SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

UNIDAD AJUSCO

LICENCIATURA EN PEDAGOGÍA

PREVENCIÓN DEL DESARROLLO DE LA ADICCIÓN A LOS VIDEOJUEGOS EN ADOLESCENTES DE NIVEL SECUNDARIA.

TESIS

PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIATURA EN PEDAGOGÍA

PRESENTAN:

YESSICA MORALES MORALES
AUGUSTO NAVARRETE ESQUIVEL

ASESOR:

DR. JORGE GARCÍA VILLANUEVA

CIUDAD DE MÉXICO, 20 DE MAYO 2025

Ciudad de México, noviembre 25 de 2024.

TURNO MATUTINO
F(02) S(38)

DESIGNACIÓN DE JURADO DE EXAMEN PROFESIONAL

La Coordinación del Área Académica Teoría Pedagógica y Formación Docente, tiene el agrado de comunicarle que a propuesta de la Comisión de Titulación ha sido designado **SINODAL** del Jurado del Examen Profesional de: **YESSICA MORALES MORALES Y AUGUSTO NAVARRETE ESQUIVEL,** pasantes de esta Licenciatura, quienes presentan la **TESIS** titulada: **"PREVENCIÓN DEL DESARROLLO DE LA ADICCIÓN A LOS VIDEOJUEGOS EN ADOLESCENTES DE NIVEL SECUNDARIA"**, para obtener el título de Licenciada en Pedagogía.

Reciba un ejemplar de la misma para su revisión y DICTAMINACIÓN. Se le recuerda que con base en el Artículo 39 del Reglamento General de Titulación Profesional de Licenciatura, dispone de un plazo no mayor de 20 días hábiles, a partir de la fecha de recibido, para emitir el dictamen por escrito correspondiente.

JURADO	NOMBRE	FIRMA	FECHA
Presidente (a)	MARÍA LUISA MURGA MELER		
Secretaria (o)	JORGE GARCÍA VILLANUEVA		
Vocal	RUTH ANGÉLICA BRIONES FRAGOSO		
Supiente	GERARDO ORTIZ MONCADA		

Atentamente
"EDUCAR PARA TRANSFORMAR"

JUAN PABLO ORTIZ DÁVILA
Presidente de la Comisión de Titulación
Programa Educativo: Licenciatura en Pedagogía

NOTA: Oficio revisado y aprobado por el Consejo de la Licenciatura en Pedagogía el 03/10/14 y por el Consejo Interno del Área Académica 5: Teoría Pedagógica y Formación Docente el 23/10/14 y entró en vigor el 05/11/14.

c.c.p.- Comisión de Titulación.
Alumnas.
IEH/SUP/ECO

AGRADECIMIENTOS O DEDICATORIA

De parte de Yessica Morales Morales:

Quiero expresar mi más sincero agradecimiento a mi familia que ha confiado en mí, y me ha dado su apoyo incondicional que me ha servido de impulso para llegar hasta aquí: Hermana gracias por tus consejos, los ratos de reflexión profunda que ayudaron a continuar con mi camino, mamá siempre has confiado en la valentía que tengo y lo capaz que soy en cada paso que doy, papá gracias a noches de desvelo he logrado tener lo recursos para continuar mis estudios, gracias infinitas a los tres.

Expreso mis más sinceros agradecimientos a la Universidad Pedagógica Nacional, que gracias a sus espacios, y estancia en ella pude tener las herramientas necesarias para poder aprender nuevos conocimientos que me unió con mis amigos que llevaré en mi corazón por siempre, así como me brindó grandes maestros que conocí durante cada semestre, me ayudaron a mejorar mis capacidades y que me hicieron amar la carrera por medio de todas las dinámicas enriquecedoras que impartían en cada clase. pero sobre todo me inspiraron para ser mejor persona.

Con profundo agradecimiento al Dr. Jorge García Villanueva que siempre estuvo con nosotros en cada paso de nuestro proceso de titulación, es un excelente guía, como una luz dentro de todo el complejo proceso, sin él este camino habría sido más complicado, lo recordaré con gran estima, y me ha inspirado a siempre seguir buscando nuevas oportunidades para mejorar mis estudios y tener mejores oportunidades para el futuro.

Finalmente quiero externar mi agradecimiento a mi compañero de tesis Augusto Navarrete Esquivel por su profesionalismo, hacer la tesis entre dos personas es un

proceso complejo en ocasiones, pero por otro lado ambos aprendimos grandes cosas durante este proceso. gracias por el apoyo y respaldo en cada momento, porque en aquellas ocasiones quise rendirme y me ayudó a salir adelante a pesar de las dificultades. Gracias por compartir conmigo tus conocimientos en ciertas áreas del tema que nos tocó desarrollar, cerramos este trabajo con gran satisfacción y eso me hace muy feliz.

De Augusto Navarrete Esquivel:

Escribir una tesis ha sido una de las aventuras más complejas que he tenido a lo largo de mi vida, sin embargo, en los momentos finales de este proceso la etapa de escribir los agradecimientos correspondientes implica la recapitulación de recuerdos que se remontan incluso a tiempos anteriores a la licenciatura misma. Para comenzar quiero agradecer a mi familia, quienes a lo largo de mi vida y ahora me han acompañado de manera incondicional, mamá, la primera persona con quien tuve el gusto de convivir, no hay palabras textuales que le hagan justicia a todo lo que te debo, aún con las diferencias lograste guiarme por un camino de rectitud y buenos valores que siempre llevaré en el corazón.

Hermano ¿Qué mejor regalo se le puede pedir a la vida que alguien que te entienda, que te acompañe y te aconseje de manera incondicional? gracias de verdad por ser esa palmada en la espalda que siempre me ha ayudado a levantarme.

A mis abues Yola y Betty, dos ejemplos de grandes mujeres, su apoyo siempre es valorado y se siente como un cálido abrazo, gracias por su sabiduría y por creer en mí. Abuelo, llegando a esta parte no he podido mantener la compostura y escribo con lágrimas en los ojos y el corazón en el puño, casi toda mi vida estuviste para levantarme el ánimo, para enseñarme el tipo de hombre que quiero ser, sé que te

encuentras en un mejor lugar, y que probablemente estás feliz por ver la culminación de esta etapa, ésta va especialmente para ti.

Dicen que hay dos momentos importantes en la vida de una persona, cuando nace y cuando descubre el por qué, agradezco infinitamente a la universidad y a los docentes de los cuales he aprendido tanto, gracias por ayudarme a descubrir que realmente amo esto y en donde se encuentra mi vocación, buscar en mayor o menor escala hacer del mundo un mejor lugar, un paso a la vez.

Dr. Jorge García Villanueva, gracias por enseñarme tanto, le tengo un profundo respeto y admiración, gracias a usted y el que creyera en el potencial tanto mío como de mi colega para sacar este proyecto adelante, gracias por todo el apoyo y la mentoría, estoy contento de haber podido realizar con su apoyo este proyecto y espero en el futuro poder volver a colaborar con usted.

Finalmente quiero agradecer a mi colega de investigación, Yessica Morales, gracias por tu gran esfuerzo, por el apoyo que me proporcionaste a lo largo de la carrera, incluso en los momentos más bajos me ayudaste a creer que siempre podía dar algo más, que siempre podía ser un mejor estudiante, un mejor profesionista, un mejor ser humano, gracias por tu compromiso con este proyecto y por no rendirte, tienes mi admiración y mi respeto y me llevo un grato recuerdo de ésta gran aventura, que tu camino esté siempre lleno de éxitos y no dejes de llevar esa chispa allá a donde sea que vayas.

Índice

Introducción **1**
Justificación **2**
Objetivo general **6**
Objetivos particulares **6**
Capítulo 1. La adolescencia y la adicción a los videojuegos. **7**
1.1 Conceptualización ¿Qué son los videojuegos? 9
1.2 La estrecha relación de los videojuegos y la educación 10
1.3 El FOMO (Fear of missing out) y las adicciones a las nuevas tecnologías 11
1.4 Tecnologías de la información y comunicación y las tecnoadicciones 12
1.5 Conceptualización de la adicción a los videojuegos 13
1.6 Adicciones conductuales 15
1.7 Indicadores en la personalidad de una posible adicción 16
1.8 Caracterización de la adicción a los videojuegos 19
1.8.1 Antecedentes de la adicción a los videojuegos 23
1.9 Adicciones tecnológicas durante la pandemia COVID-19 25
1.10 Detonadores de las adicciones durante la adolescencia 27
1.11 Grupos con mayor vulnerabilidad a una potencial adicción 28
1.11.1 Los contenidos de acuerdo a las edades 28

1.11.2 Sobreestimulación sensorial en los videojuegos 31
Capítulo 2: La educación de nivel secundaria: Importancia para el desarrollo del adolescente. 33
2.1 Afectaciones en la educación básica por COVID-19 en México 33
2.2 La orientación en secundaria 37
2.3 Las funciones de la orientación 39
2.3.1 Áreas de la Orientación Educativa 40
2.3.2 Líneas de intervención: 41
2.4 Orientación en los procesos de enseñanza aprendizaje. 42
2.4.1 Líneas de intervención 43
2.5 Orientación para la atención a la diversidad y necesidades educativas especiales. 44
2.5.1 Estrategias de atención a la diversidad. 45
2.6 Orientación para la prevención y el desarrollo humano. 45
2.6.1 Líneas de intervención 46
2.7 Principios de la orientación psicopedagógica 47
2.8 Modelo clínico o de counseling 49
2.9 El modelo de consultas 50
2.9.1 Áreas de intervención 50
2.10 El modelo de programas 51
2.11 La prevención de la adicción desde el ámbito social y el campo de la orientación educativa 53
Capítulo 3: Propuesta de trabajo 56
3.1 ¿Por qué es importante la prevención de la adicción a los videojuegos en el ámbito educativo? 56
3.2 ¿Por qué es importante la prevención de la adicción a los videojuegos en los adolescentes? 58
3.3 Estrategias de prevención ¿Cómo prevenir el problema en los adolescentes? 60
3.4 El taller como medida de apoyo a la prevención de las adicciones conductuales. 62
3.5 Contextos en los cuáles podría tener aplicación este estudio 63
Instituto Mexiquense de Salud Mental y Adicciones 63
Talleres 64
3.6 Delimitación de taller 64
3.7 Objetivos 64
3.8 Estructura del taller 65
3.9 Presentación 69
3.10 Diseño del taller 70
3.11 Secuencias didácticas 71
Capítulo 4. Delimitación de trabajo: ¿Hasta qué punto pueden intervenir? 92
4.1 Los alcances de la pedagogía respecto a la prevención de la adicción a los videojuegos 92

4.2 Consideraciones finales **94**
Referencias **97**
Anexos **107**

Resumen

La adicción a los videojuegos ha sido reconocida como enfermedad por la Organización Mundial de la Salud –OMS- e incluida con el nombre de internet gaming disorder en la Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE-11) y en el DSM-5. Así lo recoge también la Estrategia Nacional sobre Adicciones 2017-2024. (Cánovas, 2021)

El siguiente trabajo gira en torno a la adicción a los videojuegos y cómo ésta puede afectar el rendimiento académico de estudiantes del nivel secundaria, implementando un diagnóstico para su oportuna detección y brindando algunas recomendaciones para así prevenirlo.

En varias investigaciones que abordan la adicción a los videojuegos desde diversos enfoques se puede encontrar una constante, ésta tiene que ver con el tipo de consecuencias podría traer o no a la vida del adolescente, sean en el ámbito académico, el social, entre otros.

Por otra parte, en este documento, se plantea la posibilidad de encauzar éste trabajo en pro del desarrollo de futuras propuestas que permitan orientar a los padres de familia, orientadores y estudiantes sobre el impacto que podría generar la adicción a los videojuegos.

Éste trabajo hace una extensa revisión de bibliografía especializada, describiendo las repercusiones que podría tener la adicción a los videojuegos en la vida de los estudiantes, del mismo modo se propone un taller orientado a los padres de familia, quienes tienen un rol de máxima importancia en la prevención de la adicción a los videojuegos.

Palabras clave

(tomarlas del Tesauro de la UNESCO o del Diccionario de la APA)

- Adicciones

- Adicción a los videojuegos
- Adolescencia
- Rendimiento académico
- Secundaria

Introducción

En el año 2020 la pandemia por COVID-19 obligó a una gran parte del mundo a cambiar los paradigmas a través de los cuales se había guiado tanto la vida laboral como académica, modificando los escenarios e interacciones presenciales por las remotas por medio de las computadoras o dispositivos que ayudaron a mantener la comunicación, lo cual trajo como resultado el surgimiento de nuevos retos para la sociedad, sin ser la excepción el sector educativo. Enfrentó a una amplia diversidad de obstáculos ante la necesidad inmediata de continuar con el proceso de enseñanza-aprendizaje de los jóvenes y niños en todo el mundo.

Y es en este escenario que una problemática pudo haberse acentuado de manera casi simultánea debido a los amplios periodos de tiempo que los jóvenes tenían que pasar frente de la computadora, y es aquella conocida como adicción a los videojuegos o como la OMS la nombró internet gaming disorder en la Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE-11).

Aunado a los retos que ya enfrentaba el sector educativo, la adicción a los videojuegos cobró especial relevancia, cuando las clases presenciales se cambiaron a estar en línea, los jóvenes tuvieron mayor alcance a la tecnología y si no se contaba con la supervisión adecuada podrían tener grandes distractores.

Esta clase de situaciones al ser de carácter multifactorial, podían desprenderse de problemas de conexión, la poca o nula adaptación de la didáctica a las necesidades educativas del momento, la desatención de los padres de familia o tutores a las actividades de los estudiantes, el desánimo de la juventud ante un escenario dificulta las interacciones sociales, y demás circunstancias.

La intención de éste trabajo es brindar información sobre las herramientas que faciliten a los padres de familia identificar oportunamente y en el mejor de los escenarios

prevenir el desarrollo de la adicción a los videojuegos en los jóvenes que se encuentran cursando el nivel de secundaria.

El tratamiento de las adicciones comúnmente se atribuye al área de la salud, y si bien es una concepción adecuada respecto a la problemática, las adicciones pueden prevenirse antes de su desarrollo, es aquí donde se presenta un área de oportunidad para la pedagogía, en la cúal se pueden desarrollar estrategias cómo talleres, campañas de concientización, capacitación para la detección temprana, manuales didácticos con información sobre la problemática, integración en el currículum de contenidos que fomenten estilos de vida saludables, entre otros.

Justificación

El presente trabajo tiene importancia en el contexto actual post-pandemia por Covid-19 debido al acercamiento que significó para una buena parte de la sociedad a herramientas digitales enfocadas a diversos fines entre ellos el del entretenimiento. De acuerdo con Andrew Little, analista de Global X, durante el primer trimestre de 2020 hubo un aumento del 65% con respecto a los primeros meses del 2019, este incremento de acuerdo con diversos expertos en el mercado de los videojuegos podría estar directamente relacionado con el confinamiento derivado de la pandemia por COVID-19. (Romero, 2020)

El confinamiento tuvo consecuencias y alteraciones en la mayoría de los aspectos de la vida de las personas, debido al mundo globalizado en el que vivimos, los efectos negativos que se pudieron observar fue en materia de salud, sin embargo no se puede olvidar que también los ámbitos de la vida pública, privada a nivel individual y colectiva se vieron seriamente afectados. (Unesco, 2020)

Al ver truncadas las posibilidades de continuar de manera común con sus actividades diarias, la sociedad en general planteó diversas maneras de llevarlas a cabo a través del aprovechamiento de la tecnología, un claro ejemplo de ello son las formas que los adolescentes encontraron para continuar en contacto con sus respectivas esferas

sociales y poder conocer nuevas personas con intereses similares fue a través de los videojuegos en línea lo cual a pesar de tener resultados positivos, al ser una fuente de alivió y freno para el estrés de acuerdo a una encuesta realizada durante 2020 por Entertainment Software Association (Salas, 2021) o el uso de algunos videojuegos con finalidades terapéuticas para promover la actividad física en niños y jóvenes (Azócar y Ojeda, 2021) en otros casos repercutió seriamente al presentarse el desarrollo de una adicción en torno al juego. Derivado del confinamiento obligado que provocó un giro radical en la vida de la mayoría de la población mexicana tan solo en 2020 cerró con un aumento del 5.5% de jugadores de videojuegos, esto en contraste con la cifra reportada durante 2019, lo cual supone una cifra de 72,300 millones de jugadores, cifra proporcionada por el CIU (The Competitive Intelligence Unit) (Garduño, 2021). Sin duda alguna es una cifra considerable, más aún ante la existencia de una problemática como lo es la adicción a los videojuegos y las consecuencias que ésta conlleva.

De hecho en América Latina, México se coloca frente al resto de países que la conforman como el mayor consumidor de videojuegos con una cifra bastante significativa del 30%, y se estima que para el año 2025 la industria del videojuego alcance un valor aproximado de 3 mil 400 millones de dólares, el crecimiento exponencial de la industria coloca al país como un lugar con elevado potencial para el mercado de los videojuegos. (Calderón, 2022) A pesar de este incremento se reconoce que no existe una directa relación entre el aumento de jugadores y el desarrollo de una adicción, sin embargo se considera un dato importante a tener en cuenta para la creación de futuras estrategias de prevención a dicha problemática.

El crecimiento de la base de jugadores anteriormente mencionado interesa a este trabajo, si bien se reconoce que la existencia de los videojuegos no implica directamente el desarrollo de una adicción a los mismos se entiende la existencia de un riesgo potencial de que en los próximos años se acentúe la problemática, este trabajo de investigación además de describir la problemática y sus características plantea la posibilidad de prevenir el desarrollo de la problemática durante la adolescencia con apoyo de los padres de familia, quienes forman el principal círculo

de contacto social de los adolescentes, esto con la finalidad de que puedan orientar a sus hijos durante este proceso, en este trabajo documental además de la descripción, se plantea la elaboración de un taller de carácter preventivo, desde la enseñanza a los padres de familia sobre las herramientas y estrategias de crianza necesarias para el acompañamiento de sus hijos para evitar una adicción que podría afectar su vida.

La etapa de la adolescencia se encuentra acompañada de cambios relacionados con una amplia necesidad de experimentar diversas situaciones, ésta necesidad generalmente deriva de la interacción con el entorno social más próximo, en este caso el contacto del adolescente con sus compañeros de secundaria por ejemplo, las expectativas y aspiraciones que esto conlleva podrían conducir al desarrollo de conductas nocivas para la salud y que en el peor de los casos podrían desembocar en una adicción, dadas las características del cerebro humano que se encuentra aún en desarrollo. (SEP, 2023)

Además de la investigación realizada, y como se mencionó anteriormente, se crearon secuencias didácticas, las cuales se guían por la líneas pedagógicas constructivista de Jean Piaget y sociocultural de Lev Vigotsky, en cuanto al constructivismo se hace énfasis en la etapa de desarrollo que corresponde a las operaciones formales, es durante ésta etapa que es clave apuntalar mecanismos que ayuden en una adecuada toma de decisiones que definirán el curso de la vida del estudiante de secundaria, aunado a ello la teoría sociocultural en este trabajo en concreto crea una red de apoyo entre el organismo de orientación en secundaria y los padres de familia, quienes a su vez orientarán al adolescente con herramientas adecuadas que permitan la prevención de un problemática que podría afectar diversos ámbitos de su vida. (Ganem, Ragasol 2013)

Dentro del ámbito educativo se puede trabajar y pulir la necesidad de prevención en las adicciones, debido a que los estudiantes pasan la mayoría de su vida en la escuela, se calcula que aproximadamente abarca un periodo de 4 a 17 años. Lo que esperaría que sea tiempo suficiente para dotar a los alumnos por medio de contenidos

adecuados con la finalidad de lograr su autonomía, logrando que así sean capaces de identificar y reconocer los rasgos, causas y síntomas que padece una persona con adicción, con la finalidad de contar con las competencias necesarias para contribuir en la mejora personal. (Barcía. 2015)

Respecto al perfil de egreso el pedagogo deberá ser capaz

- El egresado será capaz de entender y hablar sobre cuestiones referentes a lo educativo a nivel nacional, aplicando el conocimiento sobre lo teórico, lo metodológico, y lo técnico en cuanto a pedagogía se refiere tomando en cuenta el Sistema Educativo Nacional.
- Crear sugerencias en ámbito educativo nuevas que puedan apoyar las mejoras continuas teóricas y prácticas del mismo, tomando como base el trabajo en equipo e interdisciplinario.
- El egresado podrá llevar a cabo sus labores profesionales guiándose por el principio del humanismo, llevando a cabo un proceso de pensamiento crítico respecto a los procesos tanto sociales desde la perspectiva de lo educativo.
- Crear, ampliar y calificar los programas educativos tomando en cuenta el actual sistema educativo de México, asimismo los conceptos y definiciones de la pedagogía actual. (UPN, 2024)

En este trabajo gracias a la recuperación de información vigente y de carácter legítimo es posible identificar una problemática que podría presentar un riesgo potencial para la población de adolescentes que cursa el nivel educativo de secundaria como lo es la adicción a los videojuegos, la cual puede tener graves repercusiones en su vida. Del mismo modo se busca ofrecer posibles herramientas para la prevención de la mencionada cuestión, dichas herramientas están elaboradas de tal manera que puedan ser implementadas en el entorno educativo, tomando como base dos modelos como lo son el constructivismo, haciendo énfasis en Piaget y su teoría del desarrollo, y en la teoría del desarrollo social de Vigotsky.

Por último es importante mencionar que la prevención se debe señalar que en caso de ya haberse desarrollado la adicción, el material propuesto al final de la tesis brinda las herramientas para su adecuada identificación y posterior canalización a los profesionales del área de la salud correspondiente.

Objetivo general

- Describir la problemática de la adicción a los videojuegos y elaborar un taller de prevención dirigido a los padres de familia para reducir las afectaciones a diversos aspectos de la vida, que son necesarios para el desarrollo integral de los adolescentes de secundaria.

Objetivos particulares

- Caracterizar la problemática de adicción a los videojuegos en adolescentes estudiantes de secundaria de la Ciudad de México.
- Diseñar el contenido y actividades de un taller en relación con las principales características de la problemática de adicción a los videojuegos en adolescentes de secundaria de la Ciudad de México.
- Crear secuencias didácticas enfocadas a prevenir la problemática, dirigidas a los padres de familia.

Capítulo 1. La adolescencia y la adicción a los videojuegos.

Es importante entender las etapas de adolescencia y juventud que responde a diversos factores de su entorno, como la cultura, la historia, la sociedad y en general el contexto temporal en el que se da ésta etapa, es por ello lógico pensar que no es lo mismo hablar sobre un adolescente de la década de 1960 por ejemplo, a referirse a un adolescente que cruza ésta importante etapa intermedia entre la niñez y la adultez durante los 2000, (Dávila, 2004) ambos contextos históricos notablemente contrastan entre sí por lo cual el encontrar similitudes generales entre ambos podría ser cuando menos complicado, y además no respondería a las necesidades del presente trabajo.

A pesar de que la adolescencia es un concepto de múltiples significados dependiendo de la visión del autor que la revise, en el caso en concreto de este trabajo y sus objetivos se considera pertinente seguir la perspectiva de Erikson, para quien son fundamentales las dimensiones social e histórica como factores importantes para la adquisición de una identidad a través de la cultura. En este proceso el individuo formará una identidad personal en conjunto con lo aprendido durante la niñez y sus expectativas sobre el futuro. (Lozano, 2014)

Es natural pensar que una etapa de cambios tan radicales como la adolescencia que se puede entender como la etapa de transición entre la niñez y la adultez suponga una amplia gama de miedos o inseguridades que resultan incluso dolorosos para el sujeto. Cuando un sujeto no cuenta con las herramientas adecuadas para poder lidiar con el estrés que genera el cambio, puede buscar algún método para poder enfrentar su realidad. (Hernanz , 2015) por lo que en esta etapa los adolescentes son más vulnerables ante la situación, corriendo un riesgo mayor de desarrollar una adicción, al no tener la supervisión y las herramientas adecuadas para poder enfrentar y prevenir este problema, es un trabajo en conjunto con los adolescentes, familiares y miembros del sector educativo.

Es en este caso que las adicciones muchas veces han representado una puerta de escape de la realidad o como un alivio para las dolencias que pudieran surgir de una realidad radicalmente cambiante, nublando la capacidad de percibir de forma parcial o en su totalidad, alterando la percepción de lo que es real e inhibiendo los los miedos e inseguridades, sumergiendo al sujeto en un estado de éxtasis y completa seguridad. Derivado de ello, al verse privado de la sustancia, actividad o comportamiento que le orilla a éstas placenteras sensaciones el sujeto puede llegar a sentirse desconectado de sí mismo, con una profunda inquietud. (Hernanz , 2015) durante la transición de niñez y el ser un adulto que viven los sujetos durante la etapa de adolescencia, por lo que representa un gran nivel de estrés, trayendo como consecuencia que busquen medios, sustancias o comportamientos que le permitan continuar o lidiar con esta etapa, sin tomar en cuenta los efectos de estos a corto y medio plazo sean negativos, como lo es la adicción a los videojuegos.

