



**UNIVERSIDAD DE CHILE
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
ESCUELA DE CIENCIAS SOCIALES
CARRERA DE PSICOLOGÍA**

**DESCRIPCIÓN DEL ESTADO ACTUAL DE LA ADICCIÓN A LOS
VIDEOJUEGOS A PARTIR DE UNA REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA
INTEGRATIVA**

MEMORIA PARA OPTAR AL TÍTULO DE PSICÓLOGO

Autor:

Lic. Ps. Rodrigo Soto Ramonda

Profesor

Dr. Ps. Juan Yáñez Montecinos

Santiago de Chile, 2014

Agradecimientos

Para Camila, por su amor, comprensión y apoyo en este particular momento de nuestras vidas.

*A todo el grupo del Programa de Apoyo Psicológico de la FEN,
En especial a Felipe, Marcela, Nicolás y Ximena, por su amistad.*

Índice

I. Resumen.....	4
II. Introducción	5
1.1 Objetivos.....	10
1.2 Método.....	10
1.3 Justificación	11
III. Desarrollo.....	13
1.1 Uso Excesivo y adicción a los videojuegos	13
1.2 Criterios Diagnósticos.....	22
1.3 Propuesta de Trastorno de juego por Internet del DSM-5	30
1.4 Instrumentos.....	37
1.5 Síntomas	40
1.6 Efectos a largo plazo	41
1.7 Prevalencia.....	43
1.8 Factores de riesgo.....	44
1.9 Comorbilidad	51
1.10 Modelos explicativos.....	53
IV. Análisis en detalle del género MMORPG	57
V. Conclusiones.....	73
VI. Referencias	79
Apéndice A: Propuesta de Trastorno de juego por Internet del DSM-5	86
Apéndice B: Instrumentos.....	92

I. Resumen

Los videojuegos son una forma de entretenimiento muy difundida. Uno de sus potenciales efectos negativos es el uso excesivo. Varios factores han dificultado el estudio de esta materia, como por ejemplo abordajes sesgados o el uso de diferentes criterios diagnósticos e instrumentos de medición, lo que ha impedido la obtención de datos concluyentes y consensos en la comunidad científica. El presente estudio realiza una revisión bibliográfica de las investigaciones posteriores al año 2000, para precisar el estado del arte con respecto al tema. Se hace énfasis en la nueva propuesta de trastorno de juego por Internet del DSM-5 y un análisis en profundidad al género MMORPG. Se concluye que el uso excesivo de videojuegos puede llegar a constituir un trastorno de adicción conductual, que tendría características similares a las adicciones a sustancias y afectaría a un pequeño porcentaje de usuarios, generando un impacto importante en sus vidas.

Palabras clave: Videojuegos, uso excesivo, adicción, MMORPG

II. Introducción

El juego es una actividad de suma importancia para el ser humano. Favorece la integración de las experiencias, el desarrollo de habilidades sociales, entrena la resistencia a la frustración y permite llevar a cabo, virtualmente, acciones imposibles de realizar en la vida real (Chóliz, 2008). En las últimas dos décadas del siglo XX, los videojuegos han emergido como una forma de juego ampliamente practicada, penetrando en los hábitos de entretenimiento y la cotidianidad de millones de personas alrededor mundo, y sus variantes para múltiples jugadores, entre ellas su uso en Internet, los han hecho además una práctica social. Una prueba de esta enorme difusión es la expansión de la industria en la última década, creciendo 93 mil millones de dólares (Gartner, 2013).

Puede definirse como videojuego a todo programa electrónico con objetivos esencialmente lúdicos que emplea la tecnología informática, permitiendo la interacción en tiempo real del jugador con la máquina y donde la acción se desarrolla fundamentalmente sobre un soporte visual (que puede ser la pantalla de una consola, de un computador personal, de un televisor o cualquier otro soporte semejante) (Tejeiro y Pelegrina, 2003).

Con respecto a sus usuarios, la Entertainment Software Association (2014) señala que existe un promedio de dos jugadores en cada casa de los Estados Unidos y que, hoy en día, el juego es algo que hacen personas de todas las edades. Jasson Allaire (en ESA, 2014) señala que el estereotipo del

jugador, como varón adolescente, ya no es preciso. Los datos de la ESA señalan que el 51% de las casas de los Estados Unidos tienen una consola solamente dedicada a juegos, y esas casas tienen, como promedio, dos de estas mismas. La edad promedio del jugador estadounidense es 31 años, 48% pertenece al sexo femenino y el 52% al sexo masculino y, curiosamente, las mujeres mayores de 18 años representan una porción de los jugadores más significativa que los niños varones menores de 18 años (36% versus 17%), lo que habla de una masificación tremenda, y del fin de la tradicional brecha de sexos en el uso de videojuegos.

En Chile también se han incorporado dentro de los hábitos de entretenimiento de la población. En la investigación de Alonqueo y Rehbein (2008) el 52% de una muestra, compuesta por 864 estudiantes de la ciudad de Temuco, se declaró como jugador frecuente. De aquellos, un 78% fueron hombres y un 22% mujeres. Una encuesta más reciente, realizada por Mendiburo (2011) a 616 personas de la Región Metropolitana del país encontró resultados similares en cuanto a la proporción de jugadores, pero cambios en la distribución por sexo: un 46,3% de los encuestados juega videojuegos, con un 55,5% hombres y un 44,5% de mujeres, y una edad promedio de 24 años. Si bien la encuesta reconoce limitaciones en cuanto al tamaño de la muestra y su alcance geográfico, permite vislumbrar como la incorporación de los videojuegos se ha desarrollado en el país de manera transversal en cuanto a sexos, grupos socioeconómicos y edades. Chile estaría respondiendo a lógicas

internacionales, sobre todo en lo que refiere a conductas de juego: los que más juegan son las personas más jóvenes, sin hijos y hombres. Si bien el grupo socioeconómico D lo hace más, no existen diferencias importantes entre ellos. Una conducta comúnmente considerada más ligada al uso excesivo, el juego en línea, se presenta como poco frecuente, siendo practicada sólo por un 7,2% del total de jugadores, generalmente de estratos socioeconómicos altos. Sin embargo, es posible que este último dato haya experimentado variaciones importantes en los últimos años, debido al importante aumento en los niveles de conectividad en el país (Subsecretaría de Telecomunicaciones, 2014). Otro elemento a tener en cuenta es la masificación de los teléfonos inteligentes, con características técnicas apropiadas para jugar videojuegos y conectarse a Internet (PewResearch, 2014). Como se puede observar, el uso de videojuegos, y sus potenciales efectos positivos y negativos, son una realidad tan concreta en Chile como en cualquier país industrializado.

