

Adicción a los videojuegos

Lic. Nicolás Yaques, Lic. Rodrigo Manrique.

Desde hace ya varios años, el uso de los videojuegos está aumentando en nuestra sociedad, generando repercusiones derivadas de su utilización, y de los intereses de sus desarrolladores. Estos con el objetivo de volverlos más rentables introducen en los videojuegos “trampas” en formato de estímulos adictivos, provocando que cada vez sean más las personas con graves trastornos de adicción en el mundo de los videojuegos (Dominguez et al.,2021). Según Gómez (2018) la adicción es un patrón conductual de abuso de fármacos o drogas, caracterizado por una imperiosa dependencia o uso compulsivo, y por la tendencia a recaer luego de su interrupción.

Desde la psicopedagogía sabemos que los juegos y los aprendizajes guardan una estrecha relación ya que ambos son actividades que promueven un cambio cualitativo considerando al ejercicio de jugar como mediador entre la acción y el pensamiento (Piaget, 1990). Los videojuegos según menciona Chengling et al. (2006, como se citó en Leung et al., 2018) existen desde distintos tipos de realidad virtual: inmersiva, de escritorio, colaborativa, realidad proyectada y telepresencia.

Figura 1

Escenario de realidad virtual de escritorio.



Nota. Esta imagen es una representación gráfica de lo que corresponde a un escenario de realidad virtual de escritorio. La visualización de este escenario se da a través de un televisor o monitor conectado a un ordenador; los movimientos de los personajes se realizan a través del uso del teclado y mouse, con sus correspondientes combinaciones de botones. Imagen tomada por mi en la experiencia “Grand Theft Auto V” para ordenadores.

Mirada pedagógica

El autor Torchia (2017) menciona lo siguiente acerca de los videojuegos:

El sujeto puede elegir el personaje con el cual se va a identificar, puede seleccionar los compañeros y los enemigos con los que se va a enfrentar, seleccionar el lugar donde transcurrirá la acción, la música, los sonidos, el nivel de dificultad, etc. (p. 84)

Y es que esto que el autor menciona se puede ver desde una perspectiva positiva hacia la obtención de una individuación; ya que estamos viendo que los jóvenes al tener la capacidad de escoger como desean representarse ante los otros, y aprenden a discernir con quienes formar alianzas y con quienes prefieren mantenerse al margen, no es más que otro espacio de aprendizaje para la obtención de habilidades sociales y autoconocimiento. Ejemplificando podríamos verlo de esta forma: Contigo me siento cómodo y contigo no, por eso decido jugar con X y no con Z.

Durante las investigaciones de Torchia sobre los videojuegos y el aprendizaje, este logra comprobar que la programación y videojuegos mejoran la capacidad atencional de los jugadores, reafirmando lo que menciona Csikszentmihalyi (2012, como se citó en Torchia, 2017) que durante las sesiones de juego, los jugadores experimentan una atención profunda; desplegándose así su máximo potencial cognitivo. Por otra parte, Posner (2011, como se citó en Torchia, 2017) añade que cuando se ejercita el mecanismo de atención, la información que es adquirida es almacenada en la memoria de largo plazo, por lo que pasa a transformarse en conocimiento adquirido por el individuo.

En relación a cambios producidos en las estructuras organizativas, Torchia coincide con Bachrach (2015, como se citó en Torchia, 2017) en que los aprendizajes obtenidos, provocan cambios a nivel biológico en cuanto a la ordenanza que se da en el encéfalo, por lo que promueve la mejora de obtención de saberes. Según Wing (2006, como se citó en Torchia, 2017) programar incita a la obtención de formas cerebrales nuevas, que mejorarían la organización de ideas y el pensamiento.

Mirada desde la adicción

Según el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-V, 2014) la evidencia demuestra que el juego patológico activa los sistemas de recompensa de manera semejante a las drogas de abuso, generando conductas similares a los de los trastornos por consumo de sustancias. Dicho sistema de recompensa está vinculado con el refuerzo comportamental y la producción de recuerdos. Su activación suele ser tan intensa que el sujeto podría llegar a descuidar sus actividades normales. En lugar de obtener tal estimulación por medio de comportamientos adaptativos, el objeto de adicción activa directamente las vías de recompensa produciendo sentimientos de placer. En una entrevista realizada a José Luis Montiel, médico y jugador profesional de FIFA (como se citó en Dominguez et al., 2021) destaca que un mal uso de videojuegos puede generar ludopatía.

