



UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE CUENCA

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA

Comunidad Educativa al Servicio del Pueblo

UNIDAD ACADÉMICA DE SALUD Y BIENESTAR

CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

**RELACIÓN ENTRE VIDEOJUEGOS Y VIOLENCIA EN
ADOLESCENTES: REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA Y
PLANTEAMIENTO DE PROGRAMA DE PREVENCIÓN**

**TRABAJO DE TITULACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL
TÍTULO DE PSICÓLOGA CLÍNICA**

**AUTORAS: ARIANA STEFANI ENCARNACIÓN ZAQUINAULA Y PAULA
CAMILA MOROCHO PALADINES**

**DIRECTOR: PSC. CL. MARÍA ALEXANDRA PADILLA
SAMANIEGO, MGS.**

CUENCA-ECUADOR

2023

DIOS, PATRIA, CULTURA Y DESARROLLO



UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA

Comunidad Educativa al Servicio del Pueblo

UNIDAD ACADÉMICA DE SALUD Y BIENESTAR

CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

**RELACIÓN ENTRE VIDEOJUEGOS Y VIOLENCIA EN
ADOLESCENTES: REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA Y
PLANTEAMIENTO DE PROGRAMA DE PREVENCIÓN**

**TRABAJO DE TITULACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL
TÍTULO DE PSICÓLOGA CLÍNICA**

**AUTORAS: ARIANA STEFANI ENCARNACIÓN ZAQUINAULA Y PAULA
CAMILA MOROCHO PALADINES**

**DIRECTOR: PSC. CL. MARÍA ALEXANDRA PADILLA
SAMANIEGO, MGS.**

CUENCA-ECUADOR

2023

DIOS, PATRIA, CULTURA Y DESARROLLO



Declaratoria de Autoría y Responsabilidad

Ariana Stefani Encarnación Zaquinaula portador(a) de la cédula de ciudadanía N° **1104276942** y **Paula Camila Morocho Paladines** portador(a) de la cédula de ciudadanía N° **0106975675**. Declaramos ser las autoras de la obra: **“Relación entre videojuegos y violencia en adolescentes: Revisión bibliográfica y planteamiento de programa de prevención”**, sobre la cual nos hacemos responsables sobre las opiniones, versiones e ideas expresadas. Declaramos que la misma ha sido elaborada respetando los derechos de propiedad intelectual de terceros y eximo a la Universidad Católica de Cuenca sobre cualquier reclamación que pudiera existir al respecto. Declaro finalmente que mi obra ha sido realizada cumpliendo con todos los requisitos legales, éticos y bioéticos de investigación, que la misma no incumple con la normativa nacional e internacional en el área específica de investigación, sobre la que también me responsabilizo y eximo a la Universidad Católica de Cuenca de toda reclamación al respecto.

Cuenca, **17 de abril de 2023**



Ariana Stefani Encarnación Zaquinaula

C.I. 1104276942



Paula Camila Morocho Paladines

C.I. 0106975675

CERTIFICACIÓN

Yo María Alexandra Padilla Samaniego, con cédula de identidad N° 0103902797 en calidad de Directora del Trabajo de Titulación con el tema: **“Relación entre videojuegos y violencia en adolescentes: Revisión bibliográfica y planteamiento de programa de prevención”**, certifico que el presente trabajo fue desarrollado por ARIANA STEFANI ENCARNACIÓN ZAQUINAULA y PAULA CAMILA MOROCHO PALADINEs, bajo mi supervisión.



Psc. Cl. Alexandra Padilla, Mgs.

DIRECTORA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN
DOCENTE DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

AGRADECIMIENTO

El terminar con mi carrera universitaria ha sido un proceso muy duro y a la vez gratificante que me llevó a tener buenas y no tan buenas experiencias, pero a pesar de ello son base fundamental para mi crecimiento personal, dentro de estas experiencias me encontré con muy buenas personas que llevaré siempre en mi corazón.

En principio, agradezco a mis padres Naida y Espencer y a mis hermanos Miguel y John por siempre estar apoyándome y brindarme su amor en todo momento, gracias por ser mi inspiración para cumplir todos mis sueños y por ser mi refugio en los momentos difíciles.

También quiero agradecer a Dios por guiarme y darme la fortaleza para no rendirme y sobre todo la sabiduría para afrontar cualquier adversidad que se me presente.

Un recóndito agradecimiento a la Universidad Católica de Cuenca por abrirme las puertas brindándome calidad de estudio, principalmente a la Facultad de Psicología Clínica y a los docentes que fueron parte de mi proceso de formación como profesional, de manera especial a mi tutora de tesis, Dra. Alexita, gracias por su dedicación, paciencia y guía en este proceso. Su experiencia ha sido esencial para lograr culminar con esta investigación y también a mi compañera y amiga Camila que fue mi mejor aliada para la realización de este trabajo.

Finalmente, a mis amigos Nicole, Nayeli, Steven y Jean Carlos que en la distancia me dieron ánimo en los momentos difíciles y sus felicitaciones en los momentos más importantes y también a aquellos amigos que la universidad me regaló Diana y José David, a ellos que en la cercanía me sostuvieron y me brindaron una mano cuando más necesitaba, no me dejaron sola y me apoyaron en todo momento, gracias amigos porque siempre estuvieron brindándome un consejo y sobre todo compartiendo momentos que hicieron que mi vida universitaria sea la mejor experiencia de todas.

Con amor y gratitud,

Ariana Stefani Encarnación Zaquinaula

DEDICATORIA

Durante mucho tiempo pensé que este momento estaría muy lejos de llegar, sin embargo, hoy estoy culminando mi carrera universitaria que conllevó mucho esfuerzo y dedicación, esto es para ustedes mami y papi, gracias por confiar en mí y motivarme siempre a ser mejor persona, gracias por su amor, paciencia y sacrificio, que me han permitido llegar hasta aquí y convertir

mis sueños en realidad, también se la dedico a mis hermanos Miguel y John gracias a su apoyo y sus palabras de aliento fui capaz de sobrellevar la distancia y las adversidades que se me pusieron en el camino.

Gracias por siempre estar para mí, velando por mi bienestar, gracias por nunca dejarme sola, por ser mi soporte y mi apoyo durante cada etapa de mi vida.

Les dedico este logro con todo mi corazón, y espero que mi éxito también les traiga felicidad y orgullo.

Con amor y gratitud,

Ariana Stefani Encarnación Zaquinaula

AGRADECIMIENTO

Al finalizar mis estudios universitarios quiero expresar mi más sincero agradecimiento a las personas que me han apoyado en la realización de esta tesis. Sin su ayuda y aliento, este trabajo no hubiera sido posible.

En primer lugar, a mis queridos padres, Juan y Mariana, y hermana, Titi, gracias por su amor incondicional, su apoyo constante y su paciencia en cada momento de mi vida. Ustedes siempre han estado a mi lado, animándome a perseguir mis sueños y ayudándome a superar los obstáculos que se presentan. No puedo expresar con palabras lo agradecido que estoy por tenerlos en mi vida; también quiero agradecer a mis familiares Tía Maribel, Erika, Belén, Abuelitos por su apoyo contante e impulsarme a mejorar cada día.

También quiero agradecer a Dios por su guía constante. Él me ha dado la fuerza y la sabiduría para enfrentar los desafíos y seguir adelante en mi camino.

A mi tutora, Dra. Alexita, gracias por su orientación y asesoramiento en todo el proceso de investigación. Sus conocimientos y experiencia han sido invaluable para mí y me han ayudado a crecer académicamente.

A mis amigas, Ari y Diana, gracias por su apoyo y ánimo en momentos difíciles. Gracias por ser una fuente de alegría y distracción durante los momentos de estrés y por compartir momentos inolvidables a lo largo de este camino.

Por último, quiero agradecer a todas las personas que de alguna manera contribuyeron en este proyecto y que me brindaron su ayuda y consejos en algún momento.

Con amor y agradecimiento,

Paula Camila Morocho Paladines

DEDICATORIA

Mami y papi este logro no hubiera sido posible sin su amor incondicional, apoyo constante y guía en cada paso del camino. Gracias por creer en mí y por motivarme a dar lo mejor, por estar a mi lado en los momentos más difíciles. A mi querida hermana, Titi, gracias por ser mi mejor amiga y confidente, por escucharme y ayudarme a superar los obstáculos. Esta tesis es un testimonio de mi gratitud y amor hacia ustedes. Espero que se sientan tan orgullosos de mí como yo lo estoy de mí misma. Les dedico este logro con todo mi corazón.

Con amor y agradecimiento,

Paula Camila Morocho Paladines

ÍNDICE

Contenido

Resumen	10
Abstract	11
Introducción	12
Planteamiento del problema y justificación:	12
Objetivos:	12
Método:	13
Marco Teórico	13
Adolescencia	13
Etapas de la adolescencia	14
Conflictos en la adolescencia producto del uso abusivo de videojuegos	14
Cambios físicos característicos de la adolescencia e influencia a través de los videojuegos:	15
Cambios cognoscitivos y conductuales propios de la edad y en relación a los videojuegos	16
Cambios sociales propios de la edad y en relación a los videojuegos.	18
Cambios psicoafectivos y conflictos familiares por uso de videojuegos:	19
Videojuegos	21
Tipos de videojuegos	21
Cuando un juego se convierte en adicción	22
Programa psicoterapéutico para el tratamiento de adicción a los videojuegos y violencia derivada del mismo	26
Programa psicoterapéutico	26
Plan de tratamiento para la adicción al internet	33
Conclusiones	37
Referencias Bibliográficas:	38

Resumen

Uno de los periodos de transición social, individual y familiar es la adolescencia esta se ve influenciada por varios factores como el consumo de las nuevas tecnologías entre las que se destaca el uso excesivo de videojuegos (VDJ), los cuales, en estadísticas mundiales, han demostrado un incremento de usuarios y se han convertido en fuentes de socialización e incluso aprendizaje. **Objetivo:** Es imperativo investigar y describir la adolescencia como etapa del desarrollo y búsqueda de emociones, así como el explicar el impacto de los videojuegos a nivel social, emocional, familiar y personal, y finalmente, las consecuencias en su entorno, así como diseñar un plan terapéutico con la finalidad de prevenir exacerbaciones en la sintomatología causada por la adicción a los VDJ. **Metodología:** Con la finalidad de indagar más sobre dicho tema se planeó la necesidad de realizar una revisión bibliográfica en diversas bases de datos como Redalyc, Scopus, Latindex entre otras y se definieron criterios de inclusión como que sean a un periodo máximo de 10 años, en idioma inglés y español los cuales que dieron paso a la investigación descrita. **Resultados:** Obteniendo como resultado que la conducta adictiva detallada se debe a múltiples factores, entre ellos, la necesidad de pertenencia a un grupo, la relación disfuncional filo-parental, la fase de desarrollo cerebral e influencia social y evidenciando la necesidad de un tratamiento, se pudo definir que la Terapia Cognitiva-Conductual es la más recomendada y eficaz para el tratamiento de adicciones convencionales y no convencionales, esta última siendo la categoría donde se encuentra la adicción a videojuegos.