Se entiende a la adicción comportamental como aquella actividad que al inicio genera placer y que puede resultar útil para la vida de una persona al crear un aprendizaje o desarrollar una habilidad, sin embargo más adelante se convierte en algo persistente y que puede resultar perjudicial. Aun cuando el sujeto entiende el problema y lo dañino que puede ser, no es capaz de abandonar de manera inmediata estos comportamientos, perdiendo la capacidad de elección y de autocontrol. Lo que trae como resultado el refuerzo de la conducta, creando así un círculo vicioso, en cual entre otras de sus consecuencias el sujeto termina abandonando sus actividades cotidianas. (Cía, 2013)

Es por este motivo, que se considera de gran importancia que los padres de familia pongan atención en los adolescentes que puedan presentar alguna sintomatología relacionada al desarrollo de una adicción que afecte las actividades cotidianas, como la socialización del sujeto, su rendimiento académico o en el peor de los casos su propia salud, la observación y atención de éstas características, se de debe realizar con la intención de prevenir que a largo plazo se genere un comportamiento de

dependencia, y no de hacer que el adolescente se sienta juzgado por sus gustos e intereses.

1.1 Conceptualización ¿Qué son los videojuegos?

Es importante señalar la importante relación que tienen los videojuegos con el contexto social en el que son distribuidos y jugados, es de este modo que el videojuego se puede considerar tanto un producto como parte importante de la cultura popular. De este modo se puede decir que es complejo encasillar el videojuego tan solo dentro del momento en el que se juega, dando importancia a los significados que este conlleva, y el como en el que se le concibe al mismo, no solamente como un producto comercial, sino como un producto a través del cuál se puede socializar. (Eguía, Contreras y Solano, 2013)

En la actualidad los videojuegos han representado una puerta de entrada al mundo de las Tecnologías de la Información tanto para niños como para jóvenes. A través de los videojuegos, niños y jóvenes desarrollan diferentes capacidades y habilidades, algunas de las más relevantes tienen que ver con la adaptación a las nuevas tecnologías, en el entendimiento de las mismas y su manejo.
Algunas de las habilidades que se desarrollan al momento de jugar videojuegos son: El pensamiento crítico ayuda a que el sujeto pueda mejorar la capacidad de conectar o crear nuevas ideas sobre un tema de su interés, evaluar sus acciones y tomar mejores decisiones de manera personal; Alfabetización digital aprende sobre las exigencias del mundo informacional; Desarrollo de la creatividad, los videojuegos ayudan que las personas presten más atención a los detalles y al momento de escribir o hacer un dibujo se refleja esta habilidad. (Rivera y Torres, 2018)
Debido a esto los videojuegos actualmente podrían considerarse un elemento crucial para los procesos sociales en un contexto en el que las nuevas tecnologías han tomado mayor importancia. (Belli y López 2008)

Entre la comunidad de los adolescentes los videojuegos tanto online como offline son bastante populares, entre ellos los pertenecientes a la categoría MMORPG (Juegos de rol masivos online por sus siglas en inglés) o los MOBA (Juegos multijugador de arenas de batalla), tales juegos entre sus principales características tienen en común el manejo de sistema de recompensas basado en el refuerzo intermitente, el cual tiene una alta probabilidad de generar comportamientos de tipo adictivo, dado que se basa en un sistema de recompensas ocasionales que motivan al jugador a mantenerse una mayor cantidad de tiempo conectado, en espera de obtener un beneficio de parte del juego. Además varios de estos juegos tienen como característica que son de acceso gratuito o *free-to-play,* por lo cual son de fácil acceso a la mayoría del público adolescente. (Lindenberg, Kindt, Szász, 2020)

1.2 La estrecha relación de los videojuegos y la educación

Éste trabajo no pretende estigmatizar la figura de los videojuegos y el acceso a los mismos, de hecho el objetivo de este apartado es señalar las bondades que podrían tener los videojuegos como herramienta de apoyo para ciertos aspectos de la educación.

En la última década se han realizado investigaciones que sugieren el uso de la tecnología, incluyendo los videojuegos como herramientas para la educación planteando estrategias que podrían representar un beneficio para la obtención de aprendizajes significativos de la mano de las necesidades propuestas dentro del currículum.

Algunos videojuegos pueden ser utilizados como herramienta de ayuda en pro de ciertos aprendizajes, además que pueden servir de apoyo en el tratamiento de algunas problemáticas de aprendizaje, apoyo en resolución de distintas problemáticas, cuestiones que estén relacionadas con lo académico, dilemas morales entre otros. Dependiendo del contexto el videojuego puede incluso ser una herramienta de motivación para ciertas áreas de la educación como la ciencia o las matemáticas. (Etxeberria, 1998)

El juego es considerado como una actividad fundamental para la organización del lenguaje y el pensamiento, ayuda de manera sistemática al equilibrio psicosomático, en la parte de los aprendizajes de fuerte significación, hay una reducción de la sensación sobre la gravedad frente a errores y fracasos, ha logrado aumentar la participación activa por parte del jugador, desarrolla y aumenta la creatividad, competencia intelectual, fortaleza emocional y por último la estabilidad personal. Por lo que se afirma que el juego constituye una estrategia importante para estimular el desarrollo integral de todas las personas. (Lopez, 2016)

1.3 El FOMO (Fear of missing out) y las adicciones a las nuevas tecnologías

Un fenómeno que se ha acentuado con la expansión continua de las redes sociales y la accesibilidad de las mismas es el del FOMO, este fenómeno ha sido aprovechado por las empresas que se dedican al marketing, favoreciendo prácticas de consumo cuestionables que pueden poner incluso en riesgo la salud mental del consumidor.

Se puede entender el FOMO (Fear of missing out o miedo a perderse de algo) se puede entender como la preocupación exagerada respecto a vivencias agradables que otros podrían vivir mientras una persona se encuentra ausente. En pocas palabras podría entenderse como la necesidad de encontrarse al tanto con lo que otros hacen. La sintomatología comúnmente asociada con este fenómeno incluye la depresión, el estrés y ansiedad ante la idea de perderse algún evento o beneficio por no encontrarse presente durante el momento adecuado. Se puede decir finalmente que el sujeto experimenta una infundada sensación de agobio ante escenarios imaginarios que ocurrirán durante la ausencia del individuo. (Ocio, 2022)

Los videojuegos en los últimos seis años no han sido la excepción en esta tendencia que las compañías han sabido traducir en microtransacciones, que pueden ser

realizadas con dinero real, en estas compras el consumidor recibe “beneficios” que únicamente podría obtener durante un periodo de tiempo limitado adquiriendo el carácter de “exclusividad”. Ésta estrategia generalmente viene acompañada de un riguroso estudio de mercado el cuál se encarga de ubicar cuáles son los tópicos que se encuentran en tendencia en redes sociales como Facebook, X (Twitter), Instagram, Tik Tok, Spotify, entre otras. Uno de los principales exponentes dentro de la industria de los videojuegos es Epic Games con el juego Fortnite dentro de sus prácticas que aprovechan el miedo del consumidor a perderse algo, se encuentra realizar eventos exclusivos en tiempo real dentro del juego, ya sea conciertos de artistas reconocidos, o eventos temáticos dentro del juego, al ser de tiempo limitado consigue grandes audiencias debido a que la mayoría de ocasiones estos eventos no tienen repetición. (Gómez, 2021)

1.4 Tecnologías de la información y comunicación y las tecnoadicciones

Las tecnologías de la información y la comunicación en su conjunto están conformadas por una amplia diversidad de elementos que favorecen la comunicación con distintos objetivos en tiempo real. De tal manera se puede entender que las herramientas y soportes que estas reciben están destinadas a facilitar el circuito de comunicación a través de las redes digitales, optimizando los tiempos en los que la información llega de un lugar a otro así como la cantidad de la misma. Es dentro de este apartado que pueden incluirse medios de comunicación a gran escala, como la radio, la televisión y el internet. (Caro, 2017)

Aquellas dependencias que no están relacionadas con algún tipo de sustancia o droga son conocidas como adicciones del comportamiento, que va acompañado de hábitos compulsivos. Dentro de la clasificación de las adicciones comportamentales se encuentran: adicción a la tecnología de la información y la comunicación (TIC) más específicamente el abuso de las redes sociales, videojuegos e internet, aquellas

actividades que requieran el uso de los aparatos electrónicos. (Cuquerella y García 2020)

Con la evolución de las TIC 'S el comportamiento humano también ha cambiado y se ha adaptado a sus nuevas propuestas, sin embargo siguiendo la constante de que algunas actividades cotidianas pueden llegar a generar comportamientos compulsivos o en el peor de los casos lo que hoy día se conoce como adicciones conductuales. De hecho durante la década de 2010 a 2020, y aún a la fecha, la comunidad científica continúa debatiendo sobre la existencia de las tecnoadicciones. (Caro, 2017) Algunas de las graves consecuencias para las personas, son lograr que lleguen a sentirse estresadas, ansiosas o deprimidas. Esta condición se detecta, entre otras causas, cuando alguien invierte mucho tiempo en actividades relacionadas con internet o los dispositivos móviles, se priva de dormir e incluso descuida espacios sociales y laborales. (Richard, 2015)

1.5 Conceptualización de la adicción a los videojuegos

Para este trabajo es importante primero explicar aquellas aspectos que corresponden a la adicción y los efectos negativos que conllevan en la vida de los adolescentes, al momento de hacer la búsqueda de información y recolección de datos se encontró que habitualmente la problemática relacionada con las adicciones se atribuye únicamente al consumo de sustancias estupefacientes, sin embargo es necesario puntualizar que las adicciones derivan fundamentalmente de un escaso control de un sujeto por repetir un determinado comportamiento, dígase de otro modo una compulsión, la cúal, en primera instancia resultaría una actividad placentera, no obstante, a largo plazo toma un lugar de máxima prioridad en la vida del sujeto, incluso por encima de otros aspectos importantes de la misma. (Cía, 2014)

Para poder ayudar a la prevención de la adicción a los videojuegos es necesario mencionar que la popularidad de los dispositivos tecnológicos tuvo un crecimiento

entre los diferentes estratos sociales de diferentes edades, durante la última década. En los Estados Unidos el 42% de la población juega videojuegos, dentro de este porcentaje la edad máxima es de 35 años. En igual sentido, el 56% de los hombres confirmó que eran jugadores activos, mientras un 44% son mujeres (Entertainment Software Association, 2015). Muestra también un margen de personas que son parte de las tasas de prevalencia de adicción a los videojuegos parecen flotar en torno al 3% (Marengo, Nuñez, Coutinho, Leite, & Rivero,2015). A pesar de que no exista una relación directa entre la popularidad de los videojuegos y el desarrollo de una adicción a los mismos, considerando el crecimiento de la población jugadora y las prácticas que algunas empresas desarrolladoras de videojuegos anteriormente mencionadas en el apartado 1.3 llevan a cabo, existe un riesgo potencial de que algunos consumidores sean más susceptibles a la adicción o a conductas nocivas que afecten otros ámbitos de su vida personal, laboral o académica.

Dadas las características de esta adicción en particular se crearon distintas formas de medir la adicción a los videojuegos entre algunas de ellas se encuentran:

- Percepción del problema que tiene la persona adicta
- La percepción del problema de parte de las personas que conviven con la persona adicta
- El surgimiento de sentimientos negativos ante la abstinencia o la incapacidad de controlar ciertos comportamientos relacionados a un juego problemático. (Ángeles, Pérez, Segura, 2020)

El comportamiento adictivo al juego conlleva importantes repercusiones, afectando desde el área personal, el desenvolvimiento social y los ámbitos educativos y profesionales, además de generar problemáticas en las relaciones tanto familiares como afectivas. (Chóliz y Marcos, 2020)

En cuanto al El Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM) , el trastorno derivado del juego es la única adicción conductual que ha sido incluida entre las adicciones correspondientes al consumo de algún tipo de sustancias, otras adicciones de este tipo no han sido incluidas dado que no existe suficiente evidencia de la

existencia de las mismas como para entrar en la categoría de trastornos mentales. (Chóliz y Marcos, 2020)

Debido a que existen pocos estudios que se han encargado de abordar directamente la adicción y que la mayor parte de datos acerca de la problemática fueron obtenidos de encuestas, el diseño de materiales enfocados a la atención de la adicción ha sido Históricamente, cuando se hablaba de adicción nos referíamos a adicción a las drogas. Sin embargo, se ha descubierto que el elemento esencial de todos los trastornos adictivos es la falta de control, es decir, el descontrol de la persona afectada sobre determinada conducta, que al comienzo le es placentera pero que luego va ganando terreno entre sus preferencias hasta llegar a dominar su vida complicado además de que los resultados obtenidos de los mismos no abarcaban lo necesario o se prestaban a la subjetividad. (Tejeiro, 2001)

1.6 Adicciones conductuales

De manera histórica, cuando se menciona o habla de las adicciones son relacionadas con aquellas que van de la mano con las drogas. Pero, con el paso del tiempo se ha explicado un elemento base de todos los trastornos adictivos, que es la falta de control, lo que se refiere con esto, es descontrol de la persona afectada sobre determinada conducta, que al principio le causaba un placer pero con el paso del tiempo abarcar diferentes áreas de su vida, que lo termina obligando a dejarlas aun lado hasta terminar dominando todo. (Cía, 2013)

Dentro de las características importantes de las adicciones se encuentra el abrupto cambio del estado anímico que padecen los sujetos durante un breve o prolongado periodo de abstinencia dependerá del caso en particular que se presente, por lo que sin duda es un proceso complejo debido a lo que conlleva, la persona pierde el control sin importar los efectos negativos que esto genera, ya que dentro de este proceso el sujeto experimenta sensaciones desagradables e inquietud a nivel neurológico, llevándolo a estar constantemente irritable y reacio a realizar otras actividades, a

consecuencia de esto algunas personas terminan por regresar al consumo lo que genera dependencia a las sustancias psicoactivas o comportamientos dañinos.

En cuanto a las adicciones conductuales se puede decir que el problema más allá de radicar en determinados comportamientos se encuentra en el establecimiento problemático de los mismos en la vida del sujeto afectando otras áreas de su vida. (Carbonell, Carmona, Rabadan, 2024)

La adicción conductual genera un proceso largo que trae como consecuencias que el sujeto lo lleva a tener una alta vulnerabilidad psicológica, que se refleja por medio de déficits de personalidad como la introversión, baja autoestima, timidez, fobias sociales, dispersión de atención e inestabilidad. Es por eso que cuando el sujeto es privado de la conducta o actividad que le genera placer lo lleva a que se desencadenan síntomas de abstinencia (que conllevan ansiedad, depresión e irritabilidad.) (Anguiano, et al 2022)

1.7 Indicadores en la personalidad de una posible adicción

Existe una serie de características que están vinculadas en la forma de ser de un sujeto, trayendo como consecuencia que la persona sea más vulnerable a padecer una adicción. La sintomatología consiste en presentar impulsividad, esto trata llevar a cabo acciones sin pensar o analizarlas previamente, también se encuentra el problema de hacer planes y seguir cada uno de los pasos del mismo, se contempla aquellas conductas autodestructivas, la poca atención, agresividad donde el sujeto presencia momentos de estrés no es capaz de controlar su enojo y termina desbordando todo de manera negativa. (Méndez, Romero, Cortés, Ruíz, y Propéro, 2017)

De acuerdo al Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales en su quinta edición; una persona pierde el control sobre aquello que le genera placer e interés por aquellas actividades que tenía previamente, esto es un factor importante donde los padres de familia tendrán que poner mucha atención para que la situación no se salga de control, asimismo puede ser una señal importante de que una persona padece una adicción. (Carbonell, 2014) De tener el conocimiento de que los adolescentes están

pasando por un momento complicado por alguna situación en particular, es trabajo de los padres de familia estar atentos a los cambios en la conducta para poder hacer una intervención oportuna y a tiempo.

La pérdida del control sobre un determinado estímulo puede llegar a ser cuando menos dañina para la vida del sujeto, además que al ser una adicción ubicada dentro del rango conductual su sintomatología podría ser confundida con la de algún otro trastorno o incluso podría no dársele la importancia necesaria para un problema de ésta gravedad, por lo cual se considera necesario puntualizar algunos de los síntomas de la adicción conductual más importantes son:

- Deseo o inquietud de realizar la actividad que genera placer,
- Pérdida de control sobre el estímulo.
- Descuido de las actividades en los ámbitos familiares, escolares, laborales y sociales.
- Tendencia a reaccionar a la defensiva cuando otra persona intenta hablar sobre la problemática.
- Padece algunos efectos como malestar e irritabilidad al pasar un periodo de tiempo sin hacer realizar la actividad (mejor conocido como los efectos de la abstinencia). (Cía, 2013)

Debido a que lo anterior se podría dificultar enfrentar el problema, se encuentran diversas circunstancias que podrían estar ya sea directa o indirectamente involucradas, por ejemplo, baja autoestima, impulsividad, tener poca paciencia o tolerancia físicos y psicológicos, también existe la búsqueda constante por experimentar sensaciones fuertes, en conjunto son factores que colocan a la persona en la situación de vulnerabilidad para que se desarrolle o potencialice la adicción. Dicho sea de paso estas problemáticas a su vez podrían estar relacionadas con otros factores ambientales en la vida del sujeto, por lo cual su observación y atención a las mismas podría facilitar la prevención del desarrollo de una adicción, sea ésta de carácter comportamental o psicoactivas.

La adicción se puede potencializar si el adolescente no tiene claro lo que desea realizar o el camino que debe seguir para cumplir sus metas. Los hábitos que se vuelven problemáticos están ligados a aquellas emociones desagradables, tener baja autoestima, estar por mucho tiempo solo y por último que el rendimiento escolar se vea afectado.

El videojuego puede generar que la concentración del individuo sea afectada a largo plazo, debido a la cantidad excesiva de estímulos con los que cuenta el mismo. (Baldinelli, 2022) por lo que se debe especial atención en casos específicos dónde se ha detectado que el adolescente está pasando por un momento complicado en su vida, esto es un trabajo de padres de familia, miembros del ámbito educativo, y demás elementos que pudieran verse involucrados.

La adicción a los videojuegos no es ajena a ésta característica y muchas veces las reacciones exageradas ante la abstinencia de los estímulos obtenidos durante una sesión de juego, se atribuye únicamente y de manera errónea a la falta de límites claros dentro del núcleo familiar, si bien en algunos de los casos llega a ser una constante, no es él único detonante del enojo, resistencia o demás emociones negativas, a pausar el juego en pro de realizar otras actividades, es por éste mismo motivo que debe reconocerse la existencia de un problema a nivel patológico.

De acuerdo a un estudio realizado en España que estuvo conformado por una muestra de 319 adolescentes alicantinos entre 12 y 18 años. Se administraron los Cuestionarios de Experiencias Relacionadas con Internet, el Móvil y Videojuegos (CERI, CERM y CERV), donde estudiaron los usos problemáticos de estas tecnologías, así como medidas con el objetivo de evaluar la frecuencia de uso y los usos más comunes. Los resultados que se obtuvieron mostraron que el 10% de la muestra presenta puntuaciones elevadas en uso problemático en cada una de las tecnologías, y un 2.2% de la muestra presenta problemas de uso en dos medios simultáneamente. (García, Marzo,y Piqueras 2017)

El uso de videojuegos puede ser una actividad de disfrute e incluso favorecer el desarrollo de algunas habilidades, por ejemplo las mencionadas en Videojuegos y habilidades del pensamiento de (Rivera y Torres, 2018) entre las cuales se encuentra el desarrollo del pensamiento crítico, la toma de decisiones, alfabetización digital, desarrollo de creatividad y habilidades de socialización.

Es necesario señalar que no todos los contenidos son aptos para todo el público, y la ignorancia de ello por parte de los padres de familia provoca que los menores de edad consuman contenidos no dirigidos a ellos, corriendo el riesgo a largo plazo de desarrollar otras problemáticas como la que concierne a este trabajo.

1.8 Caracterización de la adicción a los videojuegos

El trastorno de la adicción a los videojuegos, se distingue principalmente por el comportamiento insistente o firme con una falta de control sobre el tiempo que una persona dedica al juego en un periodo de doce meses. Del mismo modo hace a un lado actividades cotidianas con la finalidad de invertir más tiempo en frente a la pantalla, trayendo como consecuencia afectaciones en diferentes áreas de su vida, como lo son: social, académica, familiar y laboral.

A pesar de los posibles efectos negativos de la adicción a los videojuegos en otros estudios se ha comprobado que los videojuegos pueden ser útiles herramientas de apoyo para las estrategias docentes al capturar la atención de los estudiantes. En los últimos años, los serious games han crecido en popularidad usándose en diversas instituciones, además de que su área de atención está enfocada tanto en la educación de niños como adultos. (Fuerte, 2018).

Y es que es innegable el importante papel que han tomado los videojuegos en la sociedad en los últimos veinte años, no solamente como herramienta de entretenimiento, sino como plataforma de socialización, favoreciendo el encuentro de

personas con gustos e intereses afines, e incluso el intercambio cultural al favorecer la comunicación entre diversas regiones gracias a sus funciones de conectividad en tiempo real.

En contraste se encuentra la adicción a los videojuegos integrándose a una serie de adicciones comportamentales, cuyas consecuencias necesitan ser visibles y en la medida posible medibles en cuanto a lo graves que podrían llegar a ser.

En cuanto a la adicción abordada en el presente trabajo se debe aclarar que aunque el tiempo que le dedica un sujeto al juego es importante, existen otros factores a través de los cuales se puede determinar que existe una adicción, por ejemplo, se ha podido observar sobre todo en jugadores del género de juegos de rol masivos en línea (MMORPG por sus siglas en inglés) que llegan a mostrar síntomas comunes de la abstinencia del objeto o comportamiento en el cual está enfrascada la adicción como por ejemplo, irritabilidad, hiperfocalización en el objeto o hábito, pérdida del control o cambios en el estado de ánimo.
Uno de los motivos por el cual los MMORPG podrían estar más relacionados con la adicción tiene que ver con las motivaciones de los jugadores para pasar más tiempo frente a la pantalla y tiene que ver con lo incentivante que puede ser tanto a nivel personal como social, dependiendo del contexto en el que se ha desarrollado el individuo. (Griffiths, Hussain, Williams, 2015)

Además en algunos otros casos la adicción se puede somatizar en una incansable necesidad del sujeto por poder satisfacer su adicción, llegando incluso a cometer actos como el robo con tal de obtener el dinero necesario para comprar artículos cosméticos o que proporcionen ventajas dentro del juego, priorizando este gasto incluso por encima de cubrir necesidades básicas como la alimentación, transporte, ropa, entre otras. A continuación se hablará de la teoría que se enfoca en por qué este aspecto es tan relevante para ésta adicción en concreto.

La teoría que puede explicar en buena medida el porqué esta adicción puede interferir tanto en la importancia que se le da al juego como incluso la cantidad de dinero que se le invierte es la propuesta por León Festinger en 1954, en ésta teoría el autor señala que la comparación es una parte fundamental en el desarrollo del ser humano dentro de la esfera social en la que se encuentra, es gracias a éste proceso que una persona puede definir tanto sus virtudes, defectos y áreas de mejora al momento de compararse con las personas que lo rodean, en el caso de los adolescentes con sus iguales.

Una de las principales razones por las cuales este comportamiento es esencial para los seres humanos es porque está estrechamente con la forma de relacionarse de estos y los vínculos que forman, tomando como base las similitudes y afinidades, cuyo principal objetivo es preservar la especie a través de los mejores aspectos de la misma que más favorezcan su supervivencia, con ello es natural pensar que incluso de esto derivan objetivos comunes con la pareja y una cuidadosa protección de los descendientes de la misma.

Es así que de estas necesidades subconscientes de preservación y mejora de la especie supone un estricto filtro que está limitado en buena medida de los parámetros más convenientes para el contexto histórico social, teniendo siempre como eje central la supervivencia de la especie.
Una vez que se ha expuesto el presente referente teórico es necesario enfatizar en el hecho de que la comparación como tal no es un proceso negativo, sin embargo existen dos vertientes de la misma, los cuales son:

- **Comparación descendente:** Produce sensaciones negativas como la envidia, pesimismo, enojo hacia el éxito de otros sujetos

En sí, la comparación es un proceso necesario en ocasiones para la mejora continua del sujeto, permitiendo que este al encontrar fortalezas en otros o defectos en los cuales sería preferible no incidir, pueda formular estrategias que le permitan

- **Comparación ascendente:** Produce sensaciones positivas como el optimismo o inspiración por parte de otro sujeto para desenvolverse de manera óptima en diversos contextos.