El uso de videojuegos ha despertado el interés de la comunidad científica, y las declaraciones realizadas por profesionales en los medios han sido capaces de convocar al público e influir en sus percepciones (Rangel, 2004; Wood, 2008). Sin embargo, el abordaje no siempre ha sido objetivo, y muchas veces suele escribirse desde el prejuicio y la demonización, al igual como ha ocurrido con otros fenómenos tecnológicos (Estalló, Masferrer y Aguirre, 2001; Feliu 2006). Considerando los cambios que los videojuegos han ejercido en los comportamientos y actitudes de la sociedad moderna, la psicología, como

ciencia y como práctica profesional no puede permanecer ajena (Saldaña, 2001).

Se ha llegado a reconocer que los videojuegos tienen una serie de ventajas y beneficios que no es posible obviar, que abarcan desde aplicaciones educativas hasta sociales, pasando por sus usos terapéuticos o para el entrenamiento de procesos cognitivos como atención, percepción o memoria (Griffiths y Meredith, 2008; Ferguson, Cruz y Rueda, 2008; Feng, Spence y Pratt, 2007; Rebetz y Betrancourt, 2007, citados en Chóliz y Marco, 2011). Además, como medio audiovisual, los videojuegos pueden ser considerados como una forma de arte capaz de englobar a otras, de forma similar al cine (Salmond, 2005).

En cuanto a los efectos negativos, se ha estudiado cómo su contenido puede transmitir antivalores, ser altamente violento y sexista, así como ejercer un efecto en la conducta agresiva, y desensibilizar ante los efectos de la violencia (Adachi y Willoughby, 2011; Engelhardt, Bartholow, Kerr y Bushman, 2011; Ferguson, 2011; Fox y Tang, 2014).

Otro de los potenciales efectos negativos es el uso excesivo. De entrada, es difícil dilucidar qué lo constituye, y en la práctica hay varias discrepancias al respecto. Parte de esta divergencia se produce debido a la rápida y constante evolución de las características, disponibilidad y funciones de la tecnología, y los cambios en lo que se percibe como un uso “normal” (Labrador, Villadangos, Crespo y Becoña, 2013). No sería correcto determinar qué lo constituye

simplemente por la cantidad de tiempo invertido jugando. Los videojuegos, como otras actividades humanas, como el deporte o la lectura, pueden consumir largos periodos de tiempo sin reportar consecuencias negativas. Sin embargo, ciertos patrones de uso pueden llegar a interferir en otros ámbitos de la vida, tales como las pautas de higiene, descanso, alimentación, así como producir perturbaciones en las relaciones interpersonales (Lam, 2014; Patim, 2009, citado en Chóliz y Marco, 2011). Es característico entre los jugadores que llegan a desarrollar un problema de uso excesivo el dedicar cada vez más tiempo al juego, lo que menoscaba otras actividades tan importantes como las relaciones interpersonales cara a cara, los estudios o el tiempo dedicado a otras aficiones (Griffiths, 2010). Marco y Chóliz (2014) aseguran que en la actualidad existe suficiente evidencia empírica, clínica y científica de que el juego excesivo es una actividad potencialmente problemática (Griffiths, 2000; Tejeiro y Bersabé, 2002) y, en algunos casos, adictiva (Griffiths, 2008).

La presente investigación teórica hace una revisión bibliográfica de las investigaciones que abordan el tema del uso problemático de videojuegos, desde una perspectiva bio-psicosocial, dando relevancia a la aproximación del fenómeno como adicción tecnológica y conductual. También se abordarán diferentes modelos explicativos de la adicción a los videojuegos. Finalmente, debido a la mayor cantidad de literatura disponible y a su mayor potencial adictivo (Griffiths, Király, Pontes y Demetrovics, 2014), se realizará una revisión más pormenorizada del género denominado MMORPG (sigla en inglés de

Massively Multiplayer Online Role-Playing Game). No se pretende abordar los estudios que tratan sobre medidas preventivas o terapéuticas frente a esta problemática.

1.1 Objetivos

Objetivo General:

- Explorar y describir el estado del arte con respecto al tema de la adicción a los videojuegos, en todo el ciclo vital, a nivel nacional e internacional.

Objetivos Específicos:

- Analizar la literatura de forma sistemática, abordando aspectos como la historia de las investigaciones, la etiología, la fenomenología y los modelos explicativos.
- Sistematizar la información de manera de conseguir un enfoque integral de la actual discusión.

1.2 Método

Como método de recopilación de información se realizó una búsqueda de la literatura indexada en las bases de datos públicas MEDLINE(NLM), LILACS y Scholar Google, en español e inglés, limitada a los trabajos publicados a partir del año 2000. Dado que no existen términos específicos para la adicción a los videojuegos, se escogieron varios términos afines tales como: “adicción”, “videojuegos”, “uso problemático/patológico”, “DSM-5” y “MMORPG”. Como criterio de inclusión se seleccionaron sólo aquellas investigaciones que trataran

específicamente sobre uso excesivo de videojuegos. Se incluyeron además aquellos trabajos que aún estando fuera del límite de tiempo señalado se han convertido en referentes relevantes. Se excluyeron aquellos trabajos que no abordaban específicamente sobre videojuegos, o que trataran principalmente sobre la prevención o el tratamiento del fenómeno.

Se realizaron varias búsquedas entre marzo y septiembre de 2014. Se juzgó que las investigaciones encontradas eran de calidad por ser publicadas originalmente en revistas con una comisión editorial. Finalmente, luego de aplicar los criterios de inclusión y exclusión, se consultaron 97 publicaciones. La información recopilada se ordenó en categorías, y la explosión se hizo jerarquizando aquellas temáticas más recientes y menos abordadas por la literatura en español.

1.3 Justificación

La presente investigación resulta relevante desde una perspectiva teórica ya que aporta a la línea investigativa sobre videojuegos desde un punto de vista sanitario, aumentando la difusión y el conocimiento en torno al tema. Ejercicios de sistematización como este son particularmente relevantes en este momento debido a que la delimitación del uso patológico de los videojuegos, en todas sus acepciones, se encuentra en una fase de clarificación conceptual (Petry et al., 2014b). La investigación busca generar una revisión bibliográfica profunda y actualizada sobre el tema, incorporando los hallazgos de las investigaciones

empíricas realizadas en los últimos años e incluyendo los escasos estudios realizados en Chile. Con el afán de abarcar lo más relevante sobre el tema en la actualidad, se enfatiza la propuesta de Trastorno de Juego en Internet incluida en la quinta edición del Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales, el DSM-5 (American Psychological Association, 2013), y los controversias que han surgido a partir de esta en los últimos meses. Un segundo énfasis, también guiado por el mismo afán de actualidad, son las investigaciones sobre el género de videojuegos llamado MMORPG, temática que ha proliferado en la literatura científica.