Palabra clave: Adolescentes, videojuegos, violencia, prevención

Abstract

Adolescence is one of the transitional stages of social, individual, and family life. It is influenced by several factors such as the use of emerging technologies, including the excessive use of video games (VG), which, according to worldwide statistics, has increased the number of users and turned into a source of learning and socialization. **Objective:** Investigating and describing adolescence as a stage of emotional development and thrill-seeking is crucial, as well as explaining the impact of video games on a social, emotional, family, and personal level, and finally, the consequences on their environment, and designing a therapeutic plan to prevent exacerbations in the symptomatology caused by addiction to VGs. **Methodology:** To investigate more about this topic, a literature review was carried out in several databases such as Redalyc, Scopus, and Latindex, among others, and inclusion criteria were defined, such as a maximum period of 10 years, in both English and Spanish, which led to the research study described. **Results:** As a result, the outcome was that the described addictive behavior is due to multiple factors, among them, the need to belong to a group, the dysfunctional philosophical relationship, the phase of brain development and social influence, as well as the need for treatment, it was possible to define that Cognitive-Behavioral Therapy is the most recommended and effective for the treatment of conventional and non-conventional addictions, this being the category where addiction to video games is situated.

Keywords: Adolescents, video games, violence, prevention

Introducción

Planteamiento del problema y justificación:

Los videojuegos (VDJ) son una de las compañías más rentables en el mundo, dado la diversidad de temáticas que se puede encontrar desde juegos con alto contenido educacional hasta juegos donde priman aspectos violentos como el maltrato a las personas y animales, consumo de drogas, explotación sexual, entre otros (Valdemoros et al., 2017).

Un gran porcentaje de personas utilizan videojuegos de forma recreacional que no interfiere en su salud física ni emocional, sin embargo, cuando se presentan alteraciones como actitudes compulsivas hacia el mismo o jugar interfiera en las actividades normativas o sus relaciones sociales ya se habla de un uso patológico (Fam, 2018). Así también la Organización Mundial de la Salud catalogó estas características como un trastorno de salud mental (OMS, 2018).

Otra variable a analizar es la adolescencia, un período de donde se da el desarrollo de la personalidad, físico y social; en esta etapa es frecuente la búsqueda de nuevas emociones y experiencias lo que les expone a situaciones de vulnerabilidad y peligro que se observa en la adquisición de nuevas conductas (Barqueros & Calderón, 2018).

De igual forma, actualmente el uso de videojuegos es más habitual entre los adolescentes sin importar si estos son violentos o de contenido explícito y a pesar de que dentro de los mismos existen normas, como por ejemplo: ser mayores de 18 años y jugarlos bajo la supervisión de un adulto, estas no son medidas que impidan que los jóvenes tengan acceso a estos videojuegos entre ellos se encuentran: Call of Duty, Free Fire, Fortnite, Mortal Kombat, Grand Theft Auto (GTA), FIFA convirtiéndose en los más consumidos y populares por los adolescentes generando un gran impacto a nivel emocional (Suasbabas et al., 2017).

Tomando en consideración todas las particularidades que implica ser un adolescente y sumado la incidencia del consumo de videojuegos, la presente investigación busca dar a conocer el impacto que tienen los videojuegos en los adolescentes y a la vez plantear una propuesta de intervención para prevenir la violencia en este grupo etario.

Objetivos:

Objetivo General:

- Dar a conocer la relación entre violencia y videojuegos en adolescentes

Objetivos específicos:

- Describir la adolescencia como etapa del desarrollo y búsqueda de emociones
- Explicar el impacto de los videojuegos a nivel social, emocional, familiar y personal
- Proponer un programa psicoterapéutico para trabajar la violencia generada por videojuego

Método:

Esta investigación de índole bibliográfico se realizó mediante una búsqueda de bases de datos digitales haciendo uso de páginas académicas y revistas indexadas como Scielo, Redalyc, Scopus, Latindex entre otras, se basó en las siguientes palabras claves de búsqueda tales como: “Adolescents” AND “video games” Y “violence” Y “prevention” NO “childrens” NOT “adults”. Además, se recopilaron investigaciones focalizadas en violencia generada por el consumo de videojuegos en adolescentes con un límite de 10 años desde su publicación a nivel global y latinoamericano, en idioma inglés y español. Para ello, nuestro análisis de la información se basará en el método de vertebración, el cual se apoyó en la distribución de los datos con mayor importancia relacionados a violencia en adolescentes además de modelos terapéuticos integrativos para contrarrestar esta problemática.

Marco Teórico**Adolescencia**

La adolescencia comprende entre los once o doce años y finalizando entre los diez y ocho o veinte años, durante la misma experimentan cambios, principalmente hormonales que influyen significativamente en el desarrollo psicológico, es decir, se producen modificaciones a nivel cognitivo, afectivo y también social (Pallavicini et al., 2022) A partir de los once años es cuando se empiezan la adaptación normativa de esta etapa en la que existirá una marcada diferencia en cuanto al género, por un lado los varones mostraran una tendencia a comportamientos asociados a la agresividad mientras que en las mujeres hay mayor predisposición a que desarrollen problemas relacionados con la depresión, todo esto influenciado por los cambios hormonales que empiezan con la primera menarquía, sin embargo, existe otros condicionante que intervienen directamente en el comportamiento emocional del grupo etario como son el temperamento, el sexo y la edad, asimismo, la maduración tanto física como psicológica influye para que los hombres quieran ser más simpáticos, relajados, cautelosos e incluso apegados a las normas y reglas, mientras que las mujeres pueden ser menos sociales, tímidas e introvertidas (Belfort et al., 2012).

Etapas de la adolescencia

Todas aquellas características que se presentan en la adolescencia como el desarrollo psicosocial es habitual y esto debido a las distintas etapas del ciclo vital, en la actualidad este grupo etario comprende a todo aquel que esté pasando por cambios de índole biológico, así como los diferentes roles sociales (Gaete, 2015).

A continuación, se presentan las características de la adolescencia en sus distintas etapas (Tabla 1):

Tabla 1

Características de la adolescencia en sus distintas etapas

Adolescencia temprana	Adolescencia Media	Adolescencia Tardía
Manifestación del egocentrismo.	Necesidad de independencia familiar.	Desarrollo de pensamiento abstracto.
Importancia del grupo de pares (Mejores amigos)	Uso de dispositivos electrónicos para generar vínculos sociales.	Establecimiento de un proyecto de vida.
Desarrollo moral.	Búsqueda de identidad en la que siguen tendencias marcadas en la sociedad.	Empiezan a marcar límites en relación a sus pensamientos y creencias religiosas, políticas, así como sexuales.
Curiosidad sobre su sexualidad.		Necesidad de independencia financiera.
Cambios hormonales, físicos y psicológicos.		Conflicto con su imagen corporal

Nota. Adaptado de ¿Cómo se desarrolla el cerebro de un adolescente?, por el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. 2020.

Adaptado de Aspectos físicos, psicológicos y sociales, por Hidalgo, M & Ceñal, M. 2014. *Anales de Pediatría continuada*. 12(1). p. 42-46.

Conflictos en la adolescencia producto del uso abusivo de videojuegos

Durante el periodo de la adolescencia se denotan cambios físicos que repercuten en la parte psicológica y/o emocional, es por ello que a continuación se describirán cuáles son los cambios que abarca la adolescencia:

Cambios físicos característicos de la adolescencia e influencia a través de los videojuegos:

Uno de los aspectos significativos de esta etapa son las alteraciones físicas, al ser nuevo para ellos les cuesta más aceptar todas estas transiciones y sobretodo adaptarse a los mismos, sin embargo, los que más generan conflicto están relacionados a su imagen corporal debido a todos los estigmas sociales que existen generando así preocupaciones sobre si se ven o no atractivos, desarrollando inseguridades, sentimientos de ira, vacío, e incluso perturbaciones sobre sí mismos (Fernández, 2014).

Basado en esta premisa, un estudio realizado por Karsay et al. (2017) investigan el grado de auto objetivación de las personas que ocupan videojuegos, primero se define la auto objetivación como un mecanismo psicológico que convierte las experiencias y vivencias del propio cuerpo mediante un nivel cultural, las experiencias socializantes se llegan a internalizar y se convierten en ideales de belleza que produce lo mencionado; tras esta conceptualización obtienen como resultado que existe un efecto condicional, entre más uso de videojuegos y medios en línea hay una mayor auto objetivación que repercute en baja autoestima y malestar significativo con la forma corporal percibida.

El estado de ánimo y la relación con su cuerpo también es investigado por González et al. (2016) quienes realizan un estudio donde muestran una diferencia significativa entre el uso de VDJ en niñas y niños, las primeras con un porcentaje menor de 7.4% contra el 30 % de jugadores que se consideran jugadores problemáticos o con una tendencia a desarrollar una adicción a los juegos, otra distinción es que los varones prefieren el juego online a las niñas, en donde los primeros se puede identificar la presencia de ansiedad mientras que en las niñas el juego problemático está relacionado con el bajo estado de ánimo, los autores recomiendan la existencia de un programa educativo dirigido a minimizar y concientizar las consecuencias del uso desmedido de los VDJ y cómo afectan directamente a la salud mental de los jóvenes.

