

VIDEOJUEGOS: ENTRE LA SALUD Y LA ADICCIÓN

Clave del proyecto:
CIN2012A50087

Área: Áreas de
Convergencia

Disciplina: Psicología
y Ciencias de la
Salud

Tipo de
investigación:
Experimental

01/02/2013

Autores: Avendaño Nieto Roberto, Morales
Ángeles José Ricardo, Pohls Rivera Ashley
Isaac

Asesores:
Lic. Nancy Patricia González López
C. D. Raquel Alejandra Mendoza Schroeder

Centro Educativo Cruz Azul

Bachillerato Cruz Azul, campus Hidalgo



RESUMEN

Objetivos: Analizar el comportamiento de sujetos expuestos de manera prolongada hacia los videojuegos y observar cómo reaccionan ante estímulos psicológicos. Analizar las funciones fisiológicas (signos vitales) del sujeto antes y después de jugar videojuegos en un lapso determinado de tiempo. **Material y Métodos:** Se realizó la somatometría (frecuencia cardiaca, frecuencia respiratoria y presión arterial) de cuatro sujetos antes y después de jugar videojuegos así como se les aplicó el test Barsit para medir su Coeficiente intelectual. **Resultados:** El tiempo de resolución del test disminuyó a 00:20 min después de la exposición a los videojuegos, la presión arterial más elevada fue de 171/122 mmHg después de que los sujetos jugaron videojuegos, la frecuencia cardiaca después de la exposición varió de 67 a 85 pulsaciones por minuto y la frecuencia respiratoria fluctuó entre 17 a 25 respiraciones por minutos después de la experimentación, el comportamiento también se vio modificado de pasivo a agresivo. **Conclusiones:** Al terminar el periodo de experimentación pudimos determinar que los videojuegos son un entretenimiento interactivo y puede ser disfrutado por cualquiera mientras sea usado a consciencia, el exceso en los videojuegos puede generar una adicción cuyas consecuencias van desde simple sedentarismo hasta separaciones de familias. **Palabras clave:** adicción, videojuegos, comportamiento.

ABSTRACT

Objectives: Analyze the behavior of subjects exposed so long to video games and observe how they react to psychological stimuli. Analyze the physiological functions (vital signs) of the subject before and after playing video games in a given period of time. **Material and methods:** Was the somatometría (heart rate, breathing rate, and blood pressure) of four subjects before and after playing video games as well as the test was applied to them Barsit to measure your IQ. **Results:** The test resolution time decreased to 00:20 min after exposure to video games, the blood pressure was 171/122 mm Hg when subjects played video games, heart rate after exposure ranged from 67 to 85 beats per minute and respiratory rate varied between 17 to 25 breaths per minute after experimentation, behavior was also modified from passive to aggressive. **Conclusions:** At the end of the period of experimentation could



determine that video games are an interactive entertainment and can be enjoyed by anyone while it used to consciousness, the excess in video games can generate an addiction with consequences ranging from simple physical inactivity to separations of families.

Key words: addiction, video game, behavior.

VIDEOJUEGOS: ENTRE LA SALUD Y LA ADICCIÓN

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El ajetreo de la vida moderna, obliga a los dos padres de familia a buscar fuentes de trabajo e ingreso económico adecuado para poder subsistir, trayendo como consecuencia el dejar solos por más tiempo a los infantes y adolescentes, que para mantenerse "entretenidos" les han proporcionado una gran gama de consolas para videojuegos, que han desplazado por completo las actividades al aire libre y a aquéllos viejos juegos que jugaban nuestros padres.

Esta situación trae como consecuencias, el sedentarismo, obesidad y falta de comunicación con los padres y familiares, por tal motivo, nos surge la siguiente cuestión ¿Cuáles son los efectos positivos y negativos de la exposición prolongada a los videojuegos?

MARCO TEÓRICO

Un videojuego o juego de video es un software creado para el entretenimiento en general y basado en la interacción de una o más personas por medio de un controlador y una consola que ejecuta dicho programa, esta consola puede ser una computadora, una maquina arcade, una videoconsola, o incluso un teléfono.

Sin embargo al convertirse en uno de los elementos preferidos de la población, principalmente por los jóvenes hace una buena aportación para el desarrollo de varias habilidades, como el manejo de



aparatos electrónicos, velocidad o tiempo de reacción, el aumento en la percepción o el aumento de memoria.

Se pueden convertir en un riesgo cuando no son utilizados de manera consciente, generando con ello una adicción en una gran parte de los jóvenes de México y trayendo problemas consigo como deficiencia en la escuela y aptitudes negativas hacia los padres como malos comportamientos y desobediencia.