En cuanto a la preocupación del presente trabajo tomamos la teoría de la comparación como un aspecto que podría influir de manera negativa en adolescentes que potencialmente podrían desarrollar una adicción a los videojuegos, con ello afectando otros ámbitos de su vida incluyendo el académico. Y es debido a las prácticas actuales de algunos de los más populares videojuegos entre los adolescentes como Fortnite, Payer Unknown's Battlegrounds, Call of Duty, Apex Legends, FIFA, y demás exponentes en un creciente mercado, que promueve la comparación en el sentido de "cuántos artículos posee una persona dentro de un juego es equivalente a que tan a la vanguardia se encuentra tanto dentro de su círculo social como dentro de la comunidad del juego en general". La venta de cosméticos, e incluso ventajas sobre otros jugadores dentro de los juegos apela a que los consumidores realicen de forma continua transacciones dentro del juego para poder sentirse parte de lo que las tendencias marcan como el ideal de consumo.

Dentro de los videojuegos ésta necesidad de autoevaluarse con base en ciertos parámetros sugeridos por la sociedad, es explotada de tal manera en la que aspectos como el nivel que tiene un jugador, las habilidades, los logros, hitos o trofeos, los cosméticos o ventajas dentro del juego; situaciones que podrían parecer no tan importantes en la vida real pasan a formar parte fundamental de la vida de los jugadores, llevando a que algunos se sientan incluso agobiados ante el posible encuentro con jugadores con atributos mayores en alguna de las características anteriormente mencionadas.

Cabe agregar que de acuerdo con el El Manual Diagnóstico y Estadístico de Trastornos Mentales se han agregado algunas características en concreto al Trastorno por juegos de Internet (Internet Gaming Disorder) las cuales son las siguientes:

- El juego pasa a tomar prioridad ante otras actividades
- Sintomatología común de una adicción

- El jugador crea tolerancia con lo cual cada vez requerirá una mayor cantidad de tiempo para jugar
- Intentos fallidos por controlar sus actividades en el juego online
- Poco interés en realizar otras actividades que anteriormente eran de su agrado
- Continuar jugando de manera descontrolada a pesar de tener conciencia de las consecuencias que esto puede traer
- Miente constantemente sobre la cantidad de tiempo que destina al juego
- Utilización del juego como vía de escape para otras emociones negativas
- Poco cuidado o pérdida de relaciones con tal de tener más tiempo para los juegos online.

1.8.1 Antecedentes de la adicción a los videojuegos

En 2016 cuando la OMS aún no se había planteado una postura en concreto ante el trastorno por uso desmedido de videojuegos**,** un grupo de expertos tanto en el área de videojuegos como en el sector salud, consideraba prematuro establecer parámetros que permitieran definir la adicción a los videojuegos como un nuevo trastorno mental, dado que sus características, podrían relacionarse con otras problemáticas ya existentes, a pesar de reconocer la existencia de casos en los cuales el comportamiento obsesivo hacia los videojuegos trajo graves consecuencias. (Heaven, 2019)

Debido a la gravedad del uso problemático de los videojuegos en los adolescentes, la OMS (2018) da a conocer el problema que se ha causa la dependencia por el uso excesivo de los de videojuegos o Gaming Disorder en la nueva edición de la Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE-11), que entrará en vigor en 2022.(Batuecas, 2020)

Aunque podría parecer una problemática relativamente reciente, desde 1980 ya se había intentado abordar el tema desde un enfoque en el cual el juego en cierto punto podía tornarse como problemático, esto fue durante el auge de los “arcades” en

concreto hablando del juego “Space Invaders”. Sin embargo es hasta 1983 que se intenta catalogar como una adicción de tipo conductual dadas las características compartidas con dicho tipo de trastorno. (Hao, 2023)

Si bien los videojuegos en el mejor de los casos pueden representar un medio donde se pueden escapar de los problemas cotidianos, es necesario reconocer que el recurrir a ellos de forma recurrente desde una perspectiva en la que se busca el alivio puede generar otra clase de problemas, debe resaltarse que como tal los videojuegos no son por defecto adictivos, al igual que otras adicciones de tipo comportamental, el objeto en el que se encuentran sujetas no son inherentemente adictivos, a diferencia de los que se encuentran dentro del amplio listado de adicciones de carácter psicoactivo.

Sin embargo, al igual que con otros trastornos de la conducta asociados a las adicciones, el uso desmedido de los mismos puede generar una patología y traspasar a otras áreas de la vida del sujeto como la social, la académica, laboral, entre otras.

Durante el año 2019, la Organización Mundial de Salud, autorizó la Clasificación Internacional de Enfermedades donde incorporó a los videojuegos en la categoría de trastornos debido a comportamientos que generó la adicción. No obstante cabe destacar que este trastorno de adicción a los videojuegos no se ha incluido en la versión actual del Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales de la Asociación Americana de Psiquiatría, en la cuál se ha visto como adicción comportamental única, del juego patológico. (Bueno, 2021)

Existen estimaciones respecto a la cantidad de personas que podrían encontrarse padeciendo adicción a alguna tecnología, aunque dicho porcentaje no es fiable, dado que se basa en el conteo de las horas semanales que una persona pasa inmerso en alguno de estos medios, sin embargo las características de ésta adicción apuntan hacia la necesidad de medirla más por sus características cualitativas que las cuantitativas. (Martínez y López 2020)

Entre las principales características de esta adicción de tipo conductual se encuentra en la mayoría de los casos una en común, la cual tiene que con el uso de refuerzos intermitentes, que consisten el la posibilidad de obtener una recompensa o victoria o

de no hacerlo en ocasiones, sin responder a un patrón en concreto. (Martínez y López 2020)

1.9 Adicciones tecnológicas durante la pandemia COVID-19

Durante la pandemia la mayoría de los pacientes que presentaron una adicción en algún otro momento de su vida, sufrieron recaídas, incluso algunos otros desarrollaron comportamientos relacionados a otras adicciones, derivado de la necesidad de buscar un estado mental de bienestar para lidiar con las emociones negativas generadas por el contexto socio histórico de la época, aunado a ello las adicciones tecnológicas, cada vez más aceptadas en por la comunidad científica, se abrieron paso .

En el caso de las adicciones tecnológicas es necesario implementar en las personas, hábitos de consumo sano y moderado, algunas de las opciones incluyen llevar a cabo una rutina de ejercicios físicos y también de manejo de emociones para controlar los niveles de ansiedad y estrés durante un prolongado periodo de aislamiento.

Además, durante este periodo se pudo observar que la demanda hospitalaria aumento no solamente debido al COVID-19, sino que además también se incrementó la atención a casos, en los cuales se vieron involucrados estados mentales como el estrés, la ansiedad, depresión, y demás trastornos que pudieran derivarse del encierro forzado. Es crucial por ende tomar en cuenta que la atención oportuna de un psiquiatra o terapeuta psicológico, con el objetivo de evitar la futura formación de un trastorno adictivo. (Gelain, 2020)

Es natural pensar que un trastorno como este encontrara un terreno fértil para su propagación durante la pandemia por COVID-19, y esto se debe a los radicales cambios que se dieron en la vida de la comunidad en general al tener que trasladar

completamente tanto las actividades laborales como académicas e incluso las relaciones con el resto de la sociedad, poniendo a las personas mucho más en contacto con el ordenador, móviles y tabletas, dispositivos que si bien son funcionales para actividades laborales también funcionan como alternativas para la socialización y el esparcimiento. A pesar de esto es necesario puntualizar que algunos de los contenidos que se ofrecen a través de la red tienen altos niveles de violencia o estimulación continua. Los adolescentes al tener la necesidad de utilizar estos aparatos también encontraron la oportunidad de entretenerse durante sus tiempos libres. (Márquez, 2023)

Al volverse la pantalla de los ordenadores un común denominador en la vida de la gente con ello también se comenzaron a buscar otras maneras de aliviar el estrés derivado de la constante incertidumbre, y el entretenimiento encontró refugio en las pantallas, fuera a través de plataformas de streaming, videos tutoriales o simplemente lúdicos, y el juego como factor importante para el desarrollo del sujeto dentro de la esfera social.

Con el aislamiento obligatorio que se vivió durante 2020 en el mundo, las actividades que eran parte de la rutina de las personas comenzaron a prohibirse ocasionando que la forma en que las personas podían seguir comunicadas sin correr un mayor riesgo era por medio de la tecnología. En el caso en concreto de los videojuegos, los cuales ofrecen una amplia variedad de contenidos que en ocasiones no son aptos para todo público, de la mano de la escasa supervisión parental de estos, fue una manera de en donde los adolescentes, al pasar más tiempo en casa debido a que las clases se impartían en línea, y al tener más tiempo libre encontraban refugio o como fuente de entretenimiento mientras la pandemia terminaba. Al extenderse el confinamiento se convirtió en el escenario perfecto en el cual podría desarrollarse la adicción. (Idme, 2021)

1.10 Detonadores de las adicciones durante la adolescencia

Durante la adolescencia las adicciones son un factor de riesgo debido a que "toda la parte del cerebro que es responsable del juicio, raciocinio y control de la conducta se desarrolla hasta los veintitantos años", explica la doctora Medina Mora. Como los adolescentes suelen tomar sus decisiones a partir de las emociones y no del juicio y el raciocinio, es más probable que abusen de las sustancias. El problema principal es que en esa etapa de desarrollo el cerebro es mucho más vulnerable." (Guerrero, 2002)

De acuerdo al artículo de la revista Asociación Española de Neuropsiquiatría, menciona tres elementos que están conectados y ayudan a fortalecer la adicción:

1. El producto: Se puede acceder a él de manera sencilla, no implica tener un permiso especial y el precio no es tan elevado. Se convierte en un medio importante en la vida social y escolar del sujeto para su desarrollo. Los adolescentes tienen sus redes sociales dentro de la escuela, una computadora con acceso a internet libre de las restricciones del entorno familiar, para poder realizar sus actividades, es el medio que sirve de ayuda para poder realizar sus tareas, consideran que con falta de este ya no es posible lograrlo.
2. El entorno: En ocasiones el entorno puede ayudar en el desarrollo de una adicción, las necesidades diarias de la actualidad así como los medios de comunicación, el uso de las TIC 's, y la comercialización del entretenimiento a través de medios digitales han creado cierto nivel de tolerancia de los usuarios hacia el los dispositivos. Del mismo modo al ofrecer la posibilidad de experimentar diversas sensaciones desde la comodidad del hogar pueden llegar a entorpecer las interacciones de los adolescentes con el exterior.
3. El sujeto: Ciertamente se debe reconocer que un factor importante al momento de desarrollar una adicción es el mismo sujeto, ya que la química cerebral puede jugar un rol de suma importancia, teniendo una mayor o menor tendencia a generar dependencia hacia un determinado objeto o comportamiento en específico. (Hernanz, 2015)

1.11 Grupos con mayor vulnerabilidad a una potencial adicción

Si bien las nuevas tecnologías han representado gran utilidad para resolver diversas cuestiones de la vida diaria, también es importante señalar que podrían representar un riesgo derivado de su consumo de manera desmedida, principalmente para los adolescentes, un grupo de la sociedad que le ha atribuido a estas herramientas un papel prioritario tanto para socializar manteniéndose a la vanguardia con las tendencias más actuales como para para desapegarse de la realidad. (Echeburúa, De Corral 2010)

La crisis adolescente conlleva una amplia transformación del psiquismo y de la inserción social. Esta transformación personal traer como consecuencia diferentes circunstancia las cuales son: áreas: I) la identidad; II) el cuerpo y las funciones vitales (sueño, alimentación, sexualidad); III) los procesos de mentalización que incluyen el estado de humor y; IV) los problemas de la acción, el paso al acto. (Ortiz, 2009)

En el caso concreto de los videojuegos en el manual dirigido a los padres de familia, comparte que las interacciones que se crean entre los jugadores al momento de compartir guías, estrategias, trucos y datos curiosos sobre el juego, ocasiona que se sientan más cerca creando la sensación de cercanía y pertenencia, dando como resultado procesos de socialización. Si bien esto es algo positivo, no se puede ignorar la otra cara de la moneda, donde los adolescentes que no cuentan con las herramientas necesarias para enfrentar los problemas o frustración que genera la transición a la vida adulta, utilizan la pulsión como refugio y de este modo sentir un alivio emocional, a tal nivel que puede derivar en una adicción. (Tisseron, 2006)

1.11.1 Los contenidos de acuerdo a las edades

Otro de los puntos a tener en cuenta sobre los videojuegos como contenidos audiovisuales es aquél que tiene que ver con la edad a la que está destinado cada juego dependiendo de los contenidos que éstos ofrecen, y es importante destacar este

apartado pues un niño o adolescente sin una adecuada supervisión, (sea por desconocimiento o por desinterés) puede acceder a contenidos que no están destinados al grupo etario al que pertenecen.

Afortunadamente respecto a este problema existen formas de regular el contenido que consumen tanto niños como adolescentes, a nivel internacional desde 1994 existe la Entertainment Software Rating Board (ESRB). Y más recientemente en México se creó el 18 de agosto de 2021 un sistema de equivalencia conocido como "Lineamientos Generales del Sistema Mexicano de Equivalencia de Clasificación de Contenidos de Videojuegos" (SMECCV).

De acuerdo con el Diario Oficial de la Federación publicado el 27 de noviembre de 2020, tanto los padres de familia o tutores de la mano con el gobierno tienen el deber de crear un ambiente favorable para el desarrollo integral de niños, niñas y adolescentes para lo cual es necesario estar al tanto de los contenidos que consumen, y además regularlo, en este documento además se hace mención de las herramientas de control parental, que además de regular el tiempo de juego, también regula los contenidos a los que se pueden acceder. (SEGOB, 2020)

Respecto a esto se plantea la siguiente clasificación con su respectiva equivalencia:

- **Clasificación A:** El contenido de estos juegos es apto para todo público. Es posible que contenga cierta cantidad de violencia caricaturesca o fantasiosa, no presenta lenguaje altisonante y si lo presenta es en mínima medida. No presenta contenido de tipo sexual. (SEGOB, 2020)
- **Clasificación B:** El contenido presentado es apto para adolescentes de doce años en adelante. Contiene una mayor medida de violencia caricaturesca, lenguaje altisonante y temas sugestivos. (SEGOB, 2020)
- **Clasificación B15:** Los juegos que se encuentran dentro de esta categoría son aptos para mayores de quince años. Se puede encontrar un mayor nivel de violencia, por ejemplo sangre en niveles reducidos, también se encuentra un mayor nivel de groserías, y temas sugestivos. (SEGOB, 2020)

- **Clasificación C:** El contenido de estos juegos está destinado para un público cuya edad supere los dieciocho años, esto es debido a la alta carga de violencia, lenguaje altisonante, contenido sexual, y derramamiento de sangre. (SEGOB, 2020)
- **Clasificación D:** Los juegos en ésta categoría son únicamente aptos para adultos, contienen altos niveles de violencia, contenido sexual en elevadas proporciones e incluso juegos de apuestas con dinero real. (SEGOB, 2020)

1.11.2 Sobreestimulación sensorial en los videojuegos

Es necesario entender la importancia que tiene la sobreestimulación sensorial en la vida académica de los estudiantes, debe hacerse hincapié en la plasticidad del cerebro humano, dicho en otras palabras la capacidad del cerebro de adaptarse a distintas situaciones, que dependen siempre del entorno que rodea al sujeto y sus interacciones con él. Gracias a ésta plasticidad el cerebro puede filtrar información y seleccionar cuál será más significativa en la vida de una persona. (Aldana, 2022)

Algunos de los efectos que podría tener la sobreestimulación digital tanto en niños como adolescentes tienen que ver con la necesidad de gratificación instantánea que se arraiga en la consciencia del niño o adolescente, la constante y rápida respuesta que ofrecen los medios digitales a algunas de las acciones del consumidor tienen poca o ninguna similitud con la frecuencia de obtención de resultados en la vida real, lo cual puede orillar al sujeto desde un nivel bajo de tolerancia a la frustración hasta a comportamientos que ya incurren en el terreno de las adicciones al descuidar aspectos importantes de su vida en pro de pasar más tiempo frente a las pantallas. (Silva, 2023)

También se debe tomar en cuenta los efectos que tuvo la pandemia por Covid-19 en la vida de las personas, específicamente afectando y cambiando la manera de relacionarse con otras personas como resultado del encierro, con ésto, hubo un significativo incremento en el uso de los dispositivos electrónicos para seguir en contacto con amigos, familiares y conocer nuevas personas, trayendo como resultado utilizar cada vez más estos medios para socializar que salir a caminar o convivir de manera presencial. En este caso en concreto incluidos los videojuegos en línea resultaron una alternativa mucho más atractiva para mantener el contacto entre distintos círculos sociales.

Por otra parte en el estudio publicado por Palaus (Palaus, 2017) en la revista digital *“Frontiers”* se señala que debido a la fuerte carga de estímulos audiovisuales que contienen los videojuegos, el cerebro desde luego se sufren alteraciones en el sistema

de recompensas, los jóvenes después de un largo periodo de tiempo frente al monitor se sentirán en una zona de confort debido a las “recompensas inmediatas” que les ofrecen éstas experiencias de carácter interactivo. Al ser una adicción que no se encuentra directamente ligada a una sustancia, puede que el sujeto no pueda gestionar adecuadamente sus actividades, no derivado necesariamente del placer que le produce la actividad en concreto, sino de la necesidad de evitar otras molestias que pueden derivar de su contexto, sea el caso por ejemplo el del confinamiento derivado de la emergencia sanitaria por COVID-19 que antes fue abordado en este trabajo. (González, 2019)

Es necesario reflexionar sobre el impacto que podría tener una problemática de ésta índole en el ámbito educativo, las consecuencias producto de las adicciones afectan no solamente en aspectos como el rendimiento académico generando con ello problemáticas como el rezago y la deserción escolar, sino que además tiene repercusiones en la forma de relacionarse con sus compañeros e incluso dentro del núcleo familiar.

Es importante que los niños o los adolescentes tengan la oportunidad de aburrirse, ya que es natural, esto ayuda que puedan encontrar las herramientas oportunas que le permitan actuar para automotivarse. Se necesita que tengan diversas actividades durante el día para que puedan evitar estar pegados todo el día a un aparato tecnológico, estas actividades no estén previamente estructuradas, organizadas y controladas por normas rígidas y preestablecidas, eso con la intención que sea puedan ser capaces de enfrentarse asimismo a la resolución de problemas y explorar las diferentes soluciones.(Aldana, 2022)

Capítulo 2: La educación de nivel secundaria: Importancia para el desarrollo del adolescente.

2.1 Afectaciones en la educación básica por COVID-19 en México

La importancia que tiene la educación básica en la vida de los sujetos es invaluable, debido a que durante ésta es que las personas pueden desarrollar habilidades y conocimientos primordiales en las principales áreas del conocimiento tanto en las ciencias naturales como en las sociales, además de tener a su alcance el goce de las ártes y la educación física. Además es durante ésta etapa que está contemplado que los infantes reciban dentro de las materias que contempla el currículum para su formación integral, la asignatura conocida regularmente como educación cívica y ética, la cuál puede considerarse como fundamental para comenzar la formación de ciudadanos que sean conscientes de sus obligaciones, derechos y a su vez, puedan poner en práctica importantes valores que les permitirán ya en la vida adulta, desenvolverse en la sociedad en todos los niveles que ésta se encuentre comprendida.

Dada la naturaleza de éste trabajo es necesario especificar cada nivel y sus respectivas características de la educación básica, para de ésta manera tener contextualización sobre las etapas en las cuales es crucial trabajar la prevención de la adicción a los videojuegos, vista ésta como una problemática creciente derivado de la explosión digital y los alcances que ha tenido la misma en los últimos años haciendo énfasis en factores surgentes que no deberían demeritarse como la más reciente pandemia. En México de acuerdo a la página oficial del Gobierno de la Secretaría de Educación Pública comparte que el Sistema Educativo Nacional está dividido en los niveles. Básico, Medio Superior y Superior, y a su vez se encuentran disponibles en tres modalidades que son:

- Escolarizada
- No escolarizada

- Mixta

En cuanto al nivel básico se encuentra dividido en:

- Nivel Preescolar
- Nivel Primaria
- Nivel Secundaria

La educación de tipo básico está compuesta por los niveles Preescolar, Primaria y Secundaria.(SEP, 2015)

La educación en el nivel Medio-Superior está conformada por el nivel bachillerato, que abarca una gran variedad de escuelas en el país, dentro de ellas existen algunas que no cuenta con el bachillerato sin embargo cuentan con carreras técnicas que permiten que las personas pueden tener otras oportunidades en el campo laboral al concluir sus estudios en este nivel.

La educación superior es la etapa posterior al bachillerato o similares, y está dividida en licenciaturas, especialidades, maestrías, y doctorados. Del mismo modo existen otras opciones previas para concluir una licenciatura, por ejemplo los Estudios Técnicos Superiores universitarios.

Derivado de los resultados arrojados por distintas evaluaciones se obtuvo como conclusión que no se estaban logrando las metas educativas necesarias para la obtención de nuevos aprendizajes significativos ni para conseguir que los estudiantes pudieran llevar una adecuada trayectoria académica. También se pudo analizar que como resultado de la pandemia hubo incluso un retroceso en el cuál hubo pérdida de aprendizajes y con ello un mayor rezago, teniendo repercusiones negativas directas en el desarrollo escolar y en social de las y los estudiantes.

A pesar que la educación a distancia a través de medios digitales podría parecer la única alternativa también fue gracias a estas medidas que se hicieron más notorios los contrastes sociales, ya que aunque lo cierto es que el acceso a internet y herramientas

que faciliten la navegación son fundamentales hoy en día, también es cierto que algunas familias carecían de los recursos necesarios para acceder a la conectividad. (Díaz-Barriga, 2020)

Un concepto como el de pérdida de aprendizajes regularmente se usa para explicar toda la merma de aprendizajes que ocurre en un largo periodo de tiempo de inactividad académica, sea por ejemplo las vacaciones que ocurren entre cada curso escolar.

Fue durante la pandemia que éste concepto tomó bastante relevancia, ya que se produjeron fenómenos como que los aprendizajes se quedaran varados o que incluso la disminución del rendimiento escolar, en parte esto se atribuyó al cambio abrupto que supuso pasar de la modalidad presencial, cabe recalcar que esto no implica que los estudiantes no hayan adquirido algunos otros aprendizajes valiosos e inesperados producto de las experiencias derivadas de sus propios contextos. Sin embargo esto no ignora tampoco el hecho que los estudiantes no obtenían los aprendizajes esperados por el sistema educativo. (SEP, 2022)

Las aulas quedaron vacías a consecuencia de la pandemia por COVID-19 y el largo periodo que obligó a que las clases se impartirán a distancia, en relación a esto la enseñanza y los aprendizajes se vieron interrumpidos y muchos alumnos tuvieron que abandonar o pausar sus estudios, ya que la situación era algo que sobrepasaba los recursos con los que contaban, lo que causó que aquellos conocimientos que reciben en las escuelas con el tiempo se olvidará. (SEP, 2022)

Cada país tuvo sus consecuencias derivadas de la emergencia sanitaria, sin embargo hay aspectos que comparten en el aspecto de la pérdida de aprendizajes son:

- El tiempo que se mantuvieron cerradas las escuelas debido a que el periodo se alargó más de lo que se tenía contemplado por el incremento de contagios en las ciudades.

- Los temas que se habían preparado para el ciclo escolar se redujeron ya que era parte de la estrategia para que las clases en línea pudieran centrar su atención en aquellos aprendizaje que se consideraban más relevantes.
- De cierta manera era imposible que las estrategias desarrolladas para una contingencia de este tipo alcanzaran a la totalidad de la población estudiantil, por lo cual una parte de ésta no estaba recibiendo la atención educativa necesaria.
- En muchos países se recurrió a medios prefabricados con la finalidad de únicamente proporcionar una evaluación cuantitativa, los cuestionarios ya previamente elaborados a través de formatos como Forms en ocasiones obstaculizan importantes procesos de retroalimentación que bien podrían llevarse a cabo de manera sencilla en las modalidades presenciales.
- La falta de recursos ocasionó que las personas que se encontraran en los contextos más desfavorecidos no pudieran continuar con sus estudios. Los problemas surgieron cuando los alumnos y maestros no podían adaptarse a las clases en línea, debido a que era complicado mantener la atención y el interés, aunado a ello, el desconocimiento o poco manejo que se tenía en ocasiones sobre las herramientas digitales. Lo anterior complicó la relación y comunicación que tenían los estudiantes con sus maestros dejando en el aire aquellas dudas que iban surgiendo en cada tema. (SEP, 2022)

Es necesario observar las consecuencias de la pandemia sobre el entorno educativo desde una perspectiva de clase en la cual, las familias con menor capacidad económica fueron las que más afectadas se vieron, la brecha de recursos se hizo mucho más evidente al tener que adecuarse a una realidad en la cuál el desempeño tanto educativo como laboral en ocasiones, estaban estrechamente ligados a las posibilidades que ofrecían las herramientas de trabajo, de las cuales incluso en ocasiones las familias no tenían acceso. (SEP. 2022)

2.2 La orientación en secundaria

El área de orientación es una parte fundamental en todo proceso educativo, ya que ésta garantiza la calidad de los procesos que se llevan a cabo dentro de las instituciones. Respecto a esto de acuerdo a la (RLEE, 2013) Los parámetros que han sido propuestos que deben ser tomados en cuenta, para lograr una educación de calidad son los siguientes:

- Lo que un estudiante debe aprender.
- El desempeño de los docentes en contraste al de otros colegas como punto de referencia
- De la medida en la que la institución cumple con objetivos que aseguren que se lleven a cabo una adecuada praxis de los procesos educativos

En todos los casos es necesario tomar en cuenta el contexto que rodea a todos los elementos involucrados, no con el objetivo de que todas las instituciones sean iguales sino que los procesos se lleven a cabo en un ambiente de equidad que garantice la calidad de la educación.