Asimismo, Gestos et al. (2018) investigan, mediante una revisión sistemática, la relación que tiene la imagen de las mujeres en los VDJ con el bienestar y satisfacción corporal de las mismas, obtuvieron como resultado que la representación de un rol femenino viene dotado de exageraciones en su aspecto físico, convirtiendo el rol en un objeto sexualizado, que casi siempre, se encuentra en un rol inferior a su compañero masculino, que representa fuerza, resistencia e inteligencia, lo cual también marca el comportamiento que se espera del otro rol de género, en tanto a la cosificación, los niños expuestos a estos juegos muestran una marcada tendencia a cosificar y sexualizar a las mujeres de su entorno de vida real al igual que se ve comprometido la creencia real de las proporciones físicas en relación a los videojuegos.

Respaldando esta idea Kuss et al. (2022), realizan una entrevista a veinte jugadoras para identificar su participación activa en juegos online, demostrando que se enfrentan a problemas de autoimagen como estigmatizaciones, sexismo y cosificación, disminuyendo la participación de las mismas en los juegos en general, perdiendo la oportunidad de experimentar estas recreaciones. Concordando con ello Cudo et al. (2019) identifican que la depresión está relacionada directamente con la baja autoestima de los adolescentes que usan videojuegos y el deterioro de la imagen corporal viene enraizado a partir de los estereotipos que marca tanto los avatares de los videojuegos como los modelos de redes sociales, explican también que la adicción a los VDJ también está relacionado a las personas que tiene una menor autoestima y buscan pertenencia a un grupo.

En relación a la autoestima y los estereotipos dados por los videojuegos Deaner et al. (2022) explican, según su investigación, que los adolescentes que buscan crear sus avatares dentro de los VDJ elegidos casi nunca encuentran uno parecido a ellos y cuando esto sucede, prefieren exagerar sus rasgos para crear una imagen distorsionada de sí mismo, lo que en un ambiente real hace presente la baja autoestima y el seguimiento de estereotipos.

Analizado todo lo expuesto, los cambios dados por los videojuegos en los adolescentes, afectan significativamente las estigmatizaciones que los mismos tienen sobre su cuerpo y el papel que desempeñan en la sociedad.

Cambios cognoscitivos y conductuales propios de la edad y en relación a los videojuegos

Estos engloban la forma en que los adolescentes empiezan a ser más conscientes de las situaciones que suceden a su alrededor, tienen una mayor capacidad para razonar y anticipar las cosas, es decir, su pensamiento abstracto empieza a fortalecerse, además, se empieza a forjar su identidad y su personalidad (Fernández, 2014).

El sentido de pertenencia y el deseo por experimentar nuevas sensaciones y emociones puede llevar a que los adolescentes a realizar conductas de riesgo que son consideradas “estímulo positivo”, uno de los factores de riesgo que está en gran auge en la actualidad es el uso constante de las nuevas tecnologías, entre ella los videojuegos (Moll y Odriozola, 2014).

El cerebro adolescente sufre cambios que pueden explicar algunas conductas manifiestas en los mismos, como la impulsividad, Herdoiza y Chóliz (2019) basan su investigación en la premisa planteada, la impulsividad manifestada por el grupo etario, descrito desde un punto de vista evolutivo, donde postulan que la adolescencia tiene como aspecto inherente el desarrollo cerebral y el desajuste entre el sistema emocional o afectivo y el sistema de control o gestión de la conducta, y dada la evidencia se habla de una búsqueda de emociones

que tiene un crecimiento lineal, especialmente en esta etapa donde existe un mayor interés por experimentar situaciones que sean emocionantes y comienza su declive y ajuste al finalizar la adolescencia.

La UNICEF (2021) explica que los diferentes neurotransmisores y las conexiones neuronales que tiene el adolescente son de crucial importancia para entender y comprender cómo funciona el cerebro del mismo. Entre ellos se destaca la dopamina, la cual activa el sistema de gratificación, esto se ve reflejado en la capacidad que tienen los jóvenes para captar las cosas, así como en la manera en la identifican el éxito y el fracaso, otro neurotransmisor es la oxitocina que se encarga de aumentar la gratificación social y al trabajar con la dopamina activa la capacidad de vinculación con la sociedad. Finalmente, la serotonina, que durante este periodo de vida puede estar desregulado generando un estado de ánimo cambiante, ciclos de sueño y apetito alterados.

Asimismo, Iglesias (2013) indica que el cerebro de los adolescentes no se encuentra totalmente desarrollado por tanto las conductas que pueden tener son más desadaptativas, esto debido al adelgazamiento progresivo que sufre la sustancia gris en diversas regiones del cerebro hacia zonas asociadas al funcionamiento de alto rendimiento como el control de impulsos y el razonamiento.

Tomando la misma premisa y uniéndose a los videojuegos de uso común en adolescentes, Özçetin et al., 2019 alegan que los tipos de videojuegos (VDJ) influyen significativamente en el desarrollo de habilidades, capacidades y comportamientos en los mismos, es por ello que los adolescentes que empiezan con el consumo de VDJ se ven altamente influenciados debido al poco desarrollo de su corteza prefrontal donde el volumen de su materia gris es mayor y va disminuyendo significativamente después de la pubertad, por ende, el uso de VDJ sería eficaz para entrenamiento cognitivo o también como rehabilitación neurológica siendo importante para mejorar la plasticidad del hipocampo y reducir las limitaciones propias de la edad.

Por lo tanto, se puede expresar que los adolescentes comienzan a dejar el pensamiento concreto y lo cambia por operaciones formales las cuales les ayudarán a resolver problemáticas con su experiencia pasada, y relacionar sus causas y consecuencias; y se denota una relación marcada del uso de VDJ y el crecimiento de los adolescentes.

Analizando otro punto de vista y centrándose en el rendimiento académico manifestado por los adolescentes, Sans (2018) identifica que una de las respuestas negativas que tiene este grupo etario al usar excesivamente los VDJ es la alteración de las funciones cognitivas especialmente la atención, es decir, los resultados obtenidos en el juego o la partida va a

depender del grado de atención que los adolescentes le dediquen a jugar, por ejemplo, en el caso de los videojuegos de acción, al existir muchos estímulos visuales, mientras más atención presente más eficaces serán a la hora jugar, todo lo contrario se ve reflejado cuando el foco de atención está en clases, se ve disminuida debido al procesamiento lento de la información, de igual forma, existe una correlación entre el consumo excesivo de videojuegos y el Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH) lo que genera un aumento en los distractores y como consecuencia un mal rendimiento académico, asimismo el consumo diario influye para que los adolescentes tengan una capacidad disminuida para aprender estrategias de aprendizaje y ponerlas en práctica debido a la falta de atención, concentración y poca capacidad de memorización. Al mismo tiempo McLean y Griffiths (2013) aluden que el tiempo dedicado a los VDJ reduce el número de horas que tienen para estudiar y hacer tareas por tanto su rendimiento académico no es más óptimo, todo esto como consecuencia de la alteración sufrida en la atención y falta de concentración mientras se encuentran en clase y/o a realizar los trabajos investigativos.

Concordando con lo descrito, van den Eijnden et al. (2018) explican en su investigación que los VDJ si tiene un efecto positivo en la parte social manifestada por los adolescentes, pero genera déficit en el ámbito académico que no es percibido como importante para este grupo etario. Sin embargo, la creación de juegos novedosos que generen atracción en los adolescentes puede ayudar a aumentar sus capacidades escolares como lo defiende Čábelková et al. (2020) quienes hablan de la creatividad emocional aumentada y mayormente desarrollada por los adolescentes que usan videojuegos que los que no lo hacen o Özçetin et al. (2019) quienes comparan el incremento de habilidades cognitivas de quienes consumen videojuegos contra los que no, así también destacan que los docentes que implementan uso de TIC o gamificación ven cambios evidentes en la atención de sus alumnos para sus material, lo cual da pauta a los autores para recomendar más investigación sobre el uso de videojuegos en el aprendizaje del grupo etario que se describe.

Cambios sociales propios de la edad y en relación a los videojuegos.

Una de las actividades elegida por los adolescentes son los videojuegos y si es positivo o negativos se evidenciará según el tipo de contenido, el contexto y la cantidad de tiempo jugado, estos tres aspectos influyen significativamente para identificar la capacidad que tienen los adolescentes para resolver conflictos, debido a que durante las partidas se deben enfrentar a retos que los hacen tomar decisiones, como si estuvieran en la vida real, se analiza la situación o conflicto y se intenta resolver el problema, también estas características se ven reflejadas en

la resolución de conflictos ya que existirá un desconcierto en los resultados que se podrán obtener, existe una variable grande de dificultades para alcanzar el objetivo lo que induce al desarrollo de capacidad para construir un contexto problemático o colaborativo con otros jugadores, por otra parte, la sociedad desempeña un rol importante en el desarrollo de los videojuegos y como estos se van adaptando a las distintas culturas y contextos que se desenvuelve el usuario al que se pretende llegar (Yilmaz et al., 2022)

Asimismo, se pueden encontrar características que favorecen la forma de socialización y aprendizaje de los adolescentes, el consumo de VDJ online se ha popularizado pero así como hay características positivas también hay negativas y entre ellas está el descuido de actividades académicas, conflictos familiares y sociales, afectando su adecuado desarrollo; el estar inmersos en el mundo de los VDJ no existen barreras, ni límites para tener contacto con otros, sin embargo, si hay la pérdida de tiempo y espacio para realizar otras actividades, así como un aumento en la competitividad entre los adolescentes generando rivalidad e incluso agresividad, llevándolos a tener aislamiento social (Loayza, 2012)

Corroborando la información Moncada y Chacón (2012) detallan que otro factor negativo que conlleva el uso excesivo de VDJ es la pérdida de las habilidades de socialización en la población estudiada, pues al estar inmersos por horas en estos juegos no desarrollan destrezas sociales y no hay interacciones significativas con sus pares debido a que su foco atencional se centra en los VDJ, esto se evidencia ya que los adolescentes de edades de entre 14 a 19 años que tienen un uso prolongado de las pantallas denotan en relaciones menos sociales con sus pares y sus padres, dando como resultado que pasan alrededor de 3.2 horas diarias y mientras más horas se extienda su uso hay mayor probabilidad de tener menos apego con sus padres y solo el 24% de establecer relaciones saludables sociales con un grupo de pares externo a los de los videojuegos.