Están los MOBA, que son gratuitos también. “Gratuitos” entre comillas, porque puedes comprar equipamiento y personajes visualmente más atractivos para diferenciarte de los demás. Si tú le dejas la tarjeta de crédito a tu hijo, te la puede quemar. A lo mejor la primera vez son tres euros nada más, pero tres más tres más tres (p.17)

Según la International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems (11th ed.; ICD-11; World Health Organization, 2019) el trastorno del juego está caracterizado por un patrón de conductas de juego persistente o recurrente, que puede ser a través de Internet o fuera de línea, manifestado por: A) un deficiente control sobre el juego, por ejemplo inicio, frecuencia, intensidad, duración, terminación y contexto. B) Prioridad en el juego sobre otros intereses y

actividades diarias. C) Continuación o escalada del juego sin importar las consecuencias negativas. Algunos integrantes de la comunidad gamer , ya sea un profesional en los juegos de E-Sports (ligas o torneos donde se compite por ser el mejor) o jugador más social, reconocen un habitual consumo de sustancias legales e ilegales mientras juegan. Entre ellas se encuentran los estimulantes, un grupo de fármacos que mejoran la capacidad de alerta y evita el sueño, manteniendo el despliegue de adrenalina para alcanzar el mejor rendimiento posible en el juego. El fármaco que más se consume es Adderall, el cual se usa para los trastornos por déficit de atención e hiperactividad (TDAH). También se consume betabloqueantes, como Propanolol para inhibir la respuesta fisiológica del estrés. Dentro de las sustancias ilegales destacan la cocaína y el cannabis, otras sustancias utilizadas son café, Coca Cola, y bebidas energizantes.

En lo que refiere al trastorno de juego por internet, el DSM-V señala la implicación de un uso persistente y recurrente de internet en la participación de juegos, solo o con otros jugadores, generando un deterioro o malestar clínicamente significativo. Para ser diagnosticado se proponen 5 (o más) de los siguientes criterios en un período de 12 meses:

- A. Preocupación con los juegos de internet. (El individuo piensa en actividades de juego previas o anticipa jugar el próximo juego; internet se convierte en la actividad dominante de la vida diaria). Nota: este trastorno es diferente de las apuestas por internet, que se incluyen dentro del trastorno por juego.

- B. Aparecen síntomas de abstinencia al quitarle los juegos por internet.
(Estos síntomas se describen típicamente como irritabilidad, ansiedad o tristeza, pero no hay signos físicos de abstinencia farmacológica).
- C. Tolerancia (la necesidad de dedicar cada vez más tiempo a participar en juegos por internet).
- D. Intentos infructuosos de controlar la participación en juegos por internet.
- E. Pérdida de interés por aficiones y entretenimientos previos como resultado, y con la excepción, de los juegos por internet.
- F. Se continúa con el uso excesivo de los juegos por internet a pesar de saber los problemas psicosociales asociados.
- G. Ha engañado a miembros de su familia, terapeutas u otras personas en relación a la cantidad de tiempo que juega por internet.
- H. Uso de los juegos por internet para evadirse o aliviar un afecto negativo (p. ej., sentimientos de indefensión, culpa, ansiedad).
- I. Ha puesto en peligro o perdido una relación significativa, trabajo u oportunidad educativa o laboral debido a su participación en juegos por internet

Especificar la gravedad actual: **leve**, **moderado** o **grave** (DSM-V, 2014).

Como aclaración, debemos mencionar que estos criterios por parte del DSM-V son tentativos, ya que los mismos se encuentran en el apartado “Afecciones que necesitan más estudio” página 803; debido a la escasez actual de investigaciones que existen en relación a este posible futuro trastorno.

Referencias

American Psychological Association [APA]. (2014). *Manual de diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-5)*.

Dominguez, R., Flores, J., Loren, A., Micó, M., y Santolaria, R.(2021) *Manual de intervención por trastornos de juego y videojuegos*. Editado por la Federación Española de Jugadores de Azar Rehabilitados. Recuperado de <https://www.drogasextremadura.com/?p=6391>

Gómez, R. (2018). *Psicología de las drogodependencias y de las adicciones*.

Córdoba, Argentina: Editorial Brujas. Recuperado de:

<https://elibro.net/es/ereader/ucu/78819?page=34>.

Organización Mundial de la Salud (OMS) (2018). CIE-11

Leung, T., Zulkernine, F., & Isah, H. (2018). The use of virtual reality in enhancing interdisciplinary research and education. *arXiv preprint arXiv:1809.08585*.

Torchia, E. E. G. (2017). *Modalidades de aprendizaje con videojuegos, pedagogía lúdica para provocar cambios cognitivos* (Doctoral dissertation, Universidad de Extremadura).