Se reconoce por un lado, el videojuego "favorece el aprendizaje y crecimiento del niño o adolescente al obligarlo a superarse a sí mismo, buscar nuevos conocimientos y ganar en concentración", pero también "lo enajena del mundo real, lo aparta de la sociabilidad necesaria de su edad y trastoca su individualidad".

La consecución de un determinado objetivo por parte del niño para lograr un premio o concluir el juego, estimula a éste a perseverar en él. De esta forma se puede favorecer la adquisición de una mayor capacidad para la constancia en el esfuerzo. Además, el niño perderá en muchas ocasiones, así se puede aumentar la tolerancia frente al fracaso y la conciencia de la importancia de poner el empeño en intentarlo de nuevo cuando no se consigue algún objetivo.

Los efectos positivos que han arrojado las investigaciones se concentran en que el uso de los videojuegos potencia la retención de conocimientos básicos sobre una materia concreta. Otras de las premisas positivas que apuntalan el uso de videojuegos son las habilidades de visualización, nuevas destrezas de atención, unas concentradas en el tacto y otras en la vista.

Mientras que, del lado negativo, las investigaciones muestran que se abren pautas a la agresividad y a la reproducción de roles sexistas. También hay abuso del tiempo, es decir, un exceso de consumo. Este exceso suele tener un impacto negativo en las relaciones amistosas y familiares.



A pesar de ello, especialistas de diversos ámbitos concuerdan en que los videojuegos que representan altos niveles de competitividad, contribuyen a elevar la autoestima de quienes los juegan, pues el alcance de metas incrementa la sensación de poder y satisfacción personal.

Sin embargo, es recomendable que tanto niños como adolescentes, sean supervisados constantemente por sus padres para verificar que el contenido de los juegos no sea excesivamente agresivo y que la cantidad del tiempo que el adolescente pasa frente a una consola sea moderada y no interfiera con el resto de sus actividades.

Comenzamos diciendo que se produce un tipo de adicción cuando una persona necesita un estímulo determinado para conseguir una sensación de bienestar y por lo tanto, tiene una dependencia mental y física hacia ese estímulo.

Se cree que los videojuegos violentos estimulan en los adolescentes la actividad de regiones del cerebro estrechamente ligadas a las emociones y reducen significativamente las respuestas de las zonas que se encargan del razonamiento y el autocontrol, sin embargo en nuestro proyecto nos hemos determinado a probar si estas suposiciones son reales.

Así podemos observar que la adicción a los videojuegos (consolas, móviles, ordenadores, etc.) supone una rígida dependencia hacia estos, que se caracteriza por ser una actividad que lleva demasiado tiempo en la vida de la persona y se practica la pantalla.

Algunas complicaciones al practicar desmedidamente los videojuegos:

- Dejan de atraerle actividades que solía practicar.
- Dificultad para conciliar el sueño.
- Abstracción en su mundo, con el consiguiente distanciamiento de la familia y amigos.
- Serias dificultades para centrar su atención en los estudios, pudiendo provocar el fracaso escolar.



- No respeta de ninguna manera los horarios previamente marcados a pesar de arrastrar consecuencias negativas.

Algunos de los aspectos en que padres y educadores debieran fijarse son:

- El joven se muestra distante al jugar, haciendo caso omiso de cualquier tipo de llamada.
- Siente demasiada tensión e incluso aprieta las mandíbulas cuando está jugando.

Podemos distinguir una serie de causas por las cuales existen una adicción a los videojuegos y pueden ser muy diversas:

- Personalidad dependiente: Hay personas que por su forma de ser tienden más a la adicción que otras.
- Problemas familiares (falta de comunicación, incomprensión).
- Problemas en los centros educativos y en la sociedad unidos a la escasa integración en un grupo, soledad, falta de motivación escolar.

OBJETIVOS

- 1) Analizar el comportamiento de sujetos expuestos de manera prolongada hacia los videojuegos observar cómo reaccionan ante estímulos psicológicos.
- 2) Analizar las funciones fisiológicas del sujeto antes y después de jugar videojuegos por un lapso determinado de tiempo.

METODOLOGÍA

Tipo de investigación: Experimental.

Diseño de investigación: Exploratoria.

Muestra: 4 sujetos masculinos cuyas edades fluctúan entre los 16 a 18 años.

Instrumento de medición: Test Barsit y consola de videojuegos.