Cambios psicoafectivos y conflictos familiares por uso de videojuegos:

Por su parte, la Liga Española de la Educación y Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad (2017) en un estudio a adolescentes los resultados que obtuvieron fueron clasificados en dos ámbitos, el primero en la importancia de tener buenas relaciones con amigos, en donde el distanciamiento familiar será normativo, permitiendo así tener nuevas experiencias, en el cual encajaran y les ayudará a formar su identidad; y en segundo lugar la relación familiar, creando una paradoja ya que diversos estudios indican que los adolescentes necesitan la confianza y el apoyo que su grupo familiar puede brindarles para explorar y vivenciar todo lo que sienten.

Concordando con esto, Spilková et al. (2017), explican que los medios digitales son una de las fuentes de vinculación social, donde los adolescentes encontrarán grupos de amigos cercanos, así como de otros países y regiones, la principal característica destacada en este estudio es la marcada distinción por género, donde las niñas son más afines a mantener su actividad en línea mediante chats y uso de redes sociales y el caso de los niños destaca el uso de videojuegos.

De igual manera, se puede identificar que los padres y la familia cumplen un rol importante a la hora del desarrollo personal, pero por sus trabajos y obligaciones laborales disminuye la interacción familiar por lo que tratan de suplir el afecto con cosas materiales como computadoras, tabletas, celulares; se constata que en este grupo etario el consumo de VDJ lo usan como una forma de aislamiento y mecanismo de olvidar los problemas intrafamiliares como divorcio, enfermedades catastróficas, etc., debido a la poca o nula comunicación que existe dentro de la misma, dando como resultado el comportamiento negativo, de rechazo y agresivo que tienen (Cusme et al., 2020).

Basado en esta premisa se analiza más a fondo la repercusión de los videojuegos en el estado emocional de los jugadores, Blinka et al. (2014) expresan que los adolescentes que mantienen un uso de videojuegos moderado manifiestan mayores dificultades emocionales y de comportamiento mientras aquellos encuestados que tiene un uso excesivo tiene más dificultades con el autocontrol; sin embargo, estos individuos también presentan una mayor habilidad en el área informativa, por lo cual recomiendan que se pueda destacar y potenciar las mismas. Respalda esta información, en un estudio realizado por Li et al. (2021) indica que en un meta análisis llevado a cabo para evaluar adicción al internet y su relación con el autocontrol, se destaca que la diferencia general está marcada por la edad, género y cultura de los participantes que vuelve más propenso al uso desmedido de internet.

Las consecuencias que tiene en consumo de VDJ en adolescentes denota en el aumento de conductas violentas que se relacionan principalmente en peleas físicas con sus padres y en el ámbito académico a discusiones con sus profesores y con sus pares, por tanto, este tipo de conducta debido al uso se lo asocia a rasgos de personalidad hostil, por su parte, el estar inmersos en el mundo del internet y de los VDJ específicamente los adolescentes empiezan a tener conductas tales como, excitación fisiológica, conductas agresivas, pensamientos agresivos, conducta disruptiva y confrontativa, reducción de la empatía y estrés asociado a establecer o continuar con relaciones sociales, de igual manera, se evidencia un mayor conflicto interpersonal y aislamiento social (Sans, 2018).

Respaldando esta idea, Mohammadi et al. (2020), investigan sobre la agresión manifestada después del uso prolongado de videojuegos así como de la empatía, bienestar psicológico y hostilidad manifiesta en jugadores, tras analizar a veinte y nueve participantes describen un cambio en la materia gris y blanca de los jugadores que invierten más de cuatro horas al día a juegos que se clasifican con contenido violento en comparación al grupo de control, indicando que existen cambios en la circunvolución precentral y poscentral izquierda, el tálamo derecho, ambas zonas encargadas de captar los estímulos externos y procesarlos, parte más desarrollada en jugadores, que mantiene su enfoque y reacción a los nuevos retos del juego, pero también existe un cambio en la reacción emocional que es menos procesada y ocurren reacciones que desmedidas por la falta de un autocontrol de los procesos internos de un sentimiento o emoción.

Videojuegos

En la actualidad uno de las industrias que mayormente se ha posicionado en la sociedad son los videojuegos (VDJ) considerada una de las plataformas para satisfacer las necesidades de ocio (Calvo, 2018).

Los VDJ al ser instalados tiene diversas características, restricciones, así como requisitos y reglas que los jugadores deben cumplir, entre estas se destaca el rango de edad; todos estos juegos al llegar a una meta o ganar una partida generan distintas recompensas, cuando estas no son alcanzadas los jóvenes manifiestan conductas y comportamientos desadaptativos como ataques de ira desmedidos, gritos, ansiedad, desesperación, angustia; otras consecuencias negativas que podemos identificar es el aislamiento social, agresividad, bajo rendimiento académico, sedentarismo, insomnio y ansiedad; estos últimos pudiendo convertirse en una patología, a pesar de ello existen algunos aspectos positivos por el uso de los mismo, entre ellos las estrategias de pensamientos y el desarrollo de habilidades, al estar en contacto por personas de distintas partes del mundo el aprendizaje de nuevas lenguas es inevitable (Fuentes y Pérez, 2015).

Tipos de videojuegos

El empleo excesivo de videojuegos deriva efectos negativos para los jóvenes volviéndose solitarios e incluso puede llegar a generar patologías físicas y sobretodo psicológicas, los VDJ presentan diferentes características y se los puede calificar por su tipología y su modelo, otros pueden ser más de estrategias, reflexivos, agresivos y violentos y también pueden ser de índole tranquilos, además, son individuales pero se pueden encontrar juegos en los que pueden participar más de una persona haciendo equipos o grupos, asimismo,

se pueden identificar seis tipos de videojuegos en lo que se encuentran: juegos de arcade, aventura y rol, simuladores, estrategia, deportes y finalmente están los puzzles y de preguntas (Carrasco, 2012).

- **Juegos de arcade:** Son aquellos de aventura, con laberintos o en plataformas en el que el jugador debe superar niveles para continuar con la existencia de rangos y competencias (Rivera y Torres, 2018).
- **Juegos de Aventura y Rol:** Se busca indagar y estar en contacto con el entorno que rodea para de una manera acertada tomar decisiones que permitan seguir avanzando de niveles, son necesarios los movimientos rápidos, correr, disparar y/o golpear al oponente, son fundamentales para seguir avanzando, lo que mantiene al jugador alerta y con su atención focalizada (Rivera y Torres, 2018).
- **Simuladores:** Se basan en imitar distintos escenarios virtuales, donde el jugador es el protagonista y puede realizar actividades cotidianas o participar activamente en guerras (Rivera y Torres, 2018).
- **Juegos de estrategia:** Este implica que todos aquellos participantes están en constante desafío ya que tiene que superar diversas situaciones que están en constante cambio y son complejas, todos estos escenarios que se han propuesto hacen que los jugadores logren sentir y participar activamente dentro de todo el sistema organizado para generar interacciones con otros jugadores (Garrido, 2013)
- **Deportes:** Estos surgen como una actividad con reglas, de competición y profesional, tienen características muy similares a los juegos tradicionales, deben tener un rendimiento mental, participación organizada, la existencia de competencias bajo reglas preestablecidas, entrenamientos (García et al., 2018).
- **Puzzles y de Preguntas:** Estos son de los primeros que se crearon y en la actualidad ya no son muy usados, sin embargo, se han ido adaptando a las nuevas tecnologías ya que se los puede encontrar en cualquier Smartphone que han tenido gran popularidad en las personas consumidoras de juegos en línea (Carrasco, 2012)

Cuando un juego se convierte en adicción

La adicción que se presenta por el uso constante de VDJ es debido a la tolerancia que tienen las personas a la violencia, generando niveles altos de agresión, es por ello que se puede evidenciar que los juegos que son de contenido violento tienden a permitir la réplica de estos comportamientos en quienes los juegan, por tanto, es evidente que los jóvenes al tener una inmadurez emocional y conductual propias de la edad, pueden ver reflejado en los videojuegos

especialmente en los de guerras, peleas, entre otros, como un recurso válido para la resolución de conflictos; esto influyendo significativamente en la interacción social que tienen, ya que al estar en contacto mediante un dispositivo electrónico la conexión con la realidad se vuelve poca o casi nula (Dorantes, 2017)

Desde una perspectiva psicológica la adicción que estos generan es debido a la poca o nula capacidad que tienen los adolescentes para poder satisfacer las necesidades de ausencia o crecimiento, lo cual se ve repercute en el nivel académico, físico y mental por lo que desarrollan conductas y comportamientos riesgosos como el consumo de sustancias con sus pares; debido a que la maduración emocional, intelectual y cerebral no está desarrollada los adolescentes se encuentran en un periodo de inestabilidad cuando en esta etapa ya empieza a forjarse la identidad, el auto concepto, la formación del conocimiento objetivo y la autoevaluación y percepción que tienen de sí mismo, es por ello, que la adicción que generan los VDJ dificultando la formación de la identidad; el “yo ideal” del juego es muy contradictorio al “yo real” de la realidad lo cual es perjudicial a largo plazo debido a la incapacidad que van a tener de conocerse a sí mismo y a otros de forma objetiva, también se ve afectado la imaginación, creatividad y razonamiento lógico, concentración a largo plazo y consumo de energía, todo esto producto del consumo de videojuegos con contenido explícito mostrando, sin restricciones, actos de violencia, guerras armadas, asesinatos, pornografía (Jim et al., 2021).

En el ámbito familiar los adolescentes son reacios a hablar con sus padres, y cuando existe un uso excesivo de los VDJ perjudica más la comunicación así como también hay más desatención, en cuanto al ámbito académico provocando bajo rendimiento, faltas injustificadas al colegio así como falta de motivación por asistir y realizar actividades y cuando los síntomas se exacerban puede existir el abandono de los estudios, en la esfera social, hay disminución del círculo de amigos por la falta de atención que se enfoca en estos grupos, poco o nulo deseo de hacer actividades sociales con sus pares que puede evidenciarse con una abulia, pérdida de relaciones significativas lo cual también puede conducir a que se genere otras adicciones como es al alcohol y otras sustancias para lograr un sentido de pertenencia (Espinoza, 2018).