Es pertinente señalar que existen problemas derivados de confusiones o mala praxis que tienen como consecuencia que el servicio de orientación de estudiantes de secundaria sea afectado. De acuerdo con el Manual de organización de la escuela secundaria general y técnica (1981;1982); de la guía Lineamientos para la formación y atención de los adolescentes (2006); de los informes Nacionales 70, 80 y 90 del seguimiento a las escuelas que participaron en la PEI (2009b; 2009c) y del texto Lineamientos para la formación y atención de los adolescentes (2011) sobresalen:

(a) la duplicación de actividades de parte del orientador y del profesor-tutor,

(b) la inseguridad respecto a la participación del resto del personal de asistencia educativa

(c) la falta de exactitud en los criterios de selección.

(d) la falta de congruencia para reemplazar la función del orientador.

(e) la falta de una definición que permita comprender y diferenciar cómo se concibe la orientación y la tutoría en secundaria. (Medina, Tinajero, Rodríguez, 2013)

A lo largo del tiempo la orientación y las respuestas que ofrece en el ámbito educativo se ha tenido que adaptar dependiendo de las necesidades tanto de los estudiantes como de la sociedad en general, ésta área no solamente ofrece aportes para el desarrollo académico de los estudiantes sino para un desarrollo que integre otros aspectos de su vida como el social, el personal y el profesional, dicho desarrollo es fundamental para que en un futuro el sujeto tenga plena capacidad de tomar decisiones fundamentadas. (Cortés, 2008)

La orientación con el añadido de "educativa" habla y trata sobre el conjunto de elementos que se llevan a cabo en el ámbito académico dentro de un plan educativo e incluyendo todos los agentes que intervienen en ella (Molina, 2002; Martínez 2013 y SEP, 2010 2012)Tanto Denyz Molina como Ascensión Martínez puntualizan algunas características de la orientación educativa, entre ellas resalta el desarrollo personal, social y profesional como finalidad y la intervención de los distintos agentes tanto educativos como sociales que están implicados para su logro. (Gonzalez, 2020)

2.3 Las funciones de la orientación

La visión que se tenía durante los años ochenta la orientación con fines educativos o psicopedagógicos, era la mediación de manera individual y directa, centrando sus esfuerzos en resolver aquellos problemas de una persona en concreto, y dentro de los límites de la educación de carácter formal. El diagnóstico se centra en las capacidades con las que cuenta la persona, asimismo adaptando la situación al ámbito escolar. (Sanchiz, 2008–2009)

En contraste a partir de la década de los noventa es cuando la visión de la orientación tanto en lo educativo como en lo psicopedagógico expande sus horizontes, se puede destacar la definición de Bisquerra en 1995 en la que describe la orientación como un proceso de apoyo continuo a la personas, en todos los aspectos posibles de su vida, dando prioridad a la prevención y al desarrollo humano para el resto de su vida. Para lograr este objetivo es necesario guiarse de programas cuyos fundamentos sean de carácter científico y filosófico. (Sanchiz, 2008–2009)

Para poder describir las funciones que tiene la orientación se dará una explicación de aquello que se debe tomar en cuenta al momento de realizar una intervención en problemáticas determinadas.

Se toma como base la información de acuerdo al cubo de las 36 caras, que este analiza las situaciones de intervención por parte de la orientación y toma en cuenta los diferentes factores para poder llevarla a cabo, como: los destinatarios, el propósito o la finalidad que tiene, método, la problemática que se abordará, estrategias para hacerlo de manera adecuada. (*Laguna A., Matirnez A., Duarte S., Vasconcelos P. y Asencio E. 2012)*

Según (Sanchiz 2008–2009) las funciones principales con las que cuenta la orientación educativa son:

Informativa: Trata sobre alguna situación personal, el entorno y de acuerdo a las variantes que la sociedad facilita al educando.

Diagnóstica- Evaluativa: En este proceso donde el docente es pieza clave para los procesos de enseñanza aprendizaje, se procura resolver problemáticas y desarrollar las áreas de oportunidad identificadas.

Preventiva: Se formula una vez que se han establecido los objetivos de un programa, teniendo como principal propósito prevenir futuras problemáticas para el educando.

Terapéutica o correctiva: Media en situaciones complicadas en los distintos niveles de las relaciones tanto interpersonales como sociales,desde un enfoque que busca remediar o corregir estas dificultades.

Apoyo: Tiene como objetivo lograr la adaptación del sujeto, buscando prevenir futuras disfuncionalidades e implementando medidas para corregir, se busca que el orientado con apoyo pueda lograr la resolución de sus problemas por lo cual es el sujeto principal en esta función.

Formativa: Su principal función es ajustar el proceso educativo dentro del salón de clases, básicamente, las actividades realizadas donde se integra a la didáctica apuntando su atención en los procesos en lugar de los resultados que tiene el aprendizaje.

2.3.1 Áreas de la Orientación Educativa

- **Orientación para el desarrollo de la carrera:**
- Su principal objetivo es brindar a los alumnos las herramientas necesarias para poder enfrentar los retos que se enfrentan en la vida cotidiana de acuerdo a las normas que ha impuesto la sociedad. Se encarga de establecer una relación significativa entre la escuela y la realidad, esto porque tiene el propósito de que las cosas que aprenda dentro del entorno escolar puedan servirle fuera de él.
- La educación tiene la capacidad de ayudar a los alumnos para poder alcanzar una vida feliz y con mejores condiciones en todos los aspectos de la vida.
- Los esfuerzos van centrados a obtener un trabajo competente al terminar los estudios.

- Existe inclusión de todas las personas, no solo beneficia a un pequeño sector de la población.
- Los valores necesarios para el trabajo se adquieren en la educación que brindan las escuelas, asimismo las técnicas y habilidades para desempeñarse en este ámbito.
- La formación tiene la misión de incluir todo el currículum y lograr que las iniciativas educativas sean dirigidas a las formales y no formales.
- Debe ser un proceso significativo que debe perdurar toda la vida, por lo que debe de entenderse dentro de otros ámbitos dentro y fuera del aula de manera permanente.

Se puede decir que la orientación para el desarrollo de la carrera es un proceso que integra los aprendizajes más significativos en la vida del sujeto tanto académica como laboral, permitiendo que el sujeto logre encontrar mejores soluciones con mayor facilidad en el contexto laboral, esto sin dejar de lado todos aquellos contextos en los que se pueda desenvolver el sujeto. (Murillo, 2021.)

2.3.2 Líneas de intervención:

- Tiene como objetivo conocer el lugar donde se desarrolla, conocer las habilidades y cualidades que tiene uno mismo, informarse de las características que pide el puesto de trabajo al que desea aplicar.
- La orientación se encarga de mediar a las personas entre el trabajo y la información:

  – El autoconocimiento.

  –El conocimiento del mundo laboral.

  –La habilidad para tomar decisiones.

–La capacidad de planificar y desarrollar proyectos profesionales y vitales. (Sanchiz,2008–2009)

2.4 Orientación en los procesos de enseñanza aprendizaje.

Consiste en aquellas acciones que sirven para moderar las actividades entre los estudiantes y el docente con la intención de lograr aquellos objetivos que se basan en sus intereses y gustos, también tomando en cuenta lo que ayuda a fomentar la motivación. Las estrategias dentro del proceso de enseñanza aprendizaje se desarrollan en las preguntas como: ¿Cómo enseñar?, ¿Cómo aprender? y ¿Qué se debe hacer para desarrollar el proceso? (Seijo, M., Iglesias, N., Hernández, M., Hidalgo, C. 2010)

De acuerdo con Sanchiz, la autora comparte que dentro de este apartado cohabitan diversas teorías, que a continuación se mencionan y explican en qué consiste y la importancia de cada una.

- **La teoría directa:** Dentro de ella, el aprendizaje es entendido como una reproducción idéntica de la realidad. Visto desde ésta perspectiva, el aprendizaje se genera por medio del entorno donde se desarrolla el sujeto con base en los estímulos que recibe del exterior y reproduce lo aprendido, es en este medio que la orientación educativa, los conocimientos teóricos, generales y los nuevos paradigmas son aprendidos por el sujeto si mayor necesidad de hacer uso de procesos de cognición de mayor complejidad.
- **La teoría interpretativa:** Se considera que el aprendizaje se obtiene por medio diversos factores como lo son: la memoria, la atención, el razonamiento y la motivación, debido a que estos juegan un papel muy importante en la interpretación y razonamiento de la información.
- **Teoría constructiva:** Hay una ruptura entre aquella realidad y lo que se aprende dentro del salón de clases, debido a que ya no se concibe que pueda haber una sola realidad, lo que se cree es que existen muchas interpretaciones

de la misma. Asimismo la mente puede regular las funciones del sistema cognitivo por medio de la reflexión.

- **Teoría posmoderna:** Esta teoría sugiere que la realidad es visible desde una amplía variedad de perspectivas y que además no es posible ordenarlas por un determinado nivel de importancia. Esta teoría encuentra validez en el hecho de que en muchas ocasiones el entendimiento de una amplía variedad de eventos depende en buena medida de diferentes variables contextuales.

Cada teoría está relacionada con las demás, con la finalidad de ayudar a que el aprendizaje pueda ser obtenido de manera oportuna, dependiendo del contexto y necesidades de cada educando, teniendo como objetivo mejorar los conocimientos y la vida en general

2.4.1 Líneas de intervención

Vélaz de Medrano (1998) establece seis tipos de programas que pueden llevar a cabo los orientadores y orientadoras en los centros en colaboración con los equipos docentes para contribuir a mejorar los procesos de enseñanza-aprendizaje:

- Desarrollo de hábitos y técnicas de trabajo intelectual.
- Adquisición de técnicas de estudio.
- Desarrollo de estrategias metacognitivas aplicadas al estudio.
- Desarrollo cognitivo.
- Desarrollo de estrategias metacognitivas generales: metacognición y comprensión lectora.
- Motivación.

(Sanchiz,2008–2009)

2.5 Orientación para la atención a la diversidad y necesidades educativas especiales.

Hoy en día es usualmente aceptado que para lograr que la democracia sea un común denominador en el sistema educativo, es imperante tener en cuenta las necesidades de todas las personas que forman parte de la comunidad escolar, sin dar un grado especial de prioridad a unos por encima de otros, buscando garantizar una educación de calidad para todos y todas a pesar de las dificultades que puedan formar parte de los contextos tanto sociales como personales de cada uno. (Frutos, E. et al, 2012)

El rol que juega el orientador en este modelo es de poder servir de apoyo para poder reducir los obstáculos en los procesos educativo, de este modo se busca que la institución pueda atender las necesidades no de un solo grupo específico sino de toda la población estudiantil, partiendo desde la idea que todas las personas son distintas y por lo tanto tienen una amplia variedad de necesidades. (Fernández & Gallardo, 2012)

Medidas específicas

- **Refuerzo educativo:** Se deben hacer menos modificaciones en el currículum con el propósito para que los alumnos puedan enfrentar las complicaciones que tenga en su aprendizaje.
- **Orientación y tutoría:** Se interesa especialmente en ayudar a que los alumnos se sientan incluidos y al mismo tiempo da a conocer la evolución del aprendizaje obtenido.
- **Permanencia de un año más en el curso:** Es necesario este recurso en caso de que los alumnos aún no hayan adquirido las aptitudes necesarias para pasar al siguiente nivel del curso en cuestión.
- **La optatividad:** Se toma en cuenta los gustos e intereses que tenga para integrarlos en el currículum, sin embargo es necesario entender que pueden diferir en gran medida de lo esperado por la manifestación de sus intereses. (Sanchiz,2008–2009)

2.5.1 Estrategias de atención a la diversidad.

Tiene la intención de poder brindar una educación buena se debe tomar en cuenta lo siguiente:

- Se interesa por los gustos de los alumnos, y por los factores que pueden mejorar su aprendizaje.
- Conoce lo que han aprendido antes los estudiantes, para tomarlo como base.
- Hay una relación con los temas de cada materia en momentos de la vida cotidiana del que tengan conocimiento los estudiantes y así formar un aprendizaje significativo.
- Plantea diferentes tipos de juntar a las personas y dinámicas de integración.
- Atender las necesidades de los alumnos por medio de buenos comentarios tomando en cuenta: esfuerzos, logros, actitudes y manera de resolución de problemas.
- Fomentar un ambiente lleno de confianza transmitiendo la seguridad y cooperación.
- Combatir la discriminación y así mejorar relación entre los grupos.
- Fomentar que los alumnos se sientan respetados con la finalidad de ayudar a su autoestima y esforzarse por dar lo mejor de ellos en todo momento. (Sanchiz,2008–2009)

2.6 Orientación para la prevención y el desarrollo humano.

El desarrollo humano contribuye en los factores que van conectados como: crecimiento, madurez y los conocimientos que se van adquiriendo en durante la experiencia, este es la finalidad dentro de la orientación y la educación. Con la intención de lograr que los alumnos tengan un mejor autoconcepto, por medio de dotarlos y fortalecer sus habilidades al mismo que tiempo que las competencias necesarias para la vida. Adquirir las competencias necesarias para su rutina diaria, asimismo las habilidades que va fortalecer para desempeña

Características

- Se preocupa por los procesos por los que atraviesan las personas, coordinando así todo lo que implica con la finalidad de mantener en orden y construir las consultas.
- Se determina a estudiar los contextos educativo y social en que se ha desarrollado el sujeto y así entender, asimismo formar una idea del contexto que en el que se va a trabajar.
- Evitar las problemáticas con el objetivo de no tener consecuencias.
- Contribuir en sacar todo el potencial de los estudiantes.
- Construir los instrumentos para trabajo, se puede apoyar en el usos de materiales o programas tecnológicos con la finalidad de que el trabajo tenga mejores resultados y así tener un mayor alcance de personas. (Sanchiz,2008–2009)

2.6.1 Líneas de intervención

Dentro de este tipo de orientación se encuentran diversas líneas donde se puede intervenir, y ellas son:

- Institucional: Abarca la comunicación desde el punto de vista pedagógico, con ayuda de los docentes y el equipo de los directivos con el objetivo de brindar a cada persona la orientación que merece, asimismo fortalecer las relaciones con los miembros.
- Profesorado: Se interesa por su manera de relacionarse con otras personas, da las herramientas para lograr la resolución de problemas que surgen dentro del salón de clases, de esta manera fortalece y enseña los valores fundamentales para lograrlo.
- Alumnado: Realiza actividades que son enfocadas a adquirir nuevos conocimientos aprender a trabajar en equipo, así como mejorar sus hábitos y

las herramientas que conoce hasta el momento fortalecerlas para poder alcanzar una mejor calidad de vida

- Familias: Se preocupa por recopilar información que sobre el contexto de los estudiantes, ayuda a que los padres puedan entender el papel y ejercer su papel de manera más oportuna, con la finalidad de que la relación mejore entre padres e hijos.
- Entorno socio-comunitario próximo: Encuentra la relación que tiene el sujeto con las personas que lo rodean, desde los miembros de su comunidad educativa hasta con otras personas, del mismo modo la divulgación de los temas relacionados con la educación. (Sanchiz,2008–2009)

2.7 Principios de la orientación psicopedagógica

Dentro de la acción psicopedagógica se encuentra planear aquellos procesos educativos, donde analizan las necesidades con la finalidad de crear los objetivos asimismo las estrategias y diseño, para mejora de la educación. Para lograr lo anterior el papel del orientador juega un papel fundamental, por lo es necesario que cuente con conocimientos especializados, metodologías y principios enfocados en la acción preventiva desde diferentes enfoques del entorno escolar ya se de manera individual o grupal partiendo del contexto de cada persona. (Henao, Ramírez y Ramírez, 2006)
La complementan los siguientes principios:

- **Principio antropológico:** Va sujeto a la manera en la que adquieren los valores y adquirir la forma de conocer la vida, se especializa en que el alumno conozca más sobre sí mismo, fortalezca su autoestima, ajuste su proyecto a corto, mediano y largo plazo, con el objetivo de encontrar su vocación.
- **Principio de prevención primaria:** El alumno recibe la instrucción necesaria para superar diversas problemáticas que se presentarán durante su desarrollo, gracias a esto se podrá desarrollar en los ámbitos funcional y sociales, además que aprenderá a resolver diversas situaciones a través del fortalecimiento de sus propias habilidades.

- **Intervención educativa:** Con ayuda de este programa los estudiantes fortalecen las áreas principalmente donde necesitan mejores habilidades y mejorar su aprendizaje
- **Inversión social:** Toma en cuenta todas las características que provienen del ambiente, y todo lo que influye en el contexto del sujeto, porque todo en conjunto va repercutir en las decisiones que tome a lo largo de su vida, con la intención de tener mejores condiciones.
  (Sanchiz, 2008-2009)

De acuerdo con Rodríguez Espinar (1998) asumir el principio de la intervención social cuenta con las siguientes características:

- Cambia la manera en el ámbito educativo en el que se desarrolla el sujeto.
- Es fundamental hacer consciente a la persona sobre la importancia de cómo ciertos elementos de su medio ambiente podrían obstaculizar la consecución de sus metas personales.
- El sujeto deberá poner en una balanza sus objetivos personales y las necesidades que propone la sociedad, este razonamiento será posible a través de un proceso de diálogo.

Modelos de intervención.

De acuerdo a Bisquerra (1998) los modelos de orientación es un proceso para poder actuar, que se toman de base como guías para desarrollar o enfrentar alguna problemática que está buscando ser resuelta. Por otro lado, el autor Rodriguez Diegez (1990) comparte que en la Orientación los modelos sirven como medio para servir como medio accesible las construcciones de las teorías, asimismo, ayudan a desarrollar investigaciones que contribuyen en la construcción de las teorías. (Bausela, 2006)

2.8 Modelo clínico o de counseling

El modelo clínico es también popularmente conocido como de counseling, el principal objetivo de este modelo es trabajar a partir del autoconocimiento del asesorado, sus emociones y demás herramientas de las que disponga para resolver problemáticas, es de este modo que se puede decir que se busca el desarrollo del sujeto por encima de la resolución de un problema en concreto. (Paideia, 2019)

De acuerdo con la Asociación Británica (1992) El counseling puede ser un modelo útil que a través de las relaciones y la comunicación ayudará a crear importantes herramientas personales para el autoconcepto, la aceptación y el desarrollo emocional, este modelo enfoca la atención del orientador en las personas por encima de las problemáticas.

Características.

- El profesor ayuda a la creación de un ambiente lleno de confianza, donde los sujetos sientan la libertad de poder expresar lo que sienten y piensan para así resolver el problema.
- El asesor tiene la capacidad de reconocer aquellos sentires que puedan estar influyendo en el aspecto negativo.
- Una vez que la persona ha hablado de todo lo que le preocupa o le causa inseguridad, comienzan a promover e impulsar un ambiente de crecimiento personal.
- El asesor promueve e identifica aquello sentimientos positivos de la misma manera que aceptó y reconoció los negativos.
- La capacitación por instinto, la inteligencia del yo y ayuda a organizar el paso que sigue durante el proceso
- Tomando como base todo lo que conlleva el proceso, se va tomando base para dar pie a la toma de decisiones y así poner en acción los posibles planes.
- El principio de acciones positivas pequeñas pero altamente significativas.

- Cuando el sujeto consciente desde donde debe partir para mejorar, guiándose de las experiencias previas, todo en conjunto son parte fundamental del proceso de maduración.
- Hay mayor índice de iniciativa por parte del sujeto.
- El sujeto es cada vez más capaz de tomar de buenas decisiones, debido a su vida personal. (Sánchiz, 2008).

2.9 El modelo de consultas

El modelo de consultas establece el contacto entre dos profesionales pertenecientes a distintas áreas, esta interacción tiene como finalidad el apoyo a un tercero, pudiendo este ser tanto una persona o una institución. (Sánchiz, 2008)

Características

Una de las principales se destaca la relación que existe entre el consultor-consultante-cliente, lo anterior funciona mediante el proceso por el que el sujeto busca ayuda de un profesional, debido a que presenta un problema, este modelo ayuda a la planeación de una intervención de manera que no tiene una interacción directa con el orientado. (Sánchiz, 2008)

2.9.1 Áreas de intervención

a) El campo de la salud mental: orienta al sujeto para que pueda tener las herramientas adecuadas, esto con el objetivo de que sea capaz de enfrentar y resolver las adversidades que se le presenten, por medio de información oportuna.

b) Campo de las organizaciones: El consultor es importante para brindar herramientas necesarias para la resolución de problemas y la toma de diversas responsabilidades

c) Campo educativo: Aquí el consultor tiene el papel del orientador, el profesor del consultante, mientras que el alumno es el cliente. Las consultas plantean diferentes

metodologías a utilizar con los alumnos, dependiendo de sus necesidades educativas específicas o realizando diversas adaptaciones al currículum.

Etapas del proceso

1ª fase: Establecer una relación entre un consultor y un consultante

2ª fase: Analizar el conjunto de la situación y clarificar el problema.

3ª fase: Explorar alternativas.

4ª fase: Establecer planes de acción, entre consultor y consultante.

5ª Puesta en práctica de los planes con los destinatarios de la intervención.

6ª fase: Evaluación de la puesta en práctica del plan de acción. (Sánchiz, 2008)

2.10 El modelo de programas

Se requiere contextualización de en qué consiste el modelo de acuerdo con el Manual de “Modelos de Orientación e Intervención Psicopedagógica”, en el cual, Sanchiz, explica que por programas pueden entenderse todas aquellas actividades cuya función sea prevenir, progresar, educar o atender problemáticas, se apoya de las teorías de la educación y es planificada de tal manera que siga una serie de pasos en concreto, dicho en otras palabras de forma sistemática, con ello busca el logro de objetivos determinados por las necesidades que fueron identificadas en un determinado contexto.

Se considera adecuado seguir este modelo de trabajo en ya que es conveniente tratar una problemática como las adicciones desde sus raíces, a pesar de que el modelo propone trabajar con el alumnado, en este caso en concreto es mejor llevarlo a cabo de la mano de los padres de familia, proporcionado las herramientas necesarias para que puedan identificar los principales indicios de una posible adicción a los videojuegos y que puedan apoyarse de las opciones de control parental que ofrecen los dispositivos

de videojuegos para de este modo regular el contenido que consumen sus hijos y el tiempo que pasan frente a la pantalla.

Características

Todo programa debe poseer las siguientes características:

- El principal paso a seguir es identificar necesidades concretas
- Busca el logro de objetivos construidos en base las necesidades identificadas
- Toda actividad debe planificarse con antelación
- Toda actividad realizada será sujeto de evaluación

Desde otra perspectiva se menciona características que permiten que este modelo tome una serie de ventajas sobre los antes mencionados son las siguientes: Ayuda marcar las principales medidas de intervención, tomando como punto de referencia los resultados en el diagnóstico; Fomenta que haya una reflexión crítica de la intervención de acuerdo a los resultados obtenidos en la evaluación; Los resultados son acorde a la cantidad de personas que han sido beneficiados; Su trabajo se basa en la cooperación asimismo la colaboración. (Matas, 2007)

Etapas de intervención

La intervención basada en programas se fundamenta en cuatro premisas:

- Los programas elaborados con finalidades de orientar en el contexto educativo son muy parecidos a cualquier otro tipo de programa educativo y debe contar con los siguientes elementos:

- Objetivos
- Contenidos
- metodología

- Evaluación de carácter personal
- Evaluación de carácter profesional
- Materiales y recursos
- Actividades y estrategias a seguir

● Debe comprender la realidad en la que se desarrolla, sin perder de vista las necesidades o lineamientos del sistema educativo actual, fundamentándose en la teoría del desarrollo.