III. Desarrollo

1.1 Uso Excesivo y adicción a los videojuegos

El fenómeno ha sido abordado de diferentes maneras a lo largo del tiempo, hasta llegar a su concepción como adicción tecnológica y conductual. Este desarrollo no ha estado exento de dificultades. Spielberg (2006, citado en Griffiths y Beranuy, 2008) argumenta que existen factores que han obstaculizado la investigación sobre la adicción a los videojuegos a los profesionales de la salud mental: primero, la velocidad en la que la industria del juego avanza, puesto que tanto el formato de los juegos como la tecnología en la que se sustentan avanzan mucho más rápido de lo que las técnicas terapéuticas pueden ser investigadas y establecidas; segundo, los videojuegos pueden ser vistos como entretenimientos inofensivos por todas las generaciones de una misma familia, por lo que muchas prácticas pueden verse normalizadas. También contribuye a esta minimización el bajo costo que tiene la adicción a los videojuegos, en su inicio y mantenimiento, comparada con otras adicciones. Finalmente, cuando se empezó a abordar científicamente el tema, estaba el obstáculo propio de cualquier fenómeno nuevo: la dificultad de observar sus efectos a largo plazo.

En una primera fase abundaron estudios con carencias metodológicas tales como muestras pequeñas, falta de definiciones operacionales y métodos

de recolección de datos cuestionables, por ejemplo, investigaciones sostenidas solamente en auto-informes (Tejeiro, 2001). Era difícil distinguir si se estaba midiendo adicción o preocupación sobre el tema (Charlton, 2002). Los estudios, en su conjunto, carecían de una visión global de la cuestión, mostraban notables diferencias metodológicas, y las replicaciones eran escasas, por lo que los resultados eran parciales y sujetos a múltiples interpretaciones. Muchas veces estas interpretaciones estaban más influenciadas por los prejuicios que rodeaban a los videojuegos que en desarrollos teóricos sólidos (Tejeiro, 2001). Tejeiro, Pelegrina y Gómez (2009) caracterizan la investigación del 2000 en adelante –época en que se masifica el juego en línea- como mejor planteada y capaz de recoger evidencias sólidas; ya no estaría enfocada solamente en los potenciales efectos negativos, sino también en aspectos motivacionales y, sobre todo, en el potencial de los juegos para el desarrollo o la recuperación de habilidades físicas y cognitivas, dejando de lado la noción de los videojuegos como algo propio de niños y adolescentes, y por definición problemático. No obstante, la investigación sobre efectos negativos, entre ellos el uso excesivo, está lejos de ser dejada de lado.

Uno de los acercamientos al fenómeno han sido los estudios de casos. De acuerdo a Griffiths y Beranuy (2008), estos parecen revelar que los jugadores que hacen un uso excesivo de videojuegos muestran muchos síntomas de adicción (Keepers, 1990). Varias investigaciones tratan sobre

juegos en línea (Allison, von Wahlde, Shockley y Gabbard, 2006; Block, 2007; Griffiths, 2000; Griffiths, Davies y Chappell, 2003; 2004a; 2004b; Wan y Chiou, 2006a; 2006b, citados en Griffiths y Beranuy, 2008). Estos casos tienden a mostrar que los videojuegos se utilizan para contrarrestar otras deficiencias y problemas subyacentes en la vida de los jugadores (problemas con relaciones, falta de amigos, problemas con la apariencia física, discapacidad, problemas de afrontamiento, etc. Tejeiro (2001) llega a una conclusión similar: muchas veces se observa el uso de videojuegos como una práctica defensiva frente a otros problemas. Según este mismo autor, los estudios de caso carecen del control estadístico de las investigaciones cuantitativas, pero posibilitan una relación mucho más estrecha entre el investigador y el sujeto y, por consiguiente, permiten un estudio pormenorizado de aspectos que, de otra manera, pasarían desapercibidos.

El uso excesivo de los videojuegos fue en un momento algo nuevo, por lo que no existían sistemas diagnósticos válidos y fiables, así que las investigaciones se acercaron al fenómeno valiéndose de cuadros diagnósticos ya existentes en el DSM-IV-TR (APA, 2000). Concretamente el trastorno de control de impulsos no especificado, el juego patológico y la dependencia a sustancias; o combinaciones de varios criterios (Petry y O'Brien, 2013). La característica principal de los trastornos del control de impulsos, categoría en donde solía incluirse el juego patológico o ludopatía, es el "fracaso en resistir el

impulso o la tentación de un acto que resulta perjudicial para uno mismo o para los demás” (APA, 2000). Varias investigaciones emplearon los criterios de estos trastornos en la evaluación y diagnóstico de diversos usos patológicos de nuevas tecnologías, entre ellas los videojuegos (Marco, 2013). Tejeiro (2001) señala que muchos investigadores hicieron el nexo con la ludopatía al observar las características estructurales compartidas entre los videojuegos y los juegos de azar, y describiendo el abuso de los primeros como una forma no-financiera de juego patológico. Estos estudios, principalmente británicos, compararon las máquinas recreativas operadas con monedas con y sin premio económico, es decir los juegos de arcade y las máquinas tragamonedas. Es importante tener en cuenta que en el Reino Unido los arcades compartían los salones con las máquinas tragamonedas, ya que la ley permite a los niños jugar con estas últimas. El autor señala que incluso hay estudios donde no se hace distinción entre ambos tipos de máquina y actividad, llamándolas indistintamente máquinas recreativas. Estalló (1997) plantea que la diferencia principal entre la adicción a los videojuegos y la ludopatía es la localización de los locus de control. Hay que considerar que los juegos de azar funcionan exactamente así, desde el azar (es decir, el control está en algo externo al sujeto) mientras que los videojuegos se ven condicionados por la habilidad o destreza que el jugador posea para enfrentarse al juego, lo que habla de un control interno de las variables.

Finalmente, se ha investigado el uso excesivo de videojuegos abordándolo dentro de las llamadas adicciones conductuales (también conocidas como adicciones comportamentales, no tóxicas, sin drogas o sin sustancias). Kuss y Griffiths (2012b) afirman que existe creciente evidencia para conceptualizar las adicciones tecnológicas como adicciones conductuales más que como trastornos del control de impulsos. Desde el punto de vista clínico, las personas que presentan una adicción conductual describen síntomas similares a los que se muestran cuando existe dependencia de sustancias (Popperlreuter y Gross, 2000; Shaffer y Kidman, 2003, citados en Marco, 2013). Otro argumento a favor de esta conceptualización es la elevada asociación que aparece entre las adicciones conductuales y la dependencia de sustancias, y viceversa (Poppelreuteur y Gross, 2000, citados en Marco, 2013). Del mismo modo, los trastornos afectivos y de ansiedad, problemas que experimentan las personas dependientes de drogas, también son frecuentes entre los dependientes de videojuegos y otras tecnologías (Kuss y Griffiths, 2011). Otras semejanzas entre la dependencia de sustancias y las adicciones no tóxicas tiene que ver con la distribución en función del sexo y los correlatos neuropsicológicos (Bechara, 2003; Rugle y Melamed, 1993, citados en Marco, 2013).