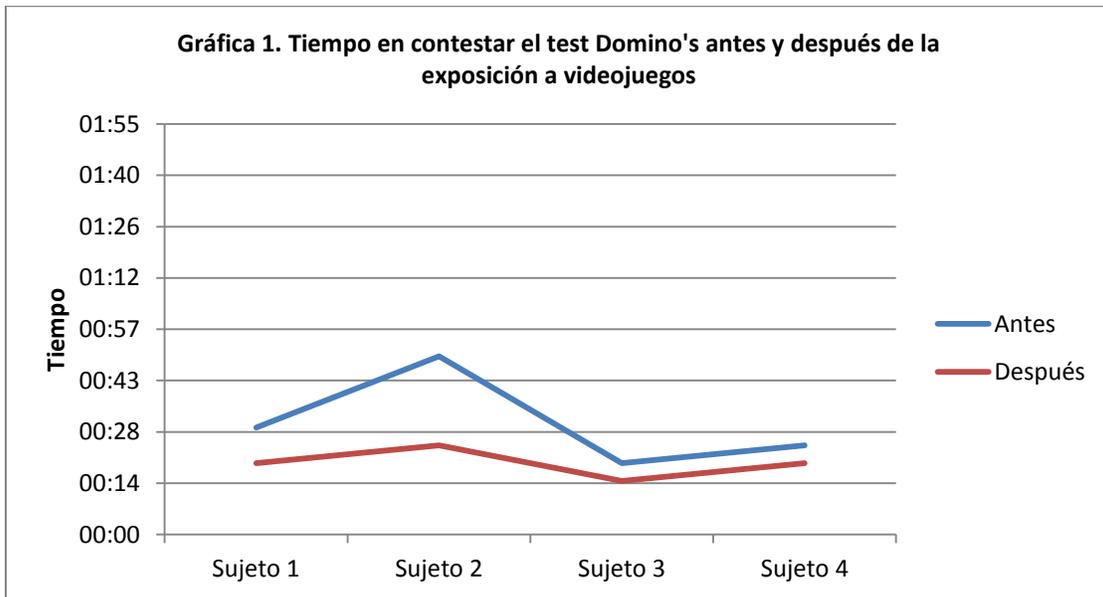


PROCEDIMIENTO

1. Se les aplica un test para medir el Coeficiente intelectual antes de pedirles que jueguen .videojuegos.
2. Se registran signos vitales (respiración, pulso y presión arterial).
3. Se les pide a los sujetos jugar diversos videojuegos.
4. Al finalizar la exposición a los videojuegos se vuelve a realizar la somatometría para ver si hubo diferencias en ellos.
5. Se aplica nuevamente el test Barsit para control.

RESULTADOS

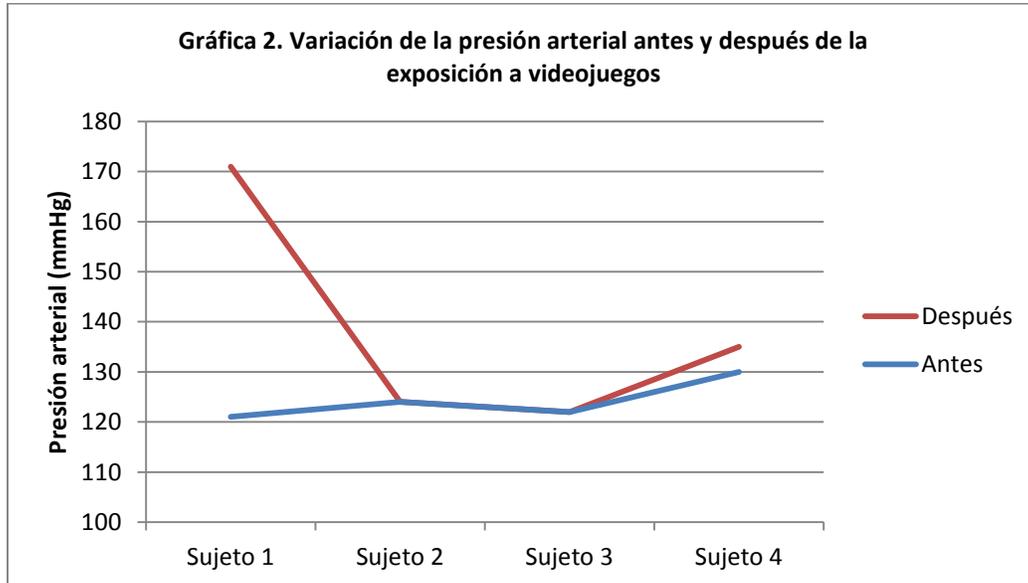
En la gráfica 1 podemos observar el tiempo de resolución del test Barsit antes y después de la exposición a los videojuegos, observamos que el tiempo mínimo antes de la exposición fue de 00:30 min y de 00:20 min después de la exposición.