Asimismo, González y Igartua (2018) realizan una investigación para conocer las motivaciones de los adolescentes para jugar, clasificándolos en 4 apartados, entretenimiento, fantasía, competencia y ocio, y finalmente, la activación socio emocional; descubriendo que los adolescentes en su mayoría recurren a los juegos como parte de un vínculo y sentido de pertenencia, ya que este medio les facilita comunicarse y compartir tiempo con sus amigos cercanos y amigos online.

Respaldando esta idea, Nordby et al. (2019) evaluaron la procrastinación en relación al uso de videojuegos en adolescentes, obteniendo resultados desfavorables, pero también nuevas conclusiones, entre estas se encuentra la siguiente, los adolescentes que entrevistaron indicaron que usan videojuegos para pasar tiempo con sus amigos, manifestando un sentido de pertenencia a los grupos de pares. Asimismo, O'Brien et al. (2022) buscaban saber el alcance de una educación mediante videojuegos, y obtuvieron como resultado, que los adolescentes usaban estos para poder lidiar con el estrés y las emociones que les resultaban negativas de una forma independiente, además les sirve para conocer personas y mantener amistades.

Tomando en cuenta lo antes mencionado Sánchez y Silveira (2019) en su estudio evaluaron a adolescentes entre 14 y 16 años en el Estado de Campeche, México, con una población diana a estudiar de 185 estudiantes de educación secundaria en el que se empleó el “*Test de Dependencia a los Videojuegos*” (Marco & Cholíz 2011; Sala & Merino 2017) compuesto de 25 ítems los cuales miden abuso, abstinencia y tolerancia, así como la dificultad de control a los videojuegos, manifestándose que el 42.5% de la población menciona no tener dependencia de los VDJ, jugándolos de manera esporádica, el 46.8% de la población lo hacen de manera moderada y finalmente, el 10.6% refieren sí tener problemas para dejar de jugar por tanto mencionan tener dependencia a los VDJ, por otro lado, en cuanto al abuso y tolerancia, se evidencia que el 35.8% presentan un nivel bajo de adicción, de modo opuesto el 9.9% mencionan tener un nivel alto de adicción; otro de los factores que se puede evidenciar son los problemas asociados a los videojuegos, un 12% refieren tener problemas a nivel fisiológico y psicológico, manifestado en sintomatología ansiosa, insomnio, agresividad, abulia, pérdida de la concentración. Se menciona la dificultad para controlar su capacidad de juego, donde el 9.7% tienen problemas para detener la partida, incluso cuando su mecanismo de juego ha dejado de funcionar buscan distintas opciones para hacerlo, como pedir prestado una consola o algún dispositivo electrónico con el que puedan jugar.

Sin embargo, no solo existen consecuencias negativas del uso de videojuegos, Bezrutczyk (2013) en Estados Unidos estudió la prevalencia que tienen los adolescente se ve reflejado en que el 72% de ellos juegan entre ellos 84% en niños y 59% en niñas entre diez y diecinueve años, sin embargo, a pesar de las implicaciones negativas que pueden causar el uso constante de videojuegos, se puede identificar que los adolescentes pueden desarrollar habilidades motoras y cognitivas, atención visual selectiva, se pueden usar para el aprendizaje; es por ello, que el autor concluye que en los últimos años el avance tecnológico y las nuevas formas de comunicación, deben ser una fuente de crecimiento personal y profesional y que se

debe motivar a que tanto instituciones educativas, como familias encuentren nuevas formas de interactuar y crear conocimientos en los adolescentes de esta época.

Por el contrario, Estrada y otros. (2022) en Perú analizaron a 331 alumnos de séptimo de básica con edades entre los 13 a 18 años para lo cual realizaron una recopilación de información desde el mes de marzo del 2022, dando los siguientes resultados: el 14.2% de los participantes mencionan que tiene dificultades para dejar los VDJ incluso existen falencias en sus esferas sociales y familiares, ya que refieren abandono de actividades familiares y con el grupo de pares, con quienes es más común que se reúnan mediante partidas virtuales para continuar jugando durante horas. Los autores concluyen explicando que existe una afección notaría en todas las esferas como son la social, familiar, personal, generando secuelas a nivel físico y psicológico, asimismo, se evidencio que la resiliencia que ellos tienen era mínima, con solo un 11.2%; su estado de ánimo era muy cambiante con un 16.6%; la tolerancia a la frustración era muy baja con un 12.1%; y el 18.4% manifestó un síndrome de abstinencia; con relación al conflicto un 15.1% y la prevalencia a tener una recaída al juego excesivo era del 11.8%, es por ello que los autores indican que los adolescentes tiene un uso problemático con respecto al tiempo desmedido empleado en el uso de los VDJ, tanto así que tiene problemas para evitar jugar, abandonan distintas actividades, las responsabilidades e intereses, influyendo a que se generen enfermedades psicológicas como depresión, ansiedad e irritabilidad, otro campo que se ve afectado es el sueño, ya que pasan constantemente jugando y procuran menos horas de descanso, de igual manera, en zonas urbanas los hombres son más propensos a usar videojuegos que en zonas rurales.

En la misma línea, en Ecuador se realizó un estudio para identificar si los adolescentes presentan adicción, dependencia y las consecuencias que el consumo de VDJ genera en su esfera individual; para ellos se tomó una muestra de 3178 estudiantes de básica superior, implementaron distintos instrumentos entre ellos un cuestionario sociodemográfico y la “Escala de adicciones a los juegos en Internet (*Gaming Disorder IGD20*)” (Pontes et al ., 2014) con la finalidad de evaluar el uso problemático de videojuegos, en su versión traducida y validada al español por Fuster et al. (2016), dando los siguientes resultados, el 1.13% manifestaron tener adicción a los VDJ, mientras que el 98.87% refieren no tener un uso problemático; siendo los hombres (1.31%) los más propensos a desarrollar esta adicción sobre las mujeres, de igual forma se pudo evidenciar que en zonas urbanas hay una elevada tendencia al uso constante de VDJ, concluyendo así que si existe una problemática al uso desmedido de videojuegos en los adolescente (Andrade et al., 2018).

En cuanto a la relación entre el consumo de videojuegos y la violencia, Gentile et al. (2014) realizan un estudio con 3034 niños de escuelas y colegios para evaluar si existe una correlación entre el uso de VDJ y la agresión tanto cognitiva como comportamental, el estudio tuvo la duración de 3 años y se obtuvo que existía un efecto de los juegos violentos en la cognición agresiva de los jóvenes que no está relacionada con el sexo, la agresividad previamente manifestada o el control parental, los autores recomiendan, que, debido a que el 90% de jóvenes presentan esta manifestación de agresividad se plante un plan de tratamiento y se fomente el control de los padres sobre el tipo de juego que se permite a los jóvenes.

Programa psicoterapéutico para el tratamiento de adicción a los videojuegos y violencia derivada del mismo

Las adicciones no convencionales o como lo manifiesta Gomez et al. (2017) las adicciones comportamentales son procesos propios en los seres humanos se puede evidenciar en los síntomas que presentan que son casi similares a los de las adicciones químicas, además, este tipo de adicción se ve reflejada cuando las acciones o conductas que realiza un persona deja de ser funcional y pasa a convertirse en excesiva y desadaptativa, generando síntomas propios de este tipo de conductas como tolerancia y síndrome de abstinencia.

Ante la demanda de un proceso psicoterapéutico apropiado y eficaz se plantea un plan de intervención para crear guía para conocer cómo tratar estos patrones y modificando las conductas disruptivas que puedan tener los adolescentes a consecuencia del consumo excesivo de los VDJ.

Programa psicoterapéutico

Es destacable que cada programa terapéutico debe ser especializado y adaptado para cada paciente, sin embargo, este podría considerarse como una guía para trabajar con los adolescentes que tienen problemas con el uso del internet y por ende se generan conductas desadaptativas como puede ser la violencia.

A continuación, en la tabla 2 se detallan los resultados dados en algunos estudios sobre la efectividad de las diferentes terapias para tratar la adicción a los videojuegos con el fin de modificar los comportamientos adquiridos por el uso excesivo de VDJ y prevenir recaídas de los mismos.

Tabla 2

Resultados, título, año y características de estudio

N°	Referencia	Título	Año	Tipo	Terapia ocupada	Conclusiones
1	Martín et al. (2017)	Adolescentes con Trastorno por juego en Internet (IGD): perfiles y respuesta al tratamiento	2017	Campo	Hospitalización Farmacológico Psicológico	<p>45.76% comorbido con: Trastornos Afectivos, Trastornos de Ansiedad y Trastornos de Personalidad. Mientras que 52.54% presenta: Trastorno del Comportamiento Perturbador, TDAH y Trastorno del Comportamiento Perturbador no especificado. El 77.8 % tiene dificultades con las relaciones sociales. Tras recibir un tratamiento se evidenció que el 48.4% muestra mejoría.</p>

2	Chamba et al. (2022)	Terapia cognitivo conductual en el tratamiento de las adicciones a los videojuegos: una revisión sistemática	2022	Revisión sistemática	TCC	Eficaz en la disminución en la adicción y los síntomas que con lleva (depresión, ansiedad, aislamiento social).
3	Marco (2014)	Tratamiento cognitivo-conductual de la adicción a videojuegos de rol online: fundamentos de propuesta de tratamiento y estudio de caso	2014	Campo	TCC	Posterior a tres semanas se evidencia mejoras en cuanto a la dependencia a los VDJ, así como una baja actividad en el ordenador y juegos conllevando una mejoría a nivel personal y social.
4	Abbott et al. (2017)	Eficacia de las intervenciones con problemas de juego en un entorno de servicio: un protocolo para un ensayo clínico controlado	2017	Campo	Entrevista motivacional + folleto de auto instrucciones sesiones de refuerzo telefónicas de	Existió un aumento en la calidad de vida en los participantes de este ensayo, sin embargo, los autores recomiendan mayor

		aleatorio pragmático			seguimiento + TCC	investigación en este campo.
5	Casey et al. (2017)	Internet-Based Delivery of Cognitive Behaviour Therapy Compared to Monitoring, Feedback and Support for Problem Gambling: A Randomised Controlled Trial.	2017	Campo	TCC VS Monitoreo Retroalimentación y apoyo	Los participantes que fueron tratados con TCC notaron la reducción significativa del impulso para jugar, las cogniciones y el estrés generado por los VDJ que los pacientes que se sometieron a la otra dinámica
6	Ede et al. (2020)	Assessment of the Effectiveness of Group Cognitive Behavioural Therapy in Reducing Pathological Gambling	2020	Campo	TCC grupal VS Grupo de control	Se indica un efecto significativamente mayor en pacientes que tuvieron TCC grupal en cuanto a su adicción al juego comparado con el grupo de control