● Es recomendable que los programas de orientación sean de carácter preventivo. Para lograr este objetivo deberá centrarse en desarrollar habilidades y aptitudes, más allá de buscar remedios para las problemáticas identificadas

● Los programas de orientación han de ser siempre fruto del trabajo en equipo, se debe contar con todas las personas implicadas en su desarrollo, a fin de que el programa tenga ciertas garantías de éxito. (Sánchiz, 2008)

2.11 La prevención de la adicción desde el ámbito social y el campo de la orientación educativa

Para atender una problemática como las adicciones desde lo social, es necesario entender el mundo y sus contextos desde la perspectiva del adolescente, cuyo juicio es bastante observador sobre la realidad que le rodea, sin embargo no por ello significa que sea completamente objetivo, ya que en búsqueda de la formación de su identidad, buscarán imitar lo más cercano de los adultos, incluyendo comportamientos o acciones que podrían poner en riesgo su salud, por ejemplo, consumir alcohol o fumar, sin embargo esto no es exclusivo de las adicciones psicoactivas, ya que puede también verse reflejado en adicciones de tipo conductual como la que es central en éste trabajo. Por ello, el entorno social del estudiante debe tener un rol importante al momento de prevenir la adicción a los videojuegos entre otras adicciones.

En cuanto a un trato más directo con el sujeto se refiere se deben plantear estrategias desde el campo de la orientación, permitan fortalecer la autoestima y el autoconcepto

del individuo, con el objetivo de que sea menos vulnerable, y pueda responder con resolución a una amplia diversidad de dificultades que se presentarán a lo largo no solo de su paso de la niñez a la adultez, sino también a lo largo de su vida. (Hernanz, 2015)

Capítulo 3: Propuesta de trabajo

3.1 ¿Por qué es importante la prevención de la adicción a los videojuegos en el ámbito educativo?

Con lo visto en los anteriores capítulos se puede aproximar el lector a la relevancia de este tema dentro del contexto educativo, si bien el alcance de la presente propuesta no brinda una solución a la problemática cuando ésta se encuentra ya presente, si se podrían presentar estrategias tanto dentro del aula como en el contexto social o familiar de los estudiantes con la finalidad para prevenir el aumento de casos de adicción a los videojuegos, que entre otras de sus consecuencias pudiera afectar el rendimiento académico.

Los videojuegos son una parte importante en la vida de los adolescentes, a pesar de que diversas investigaciones como la de López Raventós en 2016, han concluido que los videojuegos pueden servir como una herramienta eficaz que conecte los saberes informales con los contenidos dentro del currículo formal, además de favorecer las interacciones sociales y brindar algunas habilidades en la cognición del sujeto, el uso excesivo de estos puede ser perjudicial, llevando al desarrollo de patologías identificables en algunas otras adicciones, las características adolescente con problemas de drogas son: Déficit de atención e hiperactividad; bios severos y repentinos de estado de ánimo); Disfunción familiar ; Ansiedad; Depresión (apatía, ausencia escolar y aislamiento); Cambio de amistades y entorno social; Intentos suicidas; Tabaquismo; Insomnio; Problemas para establecer relaciones de pareja; Problemas para controlar los impulsos. (Gobierno de Puebla, 2020) provocando que dejen de lado diversas actividades cotidianas, para invertir mayor tiempo al juego. Esto activa las alertas donde los efectos son negativos al exceder el tiempo recomendado a los videojuegos. Por medio de ellos han podido intercambiar información sobre las estrategias, competencias y habilidades a desempeñar que algunos compañeros de

juego emplean y han obtenido por medio del videojuego, trayendo como consecuencia quedar enganchados más tiempo, dejando al adolescente aislado de actividades que no impliquen jugar videojuegos, responsabilidades escolares o laborales, o incluso o el círculo familiar. (Escobar, Arroyave, y Arboleda, 2019)

En este trabajo se busca prevenir los daños que son derivados de la adicción a los videojuegos, sin embargo no se puede negar que el juego aplicado de manera adecuada, puede brindar herramientas que si se utilizan de manera correcta ofrece grandes beneficios para el rendimiento académico, es comúnmente aceptado como el alcance de diversos parámetros establecidos para una asignatura en concreto. En cuanto al rendimiento académico si bien la mayoría de las ocasiones es medido a través de las calificaciones, es mucho más complejo, debido a diversas características subjetivas dependiendo del contexto, y que responden a situaciones ocurridas en el actuar del docente, la sociedad y la psicología, por lo tanto podría decirse que tampoco es una regla general que el juego sea la respuesta a todas las problemáticas que pudieran obstaculizar los procesos de enseñanza aprendizaje. (Navalón, & Ruíz, 2017)

Para gran parte de la comunidad generalmente las adicciones se asocian únicamente con el consumo de sustancias nocivas para la salud y con una amplia ventana de probabilidad de generar adicción en el sujeto. A pesar de lo anteriormente señalado últimamente ha sido más aceptada la existencia de una serie de comportamientos que debido a sus características podrían identificarse con adicciones, con efectos similares al menos en la mente del sujeto a los que podrían derivar la ingesta de estupefacientes, por ejemplo la adicción al sexo, el deporte, juegos de azar, entre otras posibles adicciones. Éstas nuevas visiones han permitido ampliar el entendimiento sobre el cerebro adicto, y sobre todo ha logrado romper con el estereotipo que relaciona las adicciones en su totalidad con el consumo de sustancias. (Griffiths, 2005)

El tiempo que se ha tomado en cuenta que aproximadamente durante 20 años la sintomatología en las adicciones sociales han ido en aumento, y se destaca entre ellas

la adicción a los videojuegos. Algunos autores sostienen que provoca que el individuo deja a un lado las actividades de interés, en las que en este caso se destaca el rendimiento escolar en el ámbito educativo. Una asociación en relación con otros adictos generando así mismo síntomas físicos y psicológicos al momento de intentar detener el comportamiento compulsivo. (Griffiths, 2005)

Se vuelve juego problemático cuando comienza a tener efectos negativos en las relaciones en las diferentes áreas de su vida, como en este caso se centra la atención en las consecuencias que se pueden desarrollar en el ámbito educativo en caso de no prevenir. Este problema se ha extendido rápidamente a nivel mundial, gracias a la apertura que existe con la tecnología en la actualidad, lo que deja en claro que habrá que mejorar las investigaciones que se realicen de este tema en cuestión con el objetivo de desarrollar buenas estrategias de prevención contra esta problemática y tener resultados eficaces. (Rodríguez y García, 2021)

3.2 ¿Por qué es importante la prevención de la adicción a los videojuegos en los adolescentes?

Aunque la adicción a los videojuegos puede aún a la fecha resultar un tema que genera controversia respecto a su existencia, no puede negarse que el tiempo que pueden llegar a consumir los niños, frente a la tv o el ordenador es bastante amplio, de acuerdo con cifras reportadas de una encuesta del módulo COVID-19 previo a la pandemia el 27.7% de los encuestados reportaron realizar actividades físicas, de dicho porcentaje cerca del 69% dijo que su actividad física presentó una reducción, de este grupo aproximadamente el 71.5% tenían una edad de 10 a 14 años, cerca de la tercera parte incrementó el tiempo que pasaba frente a alguna pantalla. (Martinez, Gomez, 2021)

en contraste con el resto de las actividades que realizan a la semana. Si bien el presente trabajo se enfoca en concreto en la adicción a los videojuegos, es importante señalar que los efectos de los comportamientos reforzados respecto a cualquier actividad, desde edades muy tempranas pueden llegar a tener efectos dañinos en otros aspectos de su vida, como su desarrollo en cuanto a lo social y su desempeño académico. (Griffith, 2005).

Se debe tener cuidado con clasificar la definición de cada uno, debido a que existen dos tipos, aquellas actividades que generen placer ya sea química o no, lo cual genera adicción. Aunque existen algunas características que comparten entre ambos tipos, se debe tener especial atención por parte de los cuidadores que están a cargo de los adolescentes. (Muñoz y Vélez, 2017)

A pesar que algunos autores aseveran que la activación de los circuitos cerebrales en un adicción de tipo comportamental, está directamente relacionado con las adicciones de tipo psicoactivo, lo cierto es que el entendimiento sobre las adicciones como una problemática aún tiene mucho terreno por abarcar. De cualquier manera una de las principales características de este problema es el nivel en el que puede llegar a interferir en la vida diaria de una persona. Otra manera de decirlo es que una adicción se puede clasificar como tal, dependiendo del grado en el que puede afectar varias áreas de la vida de una persona. (Muñoz y Vélez, 2017)

Algunos factores que influyen en la adicción a los videojuegos en adolescentes, es la gran popularidad que han tenido en los últimos años, se ha logrado que dentro del mismo juego exista una línea para poder socializar lo que ha provocado que los adolescentes estén más motivados a estar más tiempo en el juego. (Dávila y García, 2021)

Asimismo, existen factores psicopatológicos: indica que existe una serie de factores que favorecen la adicción en los adolescentes, los cuales consisten en padecer bajo autoestima, ansiedad, depresión, y demás circunstancias que pudieran ser pieza clave en el desarrollo de la adicción. Ocupan a los videojuegos como medio donde pueden

sentir alivio emocional por algunos momentos, lo cual potencializa el incremento del uso de los videojuegos, algunos estudios han revelado que los niveles de irritabilidad y agresividad, ansiedad social y estrés sean en consecuencia al uso desmedido de los videojuegos. (Dávila y García, 2021)

3.3 Estrategias de prevención ¿Cómo prevenir el problema en los adolescentes?

Puede considerarse que la prevención de una problemática en concreto es tan o más importante que buscar una solución a esta misma, esto se debe a que a través de una adecuada detección de diversos factores que pueden favorecer al crecimiento del problema, siendo el caso de éste trabajo la adicción a los videojuegos durante la etapa de adolescencia, debido motivos explicadas previamente.

Las adicciones no son una problemática ajena a la sociedad, es por ello que varios países han creado estrategias cuya finalidad es atenderlas y en el mejor de los casos prevenirlas, respecto a la propuesta del gobierno mexicano se presentó en 2019 la Estrategía Nacional de Prevención de Adicciones, y se planteó que tomara como pilares tres aspectos importantes, los cuales son: Educación, salud y comunicación. El equipo de expertos a cargo ha concluido que siguiendo esa línea se podrá tener grandes resultados, y dar solución principalmente en la violencia e inseguridad que enfrenta el país, garantizar la seguridad de los y las ciudadanas, creación de programas sociales donde los adolescentes puedan participar, se sientan identificados y escuchados. (SEGOB, 2019)

Dentro del documento anterior contiene información donde la Encuesta Nacional de Adicción muestra que hay 2.2 millones de personas que consumen alguna sustancia psicoactiva, y que 230 mil corresponde a la población que es menor de edad, sin embargo, no muestra datos relacionados con las adicciones del comportamiento, lo

que muestra la urgencia por la recopilación de información y acción en el país para mejorar esta situación.

Siguiendo ésta línea de atención oportuna para la prevención de las adicciones se considera viable la elaboración de un taller cuyo objetivo principal sea la prevención de la adicción a los videojuegos en adolescentes que se encuentren en el nivel de educación secundaria, con la finalidad de asegurar un desarrollo óptimo de la mano de un aceptable rendimiento académico, más adelante en el presente trabajo se expondrá la estructura que seguirá dicho material educativo.

Existe un modelo de prevención de adicciones desde la educación básica, el cual está conformado por:

- Prevención Universal

Se conoce a la prevención universal como aquella que va dirigida la población en general, se encarga de distribuir la información sobre la salud con el objetivo de promocionarla asimismo orientar a los jóvenes sobre el tema de las adicciones, dando a conocer el daño que causa el consumo de sustancias y las herramientas. SEP (2012)

- Prevención selectiva

Es aquella que puede contribuir a reducir las situaciones ambientales, la influencia en la cultura, y riesgos específicos en los sectores de vulnerabilidad de la sociedad, por medio del desarrollo de competencias y herramientas con la finalidad de poder solucionar exitosamente las problemáticas. SEP (2012)

- Prevención indicada

Es aquella que puede contribuir a reducir las situaciones ambientales, la influencia en la cultura, y riesgos específicos en los sectores de vulnerabilidad de la sociedad, por medio del desarrollo de competencias y herramientas con la finalidad de poder solucionar exitosamente las problemáticas. SEP (2012)

Con lo anterior se puede entender que hay un protocolo para combatir las adicciones psicoactivas, sin embargo podría decirse que la prevención o atención de adicciones de carácter conductual ha pasado inadvertida.

3.4 El taller como medida de apoyo a la prevención de las adicciones conductuales.

En el caso del presente material educativo el taller se considera una herramienta de apoyo, que se centra en realizar actividades que cuenta con las herramientas que ayudarán a construir el aprendizaje, que tiene como objetivo principal desarrollar las habilidades de los estudiantes o completar tareas extracurriculares.

Dentro de él se consideran los conocimientos que se imparten dentro del ámbito educativo como y aquellos que se obtienen del aprendizaje en la vida cotidiana de los alumnos, se encarga de persuadir las habilidades por medio de la creación, expresión artística y la experimentación.

De manera general se relaciona con aquella actividad compartida, que se centra en juntar la teoría y la práctica y fomenta la participación del mismo, con ayuda de sus estudiantes. Rodríguez (2012)

Los alcances que tiene este material educativo se ayuda por medio de un taller en cuanto a lo educativo se refiere, contemplan el proceso de enseñanza aprendizaje a través del trabajo en equipo realizando actividades concretas enfocadas a un objetivo en concreto que está relacionado con los fines del mismo. Gutiérrez (2009)

Para cumplir los objetivos que se plantea el presente material educativo se considera pertinente recurrir al uso del taller educativo como herramienta de prevención, de la adicción, dadas las características de la problemática y a pesar del grupo etario en el que se encuentra focalizada se plantea la necesidad de aplicarlo para los padres de familia, quienes como el primer grupo de contacto de los adolescentes, necesitan herramientas cuyo enfoque sea el de prevenir la adicción, no desde la prohibición de el acceso a los videojuegos, que en vez de solucionar el problema lo podría agravar, en cambio se plantea atender la problemática desde sus raíces, haciendo de conocimiento de los padres factores de influencia pertinentes como:

- Clasificaciones de los videojuegos
- Herramientas de control parental

- Actividades para la prevención de adicciones
- Principales factores para el desarrollo de una adicción
- Comunicación asertiva de padres a hijos

Además de estos apartados se considera de suma importancia brindar a los padres de familia, herramientas adecuadas que permitan la oportuna detección de una adicción, de modo que en caso del hijo o hija llegara a presentar los síntomas relacionados a la misma se pueda canalizar a los profesionales de la salud adecuados.

3.5 Contextos en los cuáles podría tener aplicación este estudio

Para el adecuado funcionamiento del taller es necesaria la cooperación de los familiares involucrados en la educación del alumnado, además esta cooperación debe darse bajo conocimiento de causa, queriendo decir que tienen que estar al tanto de los objetivos que tenga el taller. (SEP, 2018)

Instituto Mexiquense de Salud Mental y Adicciones

Dentro del centro se llevan a cabo diferentes actividades donde se cuenta con diferentes sesiones, consiste en una o varias sesiones dinámicas donde el personal de los Centros Comunitarios de Salud Mental y Adicciones brinda información dirigida a desarrollar habilidades para prevenir el consumo de sustancias. Los talleres se otorgan principalmente a alumnos y padres de familia. (2024, Gobierno del Estado de México)

Estos son algunos ejemplos de lugares en México donde se desarrollan talleres.

Talleres

Descripción del servicio: La actividad consiste en una o varias sesiones dinámicas donde el personal de los Centros Comunitarios de Salud Mental y Adicciones brinda información dirigida a desarrollar habilidades para prevenir el consumo de sustancias. Los talleres se otorgan principalmente a alumnos y padres de familia.

3.6 Delimitación de taller

Delimitar el alcance que tendrá este trabajo es importante dado que permite establecer objetivos claros dependiendo del público al que está enfocado, además tiene la intención de contribuir a la mejora y obtención de nuevas herramientas para poder enfrentar las problemáticas atendidas dentro del mismo.
Una vez explicada la función general del taller delimitado dentro de un grupo en concreto, es necesario señalar que este trabajo fundamentado en una amplia recopilación documental, propone la implementación del mismo, que va dirigido a los padres de familia de estudiantes adolescentes se encuentran en un riesgo potencial de desarrollar una adicción hacia los videojuegos que podría a la larga producir afectaciones en su desempeño escolar.

3.7 Objetivos

Informar a los padres de familia sobre la problemática

- Lograr que los padres de familia puedan identificar las señales de alarma para que puedan intervenir.
- Brindar herramientas que apoyen a la prevención del desarrollo de la adicción a los videojuegos.
- Prevenir que los estudiantes tengan problemas en su desempeño académico derivado de la adicción a los videojuegos.

3.8 Estructura del taller

La finalidad de este apartado es presentar los principales rasgos que componen el taller que estará enfocado en el apoyo a la prevención de la adicción a los videojuegos,

en acompañamiento de los padres de familia, se busca que al estos últimos tener nociones sobre los contenidos que consumen y las herramientas y estrategias adecuados para su regulación puedan formar en sus hijos e hijas, conductas y hábitos saludables que si bien no buscan la prohibición del acceso a los videojuegos, si puedan evitar que formen una rutina nociva para su propia salud y demás ámbitos de su vida.
De acuerdo con lo expresado en el anterior párrafo se tomó la decisión de elaborar el taller tomando de guía los siguientes principios dentro de la orientación psicopedagógica, los cuales son:

Función Preventiva: Deriva de un propósito o finalidad, la intervención es con objeto de evitar problemas futuros en el educando.

Función de Apoyo: Lleva a la consecución de la adaptación, para prevenir desajustes y adoptar medidas correctivas, se intenta alcanzar la resolución de los propios problemas.

- **Orientación para la prevención y el desarrollo humano.**

El desarrollo humano contempla procesos de crecimiento, maduración y aprendizaje, además de que "es el fin de la orientación y de la educación, ya que ambas persiguen la madurez del sujeto, su optimización, el despliegue de todas sus capacidades y potencialidades, junto al autoconocimiento y al desarrollo de un autoconcepto positivo" (Sanchiz, 2008/2009, p.153) desarrollando habilidades de vida y competencias, en el alumnado emplee una participación más activa en el mundo en que viven.

Características

- Asesoramiento en los procesos de desarrollo personal, coordinando a todos los agentes implicados, organizando y/o realizando consultas colaborativas.
- Analizar el contexto educativo y socio- comunitario determinando y operativizando las variables del contexto socioeducativo en el cual se pretende intervenir
- Prevenir problemas para evitar sus efectos.

- Prevención y desarrollo máximo de las potencialidades del estudiante.
- Diseñar los materiales del programa, tanto para los destinatarios de este, como para los educadores que tengan la responsabilidad de aplicar el programa, así como otros materiales de apoyo. El uso de recursos TIC disponibles actualmente o elaborados ad hoc se hace indispensable para optimizar la eficacia del programa y la posibilidad de llegar a todos los destinatarios.

Líneas de intervención

Al ser nuestro objetivo la prevención de la adicción a los videojuegos es en esta área donde se encuentra suscrita la herramienta central de este material, guiándose por la línea de intervención del ámbito familiar, a través del cuál se brindará a los padres de familia algunas herramientas indispensables para lograr la prevención de esta problemática, y con ello tratar de evitar posibles repercusiones en otros contextos, principalmente tomando en cuenta el área académica que es parte central del presente trabajo. Por este motivo se eligieron las siguientes dos líneas de intervención:

- **Profesorado:** Ellos implementan charlas sobre habilidades sociales, ayuda a resolver problemas que surgen en el aula, además, de que dirige aspectos morales como la formación de valores.
- **Entorno socio-comunitario próximo:** Es importante el contacto con personas significativas para el alumnado, debido a que eso implica que los miembros de la comunidad en el proceso educativo del alumnado estén más involucrados con la formación y difusión a la comunidad de temas educativos. Que hagan trabajo en conjunto con otros padres de familia con la finalidad de un bien en común.

Principios de la orientación psicopedagógica

Dentro de los principios se eligió:

- **Principio de prevención primaria:** Se prepara al alumno para la superación de las diferentes crisis de desarrollo, con el fin de que desarrolle la competencia funcional y social, así como también, su capacidad para afrontar situaciones y su fortalecimiento interior. Dentro de la intervención social toma siempre en cuenta para la intervención las condiciones ambientales y contextuales del alumno, ya que estas condiciones influyen en su toma de decisiones y en su desarrollo personal. Para Rodríguez Espinar (1998) asumir el principio de la intervención social supone:

- Modificar aspectos relativos a la organización y funcionamiento del centro educativo como del contexto social del alumno o alumna
- Sensibilizar a la persona que recibe la orientación acerca de la necesidad de actuar sobre los factores ambientales que están impidiendo el logro de sus objetivos personales. La concienciación es esencial.
- En caso de aparecer discrepancias entre los objetivos personales y los de la sociedad, debe resolverse el conflicto desde una perspectiva dialéctica de la relación individuo-sociedad." (Parras et al., 2008, p. 37.)

El modelo de programas

Se entiende por programa como una actividad que ayuda a la prevención, que desarrolla evolutiva, educativa o remedial que está teóricamente fundamentada, planificada de modo sistemático y se aplica por un conjunto de profesionales de modo colaborativo, pretende lograr determinados objetivos en respuesta a las necesidades detectadas en un grupo dentro de un contexto educativo, comunitario, familiar o empresarial" (Repetto, 2002, p.297).

Características

La mayoría de autores señala, como básicos, los siguientes elementos imprescindibles en todo programa:

- Ha de basarse en la identificación de unas necesidades.

- Se concentra en la consecución de objetivos concretos cuya finalidad es atender las necesidades previamente detectadas.
- La actividad se ha de planificar previamente.
- La actividad ha de ser evaluada

Etapas de intervención

La intervención basada en programas se fundamenta en cuatro premisas:

- Los programas de orientación educativa se conciben con características similares a las de cualquier otro programa educativo, por lo que deberán contar con elementos similares: objetivos, contenidos, metodología, evaluación, personal profesional, materiales y recursos, actividades y estrategias.
- Todo programa de orientación debe ser comprensivo, contando con todos los elementos del sistema educativo y debe estar basado en la teoría del desarrollo.
- Los programas han de tener un carácter preventivo. Por ello, se han de centrar más en desarrollar en el alumnado destrezas y competencias que en remediar déficits o solucionar problemas.

Los programas de orientación han de ser siempre fruto del trabajo en equipo, se debe contar con todas las personas implicadas en su desarrollo, a fin de que el programa tenga ciertas garantías de éxito

PLAN DE ACCIÓN

Estrategias de intervención orientadora

Consejería

La consejería en el ámbito educativo puede ser tanto individual o grupal, y son todas las acciones realizadas y previamente planificadas por un orientador u otro especialista con el propósito de estimular en el alumno participante el conocimiento y aceptación de sí mismo, la construcción de valores, habilidades sociales, actitudes y hábitos positivos que fortalezcan su trabajo escolar y su formación integral.

Se consideran las preocupaciones que generan problemas de los estudiantes, las cuales influyen en la experiencia de éstos tanto en ámbitos personales como escolares. Por lo tanto, el consejero necesita ser sensible a las necesidades dentro de la cultura educativa, al desarrollo emocional y social de los estudiantes, así como a temas culturales, interesándose en cómo las circunstancias afectan los sentimientos individuales, las emociones y las estrategias de solución de conflictos.

3.9 Presentación

El presente taller parte de la necesidad de prevenir una de las consecuencias derivadas de un problemática existente y tan presente como lo es la adicción a los videojuegos en este caso en particular dicha consecuencia sería la afectación al rendimiento escolar de los estudiantes de secundaria, cabe señalar que la gravedad no radica en la existencia misma de los videojuegos como medio de entretenimiento accesible para mucha gente entre la que se encuentra el sector conformado por adolescentes de entre doce a quince años de edad cursando alguno de los niveles de educación secundaria, sino en la existencia de algo tan problemático como lo es una adicción en concreto, por lo cual es pertinente señalar que no plantea estrategias de prohibición y restricción de la actividad de jugar videojuegos, sino de brindar herramientas de prevención que apoyen a los padres de familia de los adolescentes que podrían encontrarse en un riesgo potencial de desarrollar la mencionada adicción. Es importante señalar a los futuros aplicadores del presente taller como estrategia de intervención enfocada a la prevención de la adicción a los videojuegos, asimismo recordar que no debe asumirse como un producto infalible y que en algunos contextos podría requerir adaptaciones dependiendo de circunstancias muy específicas, por ejemplo en algunos casos las actividades podrían requerir de ciertos materiales que no se encuentran al alcance del aplicador por lo cual tendría que sustituirlos para llevar a cabo la actividad, del mismo modo en casos especiales las actividades deberían poder adaptarse para llevarse a cabo de manera remota.