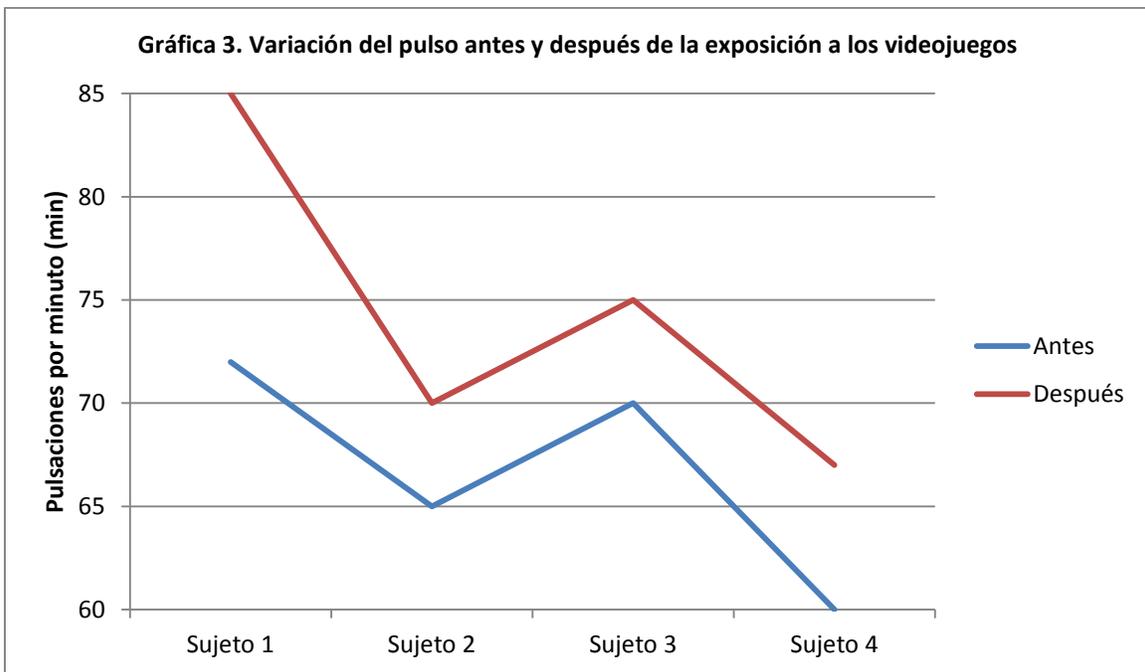
En la tabla 1 se presenta el resultado del Coeficiente intelectual derivado de la aplicación del test Barsit a los cuatro sujetos participantes antes y después de la exposición a videojuegos.

Sujeto	Nivel del CI
1	Superior
2	Debajo del promedio
3	Promedio
4	Superior

En la gráfica 2 presentamos la medición de la presión arterial, notamos la presión arterial fue de 121/85 mmHg a 171/122 mmHg en el sujeto 1; la tensión arterial del sujeto 2 fue de 124/90 mmHg antes y después; la presión arterial del sujeto 3 varió de 122/81 mmHg a 130/85 mmHg y mientras que la del sujeto 4 fluctuó entre 130/80 mmHg a 135/86 mmHg.