Chóliz y Marco (2011), definen la adicción conductual como un proceso de dependencia, un patrón de conducta en el que se evidencia una pérdida de control. Este proceso no se explica principalmente por una acción biológica o

bioquímica, sino por una acción psicológica (motivacional, afectiva, condicionada, etc.). Así, la principal similitud entre drogodependencias y adicciones conductuales sería el establecimiento de una relación patológica de dependencia (con una sustancia o con una conducta, respectivamente). Otras características, como el deterioro orgánico, los síntomas físicos de abstinencia o el propio agente causal son, obviamente, diferentes. Destacan que también resultan muy distintos en función del tipo de drogodependencia que se trate y que, en cualquier caso, no son criterios que se utilicen para definir el propio proceso de dependencia. Señalan que el postulado básico en el que se apoya esta noción es que para la aparición de una adicción no es imprescindible que su causa sea una sustancia tóxica, sino que las propias actividades pueden llegar a provocar un proceso de dependencia, que es la característica sustancial de la adicción (Del Miglio, Couyoumdjian y Patrizi, 2005; Griffiths, 2008b; Lemmens, Valkenburg y Peter, 2009, citados por Chóliz y Marco, 2011). El hecho de que en ocasiones la dependencia se deba a procesos psicológicos implicados en ciertas actividades, no quiere decir que dicha dependencia sea banal o que ésta no pueda llegar a existir (Echeburúa, 1999; González, Merino y Cano, 2009; Valleur y Matysiak, 2005, citados por Chóliz y Marco, 2011). Según Echeburúa (1999) el aspecto nuclear de la adicción conductual no es el tipo de conducta implicada, sino la forma de relación que el sujeto establece con ella. Cualquier actividad normal que resulte placentera para un individuo puede convertirse en una conducta adictiva. Lo esencial del trastorno es que el

afectado pierde el control sobre la actividad elegida, esta pasa a destacar y sobresalir del resto de sus actividades, y se continúa con ella a pesar de las consecuencias adversas de todo tipo que produce en otros ámbitos de la vida. Se ha estudiado el potencial adictivo de conductas como las compras, el sexo, el trabajo y los juegos de azar (Alonso-Fernández, 2003; Echeburúa, 1999, citados en Castellana, Sánchez-Carbonell, Graner y Beranuy, 2007). Asimismo, la adicción a los videojuegos constituiría un caso significativo (Kuss y Griffiths, 2011).

La adicción a los videojuegos estaría a su vez dentro del subgrupo de las adicciones tecnológicas, definidas operacionalmente por Griffiths (1995, citado en Griffiths 2005a) como adicciones conductuales que implican una interacción excesiva hombre-máquina y pueden identificarse por una serie de criterios diagnósticos. Puede ser pasiva (como la televisión) o activa (Internet, teléfonos celulares, videojuegos).

Se han encontrado correlatos neuropsicológicos que reafirman esta conceptualización. A través de los estudios de imagen por resonancia magnética funcional, las investigaciones biológicas han mostrado que los adictos a los videojuegos muestran procesos neuronales similares e incrementos en la actividad cerebral en las áreas asociadas a las adicciones a sustancias y otras adicciones conductuales, tales como el juego patológico (activación significativa en el lóbulo occipital izquierdo, giro parahipocampal,

corteza dorsolateral prefrontal, núcleo accumbens, corteza orbitofrontal derecha, la corteza cingulada anterior bilateral, la corteza frontal medial y el núcleo caudado) (Griffiths, Kuss, King, 2012; Kuss y Griffiths, 2012a). También se ha reportado que los adictos a los videojuegos (como los adictos a sustancias) tienen una mayor prevalencia de dos polimorfismos específicos en el sistema dopaminérgico, lo que sugiere que entre algunos jugadores podría haber una predisposición genética (Griffiths, Kuss, King, 2012).

Paralelamente, se plantea que el Internet y otras de las adicciones tecnológicas poseen características estructurales que favorecen el desarrollo de un uso excesivo en personas de mayor riesgo (Widyanto y Griffiths, 2006). No obstante a estas características comunes, cabe cuestionarse qué tan útil es agrupar en una sola categoría comportamientos evidentemente disimiles, tales como jugar videojuegos, enviar y revisar mensajes de texto o ver pornografía compulsivamente. Más allá del soporte tecnológico que comparten, al hacer esta agrupación puede llegar a ignorarse que probablemente los diversos tipos de adicciones a las nuevas tecnologías difieren considerablemente en cuanto a sus variables motivacionales, efectos, mecanismos de mantención y significado en la vida de los usuarios. También cabe preguntarse qué efecto puede tener el rótulo de “adicto” en un contexto donde se busque establecer una alianza terapéutica con un paciente, al cual la categoría podría no hacerle sentido ni motivarlo. Socialmente, existe una jerarquía más o menos consensual respecto a qué tan dañinos se consideran distintos hábitos, y ciertamente el abuso de

sustancias, que es lo que comúnmente se asocia con la adicción, no está en el mismo nivel que el uso de Internet, celular o videojuegos (Aguilar y Juan, 2009). Esta crítica es particularmente válida si la categoría de adicción se usa de forma indiscriminada, o sin considerar el contexto de la persona.

Parece complejo hablar genéricamente de abuso o adicción a videojuegos sin pasar por alto las enormes diferencias que caracterizarían el uso de los juegos según su soporte, modalidad, o temática. Acorde con esto, el concepto de adicción a videojuegos se encuentra todavía en una fase de clarificación conceptual, con posiciones divergentes en lo que se refiere a su propia realidad como entidad diagnóstica o clínica (Blaszczynski, 2008; Estallo, 2009; Griffiths, 2000, 2008b; Tejeiro y Bersabé, 2002; Wood, 2007, citados en Chóliz y Marco, 2011). Se discute si debería verse como una variante de la adicción a Internet, o como entidad independiente (King y Delfabbro, 2013). Estudios recientes (Kim y Kim, 2010; Demetrovics et al., 2012, citados en Griffiths et al., 2014) han hecho un esfuerzo por integrar ambos enfoques. En consecuencia, el uso problemático de juegos en línea puede ser visto como un tipo específico de adicción a los videojuegos, como una variante de la adicción a Internet, o como una condición independiente (Griffiths et al., 2014).

Según Griffiths y Beranuy (2008) la investigación en el área de la adicción a los videojuegos necesita estar sostenida por tres preguntas fundamentales: (1) ¿Qué es la adicción?, (2) ¿Existe la adicción a los

videojuegos?, (3) Si la adicción a los videojuegos existe, ¿a qué es adicta la gente realmente?