7	Li et al. (2017)	Mindfulness-oriented recovery enhancement for internet gaming disorder in U.S. adults: A stage I randomized controlled trial.	2017	Campo	Mindfulness	Los participantes tuvieron reducciones significativamente mayores en sintomatología como la ansiedad por los VDJ y las cogniciones desadaptativas asociadas con los juegos
8	Li et al. (2017)	Effect of electro-acupuncture combined with psychological intervention on mental symptoms and P50 of auditory evoked potential in patients with internet addiction disorder. ³	2017	Campo	Electroacupuntura VS Psico Intervención (TCC) VS Electroacupuntura + psicointervención	Existió una mejoría significativa en los síntomas dados por el DSM 5 en el grupo de terapia TCC y la combinación de la electroacupuntura + la TCC.
9	Oei et al. (2017)	Effectiveness of a Self Help Cognitive Behavioural	2017	Campo	Tratamientos de autoayuda VS	Se evidenciaron mejoras significativas después del TCC,

		Treatment Program for Problem Gamblers: A Randomised Controlled Trial.			TCC de autoayuda	<p>incluida la frecuencia de juego, la cantidad promedio jugada por día y los síntomas del juego patológico</p> <p>Se muestra una relación entre la disminución de la influencia de los videojuegos en el estado anímico, cogniciones de juego, impulsos de juego.</p>
10	Pilios. (2018)	Addiction to Video Games : A Case Study on the Effectiveness of Psychodynamic Psychotherapy on a Teenage Addict Struggling with Low Self-Esteem and	2018	Campo	Psicoterapia dinámica	<p>Se declara efectiva en el tratamiento con psicoterapia dinámica ya que los participantes, tenían disfuncionalidad en otras esferas como la familiar, lo que ocasiona el juego excesivo por lo que al tratar estas</p>

Aggression Issues.	diferencias se disminuye el consumo de VDJ.
-----------------------	---

Nota: Elaboración propia

En numerosos estudios la variable común es la Terapia Cognitiva Conductual o TCC para tratar las adicciones, Greenfield (2018) alude que la eficacia de esta terapia se basa principalmente en que los pacientes puedan llegar a reconocer cuales son los factores desencadenantes que llevan al consumo de internet, en especial a las adicciones a los VDJ y, en segundo lugar, logren modificar sus pensamientos para cambiar el comportamiento.

Tras el análisis realizado de los estudios que apoyan la eficacia de la TCC en el tratamiento de las adicciones contemporáneas y muchas de las intervenciones que no se basan en la TCC llevan mucho de los componentes de la misma por lo mismo, Bobes et al. (2011) indica que, el tratamiento psicológico propuesto por Kimberly Young (2007) para tratar la adicción al internet y sus derivados, como es el excesivo uso de videojuegos se basa en lo siguiente: se aplica la Terapia Cognitivo Conductual con un total de doce sesiones tratamiento y posterior a ello seis meses de seguimiento, en el que se trabaja en tres aspectos (tabla 3):

Tabla 3

Aspectos base para la terapia cognitiva conductual

Aspectos base para la TCC		
Cogniciones	Conducta	Otras áreas
Reestructuración cognitiva de las cogniciones y creencias negativas. Distorsiones cognitivas. Racionalización.	Conseguir un uso moderado o controlado de los VDJ en el que se pasa por un periodo de abstinencia cuando ya es patológico. Cambio de estilo de vida para organizar la vida si VDJ. Autorregistro de cuantas veces juega. Entrenamiento asertivo. Relajación. Ensayo de conducta. Desensibilización sistemática.	Problemas familiares Problemas académicos Problemas para relacionarse

 Nuevas habilidades sociales

Nota: Adaptado de Manual de Trastornos Adictivos (p. 490-498), por Bobes, J, Casas, M y Gutiérrez, M. 2011. Enfoque Editorial.

Por otra parte, es fundamental que los padres estén implicados en el tratamiento para los adolescentes, es por ello que se debe tener terapia familiar, asimismo, puede ser de gran ayuda que la familia y el adolescente asista a grupos de autoayuda, terapia grupal para así determinar el curso del tratamiento tanto positivo como negativo influyendo para que tenga éxito o fracaso en la vida familiar y personal (Young, 2007; Bobes et al., 2011)

Plan de tratamiento para la adicción al internet

Wölfling et al. (2019) plantea la TCC, empleada para modificar los pensamientos irracionales, los déficit sociales y conductuales, para generar motivación para cambiar y restablecer los comportamientos y que estos sean más adaptativos y funcionales. De igual manera, Chamba et al. (2022) ratifican que el uso de las TCC son de gran eficacia para la reducción de los síntomas ansiosos, depresivos y aislamiento social, etc., la intervención está centrada principalmente en la capacidad de controlar los impulsos, la motivación al cambio, la exposición y en la prevención de recaídas, asimismo, realizar un auto registro, la toma de conciencia de repercusiones negativas cuando existe VDJ, establecer objetivos, psicoeducación a nivel individual y familiar, así como implementar la reestructuración cognitiva para modificar los pensamientos desadaptativos producto del consumo excesivo de VDJ .

Tras una exhaustiva investigación sobre los métodos y técnicas más eficaces para una intervención a nivel individual sobre la adicción al internet y los videojuegos, presentamos el siguiente plan terapéutico para trabajar con adolescente (Tabla 3), recalcando la importancia de cada intervención individualizada.

Tabla 3

Descripción de las sesiones para la adicción a videojuegos

Descripción de las sesiones para adicción a VDJ				
Fase	Sesiones	Duración	Objetivos	Técnicas
Fase inicial	1	40 a 45 min	Establecer una alianza terapéutica. Psicoeducar del padecimiento actual.	Psicoeducación Autorregistro del uso del ordenador.

2	40 a 45 min	Plantear de objetivos a corto, mediano y largo plazo	Autorregistro del uso del ordenador.
3	40 a 45 min	<p>Evaluar a la familia.</p> <p>Elaborar el plan terapéutico especializado</p>	<p>Autorregistro sobre el uso de VDJ.</p> <p>Realizar un listado de posibles actividades de ocio y cambios con la familia.</p> <p>Elaboración de horario para trabajos y estudio.</p>
4	40 a 45 min	<p>Intervenir en las conductas de craving, el uso excesivo de internet.</p> <p>Establecer acciones y participación activa de la familia</p>	<p>Reestructuración cognitiva</p> <p>Continuar con el autorregistro,</p> <p>Aplicar las pautas del acuerdo</p> <p>Elaboración de plan de trabajos y estudio.</p> <p>Establecer acuerdos de normas en casa respecto a la relación filo-parental.</p>
5	40 a 45 min	Proponer un horario para el uso controlado y supervisión.	<p>Realizar un programa de actividades acorde a los gustos del paciente.</p> <p>Escala de dominio/placer</p> <p>Asignación de tareas graduadas</p>
6	40 a 45 min	Trabajar en el restablecimiento de	Aplicación de técnicas de relajación

			conductas adaptativas sociales	Aplicación de técnicas (Rol playing).
Fase de estabilización y prevención de recaídas	7	40 a 45 min	Gestionar el estrés, estados emocionales. Mantener la psicoeducación individual y familiar.	Inicio de plan de activación conductual
	8	40 a 45 min	Gestionar el estrés, estados emocionales. Establecer nuevas conductas para suplantar la conducta desadaptativa	Seguimiento del plan de activación conductual
	9	40 a 45 min	Gestionar el estrés, estados emocionales. Establecer nuevas conductas para suplantar la conducta desadaptativa.	Continuidad al plan de acción conductual
	10	40 a 45 min	Gestionar el estrés, estados emocionales. Logara un primer acercamiento a la exposición a los videojuegos	Desensibilización sistemática Detección de pensamientos automáticos
	11	40 a 45 min	Continuar la desensibilización	Desensibilización sistemática o exposición con prevención de respuestas.

			Mantener la psicoeducación individual y familiar. Analizar beneficios de suprimir el juego	Detección de pensamientos automáticos clasificación de las distorsiones cognitivas
	12	40 a 45 min	Detección de pensamientos automáticos.	Detección de pensamientos automáticos Clasificación de las distorsiones cognitivas
Fase de estabilización y prevención de recaídas	13	40 a 45 min	Implementar estrategias conductuales para implementar actividades y pensamientos alternativos Establecer estrategias para la prevención individual de recaídas.	Reestructuración cognitiva. Técnicas de detección.
	14	40 a 45 min	Identificar factores de riesgo y mantenedores que conllevan a la conducta de recaídas.	Técnica de reestructuración cognitiva
	15	40 a 45 min	Mantener la psicoeducación individual y familiar.	Cita de seguimiento

Nota: Elaboración propia

Conclusiones

La adolescencia es una etapa de transición en la que se distinguen cambios a nivel físico, social y emocional todo esto respaldado por la sociedad, este periodo se puede describir como una fase de autodescubrimiento donde se marcarán aspectos de su personalidad y la búsqueda de pertenencia. En este último punto la tecnología determina en gran medida la socialización y adaptación que tendrán los adolescentes ya que deberán usar redes sociales y el consumo de VDJ para adaptarse a un grupo y dada la falta de desarrollo en la corteza prefrontal induce a llevar a nuevas experiencias y continuar descubriendo las sensaciones que les produce el jugar.