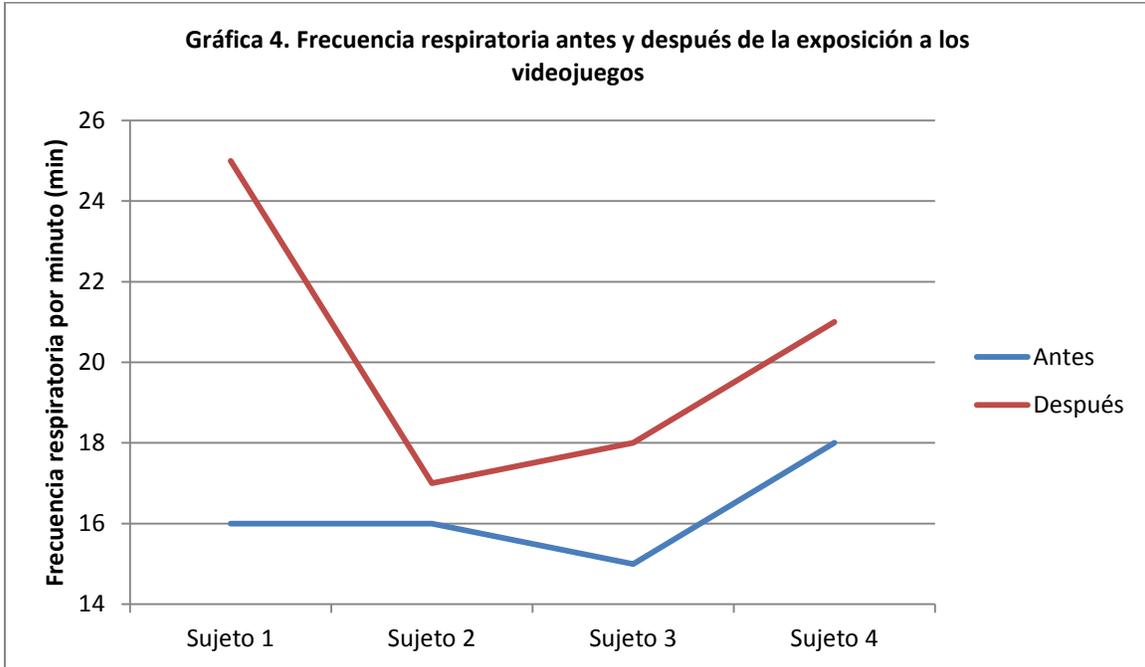


Después de la presión arterial, se realiza la medición del ritmo cardiaco, en este signo encontramos que en el sujeto 1 fue de 72 x min a 85 x min; en el sujeto 2 fue de 65 x min a 70 x min; en el sujeto 3 fluctuó entre 70 x min a 75 x min y en el sujeto 4 vario entre 60 x min a 67 x min. Se puede observar un aumento en la frecuencia cardiaca como consecuencia a un aumento en el flujo sanguíneo derivado de la exaltación provocada por la exposición a los videojuegos (Gráfica 3).



En cuanto a la frecuencia respiratoria encontramos que, en el sujeto fue de 16 a 25 por min; en el sujeto 2 de 16 a 17 por min, en el sujeto 3 de 15 a 18 por min y en el sujeto 4 fue de 18 a 21 por min (Gráfica 4).





En cuanto al comportamiento encontramos que, el sujeto 1 cuenta con buenas habilidades sociales durante todo el periodo de experimentación; el sujeto 2 tuvo buenas habilidades sociales hasta el periodo de experimentación, donde expreso una gran alteración e inestabilidad; la conducta del sujeto 3 no tuvo cambios en el periodo de experimentación y finalmente en el sujeto 4 su conducta no se vio afectada de ninguna manera.

CONCLUSIONES

- Al terminar el periodo de experimentación pudimos determinar que los videojuegos son un entretenimiento interactivo y puede ser disfrutado por cualquiera mientras sea usado a consciencia, el exceso en los videojuegos puede degenerar en una adicción cuyas consecuencias van desde simple sedentarismo hasta separaciones de familias.



- Es importante señalar que no puede haber una tendencia maniquea por parte de los usuarios. El videojuego puede ser utilizado siempre y cuando no se caiga en el exceso.
- Los padres de familia, así como los profesores, son los encargados de aplicar normas de disciplina con respecto al videojuego; tales normas corresponden al tiempo de uso y a las temáticas.
- En lugar de utilizar videojuegos violentos, éstos se pueden sustituir por otros de uso pedagógico y didáctico.
- El ir utilizando la combinación de juegos de mesa donde el aprendizaje contribuya al desenvolvimiento no solo de habilidades, es una de las opciones para evitar que niños y adolescentes se abstraigan irreflexivamente en los juegos predominantes en el mercado.



REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Anónimo (2008) La comunidad de videojuegos para todos los públicos [Disponible en línea:] <http://www.vadejuegos.com> (30 de octubre de 2012).

Anónimo (2011) Historias y sistemas en Psicología 2011 [Disponible en línea:] <http://historiaysistemasenpsicologia.bligoo.com> (15 de septiembre de 2012)

Domínguez, J. J (2011) Tecnología digital y realidad virtual. Ed. Síntesis. Primera edición.

Jenkis, H (2009) Fans, blogueros y videojuegos: La cultura de la colaboración. Ed. Paidós mexicana. Primera edición.

Juan Carlos (2009) Jóvenes y videojuegos, efectos de los videojuegos (reseña) <http://resenajuank.blogspot.mx> (15 de noviembre de 2012).

Myers, D. G (2008) Exploraciones de la psicología social. Ed. McGraw Hill, Cuarta edición. España.

Papila, D., Wendkas, O. S., Duskiñ, F. R (2010) Desarrollo Humano. Edit. Mc Graw-Hill.

Vázquez, F. I (2010) ¡Que se joda la realidad!: Historias reales de pacientes para aprender, pensar y emocionarse. Edit. Sirio, Malaga.