1.2 Criterios Diagnósticos

Con respecto a la primera pregunta, Griffiths y Beranuy (2008) la describen como el foco del debate científico en la actualidad. De acuerdo a Griffiths (2005) los principales problemas con los criterios de adicción sugeridos por la mayoría de los investigadores del área es que las medidas utilizadas (1) no miden la gravedad, (2) no evalúan la dimensión temporal, (3) poseen una tendencia a sobrestimar la prevalencia de los problemas, y (4) no tienen en cuenta el contexto del uso de los videojuegos.

Griffiths (1996b, citado en Griffiths, 2005) se basa en el trabajo de Brown (1993), para elaborar una serie de criterios diagnósticos. Los criterios de Brown, para las adicciones conductuales en general, son: saliencia, euforia, síntomas de abstinencia y recaídas. Griffiths elabora los seis criterios que se expondrán a continuación, planteando que cualquier comportamiento que los cumpla en su totalidad puede ser definido operacionalmente como una adicción. En el caso de la adicción a los videojuegos serían:

Saliencia o Focalización: Ocurre cuando jugar videojuegos se convierte en la actividad más importante en la vida de la persona y domina sus pensamientos (preocupaciones y distorsiones cognitivas), sentimientos

(*craving*) y conductas (deterioro del comportamiento social). Por ejemplo, aunque la persona no esté jugando está pensando en su próxima partida.

Modificación del estado de ánimo: Hace referencia a las experiencias subjetivas que las personas explican como consecuencia del atractivo de los videojuegos y que puede ser visto como una estrategia de afrontamiento. Por ejemplo, experimentan una excitación fuerte, como un “subidón” o, paradójicamente, un sentimiento tranquilizador de evasión o entumecimiento.

Tolerancia: Es el proceso a través del cual deviene necesario aumentar el juego para obtener los mismos efectos de modificación del estado de ánimo que sucedían al principio. Esto significa, básicamente, que alguien que esté enganchado a los videojuegos aumentará gradualmente la cantidad de tiempo invertida jugando, implicándose aun más en este comportamiento.

Síntomas de abstinencia: Estos síntomas son los sentimientos y/o efectos físicos desagradables que ocurren cuando el juego se interrumpe o se reduce de repente. Por ejemplo, agitación, mal humor, irritabilidad, etc.

Conflicto: Hace referencia a los conflictos ocasionados por haber dedicado demasiado tiempo a los videojuegos. Éstos se dan con aquellas personas que rodean al jugador (conflictos interpersonales), con otras actividades (conflictos laborales, académicos, sociales, con

aficiones y otros intereses) o con uno mismo (conflictos intrapsíquicos y/o sentimientos subjetivos de pérdida de control).

Recaída: Es la tendencia a restablecer patrones de juego de las primeras fases o a repetir, incluso, los patrones más fuertes y extremos típicos del uso excesivo de videojuegos. Así se restauran rápidamente, después de periodos de abstinencia y control.

Criterios diagnósticos como estos han dado lugar a varias discrepancias. Una de las líneas de investigación más interesante es la propuesta por Charlton. Este autor (2002) argumenta que existe una sobre estimación de la prevalencia en las adicciones tecnológicas, debido a que se han utilizado criterios que podrían estar sólo midiendo alta implicación (*high engagement*). La alta implicación es aquella desplegada por los usuarios que dedican una gran cantidad de tiempo a los juegos, pero a la vez muestran pocas consecuencias negativas en su vida, lo que constituye una característica crucial para definir una conducta de apetencia excesiva en general (Orford, 1985, citado en Charlton y Danforth 2007). De acuerdo a Charlton y Danforth (2007), es particularmente problemático cuando los investigadores adoptan el sistema diagnóstico politético del DSM para clasificar comportamientos tecnológicos patológicos. Un sistema politético requiere que se cumplan un número mínimo de criterios para que haya un diagnóstico positivo. En contraste, en un conjunto monotético todos los criterios deben cumplirse para que una conducta pueda

ser clasificada como adicción. Charlton y Danforth (2007), utilizando un análisis factorial llegaron a una distinción entre criterios centrales y periféricos, que permiten diferenciar conductas de alta implicación, no patológicas, de aquellas abiertamente adictivas. Los criterios periféricos resultaron ser: tolerancia, euforia y saliencia cognitiva. Los factores centrales son: recaída, conflicto, síntomas de abstinencia y saliencia conductual. Proponen que sólo los criterios centrales deberían definir adicción, de forma monotética, o que al menos reciban una mayor ponderación en las clasificaciones. Su análisis también aportó cierto apoyo a la noción de una secuencia de desarrollo a través de la cual la gente tiende a experimentar los fenómenos periféricos antes que los centrales (Charlton, 2002). Los resultados mostraron que los jugadores que puntuaron más criterios centrales invirtieron más tiempo jugando, y tendieron a puntuar también más criterios periféricos. En contraste, los jugadores que puntuaron más criterios periféricos no necesariamente puntuaron un mayor número de factores centrales. Esto apoya el argumento de que los dos tipos de criterios presentados son diferentes cualitativamente. Una revisión multidisciplinaria (Hellman, Schoenmakers, Nordstrom y van Holst, 2013) analizó cuatro estudios que utilizaron la misma metodología que Charlton y Danforth, incluyéndolos (Charlton y Danforth, 2007; Gentile, 2009; Lemmens, Valkenburg y Peter, 2009; van Rooij et al., 2010), aunque los criterios no siempre fueron definidos operacionalmente de la misma forma. A partir de los datos de estas investigaciones resumieron que hay evidencia para todos los

criterios, pero algunos parecen ser menos relevantes para detectar la adicción que otros, en concordancia con la noción de criterios periféricos. Los criterios centrales de adicción identificados fueron: los síntomas de abstinencia, la recaída, y posiblemente, la tolerancia y la saliencia conductual.

La investigación de Charlton y Danforth no sólo es importante por ser una primera puesta a prueba de los difundidos criterios diagnósticos propuestos por Griffiths, sino también por introducir la noción de alta implicación (o si se prefiere, alto compromiso). Este concepto puede ser muy útil para establecer un continuo entre las diferentes experiencias de los jugadores, en donde en primer lugar estarían aquellos que no presentan ningún tipo de problema. Luego estarían los que muestran un alto compromiso con la actividad, y que eventualmente podrían presentar algún tipo de uso problemático, susceptible a ser conceptualizado teóricamente, o abordado psicológicamente, pero fuera de la esfera de la adicción. Y finalmente, estarían el pequeño porcentaje de jugadores, que por la mediación de diferentes factores de riesgo y mecanismos, pasarían de tener una relación de alto compromiso con los videojuegos a tener una relación adictiva, caracterizada por consecuencias negativas significativas.