El uso de los videojuegos ha tenido una significativa relación en la aparición de conductas violentas manifestadas por los adolescentes debido al contenido de los mismos, que muchas veces se encuentran en clasificaciones de “no aptos para menores de edad” sin embargo, son los más utilizados, y debido a la inmadurez emocional y conductual del grupo etario son la mayor influencia de su conducta en la sociedad. Las consecuencias no solo suceden a un nivel conductual sino se extienden en sus demás esferas, a nivel familiar se ve una disminución de tiempo en familia y una priorización del grupo de pares, que como se reúnen para jugar online y offline, es necesario inmiscuirse en el mundo de los videojuegos para lograr una pertenencia a un grupo. Asimismo, el permanecer mucho tiempo en esta actividad permite que los adolescentes asuman estereotipos sexualizados y exagerados de la forma de los cuerpos humanos y da paso a la cosificación y sexualización del círculo social del adolescente, en cuanto a un ámbito emocional, el mismo hecho de sentirse comparado con los cuerpos y roles asignados en los videojuegos genera una baja autoestima y posible relación con el desarrollo TAC, así mismo cuando los retos de estos VDJ no son alcanzados el nivel de frustración y estrés que generan en el grupo etario y la mala solvencia de los mismos pueden llevar a que el adolescente desarrolle trastorno depresivo, agresión, tristeza y aislamiento.

Finalmente, tras identificar la aparición de una sintomatología relacionada al uso excesivo de videojuegos se realizó una exhaustiva búsqueda para desarrollar un plan específico de tratamiento tomando como referencia al enfoque Cognitivo Conductual el cual se ha corroborado que tiene mayor eficacia para tratar las adicciones convencionales como no convencionales y mediante la aplicación de distintas técnicas en las que destaca la reestructuración cognitiva, desensibilización sistemática y prevención de recaídas se busca dotar de herramientas y guiar a los adolescentes como a su círculo social más cercano a tener un mejor estilo de vida garantizando una mayor comprensión y estabilidad familiar.

Referencias Bibliográficas:

1. Abbott, M., Bellringer, M., Vandal, A. C., Hodgins, D. C., Battersby, M., & Rodda, S. N. (2017). Effectiveness of problem gambling interventions in a service setting: a protocol for a pragmatic randomised controlled clinical trial. *BMJ open*, 7(3), e013490. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2016-013490>
2. Andrade, L., Carbonell, X. & López, V. (2018). Variables sociodemográficas y uso problemático de videojuegos en adolescentes ecuatorianos. *Health and Addictions salud y drogas*, 19(1).
<https://ojs.haaj.org/?journal=haaj&page=article&op=view&path%5B%5D=391&path%5B%5D=pdf>
3. Barquero, A., & Calderón, F. (2018). Influencia de las nuevas tecnologías en el desarrollo adolescente y posibles desajustes. *Revista Cúpula*, 30(2), 11–25.
4. Belfort, E., Camarena, E., Saad, E., Chamorro, R., & Matínez, J. (2012). Salud mental infante juvenil: prioridad de la humanidad (1.a ed., Vol. 1). *Ediciones científicas APAL, Experiencias y evidencias en psiquiatría*.
5. Blinka, L., Škařupová, K., Ševčíková, A., Wölfling, K., Müller, K. W., & Dreier, M. (2014). Excessive internet use in European adolescents: What determines differences in severity? *International Journal of Public Health*, 60(2), 249-256.
<https://doi.org/10.1007/s00038-014-0635-x>
6. Bobes, J., Casas, M., & Gutiérrez, M. (2011). *Manual de Trastornos Adictivos* (2.a ed.). Enfoque Editorial, S.C. ISBN: 13-978-84-938078-9-4
7. Čábelková, I., Strielkowski, W., Rybakova, A., & Molchanova, A. (2020). Does Playing Video Games Increase Emotional Creativity? *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(7), 2177.
<https://doi.org/10.3390/ijerph17072177>

8. Calvo, J. (2018) Juegos, videojuegos y juegos serios: Análisis de los factores que favorecen la diversión del jugador. *Miguel Hernández Communication Journal*, 9 (1), pp. 191 a 226. Universidad Miguel Hernández, UMH (Elche-Alicante). DOI: <http://dx.doi.org/10.21134/mhcj.v0i9.232>
9. Carrasco, R. (2012). Propuesta de tipología básica de los videojuegos de PC y consola. *Revista ICONO14. Revista científica de Comunicación y Tecnologías emergentes*, 4(1), 77. <https://doi.org/10.7195/ri14.v4i1.398>
10. Casey, L. M., Oei, T. P. S., Raylu, N., Horrigan, K., Day, J., Ireland, M., & Clough, B. A. (2017). Internet-Based Delivery of Cognitive Behaviour Therapy Compared to Monitoring, Feedback and Support for Problem Gambling: A Randomised Controlled Trial. *Journal of Gambling Studies*, 33(3), 993-1010. <https://doi.org/10.1007/s10899-016-9666-y>
11. Chamba, K., Pozo, J., & Reivan, G. (2022). Cognitive behavioral therapy in the treatment of video game addictions: a systematic review. *Pro Sciences: Revista de Producción, Ciencias e Investigación*, 6(42), 301-322. <https://doi.org/10.29018/issn.2588-1000vol6iss42.2022pp301-322>
12. Cudo, A., Szewczyk, M., Błachnio, A., Przepiórka, A., & Jarzabek-Cudo, A. (2019). The Role of Depression and Self-Esteem in Facebook Intrusion and Gaming Disorder among Young Adult Gamers. *Psychiatric Quarterly*, 91(1), 65-76. <https://doi.org/10.1007/s11126-019-09685-6>
13. Cusme, M. ., Pinto, V., & Mogrovejo, J. (2020). Videojuego en adolescentes: una forma de alienación a los problemas familiares. *Yachana Revista Científica*, 9(3). <http://revistas.ulvr.edu.ec/index.php/yachana/article/view/680>
14. Deaner, R. O., Dunlap, L. C., & Bleske-Rechek, A. (2022). Sex Differences in Competitiveness in Massively Multiplayer Online Role-Playing Games (MMORPGs).

- Evolutionary Psychology*, 20(2), 147470492211093.
<https://doi.org/10.1177/14747049221109388>
15. Dorantes, G. (2017). Jugar videojuegos violentos no influye en la agresividad vial de adultos jóvenes. *Revista de Psicología y Ciencias del Comportamiento*, 8(2), 51-71.
<http://www.scielo.org.mx/pdf/rpcc/v8n2/2007-1833-rpcc-8-02-51.pdf>
 16. Ede, M. O., Omeje, J. C., Ncheke, D. C., Agah, J. J., Chinweuba, N. H., & Amoke, C. V. (2020). Assessment of the Effectiveness of Group Cognitive Behavioural Therapy in Reducing Pathological Gambling. *Journal of Gambling Studies*, 36(4), 1325-1339.
<https://doi.org/10.1007/s10899-020-09981-y>
 17. Espinoza, L. (2018). Trastornos de personalidad y juego patológico en adolescentes y jóvenes con dependencia de las máquinas tragamonedas. *Persona*, 2(021), 99-124.
<https://doi.org/10.26439/persona2018.n021.3023>
 18. Estrada, E., Paricahua, J., Velazquez, L., Paredes, Y., Quispe, R., Farfán, M., Lavilla, W., Puma, M. & Zuloaga, M. (2022). Uso problemático de videojuegos en adolescentes peruanos: prevalencia estimada y asociación con variables sociodemográficas. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 41(4).
<https://doi.org/10.5281/zenodo.6945144>
 19. Fam, J. (2018). Prevalence of internet gaming disorder in adolescents: A meta-analysis across three decades. *Scandinavian Journal of Psychology*, 59(5), 524-531.
<https://doi.org/10.1111/sjop.12459>
 20. Fernández, A (2014). Adolescencia, crecimiento emocional, proceso familiar y expresiones humorísticas. *EDUCAR*, 50(2),445-466.ISSN: 0211-819X.
 21. Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2020). *¿Qué es la adolescencia?*
<https://www.unicef.org/uruguay/que-es-la-adolescencia>

22. Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2021). *¿Cómo se desarrolla el cerebro de un adolescente?* UNICEF. <https://www.unicef.org/uruguay/como-se-desarrolla-el-cerebro-de-un-adolescente>
23. Fuentes, L., & Pérez, L. (2015). Los videojuegos y sus efectos en escolares de Sincelejo, Sucre (Colombia). *Opción*, 6(31), 318–328. ISSN: 1012-1587
24. Fuster, H., Carbonell, X., Pontes, H. M., & Griffiths, M. D. (2016). Spanish validation of the Internet Gaming Disorder- 20 (IGD-20) *Test. Computers in Human Behavior*, 56, 15–224. doi: 10.1016/j.chb.2015.11.050
25. Gaete, V. (2015). Desarrollo psicosocial del adolescente. *Revista chilena de pediatría*, 86(6), 436-443. <https://dx.doi.org/10.1016/j.rchipe.2015.07.005>
26. García, A., Toribio, M., Teruel, B. & Suárez, A. (2018). Beneficios cognitivos, psicológicos y personales del uso de los videojuegos y esports: una revisión. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico*, 3(2),1-14. <https://doi.org/105093/rpadef2018a15>
27. Garrido, J. (2013). Strategy Video Games: Some Principles for Teaching. *Revista electrónica de investigación educativa*, 15(1), 62-74. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1607-40412013000100005&lng=es&nrm=iso
28. Gentile, D. A., Li, D., Khoo, A., Prot, S., & Anderson, C. A. (2014). Mediators and Moderators of Long-term Effects of Violent Video Games on Aggressive Behavior. *JAMA Pediatrics*, 168(5), 450. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2014.63>
29. Gestos, M., Smith, J., & Campbell, A. (2018). Representation of Women in Video Games: A Systematic Review of Literature in Consideration of Adult Female Wellbeing. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 21(9), 535-541. <https://doi.org/10.1089/cyber.2017.0376>