Además de fomentar acciones enfocadas a la prevención se plantea apoyar el reforzamiento de padres y madres como figuras de autoridad, incluyendo dentro de ello educación familiar respetuosa, con establecimiento de límites claros, y la comunicación con sus hijos basada en, el respeto, la tolerancia y la empatía.

Para cerrar este apartado es necesario recordar que las adicciones son un problema demasiado presente que debería atenderse incluso antes de que se desarrollen, la importancia de conocer los contenidos que se encuentran al alcance de los adolescentes.

3.10 Diseño del taller

La impartición del taller es recomendada principalmente para interesados en participar en él de manera voluntaria, con la finalidad de obtener los mejores resultados de su impartición, se puede considerar de máxima prioridad su impartición en casos potenciales previamente detectados a través del orientador educativo o por los propios familiares, la difusión del taller deberá realizarse en entornos controlados que favorezcan el aprendizaje asimismo que permitan fluidez y claridad en los contenidos impartidos.

Es menester volver a señalar que la principal función y objetivo central del taller, es que los padres de familia tengan y conozcan las herramientas que sirvan de apoyo en la prevención de la adicción a los videojuegos en adolescentes, en contraste a lo que normalmente pudiera pensarse este taller no busca la prohibición del acceso a los videojuegos, ni de poner en entredicho las prácticas de crianza de los padres de familia, por lo tanto los contenidos del mismo deberán ser abordados dejando de lado los sesgos de opinión que pudiesen presentar tanto los padres de familia como los propios talleristas.

El taller cuenta con un total de diez secuencias didácticas, distribuidas en un tiempo aproximado de 50 minutos cada una, acompañada del diseño de material que se encuentra en los anexos, asimismo las actividades e indicaciones de cada sesión.

Además los contenidos, tiempos y actividades del taller no son rígidos por lo cual pueden ser sujetos de cambios dependiendo de las necesidades tanto particulares como generales sean de número de participantes, infraestructura de la institución en la que se aplique, modalidades en las que se imparta, sean presenciales, remotas o híbridas.

3.11 Secuencias didácticas

Tabla 1:

Sesión de introducción a la adición a los videojuegos.

Actividades	Tiempo 50 minutos	Recursos	Producto de la sesión	Referencias de consulta
• **Inicio**	Tiempo total de la etapa: 25 minutos			
Los facilitadores harán una presentación del contenido del taller con ayuda de una infografía realizada en Canva (Ver anexo 1)	5 minutos	Infografía Computadora Proyector		
Técnica de integración “La papa caliente” Los talleristas darán la indicación a los participantes de pasar una pelota entre ellos acompañado de una canción, al detenerse la música quien tenga la pelota se presentará con el resto del grupo.	10 minutos	Pelota y reproductor de música		Aguier, T (2014) LA PAPA CALIENTE: UNA ADAPTACIÓN DIDÁCTICA PARA APRENDER A REDACTAR PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN EN PSICOLOGÍA
Expectativas	10 minutos	Hojas blancas	Escrito de ideas	

sobre el taller. Los talleristas pedirán a los participantes que en una hoja blanca anoten lo que les gustaría aprender a lo largo del taller.		Plumas	elaborado por los participantes	
Desarrollo	Tiempo total de la etapa: 20 minutos			
Los participantes harán lectura de un tríptico elaborado por los conductores del taller. (Ver anexo 2)	5 minutos	Tríptico		Reyna, S. (2020) Que es un tríptico y para que se usa.
Basados en la lectura del tríptico, los participantes elaborarán un collage por equipos de hasta 5 personas, con imágenes alusivas al tríptico titulado “Cómo identificar la adicción a los videojuegos”, la actividad será realizada en equipos. Posteriormente cada equipo expondrá brevemente el collage realizado. (Ver anexo 3)	15 minutos	-Revistas o recortes con imágenes alusivas al tema. - Papel bond -Plumones -Tijeras -Lápiz adhesivo (Pritt)	Collage	Piven, H (2024) El collage. Un laboratorio de ideas.
● **Cierre**	Tiempo total de la etapa: 5 minutos			
Los participantes darán algunos comentarios sobre los temas revisados en la	5 minutos			

sesión, posteriormente los conductores del taller darán algunas conclusiones sobre el mismo y agradecerán la presencia y atención de los participantes.				

En la tabla 1 correspondiente a la primera secuencia didáctica del taller se aborda de manera general los contenidos que se verán durante el taller, también se busca conocer cuál es el nivel de conocimiento que tienen los participantes sobre la problemática para tomarlo como base y saber cuál será el punto de partida del taller. Para los fines del taller es importante una adecuada integración del grupo, por lo cuál también se plantean dinámicas que faciliten la socialización entre los participantes.

Tabla 2:

Sintomatología correspondiente a la adicción a los videojuegos

Actividades	**Tiempo 50 minutos**	**Recursos**	**Producto de la sesión**	**Referencia de consulta**
● **Inicio**	Tiempo total: 25 minutos			
Los talleristas darán una retroalimentación de los temas vistos en la primera sesión, con ayuda de los collage realizados.	10 minutos	Collage realizado en la sesión anterior.		

Los talleristas proyectarán un video a los participantes sobre la adicción a los videojuegos y cómo puede afectar. Se les pedirá que tomen nota.(ver anexo 4)	5 minutos	Video: Así afecta la adicción a los videojuegos		Canal de youtube: Psicotips_oficial (2023) Así te afecta la ADICCIÓN a los VIDEOJUEGOS
Los talleristas se encargaran de impartir un cuestionario basado en la actividad anterior, dicho cuestionario puede llevarse a cabo tanto de manera escrita como en alguna plataforma que lo permita (ver anexo 5)	10 minutos	-Celular con internet o datos -Pantalla o proyector -Cuestionario en escrito o hecho en alguna plataforma	Cuestionario	
Desarrollo	Tiempo total: 15 minutos			
Los talleristas pedirán a los participantes que con sus sillas hagan un círculo, cuando estén todos sentados se dará la indicación de que cada participante mencione al menos un tipo de clasificación en los videojuegos que conoce, al mismo tiempos los talleristas tomarán nota en el pizarrón. Con la finalidad de crear una lluvia de ideas.	10 minutos	-Pizarrón -Plumones de colores -Borrador		
Los talleristas pedirán a los asistentes que	5 minutos			

acomoden las sillas en forma de herradura con la finalidad de que todos puedan visualizar la exposición sobre la clasificación de videojuegos (Ver anexo 6)				
Cierre	Tiempo total: 15 minutos			
Los talleristas preguntaran a los participantes si hay dudas o comentarios sobre la información brindada. Por último los talleristas darán las gracias a los participantes por su trabajo y asistencia	10 minutos			

Descripción: Durante la sesión 2, los talleristas deberán presentar a los participantes los síntomas comunes de la problemática, con la finalidad de que puedan detectar de manera temprana cualquier indicio de una posible adicción. Para este fin además de la distribución de la información se deberá realizar una lluvia de ideas a modo de introducción al tema de clasificación de los videojuegos, tema que será reforzado con una exposición sobre el mismo tema.

Tabla 3:

Principales características de la adicción a los videojuegos es de vital importancia.

Actividades	**Tiempo 50 minutos**	**Recursos**	**Producto de la sesión**	**Referencia de consulta**
Inicio	Tiempo total: 15 minutos			

Los talleristas darán la bienvenida a los participantes.	- 5 minutos			
Los talleristas pedirán a los participantes que escriban un breve párrafo sobre lo que es una adicción y después en otra hoja que anoten lo que saben de la adicción a los videojuegos	- 10 minutos	- Hojas blancas, plumas.	Escrito de conocimientos previos	
Al terminar la actividad del escrito se les pedirá a 3 participantes que lean de manera voluntaria en voz alta. Y al finalizar la sesión se pedirá que complementar su idea inicial con la información obtenida.	- 5 minutos			
● **Desarrollo**	Tiempo total: 15 minutos			
Los talleristas pedirán a los participantes que acomoden sus bancas o sillas en forma de herradura, con el objetivo de que todos puedan ver el video que se proyectará. (Ver anexo 7)	10 minutos	-Proyector o pantalla -Laptop -Video de Youtube -Internet (en caso de no contar con conexión el video ya se tendrá previamente descargado)		Canal El universal (2022) La adicción a los videojuegos es desde hoy una enfermedad
Al terminar el video los talleristas expondrán sobre las características que pueden desarrollar una	5 minutos			

adicción en los adolescentes. Esto lo llevarán a cabo por medio de una presentación realizada en canva. (Ver anexo 8)				
Cierre	Tiempo total: 15 minutos			
Los talleristas realizarán una breve ronda de participaciones donde algunos participantes darán a conocer las diferencias y similitudes entre lo que escribieron al inicio y la idea que tienen ahora sobre el tema. Los talleristas agradecerán la participación y compromiso de la sesión.	15 minutos			
Evaluación				

Durante la sesión 3 el objetivo es crear conciencia en los participantes sobre las consecuencias que derivan de la adicción a los videojuegos, con ayuda de diferentes actividades se busca apuntalar conocimientos previos con nuevos obtenidos de información proporcionada por los talleristas para lograr los objetivos.

Tabla 4:

Motivación intrínseca y sus características principales

Actividades	Tiempo 50 minutos	Recursos	Producto de la sesión	Referencia de consulta
Inicio	Tiempo total: 15 minutos			
Los talleristas darán la bienvenida a los participantes y pedirán que hagan un equipo integrado por 4 personas. Si algún participante no tiene equipo los talleristas le asignan uno.	5 minutos			
Los talleristas pondrán en la pantalla o proyector un mapa mental con las características de la motivación intrínseca y como funciona, así mismo de explicar su relación con los videojuegos. (ver anexo 9)	5 minutos	-Pantalla o proyector -Mapa mental		Núñez, L., Novoa, P., Majo, H., Salvatierra, A.. (2018) Los mapas mentales como estrategia en el desarrollo de la inteligencia exitosa en estudiantes de secundaria. Propósitos y Representaciones
Los talleristas darán un tiempo para dudas o comentarios sobre la información expuesta.	5 minutos			
Desarrollo	tiempo total 20 minutos			
Los talleristas repartirán a los equipos los materiales necesarios para realizar un cartel, con el objetivo que puedan	10 minutos	-Revistas -Tijeras -Resistol -Pliego de papel bond -Plumones		

plasmar las características de la motivación intrínseca relacionada con los videojuegos.				
Al terminar el tiempo disponible los talleristas pedirán que cada equipo pase al frente para explicar el cartel que elaboraron	10 minutos		Cartel	
Cierre	tiempo total 15 minutos			
Cuando terminen de pasar todos los equipos, los talleristas preguntaran a los participantes las dificultades que pudieron tener al momento de realizar su cartel, las reflexiones que hicieron durante la actividad y los nuevos conocimientos que adquirieron en la sesión. Por último los talleristas darán las gracias por el trabajo realizado y reflexiones finales.	15 minutos			
Observaciones				
Evaluación				

Durante la sesión 4 se dará información a los participantes sobre la motivación intrínseca, una característica importante que puede ser un factor detonante de la

adicción a los videojuegos, para reforzar el aprendizaje de estos contenidos los participantes deberán elaborar un cartel en el cuál los padres de familia podrán plasmar lo aprendido a lo largo de la sesión.

Tabla 5:

Diagnóstico para detectar la posible adicción a los videojuegos.

Actividades	Tiempo	Recursos	Producto de la sesión
Inicio	Tiempo total: 25 minutos		
Los talleristas darán la bienvenida a los participantes, a los cuales se les pedirá que se unan en equipos de cuatro personas.	5 minutos		
Cada equipo dialogará sobre lo aprendido hasta el momento en el que se encuentra el taller, y redactarán sus opiniones hasta el momento sobre la adicción a los videojuegos y cómo puede afectar la vida de un individuo	10 minutos	-Hojas -Plumas	Redacción de conclusión realizada por los equipos
Los equipos elegirán un representante que pasará a leer lo escrito y posteriormente se contrastará con las ideas de los demás.	10 minutos		
Desarrollo	15 minutos		
Los talleristas repartirán un cuestionario a cada participante, se les leerán las instrucciones del mismo, así como se aclararán dudas respecto al	2 minutos		

instrumento.			
Se dará tiempo para que los participantes respondan el instrumento, después de ello se les preguntará si tienen alguna otra duda o comentarios por agregar. Ver anexo 10	13 minutos	-Copias del instrumento de diagnóstico -Plumas	Instrumento de Diagnóstico
Cierre	10 minutos		
Se agradecerá a los participantes por su colaboración con la sesión.	10 minutos		
Observaciones			
Evaluación			

Sesión 5 En ésta sesión se busca conocer el alcance que ha tenido la información proporcionada a los participantes, se aplicará un cuestionario para que puedan conocer y saber si sus hijos están en riesgo de padecer adicción a los videojuegos, del mismo mismo modo se busca que comiencen a tener un rol más activo frente a la problemática, derivado de la obtención de aprendizajes significativos a lo largo del taller.

Tabla 6:

Prácticas de consumo promovidas por las empresas y "Craving" abstinencia

Actividades	Tiempo 50 minutos	Recursos	Producto de la sesión	Referencia de consulta
Inicio	Tiempo total 25 minutos			
Cuando todos los participantes hayan llegado se les entregará los resultados de su cuestionario en la sesión anterior.	5 minutos			
Habrá un espacio para explicar los resultados y se atenderán dudas	10 minutos	Tabla de clasificación		
Se abrirá el tema "*Prácticas de consumo promovidas por las empresas" con ayuda del mapa mental.* Ver anexo 11	10 minutos	Mapa mental		Referencia: Soto, J., Cortés, S., y Lacasa, P. (2023) La reinvención del videojuego y nuevas formas de consumo en tiempos de confinamiento. Caso *Fortnite*
Desarrollo	tiempo total 20 minutos			
Se le pedirá a los asistentes que formen equipos de 4 integrantes. Los talleristas explicaran que con base a la información expuesta en el mapa mental tomen el papel de una empresa y escriban 5 propuestas que promuevan el	10 minutos	Hojas de colores, plumones, colores, lápices y plumas.		

consumo de un videojuego				
Los participantes expondrán por equipos las propuestas y otros equipos y los talleristas opinaran y darán una retroalimentación de la importancia de entender las propuestas que enganchan más a los adolescentes	10 minutos			
Cierre	Tiempo total 5 minutos			
Conclusiones de la sesión A modo de cierre los aplicadores del taller, darán una breve reflexión sobre el tema abordado, acompañado de retroalimentación al trabajo realizado por los participantes durante la sesión.	5 minutos			
Observaciones				
Evaluación				

La sesión 6 estará enfocada en detectar y entender las prácticas que ponen en marcha las empresas para atraer al público puede ayudar a que las personas puedan engancharse en ciertos videojuegos, se usará como ejemplo el juego Fortnite y su crecimiento que tuvo gracias al confinamiento y sus estrategias lograron atraer y mantener al público de todas las edades pero especialmente los adolescentes, la información está en diferentes instrumentos que se diseñaron para esta secuencia.

Tabla 7:

Prácticas de vida saludables y establecimiento de límites sanos

Actividades	Tiempo 50 minutos	Recursos	Producto de la sesión	Referencia de consulta
Inicio	Tiempo total 25 minutos			
Los talleristas comenzarán con una retroalimentación del tema visto en la sesión anterior y se atenderán dudas.	10 minutos			
Se pedirá que el grupo coloque las sillas o bancas en círculo.	5 minutos			
Se proyectará una infografía de buenos hábitos. Ver anexos 12.	10 minutos	computadora y proyector		
Desarrollo	20 minutos			
Los talleristas solicitarán a los asistentes que basados en la anterior actividad cada persona haga una tabla donde del lado izquierdo anotarán los buenos hábitos con los que cuentan sus hijos y del lado derechos los que	10 minutos	cuadernos, hojas blancas, colores, pluma o lápiz	Tabla de hábitos buenos y malos.	

les faltan por mejorar o desarrollar.				
Mesa de diálogo sobre cómo lograr el desarrollo de hábitos saludables en los adolescentes.	10 minutos			
Cierre	tiempo total 5 minutos			
Los talleristas pedirán que para la siguiente sesión investiguen el término “límites" y también 5 ejemplos.	5 minutos			
Observaciones				
Evaluación				

La sesión 7 tiene la finalidad de definir lo que son los límites con ayuda de algunos ejemplos, una vez conociendo lo que son y cómo poder establecerlos dentro de la vida cotidiana, los participantes podrán ver qué prácticas podrían mejorar en su crianza y como adicional podrán establecer la formación de hábitos en sus hijos a modo de apoyo en la prevención de la adicción a los videojuegos.

Tabla 8:

Comunicación asertiva: Creación de acuerdos y establecimiento de límites

Actividades	**Tiempo 50 minutos**	**Recursos**	**Producto de la sesión**	**Referencia de consulta**
Inicio	Tiempo total 25 minutos			
Se da la bienvenida a los asistentes y se les solicita que hablen	5 minutos			

brevemente sobre el concepto de “Límites” solicitado al final de la sesión anterior.				
Los talleristas reproducen un video “¿Cómo poner LÍMITES a nuestros hijos?	10 minutos	Laptop, bocinas para el audio, proyector		Canal de youtube bbmundo (2018) *¿Cómo poner LÍMITES a nuestros hijos? con Vidal Schmill* *https://youtu.be/0bNrDC_EOQ4?si=uuvoQ4nEg-q-98AA*
A continuación se le solicitará a los asistentes que dialoguen entre sí sobre los límites que establecerían para evitar que sus hijos desarrollen adicción a los videojuegos	10 minutos			
Desarrollo	Tiempo total 20 minutos			
Con ayuda del diálogo previo se pedirá a los participantes que expongan brevemente sus opiniones y propuestas de límites para ayudar a prevenir la adicción a los videojuegos.	10 minutos			
Los talleristas darán una retroalimentación respecto a los límites propuestos por los padres de familia, reiterando	10 minutos			

la importancia de la creación de límites y acuerdos.				
Cierre	Tiempo total 5 minutos			
A modo de cierre los se va a reproducir un video sobre una de las herramientas que sirven de apoyo a los padres para que puedan tener control sobre el tiempo y contenido consumido por sus hijos dentro de los videojuegos. Se pedirá que tomen apuntes	5 minutos	Proyector, laptop y bocinas.		Canal de youtube Imagen Noticias (2023) ¿Cómo activar el control parental en dispositivos, videojuegos y redes sociales? https://www.youtube.com/watch?v=n7nNymGdstA&ab_channel=ImagenNoticias
Observaciones				
Evaluación				

La sesión 8 tiene como objetivos que los padres de familia tengan las herramientas necesarias para comunicar de manera asertiva a sus hijos todos los acuerdos y límites necesarios para poder prevenir el padecimiento de la adicción a los videojuegos y con ello las consecuencias de la misma, para este fin se plantea la socialización de ideas entre los participantes y la retroalimentación de sus aportes por parte de los talleristas que ayudará a reforzar las herramientas de cada uno.

Tabla 9:

Herramientas de control parental para el apoyo a la prevención de la adicción a los videojuegos

Actividades	**Tiempo 50 minutos**	**Recursos**	**Producto de la sesión**	**Referencia de consulta**
Inicio	Tiempo total 30 minutos			

Al inicio de la clase se pedirá a los participantes que hagan una ronda de participaciones respecto a la sesión anterior con los puntos más importantes del último video que se vio en sesión.	10 minutos			
Los talleristas pedirán que en parejas se junten para poder leer el contenido de un un tríptico que se les repartirá las herramientas más relevantes podrán ayudarlos a estar más alerta y marcar los límites adecuados dentro de videojuego y se pedirá que en parejas se juntan para poder leer el contenido. Ver anexo 13	10 minutos	Tríptico		Lloret, D., Cabrera, V., Sanz, Y. (2013) "*Relaciones entre hábitos de uso de videojuegos, control parental y rendimiento escolar*" https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4917007.pdf
Cada pareja después de leer la información del tríptico diseñarán 3 preguntas que tengas referentes a la información que se brindó.	10 minutos	Hojas blancas y plumas de colores	preguntas diseñadas en clase	
Desarrollo	Tiempo total 15 minutos			
Los tallerista pasaran a recoger las hojas con las preguntas y llevarán a cabo una ronda para que puedan	10 minutos			

contestar la información basándose en la referencia del documento donde se sacó la información del tríptico				
Los talleristas pedirán a los participantes que platiquen sobre lo aprendido en la sesión.	5 minutos			
Cierre	Tiempo total 5 minutos			
Por último los talleristas pedirán que para la próxima sesión cada participante traiga lo que aprendió a lo largo del taller y las dudas que tengan para que sean atendidas.	5 minutos			
Observaciones				
Evaluación				

Durante la sesión 9 tiene como objetivo dar a conocer las herramientas que les sirven a los padres de familia a poder inspeccionar mejor lo que hacen sus hijos al momento usar la tecnología, por ejemplo con ayuda de las herramientas de control parental se puede tener un mayor control y establecer límites con el objetivo de usar tiempo determinado los videojuegos y así lograr que que los padres estén enterados de las actividades y tipo de juegos que tienen al alcance sus hijos.

Tabla 10:

Sesión de integración

Actividades	Tiempo 50 minutos	Recursos	Producto de la sesión	Referencia de consulta
Inicio	Tiempo total 25 minutos			
Al comenzar la sesión se le dará la bienvenida a los participantes del taller y se les pedirá que se acomoden en sus respectivos lugares	5 minutos			
Se le pedirá a cada participante que diga alguna breve idea sobre lo aprendido a lo largo del taller y que pasen a escribirla en el pizarrón, de manera ordenada.	10 minutos	Pizarrón, plumones		
Al terminar los talleristas harán una retroalimentación después de escuchar cada una de las participaciones.	10 minutos			
Desarrollo	Tiempo total 20 minutos			
Se formarán equipos de 4 personas y los talleristas pasarán a entregar un tema que se han	10 minutos	rotafolios, plumones, imágenes y pegamento		

visto a lo largo del taller con la indicación de expondrán brevemente lo aprendido y los puntos importantes				
Espacio de exposición	10 minutos.		exposición	
Cierre	Tiempo total 5 minutos			
Antes de dar cierre al taller los talleristas darán una breve retroalimentación general sobre las exposiciones, con el objetivo de reforzar los contenidos y se darán las gracias por su colaboración.	5 minutos			
Observaciones				
Evaluación				

La sesión 10 tiene como objetivo hacer un balance de los aprendizajes obtenidos durante el taller por lo cual los participantes deberán exponer brevemente los aprendizajes obtenidos tanto sobre la adicción como las maneras de prevenirla, del mismo modo se busca que al final de las sesiones los padres de familia puedan comprender la importancia de su rol frente a la prevención de la adicción que aborda ésta propuesta.

Capítulo 4. Delimitación de trabajo: ¿Hasta qué punto pueden intervenir?

4.1 Los alcances de la pedagogía respecto a la prevención de la adicción a los videojuegos

Con los contenidos revisados hasta el momento en el presente trabajo se puede distinguir con relativa sencillez que la pedagogía a pesar de poder ofrecer herramientas útiles para la prevención de la adicción, necesita trabajar en conjunto con el área de la salud mental como es la psicología o psiquiatría con la finalidad de buscar una solución de cada caso en particular, de manera que la atención de algún o algunos estudiantes sea personalida y poder brindar ayuda eficaz, ya se encuentren presentando la sintomatología correspondiente a la de una persona que padece una adicción.

Al ser un trastorno clínico correspondiente al área de la salud mental hasta el punto en el que durante los últimos años ha impactado la vida día a día de la sociedad consideramos importante el apoyo de la rama de la psicología no solamente en cuanto al área preventiva, sino como una forma de redirigir casos que se encuentre ya presentando la sintomatología correspondiente a la adicción.