Volviendo a las controversias, hay autores que señalan que la simple adaptación de criterios utilizados para diagnosticar dependencia de sustancias o juego patológico no parece un recuso suficiente ni adecuado, y abogan por un desarrollo teórico más enfocado que permita generar criterios específicos

(Tejeiro, 2001). El autor de esta investigación cree que de hacerse este traspaso debe haber un conocimiento profundo sobre qué caracteriza la conducta del jugador y cómo se expresa esta patológicamente. El conocimiento de la experiencia real del jugador tiene relevancia a la hora de “importar” criterios externos, y hay que tener en cuenta que si bien el uso de videojuegos tiene hoy determinadas características, nada nos asegura que estas sean iguales en los usuarios y los juegos del futuro.

Por ejemplo cabe preguntarse, cómo se expresa el criterio de *tolerancia*, traído desde las adicciones a sustancias, en el uso de videojuegos: ¿Cómo la necesidad de jugar cada vez más tiempo?, ¿de jugar juegos más estimulantes?, ¿de invertir cada vez más dinero?, ¿de tener un hardware más potente? Los criterios de Griffiths (2005) apuntan a la primera opción, en cambio otros autores sugieren que todas las anteriores (Petry et al., 2014b). Siguiendo esta línea de cuestionamientos, Tejeiro, Pelegrina y Gómez (2009) dudan sobre la pertinencia de este criterio. Señalan que cuando los usuarios reciben un nuevo videojuego, al principio pasan mucho tiempo jugando con él, y poco a poco ese tiempo va disminuyendo, lo que podría considerarse como una prueba de la ausencia de la tolerancia característica de muchas dependencias. La conducta de juego se vuelve menos frecuente cuando se logra dominar la última etapa, el juego deja de ser desafiante o se introduce un juego nuevo en la vida del sujeto. Se puede argumentar en contra, que si bien es posible que los mecanismos que hacen adictivos a un videojuego en particular dejen de ejercer su efecto en un

sujeto, esto no significa necesariamente que la relación patológica de este sujeto con los videojuegos en general se haya extinguido, o que ya no haya tolerancia. El individuo puede migrar hacia otro juego, o empezar a explorar nuevos aspectos del que ya está jugando, por ejemplo cambiando su personaje principal o su estrategia habitual, volviendo a su antiguo patrón de uso, y a la necesidad subjetiva de jugar cada vez más para obtener el estado deseado.

Otra duda es si es aplicable el criterio de *euforia*, al ser los videojuegos una actividad lúdica, y que por definición debe resultar estimulante; la adaptación en este caso fue hacia el criterio de *modificación del estado de ánimo* (Griffiths, 1998, 1999, citado en Charlton y Danforth, 2007). Según este criterio los juegos pueden ser utilizados para modificar el ánimo desde uno negativo a uno neutral o positivo (como forma de afrontamiento o escapismo), pero también para modificar un estado neutral o positivo a uno todavía más positivo (euforia/subidón). Como se vio, la modificación del ánimo sólo constituiría un criterio periférico. Esto llama la atención pues hay estudios que asocian el uso de videojuegos como estrategia de afrontamiento con la adicción. Sin embargo, también se ha descubierto que es una conducta común en todo tipo de jugadores. De acuerdo a los datos de Wood y Griffiths (2007) la mitad de su muestra de jugadores no-problemáticos reportaron jugar como una forma de relajarse y escapar del estrés cotidiano. Tomando esto en consideración, el criterio no sería específico para diferenciar jugadores adictos de aquellos altamente comprometidos, utilizando la tipología de Charlton. De

acuerdo a Wood (2008) la evidencia sugiere que los jugadores que hacen un uso excesivo pueden estar haciéndolo porque presentan otros problemas subyacentes, y/o habilidades inadecuadas para administrar su tiempo. Es probable que estos dos elementos lleguen a constituir los elementos centrales del diagnóstico diferencial de la adicción a los videojuegos.

No obstante a las diferentes discrepancias teóricas expuestas, la noción de adicciones conductuales, y las adicciones tecnológicas como subgrupo, ha ido ganando relevancia dentro de la comunidad científica, hasta ser un movimiento cada vez más extendido (Griffiths y Beranuy, 2008). Muestras claras son la creación de la categoría de adicciones no relacionadas a sustancias y la propuesta del trastorno de juego por Internet en el DSM-5 (APA, 2013). Como señalan Labrador y Villadangos (2010), si bien los investigadores pueden sugerir criterios diagnósticos, su establecimiento no es la labor de una persona o un grupo de investigación, sino el resultado del acuerdo de colectivos profesionales, plasmados en clasificaciones psicopatológicas tipo DSM o CIE. Pareciera que la respuesta a la primera pregunta de Griffiths, *¿qué constituye adicción?*, podría ir perfilándose progresivamente mediante una serie de consensos. Debido a su relevancia, la propuesta del DSM-5 será revisada en detalle en el siguiente apartado.

1.3 Propuesta de Trastorno de juego por Internet del DSM-5

El Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM, por su sigla en inglés), es el principal método para clasificar trastornos psiquiátricos (Petry et al., 2014b). La edición más reciente, el DSM-5 (APA, 2013) recoge la noción de adicciones conductuales incluyendo un nuevo apartado sobre trastornos adictivos no relacionados a sustancias. De momento incluye solamente al trastorno de juego patológico (o ludopatía), que solía estar dentro de los trastornos de control de impulsos. Ha sido incluido como adicción dado que coincide con las otras adicciones en cuanto a su etiología, factores biológicos, comorbilidad y tratamiento (Petry y O'Brien, 2013). La creación de este apartado abre la discusión para la inclusión de más adicciones conductuales dentro de las clasificaciones categoriales actuales (Cía, 2013). En la misma línea, la sección III del DSM-5, 'Medidas Emergentes y Modelos', que recomienda trastornos emergentes para que sean sometidos a una mayor investigación empírica, propone el cuadro clínico de Trastorno de juego por Internet. El criterio sugerido es el siguiente (traducción del autor, la versión completa se incluye en el anexo A de esta investigación):

Uso persistente y recurrente de Internet para participar en juegos, a menudo con otros jugadores, que lleva a un deterioro o malestar clínicamente significativo indicado por cinco (o más) de los siguientes criterios, en un periodo de 12 meses:

1. Preocupación por el juego en Internet. (El individuo piensa sobre la actividad en juegos previos o anticipa el próximo juego; jugar en Internet se convierte en la actividad predominante de la vida cotidiana).
2. Síntomas de abstinencia cuando se impide el juego en Internet. (Estos síntomas son descritos típicamente como irritabilidad, ansiedad, o tristeza, pero no hay síntomas físicos o abstinencia farmacológica).
3. Tolerancia, la necesidad de incrementar la cantidad de tiempo invertida en el juego en Internet.
4. Intentos fallidos de controlar la participación en juegos en Internet.
5. Pérdida de interés en pasatiempos y entretenimientos previos como resultado de, y con la excepción de, los juegos en Internet.
6. Uso continuo y excesivo de los juegos en Internet a pesar de conocer los problemas psicosociales.
7. Haber engañado a miembros de la familia, terapeutas, u otros en relación a la cantidad de tiempo invertido jugando en Internet.
8. Uso de los juegos en Internet para escapar o aliviar estados de ánimo negativos (tales como sentimientos de desamparo, culpa, ansiedad).