30. Gómez, R., Del Sotro, P., Carrizo, M., Serena, F., Malacarí, S., & Luque, L. (2017). *Psicología de las drogodependencias y de las adicciones* (1.a ed.). Alianza Editorial. ISBN 978-987-760-051-3
31. González, A., & Igartua, J. J. (2018). ¿Por qué los adolescentes juegan videojuegos? Propuesta de una escala de motivos para jugar videojuegos a partir de la teoría de usos y gratificaciones. *Cuadernos.Info*, 42, 135-146. <https://doi.org/10.7764/cdi.42.1314>
32. González, M. T., Espada, J. P., & Tejeiro, R. (2016). El uso problemático de videojuegos está relacionado con problemas emocionales en adolescentes. *Adicciones*, 29(3), 180. <https://doi.org/10.20882/adicciones.745>
33. Greenfield, D. N. (2018). Treatment Considerations in Internet and Video Game Addiction. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America*, 27(2), 327-344. <https://doi.org/10.1016/j.chc.2017.11.007>
34. Herdoiza, P., & Chóliz, M. (2019). Impulsividad en la Adolescencia: Utilización de una Versión Breve del Cuestionario UPPS en una Muestra de Jóvenes Latinoamericanos y Españoles. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación – e Avaliação Psicológica*, 50(4). <https://doi.org/10.21865/ridep50.1.10>
35. Hidalgo, M., & Ceñal, M. (2014). Adolescencia. Aspectos físicos, psicológicos y sociales. *Anales de Pediatría Continuada*, 12(1), 42–46. [https://doi.org/10.1016/s1696-2818\(14\)70167-2](https://doi.org/10.1016/s1696-2818(14)70167-2)
36. Iglesias, J. L. (2013). Desarrollo del adolescente: aspectos físicos, psicológicos y sociales. *Pediatr Integral*; 17(2), 88-93
37. Jim, Y., Qin, Zhang, & Zhang. (2021). Social Factors Associated with Video Game Addiction Among Teenagers: School, Family and Peers. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 615(1). doi.org/10.2991/assehr.k.211220.131

38. Karsay, K., Knoll, J., & Matthes, J. (2017). Sexualizing Media Use and Self-Objectification. *Psychology of Women Quarterly*, 42(1), 9-28.
<https://doi.org/10.1177/0361684317743019>
39. Kuss, D. J., Kristensen, A. M., Williams, A. J., & Lopez, O. (2022). To Be or Not to Be a Female Gamer: A Qualitative Exploration of Female Gamer Identity. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(3), 1169.
<https://doi.org/10.3390/ijerph19031169>
40. Li, H., Jin, R., Yuan, K., Zheng, B., Zheng, Z., Luo, Y., Ye, H., Huang, B., & Zhu, T. (2017). Effect of electro-acupuncture combined with psychological intervention on mental symptoms and P50 of auditory evoked potential in patients with internet addiction disorder. *Journal of traditional Chinese medicine = Chung i tsa chih ying wen pan*, 37(1), 43–48. [https://doi.org/10.1016/s0254-6272\(17\)30025-0](https://doi.org/10.1016/s0254-6272(17)30025-0)
41. Li, W., Garland, EL, McGovern, P., O'Brien, JE, Tronnier, C. & Howard, MO (2017). Mejora de la recuperación orientada a la atención plena para el trastorno de los juegos de Internet en adultos de EE. UU.: un ensayo controlado aleatorio en etapa I. *Psicología de las conductas adictivas*, 31 (4), 393–402.
<https://doi.org/10.1037/adb0000269>
42. Liga Española de la Educación y Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad. (2017). *Conflictos en la adolescencia: Los protagonistas toman la palabra* [Libro digital]. Liga Española de la Educación.
43. Loayza, J. (2012). Los videojuegos online en Latinoamérica. Impacto en las redes sociales y de consumo. *Revista ICONO14. Revista científica de Comunicación y Tecnologías emergentes*, 8(1), 59. <https://doi.org/10.7195/ri14.v8i1.280>

44. Marco, C. (2014). Tratamiento cognitivo-conductual de la adicción a videojuegos de rol online: fundamentos de propuesta de tratamiento y estudio de caso. *Anales de Psicología*, 30(1). <https://doi.org/10.6018/analesps.30.1.150851>
45. Martín, M., Lluís Matalí, J., García, S., Pardo, M., Lleras, M., & Castellano, C. (2017). Adolescentes con Trastorno por juego en Internet (IGD): perfiles y respuesta al tratamiento. *Adicciones*, 29 (2),125-133. ISSN: 0214-4840. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=289150531007>
46. McLean, L., & Griffiths, M. (2013). The psychological effects of videogames on young people: A review. *Revista de Psicologia, Ciències de l'Educació i de l'Esport*, 31 (1). 119-133. ISSN: 1138-3194
47. Mohammadi, B., Szycik, G. R., te Wildt, B., Heldmann, M., Samii, A., & Münte, T. F. (2020). Structural brain changes in young males addicted to video-gaming. *Brain and Cognition*, 139, 105518. <https://doi.org/10.1016/j.bandc.2020.105518>
48. Moll, A. R. & Odriozola, E. E. (2014). *Adicción a las redes sociales y nuevas tecnologías en niños y adolescentes*. Ediciones Pirámide.
49. Moncada, J. & Chacón, Y. (2012). El efecto de los videojuegos en variables sociales, psicológicas y fisiológicas en niños y adolescentes. *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (21), 43-49. ISSN: 1579-1726
50. Nordby, K., Løkken, R. A., & Pfuhl, G. (2019). Playing a video game is more than mere procrastination. *BMC Psychology*, 7(1). <https://doi.org/10.1186/s40359-019-0309-9>
51. O'Brien, R. T., Gagnon, K. W., Egan, J. E., & Coulter, R. W. (2022). Gaming Preferences and Motivations Among Bullied Sexual and Gender Minority Youth: An Interview Study. *Games for Health Journal*, 11(2), 79-84. <https://doi.org/10.1089/g4h.2021.0059>

52. Oei, T. P. S., Raylu, N., & Lai, W. W. (2017). Effectiveness of a Self Help Cognitive Behavioural Treatment Program for Problem Gamblers: A Randomised Controlled Trial. *Journal of Gambling Studies*, 34(2), 581-595. <https://doi.org/10.1007/s10899-017-9723-1>
53. Organización Mundial de la Salud. (2018). *Addictive behaviours: Gaming disorder*. <https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/addictive-behaviours-gaming-disorder>
54. Özçetin, M., Gümüştas, F., Çağ, Y., Gökbay, İ. Z. & Özmel, A. (2019). Las relaciones entre la experiencia de videojuegos y las habilidades cognitivas en adolescentes. *Enfermedad neuropsiquiátrica y tratamiento*, 15, 1171–1180. <https://doi.org/10.2147/NDT.S206271>
55. Pallavicini, F., Pepe, A., & Mantovani, F. (2022). The Effects of Playing Video Games on Stress, Anxiety, Depression, Loneliness, and Gaming Disorder During the Early Stages of the COVID-19 Pandemic: PRISMA Systematic Review. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 25(6), 334-354. <https://doi.org/10.1089/cyber.2021.0252>
56. Pilios, S. (2018). Addiction to Video Games: A Case Study on the Effectiveness of Psychodynamic Psychotherapy on a Teenage Addict Struggling with Low Self-Esteem and Aggression Issues. *Psychology*, 9, 2436–2456. <https://doi.org/10.4236/psych.2018.910140>
57. Pontes, H., Király, O., Demetrovics, Z., & Griffiths, M. (2014) The conceptualisation and measurement of DMS-5 internet gaming disorder: The development of the IGD-20 test. *PLoS ONE*, 9(10). doi: 10.1371/journal.pone.0110137

58. Rivera, E. & Torres, V. (2018). Videojuegos y habilidades del pensamiento / Videogames and thinking skills. *RIDE Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 8(16), 267-288. <https://doi.org/10.23913/ride.v8i16.341>
59. Sánchez, J. & Silveira, E. (2019). Prevalencia y dependencia a los videojuegos en una muestra de adolescentes. *Revista Electrónica sobre Ciencia, Tecnología y Sociedad*, 6(11). <https://www.ctes.org.mx/index.php/ctes/article/view/690/809>
60. Sans, J. (2018). Adolescencia y consumo de videojuegos: una revisión narrativa del estado del arte. *Anuario de Investigaciones*, 171-176. <https://www.redalyc.org/journal/3691/369163433017/369163433017.pdf>
61. Spilková, J., Chomynová, P., & Csémy, L. (2017). Predictors of excessive use of social media and excessive online gaming in Czech teenagers. *Journal of Behavioral Addictions*, 6(4), 611-619. <https://doi.org/10.1556/2006.6.2017.064>
62. Valdemoros, M., Sanz, E., & Ponce, A. (2017). Digital leisure and perceived family functioning in youth of upper Secondary Education. *Comunicar*, 25(50), 99–108. <https://doi.org/10.3916/c50-2017-09>
63. van den Eijnden, R., Koning, I., Doornwaard, S., van Gorp, F., & ter Bogt, T. (2018). The impact of heavy and disordered use of games and social media on adolescents' psychological, social, and school functioning. *Journal of Behavioral Addictions*, 7(3), 697-706. <https://doi.org/10.1556/2006.7.2018.65>
64. Wölfling, K., Müller, K. W., Dreier, M., Ruckes, C., Deuster, O., Batra, A., Mann, K., Musalek, M., Schuster, A., Lemenager, T., Hanke, S., & Beutel, M. E. (2019). Efficacy of Short-term Treatment of Internet and Computer Game Addiction. *JAMA Psychiatry*, 76(10), 1018. <https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2019.1676>
65. Yılmaz, E., Yel, S., & Griffiths, M. (2022). Comparison of children's social problem-solving skills who play videogames and traditional games: A cross-cultural study.

Computers & Education, 187, 104548.

<https://doi.org/10.1016/j.compedu.2022.104548>

66. Young K. (2007). Cognitive behavior therapy with internet addicts: Treatment outcomes and implications. *CyberPsychol Beh.* 10, 671-679.



Ariana Stefani Encarnación Zaquinaula portador(a) de la cédula de ciudadanía N° **1104276942** y **Paula Camila Morocho Paladines** portador(a) de la cédula de ciudadanía N° **0106975675**. En calidad de autor/a y titular de los derechos patrimoniales del trabajo de titulación **“Relación entre videojuegos y violencia en adolescentes: Revisión bibliográfica y planteamiento de programa de prevención”** de conformidad a lo establecido en el artículo 114 Código Orgánico de la Economía Social de los Conocimientos, Creatividad e Innovación, reconozco a favor de la Universidad Católica de Cuenca una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos y no comerciales. Autorizo además a la Universidad Católica de Cuenca, para que realice la publicación de éste trabajo de titulación en el Repositorio Institucional de conformidad a lo dispuesto en el artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Cuenca, **17 de abril de 2023**



Ariana Stefani Encarnación Zaquinaula

C.I. 1104276942



Paula Camila Morocho Paladines

CI. 0106975675