a través del uso de los dispositivos electrónicos y de fomentar el empleo del tiempo de ocio en diferentes actividades que estimulen otras áreas vitales de él, como el practicar

deportes, desarrollar habilidades artísticas de su preferencia, fomentar las actividades sociales con la familia y amigos, etc. Esto permitirá el desarrollo integral de la vida del joven.

En relación a lo anterior, se le preguntó a los estudiantes encuestados acerca del tiempo en horas semanales que juegan usualmente o solían jugar. Así, encontramos que el 22% de los entrevistados juegan o solían jugar más de 16 horas semanales (figura 5), es decir, más de 2 horas al día en promedio, lo que la mayoría de ocasiones desarrolla una fase temprana de la adicción a los videojuegos.

**Figura 5.** ¿Cuántas horas semanales juega o jugaba?



Fuente: autoría propia.

Esto nos permite entender que, efectivamente, el trastorno afecta una o varias de las áreas del desarrollo integral del joven, y que son, según ellos, el área social, familiar y académica las que se ven mayormente afectadas, desembocando así en detrimento del óptimo desarrollo de las habilidades socioemocionales, así como el probable desarrollo de trastornos relacionados como la depresión y la ansiedad social.

Habiendo concluido el análisis de las personas encuestadas y entrevistadas, realizamos un vistazo a los el panorama de los medios de comunicación en relación al

fenómeno estudiado, y así, observamos que son uno de los grandes difusores del creciente mercado de los videojuegos, y por tanto, una de las tantas causas que puede atraer a jóvenes e incluso niños a este. Es por esto que la doctora McCarthy (2020) le aconseja a los padres mantenerse alerta en cuanto a dichos medios en su artículo para [healthychildren.org](http://healthychildren.org); de la mano con esto, se tiene como objetivo diversificar los gustos de los jugadores para satisfacer sus necesidades de diferentes fuentes y lidiar con sus problemas con los juegos (Johnson, 2022).

Sin embargo, estos medios son tan solo una de las numerosas causas de este fenómeno. Por ejemplo, los individuos socialmente ansiosos consideran el internet y los videojuegos online como un contexto social e interactivo más seguro que la interacción directa (Gioia et al., 2020). Esto refiere las ansiedades personales como un factor importante para el surgimiento de la adicción a los videojuegos, no solo para las investigaciones ya realizadas, sino para la opinión de los estudiantes entrevistados, pues algunos de ellos resaltaron que en general los videojuegos online les permiten entablar relaciones amistosas con personas de muchos lugares del mundo de manera muy rápida eliminando así el factor físico, resultando de esta manera en el desarrollo de síntomas tempranos de trastornos mentales, y, a medio y largo plazo, de los trastorno en su totalidad. Esto es respaldado por estudios como el de Ahmed et al. (2022), en el cual, al encuestar y entrevistar a grupos de estudiantes de tres escuelas egipcias, encontraron que, comparado con los adolescentes sin adicción a los videojuegos, los que sí sufrían del trastorno de la adicción a los

videojuegos tuvieron considerablemente niveles más altos de hiperactividad, problemas de conducta, problemas para relacionarse con el otro y de intento de escape de las emociones.

Finalmente, no es prescindible el mencionar que factores como el condicionamiento estímulo-recompensa, la gratuidad, la publicidad, los factores sociales externos, el pasado experiencial del adicto, el factor cultural e identitario y demás, permitirán entender el fenómeno de la adicción a los videojuegos de una mejor manera, y que debido a su extensión, deberán ser estudiados individual y profundamente en estudios futuros.

## **Conclusiones**

En definitiva, es de gran trascendencia el estudiar el fenómeno de la adicción a los videojuegos en miras de prevenir el desarrollo de este, así como los trastornos relacionados como la depresión y ansiedad (Kim et al., 2021), y las consecuencias problemáticas que estas conllevan para la vida del joven estudiante, tal como lo afirman Rodríguez y Padilla (2021), desde el bajo rendimiento hasta el bajo desarrollo de las habilidades socioemocionales, o en últimas, el fracaso académico y la deserción como punto importante dentro del sistema educativo y laboral actual.

Teniendo esto presente, se logró identificar el fenómeno dentro de una muestra elegida al azar por conveniencia dentro de la comunidad académica de la mencionada universidad de Colombia, y por tanto, su importancia dentro del contexto universitario. Esto por medio de la revisión documental de estudios previos

relacionados con el fenómeno, así como encuestas y dos entrevistas realizadas de manera digital (protegiendo respectivamente los datos de los participantes) y dando como resultado la notoria presencia del fenómeno en los jóvenes estudiantes de dicha institución; así como el punto de vista de aquellos que sufren o han sufrido del trastorno de adicción a los videojuegos, describiendo características en común tales como la necesidad de seguir jugando y el deterioro de su entorno social, familiar y académico, y así, el desarrollo temprano y acentuación de trastornos del estado anímico como la depresión y sus síntomas.