9. Haber puesto en peligro o perdido relaciones significativas, empleos, u oportunidades educacionales o laborales debido a la participación en juegos en Internet

Nota: Sólo los juegos que no son de apuestas están incluidos en este trastorno. El uso de Internet para actividades requeridas en un negocio o profesión no está incluido; el desorden tampoco pretende incluir otros usos recreacionales o sociales de Internet. De forma similar, los sitios sexuales de Internet están excluidos.

Hay que señalar que es una propuesta cautelosa, pues sólo incluye el juego en línea, excluyendo otras conductas relacionadas con las nuevas tecnologías. El motivo es la mayor literatura disponible sobre este tema, proveniente de países asiáticos y de Norteamérica, y las aparentes altas tasas de prevalencia en países asiáticos, y en menor medida, Occidente (APA, 2013). No obstante a la gran cantidad de estudios, la literatura sufre de falta de una definición estándar, y de umbrales de clasificación, a partir de los cuales derivar datos de prevalencia. También falta un entendimiento sobre la historia natural de los casos, con o sin tratamiento (APA, 2013). El grupo de trabajo del DSM-5 no incluirá el Trastorno de Juego en Internet como entidad nosológica hasta que las características definitorias hayan sido identificadas, las especificaciones de

confiabilidad y validez de los criterios específicos sean obtenidas interculturalmente, las tasas de prevalencia sean determinadas en muestras epidemiológicas representativas alrededor del mundo, y la etiología y características biológicas asociadas hayan sido evaluadas (Petry y O'Brien, 2013).

Los nueve criterios diagnósticos propuestos se desprenden de una investigación china (Tao et al., 2010). Buscan definir las siguientes características: Saliencia cognitiva, Pérdida de control, Abstinencia, Tolerancia, Modificación del ánimo, Engaño, Conflicto laboral/académico, Conflicto en relaciones y Uso a pesar del daño (King, Haagsma, Delfabbro, Gradisar y Griffiths, 2013).

La propuesta diagnóstica del DSM-5, tal como ha sido presentada aquí, parece haber sido bien recibida por investigadores y clínicos en el campo de adicción a los videojuegos (Griffith et al., 2014). Ya ha sido evaluada por Ko y colaboradores (2014) en una muestra taiwanesa. Concluyen que todos los criterios, excepto engaño y escape, tienen una precisión diagnóstica adecuada (entre 77.3% y 94.7%) para discriminar sujetos con adicción a los videojuegos de aquellos en remisión. Además aportan evidencia empírica para apoyar el punto de corte, de 5 o más criterios, para diferenciar sujetos adictos, de aquellos sanos o en remisión. Sus resultados también sugieren que el deseo

apremiante (*craving*) debería ser un criterio candidato, pues posee una precisión diagnóstica de 88% para identificar sujetos con adicción. En menor grado, la irritabilidad tendría una capacidad de predicción de 68,7%. Otros autores han utilizado la propuesta como base para generar un instrumento que mide la adicción a Internet (Cho et al., 2014).

Otro efecto es la estimulación de la discusión académica sobre adicciones conductuales y tecnológicas, centrada en esta propuesta. Por ejemplo, Starcevic (2013) alude que no está claro si la tolerancia está asociada con la conducta de videojuegos, señalando que la evidencia de los estudios es equivocada. King y Delfabbro (2013) señalan que la verdadera divergencia está entre las investigaciones que miden esta variable y aquellas que no lo hacen, más que representar una verdadera división en los hallazgos empíricos. Remarcan que por esto se hace muy necesario el desarrollo de acercamientos estandarizados a los trastornos relacionados con Internet. Estos autores también aluden otro tema susceptible al debate: si es relevante que el cuadro propuesto haga referencia a los videojuegos específicamente en Internet. Opinan que lo más apropiado sería que estas conductas estuvieran en su propia categoría diagnóstica, llamada “trastorno por videojuego”, que refiriera al uso adictivo, y no considere si el juego es en línea o no. Los autores apuntan que el espacio donde se lleva a cabo el juego no es importante relativamente para entender la adicción. Esta aseveración puede verse confrontada por el

cuerpo de investigación que pondera la importancia de las conductas de videojuegos que sólo pueden llevarse a cabo en línea (como la faceta cooperativas de los MMORPG). O simplemente viendo cuales son los juegos predilectos de los usuarios patológicos.

Sobre el uso dañino de los videojuegos en línea entendido como adicción, King y Delfabbro (2014) postulan que hasta que haya una mayor aceptación colectiva y validación de esta conceptualización, es probable que la investigación y la clínica continúen enfatizando otros acercamientos, particularmente desde la psicología. Uno de estos acercamientos es el estudio de los factores cognitivos, los cuales recomiendan considerar. Indican que muchos estudios se enfocan en el grado en que un individuo se preocupa por los juegos de Internet, considerando la cantidad de tiempo invertida en estos pensamientos (como por ejemplo en el criterio “preocupación” de Petry et al., 2014b), pero que mucho menos atención se ha puesto al contenido y la estructura de estos pensamientos, o cómo pueden diferir sistemáticamente con respecto a la población normal y clínica. Señalan que en el campo de las adicciones conductuales, avances significativos se han logrado atendiendo al contenido y la estructura de las creencias problemáticas y supuestos que gobiernan la conducta que produce consecuencias dañinas. La preocupación de los autores es que al no reconocer las diferencias cognitivas entre diferentes síndromes, se promueva el supuesto de que un tratamiento igual, o similar, pueda ser aplicado exitosamente de un trastorno a otro, como se hace cuando