Los síntomas que encontramos dentra de la adicción a los videojuegos son:

a) Hay una necesidad por pasar invertir más tiempo en el juego o este va en aumento de manera progresiva, esto se debe a que el sujeto ya no siente la misma satisfacción que al principio.
b) Existe angustia emocional que se presenta cuando su tiempo de juego es interrumpida por factores externos.
c) la persona no tiene control sobre el tiempo que pasa en el juego.

d) Pierde interés por las actividades diarias con la finalidad de invertir más tiempo en el juego. *López, Álvarez, y González, Castillo, (2022).*

Al ser observada ésta sintomatología, se tomó la decisión de nombrarla como Internet Gaming Disorder o Trastorno de juego por Internet dentro del Manual Diagnóstico y Estadístico para los Trastornos Mentales (DSM-V) Chamba, *et al.* (2022) Sin embargo a pesar de su reciente inclusión es necesario ahondar las investigaciones en torno al tema, Chamba, *et al.* (2022)es correcto afirmar que la psicología es otra de las ramas de la ciencia que podrían apoyar en la atención de ésta problemática

Generalmente los síntomas propios de la adicción al internet, videojuegos y demás tecnologías basándose en los adolescentes que abarcar las edades de 13 a 19 años pueden ser pasados por altos y hasta aparentar no ser realmente graves o que tengan la capacidad de afectar de algún modo la vida de un individuo, sin embargo pueden ir acumulándose hasta tener consecuencias visibles en varios aspectos de su vida y a su vez aumentando las molestias que implica la abstinencia a los mismos. Portillo, *et al.* (2023)

Del mismo modo se plantea la necesidad de capacitar a los orientadores educativos de modo que puedan crear redes de apoyo sólidas en conjunto con la comunidad docente, estudiantil y familiar con la finalidad de atender problemáticas desde su origen, atendiendo los factores detonadores de las mismas, entendiendo con problemáticas una

En la actualidad los tratamientos que se encuentran disponibles son experimentales esto quiere decir que por el momento no se encuentra evidencia científica que sea completamente eficaz. Otro factor es que los estudios son confusos y una gran mezcla de elementos e instrumentos. Sánchez y Fernández (2020) Debido a esto la pedagogía juega un rol importante para la prevención de la adicción a los videojuegos dentro del ámbito educativo, sin embargo se debe considerar el apoyo de otras áreas, una vez detectada la problemática se podría pensar en un trabajo en conjunto que brinde soluciones eficaces y posiblemente definitivas.

4.2 Consideraciones finales

A lo largo de la elaboración del presente trabajo se pudo ver la adicción a los videojuegos como una problemática real, sin embargo la solución a ésta no radica en la prohibición del uso de videojuegos, por el contrario se anima a los padres de familia a tomar un rol más activo en la crianza de sus hijos promoviendo la atención tanto a los contenidos que consumen en los dispositivos de juego como el tiempo invertido en ésta actividad.

Para lograr una adecuada prevención de la adicción a los videojuegos es necesario que los padres de familia comprendan diversos aspectos, desde que ciertos videojuegos están diseñados para un grupo etario en especial, en ese sentido se buscaría que los papás y las mamás tengan un rol fundamental al momento de ayudar a sus hijos en la selección y supervisión de los contenidos que consumen.

Otro aspecto importante a tomar en cuenta tiene que ver con la promoción de otras actividades que apoyen el desarrollo físico, cognitivo y social desde la niñez, para dicho objetivo si bien existen videojuegos en específico que podrían servir como herramienta de apoyo no podrían considerarse como un reemplazo de actividades que puedan realizarse al aire libre o en entornos que permitan una interacción física por parte de niños y jóvenes. (Castellanos, 2024)

La motivación que ejercen los padres durante la primera infancia es crucial a lo largo de su desarrollo, es algo que debe tomarse en cuenta debido a que el resultado puede ser positivo o negativo principalmente en el interés de poder ser parte de alguna de las actividades extracurriculares en la vida de los niños y adolescentes. Todos los miembros de la familia tienen un papel importante que termina influyendo en la vida de las personas, por lo que es importante estar enfocados en la creación de un ambiente sano y positivo. (Nuviala, 2003)

Además del estrés mental que conlleva el juego en largos períodos de tiempo sin interrupción y el potencial riesgo que conlleva el juego problemático hacia el surgimiento de una adicción, existen otras problemáticas de índole física que también

deberían tomarse en consideración, tales como problemas de la vista, sobrepeso, problemas derivados de la postura del cuerpo, entre otros. (Castellanos, 2024)

El enfoque de éste trabajo es meramente preventivo, si bien la adicción a los videojuegos es tratable a través de terapias de tipo cognitivo-conductual el alcance que tiene la pedagogía para atender la problemática podría ser mucho más efectivo antes del desarrollo y agravamiento de la misma.

La Terapia Cognitiva- Conductual consiste en un modelo donde el tratamiento cuenta con diferentes trastornos mentales, que se busca que permita apoyar al paciente en el cambio de sus pensamientos, emociones, conductas y respuestas fisiológicas disfuncionales y para otras personas más adaptativas poder combatir sus problemas. (Puerta y Padilla, 2011)

El presente trabajo tiene una serie de limitaciones por las características del diseño de caso único. Es evidente que los resultados y conclusiones deben ser tomados con precaución y contrastados en estudios con un mayor control experimental, ya que no fue viable controlar la influencia de variables extrañas con capacidad de afectar a los efectos del tratamiento. Otro de los problemas es la falta de un observador o evaluador independiente. Resulta imprescindible seguir investigando en el tratamiento de este trastorno, y de forma ideal, la investigación futura de estudios de casos y de casos clínicos debe tratar de incorporar otros diseños más complejos - como por ejemplo, el de línea base múltiple- que permitan una mayor seguridad en la interpretación de los cambios producidos por la terapia psicológica. A pesar de ello, los resultados encontrados parecen sostener la utilidad de las técnicas cognitivo-conductuales en la intervención psicológica de la adicción a videojuegos.

A pesar de que aún falta explorar los alcances de la terapia psicológica de tipo cognitivo-conductual no se puede negar que tiene cierta efectividad en el tratamiento de ésta problemática, sin embargo no debería cerrarse el estudio de la problemática en entornos más controlados que permitan una mejor medición de los resultados para mejorar las técnicas que enfrentan el problema. (Chóliz, y Marcos, 2014)

Así mismo se hace énfasis en las estrategias de marketing de algunas de las empresas desarrolladoras de videojuegos más grandes en su ramo, si bien no se busca

estigmatizar el consumo de los videojuegos o las microtransacciones que estos pudieran ofrecer, se considera necesario crear conciencia en el público consumidor sobre los riesgos potenciales que podrían representar para en la etapa adolescente.

El trabajo de prevención es algo en lo que debe involucrarse todos los miembros del ámbito educativo desde los maestros, directivos, y padres de familia ya que esta problemática como ya se mencionó puede afectar todas las áreas de la vida de las personas que padecen una adicción a los videojuegos, los adolescentes tienen que seguir teniendo acompañamiento y seguimiento en caso de detectar ésta problemática con el apoyo de un profesional de la salud mental.

Cabe recalcar que la pandemia por COVID 19 tuvo un gran impacto en ésta problemática ya que fue durante este periodo de tiempo que se dió un crecimiento exponencial de la base de jugadores activos principalmente en juegos online. Las empresas desarrolladoras vieron potencial en el confinamiento sacando ventaja del tiempo que los usuarios consumían frente a la pantalla, creando mecánicas en las cuales a estímulos intermitentes continuos, con el objetivo de que el público mantuviera su interés por sus juegos favoritos, al regreso de la nueva normalidad se notó el contraste derivado de que los usuarios no pudieran pasar tanto tiempo jugando videojuegos, acentuando el impacto en otras áreas de sus vidas como lo escolar y lo social, ámbitos completamente importantes en la vida de los adolescentes e incluso del público en general se vieron afectados en pro de satisfacer el deseo de recompensas inmediatas y temporales que ofrecen algunos videojuegos.

Referencias

1. Aguier, T. (2014) LA PAPA CALIENTE: UNA ADAPTACIÓN DIDÁCTICA PARA APRENDER A REDACTAR PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN EN PSICOLOGÍA
2. Aldana, H. (2022) La sobreestimulación en el siglo XXI y los posibles efectos sobre la atención, la motivación y la curiosidad. Ruta Maestra revista digital de educación edición 33. https://goo.su/IOzUUO
3. Ángeles, Y., Pérez, S., Segura, S. (2020) Aumento de la adicción a los videojuegos en niños y adolescentes. https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/11565/1/IV_FHU_501_TI_Angeles_Perez_Segura_2020.pdf
4. Anguiano, S., Olvera, J., Mendoza, M. y Rosas, A. (2022) Revista Electronica de psicología de Iztacala https://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2022/epi221u.pdf
5. Azócar, J., Ojeda, A. (2021) Los videojuegos activos en tiempos de pandemia por COVID-19: una potencial estrategia para aumentar la actividad física de los escolares. https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7825857/#:~:text=Tambi%C3%A9n%2C%20para%20prevenir%20la%20adicci%C3%B3n,y%20j%C3%B3venes%20en%20etapa%20escolar.
6. *Bausela, E. (2006) ÁREAS, CONTEXTOS Y MODELOS DE ORIENTACIÓN EN INTERVENCIÓN PSICOPEDAGÓGICA REVISTA ELECTRÓNICA DIÁLOGOS EDUCATIVOS. AÑO 6, N° 12*
7. *Batuecas, T. (2020) Intervención con enfoque integrador sobre un caso de adicción a videojuegos en un adolescente con antecedentes de maltrato infantil. Tesis.*
8. *Baldinelli, F. (2022) Efectos negativos de los videojuegos en línea en la mente*

humana. Lecturas: Educación Física y Deportes

9. *Barcía, P. (2015) La prevención educativa de adicciones. Guía básica para docentes.* https://goo.su/ZqpGq
10. *Belli y Lopez (2008) Breve historia de los videojuegos* https://www.redalyc.org/pdf/537/53701409.pdf
11. Bueno, O. (2021) El controvertido diagnóstico del trastorno de adicción a los videojuegos y la evolución del mismo durante la pandemia COVID-19: a propósito de un caso clínico. Psiquiatría Biológica Vol. 28 no. 3 https://goo.su/N3UJjy
12. Calderón, C. (2022) Día Mundial de los Videojuegos: Pandemia dispara el interés 49%. El financiero. https://goo.su/zUA8
13. Canal El universal (2022) La adicción a los videojuegos es desde hoy una enfermedad https://goo.su/q4abS
14. Canal Psicotips_oficial (2023) Así te afecta la ADICCIÓN a los VIDEOJUEGOS https://youtu.be/-J1bnQCS9Y0?si=I0EttGQAoscMtaHM
15. Cánovas, G. (2021) ADICCIÓN A LOS VIDEOJUEGOS https://www.stlouisfrancais.com/wp-content/uploads/2021/03/GUIA-VIDEOJUEGOS-San-Luis-de-los-Franceses1.pdf
16. Carbonell, X. (2014) La adicción a los videojuegos en el DSM-5
17. Carbonell, X., Carmona, A., Rabadan, J., (2024) Guía Clínica Sobre Adicciones Comportamentales Basada en la Evidencia. https://socidrogalcohol.org/wp-content/uploads/2024/02/Guia_Adicciones_Comportamentales_completa-1.pdf
18. Caro, M. (2017) Adicciones tecnológicas: ¿Enfermedad o conducta adaptativa? http://scielo.sld.cu/pdf/ms/v15n2/ms14215.pdf
19. Castellanos, R. (2024) Crianza respetuosa: Preparación para el cuidado de niños, niñas y adolescentes. https://www.unicef.org/cuba/media/7346/file/Libro_Crianza_Respetuosa.pdf.pdf

20. Cía, A. (2013) Las adicciones no relacionadas a sustancias (DSM-5, APA, 2013): un primer paso hacia la inclusión de las Adicciones Conductuales en las clasificaciones categoriales vigentes.
21. Cuquerella, M. y García, A. (2020) Adicciones a las tecnologías de la información y la comunicación en la Comunitat Valenciana, 2018-2020 https://www.scielosp.org/article/gs/2023.v37/102252/
22. Chamba, L. et al (2022) Terapia cognitivo conductual en el tratamiento de las adicciones a los videojuegos: una revisión sistemática. https://journalprosciences.com/index.php/ps/article/view/491/544
23. Chóliz, M. y Marcos, M. (2014) Tratamiento cognitivo-conductual de la adicción a videojuegos de rol *online:* fundamentos de propuesta de tratamiento y estudio de caso. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-97282014000100005
24. Chóliz, M. y Marcos, M. (2020) Tratamiento psicológico de la adicción al juego online. Ediciones Pirámide. España
25. Cortés, B. (2008) Las funciones del orientador en la Escuela Secundaria.
26. Dávalos, N. (2021) Fortnite: Jovén español es el primer caso oficial de adicción a los videojuegos https://lc.cx/_EtmVw
27. Dávila, O. (2004) ADOLESCENCIA Y JUVENTUD: DE LAS NOCIONES A LOS ABORDAJES https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-22362004000200004
28. Dávila, R. y García M. (2021) Adicción a los videojuegos en adolescentes: Una revisión sistemática https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/69556/D%c3%a1vila_DRM-Garc%c3%ada_ZMC-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
29. Díaz-Barriga, A., (2020) La escuela ausente y la necesidad de replantear su significado. Jonathan Girón Palau (Ed). *Educación y Pandemia una visión académica* (pp 19-30). IISUE

30. Echeburúa, E. y De Corral, P. (2010) Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto Adicciones, vol. 22, núm 2. https://www.redalyc.org/pdf/2891/289122889001.pdf
31. Eguía, J., Contreras R. y Solano, L. (2013) Videojuegos: Conceptos, Historia y su potencial como herramientas para la educación. https://3ciencias.com/wp-content/uploads/2013/04/videojuegos.pdf
32. Escobar, S., Arroyave, L., Arboleda, W. (2019) El rendimiento escolar y el uso de videojuegos en estudiantes de básica secundaria del municipio de La Estrella Antioquia. https://www.scielo.sa.cr/pdf/edu/v43n2/2215-2644-EDU-43-02-00122.pdf
33. Etxeberria, X, (1998) Videojuegos y educación https://www.redalyc.org/pdf/158/15801026.pdf
34. *Fernández, A. & Gallardo, M. (2012) Formación del profesorado para la diversidad cultural.*
35. *Frutos, E. et al (2012) La atención a la diversidad: La educación inclusiva. Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado, vol. 15, núm. 1, 2012, pp. 135-144*
36. Fuerte, K. (2018). *¿Qué son los Serious Games?* Observatorio | Instituto para el Futuro de la Educación. https://observatorio.tec.mx/edu-news/que-son-los-serious-games.
37. Garduño, M. (2021) Gamers crecen 5.5% en México impulsados por confinamiento. FORBES México. https://www.forbes.com.mx/tecnologia-gamers-crecen-5-mexico-pandemia/
38. García, C., Marzo, J. y Piqueras, J. (2017) https://www.redalyc.org/pdf/839/83952052018.pdf
39. Ganem, P., Ragasol, M. (2013) Piaget y Vigotsky en el aula. El constructivismo como alternativa de trabajo docente https://goo.su/hPj1W1P
40. Gelain, M. (2020) The Impact of COVID-19 pandemic on addictive behaviors: an integrative review http://pepsic.bvsalud.org/pdf/epsic/v25n4/a01v25n4.pdf

41. Gobierno de Puebla (2020) Las adicciones y los jóvenes https://ss.puebla.gob.mx/prevencion/adicciones/item/14-las-adicciones-y-los-jovenes
42. Gobierno del Estado de México (2024) Instituto Mexiquense de Salud Mental y Adicciones https://imsama.edomex.gob.mx/talleres
43. Gómez, L. (2005) Comparación social y autoevaluación desde un enfoque evolucionista. *Escritos de psicología num.* 7
44. Gómez, O. (2021) El fomo y sus Artesanos. https://www.anaitgames.com/articulos/fomo-videojuegos-historia-ejemplos
45. González, B. (2019) Sistemas de recompensa: ¿Cómo funcionan las adicciones? https://neuro-class.com/sistema-de-recompensa-cerebralcomo-funcionan-las-adicciones/
46. Griffiths. M. (2005) ADICCIÓN A LOS VIDEOJUEGOS: UNA REVISIÓN DE LA LITERATURA. .https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2020/04/08.Griffiths_13-3oa-1.pdf
47. Griffiths, M., Hussain, Z., Williams, G., (2015) An exploratory study of the association between online gaming addiction and enjoyment motivations for playing massively multiplayer online role-playing games. https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0747563215002769
48. Guerrero, V. (2002) El cerebro adicto ¿Cómo ves? Las drogas, Col. *¿Cómo ves?,* No. 3.
49. Gutierrez, D. (2009) El taller como estrategia didáctica https://www.redalyc.org/pdf/1995/199520908023.pdf
50. González (2020) Orientación en el programa de tutoría en secundaria
51. Gómez y Martinez (2021) Covid-19 Cambios en actividad física. https://ensanut.insp.mx/encuestas/ensanutcontinua2021/doctos/informes/220804_Ensa21_digital_4ago.pdf

52. Hao, W. L. (2023). A Review on the Evaluation of Video Game Addiction as a Legitimate Disorder. Open Journal of Social Sciences 11, 410-417. https://doi.org/10.4236/jss.2023.113029
53. Heaven, D. (2019) Historias de adicción a los videojuegos: el nuevo trastorno de la OMS. Revista MIT Technology Review. https://www.technologyreview.es//s/11658/historias-de-adiccion-los-videojuegos-el-nuevo-trastorno-de-la-oms
54. *Henao, G., Ramírez, L., y Ramírez, C. (2006) QUÉ ES LA INTERVENCIÓN PSICOPEDAGÓGICA: DEFINICIÓN, PRINCIPIOS Y COMPONENTES*
55. Hernanz, M. (2015) Adolescente y nuevas adicciones https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0211-57352015000200006&lng=es&nrm=iso&tlng=es
56. Huerta, R., De Jesús, (2015) El servicio público de la educación básica en México. *RIDE Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, *Vol. 6 núm. 11*
57. *Idme, M. (2021) RELACIÓN ENTRE LA ADICCIÓN A LOS VIDEOJUEGOS Y LA ACTIVIDAD FÍSICA EN ESTUDIANTES DE UN COLEGIO NACIONAL EN ÉPOCA DE PANDEMIA POR COVID 19, AREQUIPA 2021.*
58. *Laguna A., Matirnez A., Duarte S., Vasconcelos P. y Asencio E. (2012) Orientación educativa: fundamentos teóricos, modelos institucionales y nuevas perspectivas. Libro electrónico.*
59. Lindenberg, K., Kindt, S., Szász, C. (2020) Internet Addiction in Adolescents: The Protect Program for evidence-Based prevention and Treatment. Editorial Springer. Suiza.
60. *López, C. (2016)* El videojuego como herramienta educativa. Posibilidades y problemáticas acerca de los serious games
61. *López, C.; Álvarez, O.; González, J.; Castillo, I. (2022). Sensibilidad a la ansiedad y adicción a los videojuegos en deportistas. El rol protector de la dureza mental. Cuadernos de Psicología del Deporte.*

62. *Lozano, V. (2014) TEORÍA DE TEORÍAS SOBRE LA ADOLESCENCIA* *https://www.redalyc.org/pdf/195/19531682002.pd*
63. *Marengo, L., Nuñez, L. H., Coutinho, T. V., Leite, G. R., & Rivero, T. S. (2015). Gamer o adicto? Revisión narrativa de los aspectos psicológicos de la adicción a los videojuegos. Neuropsicología*
64. Martínez, J. y López, R. (2020) Impacto de las nuevas tecnologías en la salud mental infanto-juvenil. Editorial Entrelíneas. España
65. *Márquez C. (2023). Relación entre el uso de videojuegos durante la pandemia de covid-19 y la conducta agresiva en adolescentes que regresan a clases presenciales después del periodo de confinamiento.*
66. *Matas, A. (2007) de Orientación Educativa* *https://riuma.uma.es/xmlui/bitstream/handle/10630/4713/modelos_de_orientacion_281207.pdf*
67. *Medina, F., Tinajero, G., Rodríguez, J. (2013) La Orientación Educativa en la Escuela Secundaria: una práctica olvidada. Revista Mexicana de Orientación Educativa.* *http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-75272013000200012*
68. *Méndez, M., Romero, B., Cortés, J., Ruíz, A., y Propéro, O. (2017) Neurobiología de las adicciones* *https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0026-17422017000100006*
69. Murillo O. (2021) Orientación para el desarrollo de la carrera: Instrumento para la exploración. Revista electrónica
70. Muñoz, M. y Vélez N. (2017) ADICCIONES Y FACTORES PROTECTORES Y DE RIESGO EN LA ADOLESCENCIA https://revistas.udea.edu.co/index.php/Psyconex/article/view/330994/20787262
71. Navalón, A. & Ruíz, R. (2017) CONSUMO DE SUSTANCIAS PSICOACTIVAS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO. UNA INVESTIGACIÓN EN ESTUDIANTES

DE EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA. https://www.redalyc.org/pdf/839/83949782005.pdf

72. Nuviala, A. (2003) Tiempo libre, ocio y actividad física en los adolescentes. La influencia de los padres.

73. Núñez, L., Novoa, P., Majo, H., Salvatierra, A.. (2018) Los mapas mentales como estrategia en el desarrollo de la inteligencia exitosa en estudiantes de secundaria. Propósitos y Representaciones. http://www.scielo.org.pe/pdf/pyr/v7n1/a04v7n1.pdf

74. Ocio, P. (2022) El FOMO y la adicción a las nuevas tecnologías en jóvenes españoles. https://titula.universidadeuropea.com/bitstream/handle/20.500.12880/2320/OcioGestosoPaola.pdf

75. Ortiz, F. (2009) Vulnerabilidad adolescente y psicopatología de las adicciones. De las transferencias narcisistas a los circuitos cerebrales de refuerzo https://www.psicoanalisisapdeba.org/wp-content/uploads/2018/06/Ortiz-Fragola.pdf

76. Paideia, M. (2019) Modelo clínico o del Counseling de intervención pedagógica. Sitio web https://centropedagogicopaideiaavila.wordpress.com/2019/02/07/modelo-de-clinico-o-del-counseling-de-intervencion-psicopedagogica/

77. Piven, H (2024) El collage. Un laboratorio de ideas. https://www.talleresdebolsillo.mx/el-collage-un-laboratorio-de-ideas

78. Portillo, A. et al (2023) Adicción a los videojuegos y al internet en estudiantado mexicano de bachillerato https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?pid=S1409-42582023000300445&script=sci_arttext

79. (Puerta, J. y Padilla, D. (2011) Terapia cognitiva - conductual (TCC) como tratamiento para la depresión: una revisión del estado del arte

80. Reyna, S. (2020) Que es un tríptico y para que se usa.

81. Rivera, E. y Torres V. (2018) Videojuegos y habilidades del pensamiento, Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo.

https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-74672018000100267

82. RLEE México (2013) Estándares para la educación básica. Experiencia de mejora continua en escuelas mexicanas del nivel básico, con base en estándares curriculares, de desempeño docente y gestión escolar. vol. XLIII, núm. 3

83. Richard, G (2015) Prevención y tratamiento de las adicciones desde lo psicosocial.

84. Rodríguez, M. et al (2012) Lenguaje y Educación: Perspectivas metodológicas y teóricas para su estudio https://ftp.isdi.co.cu/Biblioteca/BIBLIOTECA%20UNIVERSITARIA%20DEL%20ISDI/COLECCION%20DE%20LIBROS%20ELECTRONICOS/LE-1995/LE-1995.pdf#page=14

85. Romero, V. (2020) Aumenta hasta 65% el consumo de videojuegos en el mundo por Coronavirus. https://dplnews.com/aumenta-hasta-65-el-consumo-de-videojuegos-en-el-mundo-por-coronavirus/m

86. Salas, G. (2020) Los videojuegos como medio de afrontamiento durante la pandemia del COVID-19. https://psicogamer.com/articulos/los-videojuegos-como-medio-de-afrontamiento/

87. Sanchiz , M. (2008–2009). Modelos de orientación e intervención psicopedagógica.

88. Sánchez, J. (2018) Prevalencia y dependencia a los videojuegos en una muestra de adolescentes. Revista Electrónica sobre Ciencia, Tecnología, y Sociedad.