De esta manera, resaltamos también, que para este, así como para otros trastornos mentales, se recomienda no realizar declaraciones generales a partir de un estudio de pequeños límites, y así, es necesario continuar realizando investigaciones en el campo de manera rigurosa y con otras poblaciones, condiciones y metodologías en general, para poder inferir y realizar declaraciones más objetivas con respecto al estudio del fenómeno (Tejeiro, R., 2001).

Finalmente, es posible entender esta adicción, al igual que muchas otras, como resultado de la búsqueda de algunos seres humanos de escapar y evadir su realidad diaria y de encontrar estímulos que no son propios de esta. Ya sea por visiones distorsionadas a través de los alucinógenos, desinhibir sus sentidos a través del alcohol o escapar a mundos fantásticos a través de los videojuegos, los seres humanos parecen tener una naturaleza adictiva en su búsqueda de lo irreal. No obstante, si queremos entender lo que esta adicción representa al fin y al

cabo para la vida de una persona, debemos preguntarnos también si este deseo de escape puede ser también interpretado como una posible manifestación de la búsqueda de identidad o de un sentido de pertenencia para con algún factor, grupo o comunidad que los acoja.

## Referencias

- Ahmed, G., Abdalla, A., Mohamed, A., Mohamed, L. & Shamaa, H. (2022) *Relation between internet gaming addiction and comorbid psychiatric disorders and emotion avoidance among adolescents: A cross-sectional study*. Psychiatry Research, Volume 312.
- Carrillo, C. C. (2020). El filtro afectivo positivo como estrategia de estimulación neurocognitiva para la modificación de conductas negativas en un niño en condición de discapacidad. <https://doi.org/10.18041/978-958-5578-44-9>
- Chóliz, M. & Marco, C. (2011) *Patrón de Uso y Dependencia de Videojuegos en Infancia y Adolescencia*. Universidad de Murcia, España.
- Contreras, C. A. C. (2022). *Videojuegos: la adicción del siglo XXI*. El Tiempo.
- Cutchin, J. (2019) *How U.S. video game companies are building tools for China's surveillance state*. Los Angeles Times
- De Pasquale, C.; Chiappedi, M.; Sciacca, F.; Martinelli, V.; Hichy, Z. (2021) *Online Videogames Use and Anxiety in Children during the COVID-19 Pandemic*. Children, 8, 205.
- Fernández, M. (2018) *Cuánto, cómo y cuándo debe jugar tu hijo a videojuegos, según la neurociencia*. El País.

Gioia, F., Colella, G.M. & Boursier, V. (2022) *Evidence on Problematic Online Gaming and Social Anxiety over the Past Ten Years: a Systematic Literature Review*. *Curr Addict Rep* 9, 32–47.

Johnson, D., Formosa, J., Perry, R., Lalande, D., Turkay, S., Obst, P. & Mandryk, R. (2021). *Unsatisfied needs as a predictor of obsessive passion for videogame play*. *Psychology of Popular Media*.

Kim, J.-Y.; Kim, H.-S.; Kim, D.-J.; Im, S.-K.; Kim, M.-S. (2021) *Identification of Video Game Addiction Using Heart-Rate Variability Parameters*. *Sensors* 2021, 21, 4683

McCarthy, C. (2020) *Cuando los videojuegos causan problemas de salud: lo que los padres pueden hacer para prevenirlos*. [HealthyChildren.org](https://www.healthychildren.org)

O'Farrell, D.L., Baynes, K. L., M. Pontes, H. & Griffiths, M. D. (2022) *Depression and Disordered Gaming: Does Culture*

*Matter?*. *Int J Ment Health Addiction* 20, 843–861.

Rodríguez, M. & Padilla, F. (2021) *El uso de videojuegos en adolescentes. Un problema de Salud Pública*. *Enfermería Global*, 20(2), 557–591.

Snodgrass, J.G., Lacy, M.G., Cole, S.W. (2022) *Internet gaming, embodied distress, and psychosocial well-being: A syndemic-syndaimonic continuum*. *Social Science & Medicine*, Volume 295.

Tejeiro, R. (2001) *La adicción a los videojuegos, una revisión*. Universidad Nacional de Educación a Distancia.

Terol, M. (2021). *Descubre cuál es el juego online más jugado en lo que llevamos de 2021*. [Movistar.es](https://www.movistar.es)

Wittek, C.T., Finserås, T.R., Pallesen, S., Mentzoni, R.A., Hanss, D., Griffiths, M. & Molde, H.. (2016) *Prevalence and Predictors of Video Game Addiction: A Study Based on a National Representative Sample of Gamers*. *Int J Ment Health Addiction* 14, 672–686.