89. Sánchez, P. y Fernández, C. (2020) Adicción a nuevas tecnologías: Internet, videojuegos y smartphones. Revisión y estado del arte. https://www.adolescere.es/revista/pdf/volumen-VIII-n2-2020/2020-n2-10_17_Tema-de-revision-Adiccion-a-nuevas-tecnologias.pdf

90. Sandoval, E. (2020) Caracterización del trastorno por videojuegos: ¿Una problemática emergente? Caracterización del trastorno por videojuegos: ¿Una problemática emergente? (redalyc.org)
91. SEGOB (2019) Estrategia Nacional de Prevención de Adcciones recibirá apoyo sin presedentes, afirma presidente Lopéz Obrador. https://www.gob.mx/presidencia/prensa/estrategia-nacional-de-prevencion-de-adicciones-recibira-apoyo-sin-precedentes-afirma-presidente-lopez-obrador
92. SEGOB, (2020) LINEAMIENTOS Generales del Sistema Mexicano de Equivalencias de Clasificación de Contenidos de Videojuegos.
93. Seijo, M., Iglesias, N., Hernández, M., Hidalgo, C. (2010) Métodos y formas de organización del proceso de enseñanza-aprendizaje. Sus potencialidades educativas
94. SEP (2012) Programa Escuela Segura https://healtheducationresources.unesco.org/sites/default/files/resources/21432_mpfpaes.pdf
95. SEP (2015) Conoce el Sistema Educativo Nacional
96. SEP (2018) Manual de trabajo. Talleres para madres, padres y tutores. Educación Primaria del Programa Nacional de Convivencia Escolar. https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/379684/PNCE-MANUAL-FAM-PRIM-BAJA.pdf
97. SEP (2022) ESTRATEGIA NACIONAL PARA PROMOVER TRAYECTORIAS EDUCATIVAS Y MEJORAR LOS APRENDIZAJES DE LOS ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN BÁSICA
98. SEP (2023) ESTRATEGIA EN EL AULA: PREVENCIÓN DE ADICCIONES. GUÍA PARA DOCENTES http://www.cij.gob.mx/DrogasInformate/PDF/Gu%C3%ADa%20para%20docentes.pdf
99. Silva, B. (2023) ¿Es perjudicial el uso de las pantallas en niños y adolescentes? ISANEP. https://www.neuropsicologosensevilla.com/es-perjudicial-el-uso-de-las-pantallas-en-ninos-y-adolescentes/

100. Sola, J. (2011) ¿QUÉ ES UNA ADICCIÓN? DESDE LAS ADICCIONES CON SUSTANCIAS A LAS ADICCIONES COMPORTAMENTALES. EVALUACIÓN E INTERVENCIÓN TERAPÉUTICA. Revista Digital de Medicina Psicosomática y Psicoterapia
101. Palaus, M. (2017) Neural Basis of Video Gaming: A Systematic Review. *Frontiers*. https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fnhum.2017.00248/full
102. Rodriguez, M. y García F. (2021) El uso de videojuegos en adolescentes. Un problema de Salud Pública https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412021000200017
103. Tejeiro, R. (2001) La adicción a los videojuegos. Una revisión. https://adicciones.es/index.php/adicciones/article/download/555/547
104. Tisseron, S. (2006) Internet, videojuegos, televisión: manual para padres preocupados.
105. UPN (2024) PEDAGOGÍA https://upn.mx/index.php/estudiantes/licenciaturas?view=article&id=93&catid=18
106. Unesco (2020) COVID-19: Problemas sociales y psicológicos en la pandemia https://www.unesco.org/es/articles/covid-19-problemas-sociales-y-psicologicos-en-la-pandemia

Anexos

Anexo 1. Infografía https://www.canva.com/design/DAFfcjIYJ-o/-_zxp3hZ1dWWf_XKkbdcug/edit?utm_content=DAFfcjIYJ-o&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton

PRESENTACIÓN DEL TALLER
OBJETIVO
Crear estrategias de prevención para padres de familia ante la adicción a los videojuegos en adolescentes de secundaria a través del conocimiento de factores de riesgo y manejo de herramientas de control parental.
¿QUÉ ES LA ADICCIÓN A LOS VIDEOJUEGOS?
La adicción a los videojuegos es una enfermedad de carácter mental, al igual que otras adicciones. Tiene que ver con el consumo desmedido de los mismos afectando diversas áreas de la vida de quien la padece.
¿POR QUÉ ES TAN IMPORTANTE?
La adicción a los videojuegos ha sido reconocida como enfermedad por la Organización Mundial de la Salud -OMS- e incluida con el nombre de internet gaming disorder en la Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE-11) y en el DSM-5. Así lo recoge también la Estrategia Nacional sobre Adicciones 2017-2024.

Anexo 2. Tríptico

https://www.canva.com/design/DAFfc8MCa-o/gmvlTzWMXFFEXbTCOaEQOQ/edit?utm_content=DAFfc8MCa-o&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton

Anexo 3. Collage

Collage: Orígenes, técnica y materiales

El Collage es una técnica que acompaña a los tiempos. En este post vamos a hablar de la técnica de **Picasso, Juan Gris** o **Marcel Duchamp** *(No de la nueva moda de hacer scrapbook)*. El movimiento de romper con la pintura tradicional añadiendo a los lienzos elementos externos. El collage, o colaje en español, se vale de todo lo que esté a su alcance para crear expresiones.

¿Qué es el Collage?

Esta técnica pictórica consiste en combinar diferentes elementos externos sobre un soporte. Normalmente, recortes, fotografías o papeles. Es importante hacer una **diferenciación entre el Collage y el Papel Collé *(papier collé):***

- **Collage:** En el collage se usa el papel u otros materiales para conseguir planos de color y crear objetos. Para ello se recorta de una manera determinada cualquier tipo de papel.
- **Papel Collé:** En este, en cambio, los fragmentos se aplican como una realidad ya concebida transferida a la obra. Es decir, dentro de una obra, pegar una mesa de papel donde se desea colocar una mesa sería papel collé. Un collage

sería representar personas con trozos de mapas como lo hace Matthew Cusick.

https://totenart.com/noticias/la-tecnica-del-verdadero-collage/

Anexo. 4 ¿Cómo surgieron los videojuegos? 12 datos curiosos

https://youtu.be/sEQON0sVBrk

Anexo 5. Enlace a formulario de Google https://forms.gle/j9mMoNJdsHNwc6Hp7

1.- ¿Qué es la adicción a los videojuegos?
a) Trastorno
b) Enfermedad
c) Bienestar
d) Otro

2.- ¿Cuál de las siguientes no es una causa para que una persona desarrolle una adicción a los videojuegos?
a) Obtención de reconocimiento
b) Sensación de libertad
c) Sensación de diversión
d) Riesgos minimizados

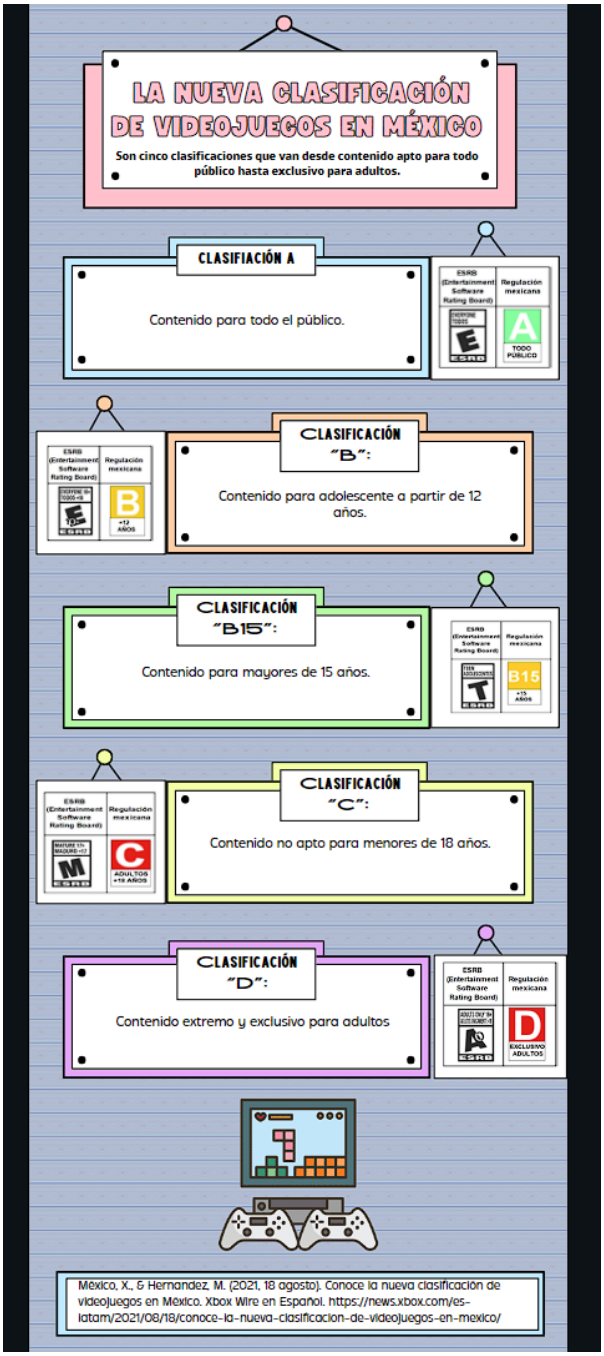
3.- ¿Qué problema puede tener el adolescente consigo mismo que lo pone en riesgo de generar dependencia?
a) Problemas familiares
b) Insatisfacción con su apariencia
c) Pérdida de algún ser querido
d) Presión social

4.- ¿Es uno de los síntomas que puede sufrir una persona adicta a los videojuegos?
a) Pérdida de peso
b) Bajo rendimiento académico o laboral
c) Fatiga y pérdida de noción del tiempo
d) Aislamiento sólo del núcleo familiar

5.- ¿Cuáles de los siguientes consejos se encuentran dentro de las recomendaciones de video?
a) Aumentar el tiempo que se pasa en familia
b) Dedicarnos a lo que nos apasiona
c) Buscar ayuda de un profesional
d) Evitar los videojuegos a toda costa

Anexo 6. Infografía sobre los tipos de videojuegos.

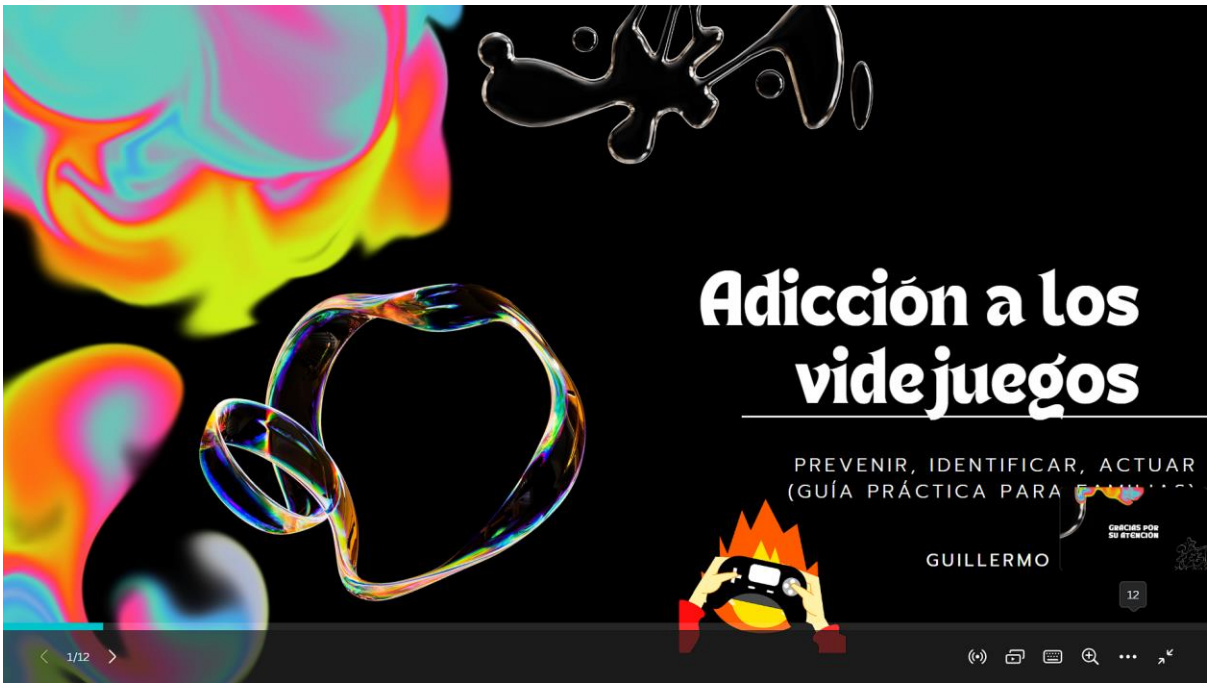
https://www.canva.com/design/DAFgHCYKFIE/x67GMWVGd03J3k-4e0W8uA/edit?utm_content=DAFgHCYKFIE&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton



Anexo 7. Video: La adicción a los videojuegos es desde hoy una enfermedad - El universal.

https://www.youtube.com/watch?v=n_pn0y-YhJA

Anexo 8. Presentación en Canva.
https://www.canva.com/design/DAFaTgghhOw/wnW5C63ihQTu1O969U-Mfw/edit?utm_content=DAFaTgghhOw&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton



CONTENIDO
PREVENIR
IDENTIFICAR
INTERVENIR
2/12

Presiona Esc para salir de la pantalla completa
Introducción
La adicción a los videojuegos ha sido reconocida como enfermedad por la Organización Mundial de la Salud –OMS- e incluida con el nombre de internet gaming disorder en la Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE-11) y en el DSM-5. Así lo recoge también la Estrategia Nacional sobre Adicciones 2017-2024.

PREVENIR

Tanto para identificar un posible problema, como sobre todo para prevenirlo, nos puede ser de gran utilidad conocer las características de los videojuegos con mayor potencial adictivo. Si enseñamos a nuestros hijos a identificar tales características podrán anticiparse o, al menos, extremar las precauciones.

FACETA SOCIAL

Esta característica parece dar respuesta a una de las principales necesidades de la infancia y adolescencia: la socialización.

LOS ADOLESCENTES BUSCAN NECESITAN EL CONTACTO CON SUS IGUALES. ALGUNOS VIDEOJUEGOS, CONSCIENTES DE ESTA NECESIDAD, OFRECEN TAMBIÉN A LOS USUARIOS LA POSIBILIDAD DE HABLAR CON LOS AMIGOS, CONOCER GENTE Y HASTA LIGAR.

ALIVIO EMOCIONAL

PARA ALGUNOS NIÑOS Y ADOLESCENTES, LOS VIDEOJUEGOS PUEDEN TERMINAR SIENDO UNA ESPECIE DE CHUPETE EN EL QUE ENCUENTRAN ALIVIO CUANDO EL RESTO DE EXPERIENCIAS DIARIAS NO LES AGRADAN.

De esta manera, cuando se vea privado del mismo tenderá a desarrollar ansiedad e intranquilidad.

CONSECUCIÓN DE OBJETIVOS

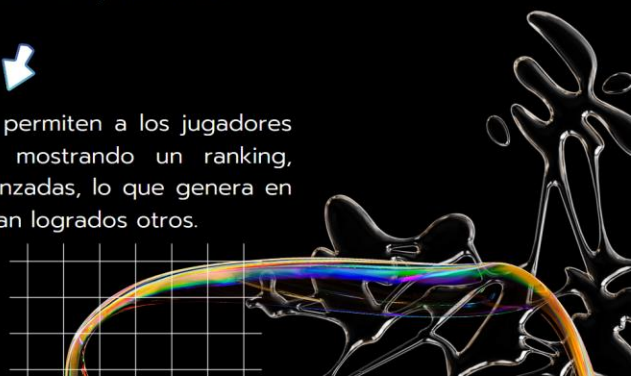
Algunos videojuegos contabilizan absolutamente todo y marcan nuevos objetivos. Cuando el jugador alcanza un nivel siempre hay otro esperándole. Cada una de sus herramientas, personajes, fuerzas, armas, guerreros o construcciones defensivas siempre pueden alcanzar un nivel superior.

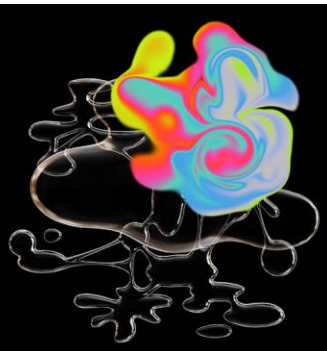
Cuando los objetivos son numéricos resultan además muchomás atractivos, pues son fáciles de contabilizar.

TEORÍA DE LA COMPARACIÓN

La llamada "teoría de la comparación" fue desarrollada por el psicólogo León Festinger (1954), y concluye que las personas evaluamos nuestras propias opiniones, capacidades y habilidades comparándolas con las de los demás.

Algunos videjuegos explotan esta necesidad y permiten a los jugadores compararse constantemente con los demás, mostrando un ranking, puntuaciones, niveles, logros, o habilidades alcanzadas, lo que genera en ellos la necesidad de tener y conseguir lo que han logrados otros.

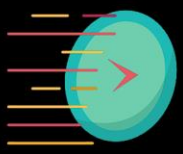




FRECUENCIA ESTÍMUL O -RESPUESTA

Si hemos de esperar una hora para que suceda algo nuevo, para recibir algo o para empren□der una acción, la motivación no será la misma que si hemos de esperar solo unos segundos.

Si hay muchos pequeños retos fáciles de alcanzar, cada estímulo permite obtener una rápida respuesta o premio, lo cual resulta sumamente gratificante para nuestro cerebro



NUEVAS IDENTIDADES

Una de las características que enganchan a los usuarios más jóvenes es la posibilidad de desarrollar nuevas y diversas iden tidades. Se trata de videojuegos que permiten al usuario decidir quién es. Decidir sus propias características. El objetivo es lo grar que se identifique al máximo con su personaje.

Una de las características que enganchan a los usuarios más jóvenes es la posibilidad de desarrollar nuevas y diversas identidades. Se trata de videojuegos que permiten al usuario decidir quién es. Decidir sus propias características. El objetivo es lo grar que se identifique al máximo con su personaje.

PROGRESIÓN Y PREMIOS

Resultan mucho más atractivos para niños y adolescentes los videojuegos que ofrecen la posibilidad de progresar, alcanzar niveles y cambiar de escenario. Normalmente cada nivel tendrá sus propias características, y tras uno aparecerá el siguiente.

Los videojuegos que reproducen la mayor parte de las caracterísiticas señaladas tienen un potencial adictivo alto, y son aquellos a los que deberemos prestar más atención.

Anexo 9. Mapa mental.

https://www.canva.com/design/DAFgIwRGGyM/vdpsW37gje3hfjmiNqlctQ/edit?utm_content=DAFgIwRGGyM&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton

Anexo 10. Instrumento de diagnóstico

https://docs.google.com/document/d/1zYxNgpUax1TNT4E5M_74x8UXpIXK8xvgEG8pNpRm-rQ/edit?usp=sharing

Universidad Pedagógica Nacional
Unidad Ajusco
Licenciatura en Pedagogía
Materia: Adolescencia y orientación educativa
Maestra: Mejía Rodriguez Dolores Guadalupe
Alumnos: Morales Morales Yessica y Navarrete Esquivel Augusto
Grupo: 8GX7

Cuestionario para recabar información sobre el uso de videojuegos en adolescentes

Aviso de privacidad: Este instrumento es anónimo, por lo cuál, se le solicita contestar de manera sincera cada una de las preguntas. Los datos recabados en este cuestionario serán utilizados para nuestra investigación con fines académicos.

Edad de su hijo/hija :

a) (13)
b) (14)
c) (15)

¿Su hijo/hija es?

a) mujer

b) hombre

Seleccione la opción que considere más adecuada a la realidad que vive su hijo, con relación a los videojuegos. Elija solamente una opción por cada pregunta. Tiene 6 opciones: desde NUNCA hasta SIEMPRE.,

Preguntas:

1.- Cuando su hijo tiene algo de tiempo libre ¿Intenta pasar ese tiempo con algún videojuego?

a) Nunca
b) Alguna vez
c) Con frecuencia
d) Casi siempre
e) Siempre

2.- ¿Observa que su hijo se siente mal cuando constata que no va a poder jugar con un videojuego?

a) Nunca
b) Alguna vez
c) Con frecuencia
d) Casi siempre
e) Siempre

3.- ¿Su hijo deja sin completar sus deberes o estudios por jugar con algún videojuego?

a) Nunca
b) Alguna vez
c) Con frecuencia
d) Casi siempre
e) Siempre

4.- Después de un momento de nervios o estrés ¿Su hijo se conecta a un videojuego para relajarse?

a) Nunca
b) Alguna vez

c) Con frecuencia
d) Casi siempre
e) Siempre

5.- ¿Su hijo se muestra triste, enfadado o irritado al tener que interrumpir un videojuego para hacer tareas relacionadas con la escuela?

a) Nunca
b) Alguna vez
c) Con frecuencia
d) Casi siempre
e) Siempre

6.-¿Los videojuegos suelen ser el principal tema de conversación de su hijo?

a) Nunca
b) Alguna vez
c) Con frecuencia
d) Casi siempre
e) Siempre

7. -¿Su hijo busca la manera de jugar videojuegos aún cuando se encuentra realizando tareas escolares?

a) Nunca
b) Alguna vez
c) Con frecuencia
d) Casi siempre
e) Siempre

8.- ¿Observa que su hijo siente la necesidad de jugar siempre con un videojuego aunque sea solo unos minutos?

a) Nunca
b) Alguna vez
c) Con frecuencia
d) Casi siempre
e) Siempre

9.- ¿Nota que su hijo dedica cada vez más tiempo a los videojuegos sin parecer satisfecho en comparación con sus actividades escolares?

a) Nunca
b) Alguna vez
c) Con frecuencia
d) Casi siempre
e) Siempre

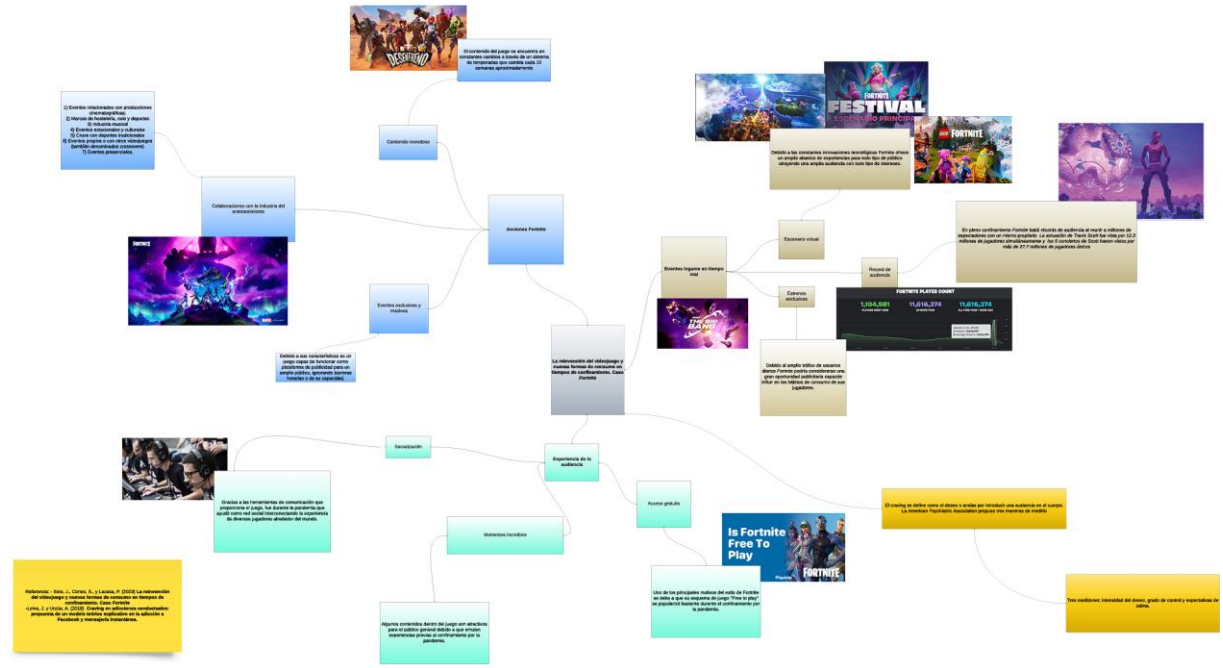
10.- ¿Piensa que su hijo tiene bajo rendimiento escolar debido a que no tiene control sobre el uso que hace de los videojuegos?

a) Nunca
b) Alguna vez
c) Con frecuencia
d) Casi siempre
e) Siempre

11.- ¿Hay alguna duda, comentario o sugerencia que guste agregar?

Agradecemos el tiempo y colaboración que ha prestado para contestar el cuestionario.

Anexo 11



Anexo 12

Hábitos de una vida

SALUDABLE

ALIMENTACIÓN BALANCEADA

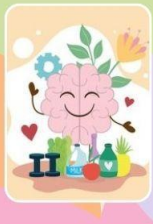
Mantener una dieta balanceada es importante para tener una buena salud corporal además de tener los nutrientes necesarios para realizar las actividades de cada día.

UN BUEN DESCANSO

Una buena rutina de sueño es vital para que tanto la mente como el cuerpo se encuentren en buenas condiciones durante el desempeño diario .

ACTIVIDAD FÍSICA

La actividad física además de brindar energía para la vida diaria aumentan las posibilidades de tener una vida más larga y reducir el riesgo de generar ciertos padecimientos.



SALUD MENTAL

Es importante el cuidado de la salud mental, ir a terapia no es malo, por el contrario ayuda a tratar inquietudes, tener un mejor gestión de las emociones, mejorar el autoestima, entre otros beneficios

PASATIEMPOS SALUDABLES

Hay una amplia diversidad de actividades que se pueden realizar como pasatiempos, encontrar uno puede ayudar a consolidar una rutina de vida saludable.

Velázquez, S. **"Programa Institucional Actividades de Educación para una vida saludable"**

Anexo 13

Tríptico Herramientas de control parental

https://www.canva.com/design/DAGSpKNQw4o/cIYQAG0fZXEVLSBLuj7a1w/edit