se aplican criterios de la ludopatía en el diagnóstico o tratamiento de la adicción a videojuegos. En la primera, las creencias problemáticas estarían referidas a variables como la aleatoriedad, la suerte y la probabilidad, mientras que en los juegos de Internet desempeñan un rol importante las habilidades del jugador, y la relación entre sus estrategias/acciones y sus resultados, por lo que usar protocolos de tratamiento de ludopatía podría no estar bien encaminado. Concluyen que las diferencias entre la ludopatía y el juego en Internet pueden no ser distinguidas fácilmente por los modelos tradicionales de adicción. Petry y colaboradores (2014a) responden que están de acuerdo en que el contenido y la expresión de los pensamientos serán distintos en los diferentes cuadros clínicos, y que el desafío es crear un método confiable y válido para medir este constructo en el contexto del uso problemático de videojuegos, para luego poder comparar semejanzas y diferencias con otras adicciones o comportamientos excesivos. También concuerdan en que los tratamientos eficaces probablemente no serán los mismos, pero dudan que la habilidad del individuo (factor diferenciador de los videojuegos con los juegos de azar) cumpla un rol importante en un contexto terapéutico. Señalan la importancia de tomar en consideración las diferencias del desarrollo en este nuevo cuadro, que al parecer afecta a una población de menor edad que la ludopatía. Por último, con respecto a la crítica a la variable “preocupación”, manifiestan que los criterios diagnósticos no necesitan cubrir todos los mecanismos de un trastorno, ni todos los elementos relevantes de su tratamiento, como podrían ser en este

caso los pensamientos problemáticos. En su lugar, la intención de los criterios diagnósticos es distinguir a los individuos con un trastorno de aquellos que no lo presentan. Además, la expresión de un trastorno psiquiátrico, y sus síntomas específicos puede variar entre individuos y culturalmente. El objetivo del diagnóstico psiquiátrico sería trascender a estas diferencias individuales inherentes, mientras clasifica clínicamente las expresiones problemáticas.

1.4 Instrumentos

Se han generado varias herramientas para medir el uso problemático de videojuegos, ya sea viéndolo como una adicción, o desde otros marcos explicativos. King y colaboradores (2013) evaluaron 18 instrumentos. Sus resultados indicaron que la instrumentalización disponible puede describirse como inconsistente, precisamente por las diferentes conceptualizaciones teóricas del fenómeno. No obstante, describen un consenso emergente con respecto a qué categorías diagnósticas tienen mayor importancia para determinar un uso patológico. Utilizando un acercamiento utilitario para definir el trastorno (a saber, consenso en la toma de decisiones), la mayoría de los instrumentos revisados midieron tres características: (1) abstinencia, (2) pérdida de control, y (3) conflictos asociados con relaciones interpersonales, compromisos académicos y/o laborales. Notablemente, estas características se alinean con la propuesta del DSM-5. Se podría considerar este como otro acercamiento para determinar los criterios “centrales” del uso patológico de

videojuegos. Todas las otras características podrían ser consideradas “periféricas” pero no esenciales para indicar un diagnóstico de uso patológico de videojuegos. De los instrumentos evaluados sólo uno resultó ser aplicable para medir todos los criterios señalados por el DSM-5: El cuestionario PVP (Problem Video Game Playing Questionnaire), creado por Tejeiro y Bersabé (2002).

Este instrumento fue desarrollado con la intención de crear una escala que midiese el aparente problema de adicción en todo tipo de videojuegos, y en todo tipo de sistema de juego. La escala no tiene un punto de corte que determine uso problemático, por lo que los resultados deben interpretarse simplemente como más severos a medida que se cumplan más criterios. Los resultados hallados muestran que el PVP es unidimensional (mide solamente el constructo de adicción) y tiene una consistencia aceptable (alfa de Cronbach = 0.69). El patrón de asociación entre las puntuaciones de las escalas y las medidas alternativas de los jugadores problema apoyan la validez de constructo (los puntajes elevados correlacionan con elevada frecuencia de juego, sesiones de juego de duración más larga, percepción de los padres del problema y puntuación en el instrumento Gravedad en la Escala de Dependencia).

El instrumento ha sido utilizado en numerosas investigaciones, incluyendo una en la Región Metropolitana de Santiago de Chile, en una muestra de 363 escolares de 5º y 1º medio en 8 colegios elegidos al azar (Arab et al., 2007). Esta es la única investigación realizada en Chile desde una

perspectiva sanitaria. La escala PVP no está estandarizada en el país, y no cuenta con un punto de corte, por lo tanto, los investigadores fijaron como grupo de mayor riesgo a aquellos niños con 3 o más indicadores, siendo un 47,97% del total de la muestra. Aplicando el criterio del DSM-5, es decir 5 o más indicadores, sería un 27,9% de la muestra. Sin embargo, no es posible determinar si los indicadores reflejaron un deterioro o malestar clínicamente significativo o si estuvieron presentes durante un periodo de 12 o más meses

La revisión de King et al. (2013) recomienda el uso de tres instrumentos más, basándose en su capacidad de otorgar una mayor cantidad de información clínica: el criterio adaptado de juego patológico del DSM-IV-TR (APA, 2000), la Game Addiction Scale (GAS, Lemmens, Valkenburg y Peter 2009) y el Young Internet Addiction Test (YIAT, Young, 1996). Una traducción de estos instrumentos se incluye en el apéndice B. Si bien estas herramientas no pueden medir todos los criterios señalados por el DSM-5, sí cubren suficientes componentes para abarcar el problema del uso excesivo de videojuegos, incluyendo los componentes centrales de los modelos de adicción. Los autores señalan que estudios con múltiples instrumentos pueden ser necesarios para determinar su relativa potencia psicométrica, incluida la sensibilidad diagnóstica.

1.5 Síntomas

Cía (2013) describe los síntomas principales de una adicción conductual:

- Intenso deseo, ansia o necesidad imparable de concretar la actividad placentera.
- Pérdida progresiva del control sobre la misma, hasta llegar al descontrol.
- Descuido de las actividades habituales previas, tanto las familiares, como las académicas, laborales o de tiempo libre.
- Estas consecuencias negativas suelen ser advertidas por personas allegadas que se lo comunican al adicto, quien, a pesar de ello, no detiene la actividad y se pone a la defensiva, negando el problema que padece.
- Progresiva focalización de las relaciones, actividades e intereses en torno a la adicción, con descuido o abandono de los intereses y relaciones previas, ajenas a la conducta adictiva.
- Irritabilidad y malestar ante la imposibilidad de concretar el patrón o secuencia adictiva (abstinencia) e imposibilidad de dejar de hacerlo, pasado un corto período.

Para Orzack (2003, citado en Griffiths y Beranuy, 2008) los posibles síntomas físicos serían: el síndrome del túnel carpiano, sequedad de ojos,

migrañas, dolor de espalda, irregularidades en las comidas, descuido de la higiene personal, trastornos del sueño o cambios en el patrón de éste.

1.6 Efectos a largo plazo

Siendo el criterio de recaída uno de los criterios centrales de la adicción es esperable que como trastorno sea capaz de prolongarse en el tiempo. Hasta hace algunos años no existían resultados definitivos sobre los efectos a largo plazo específicos a la adicción a los videojuegos, ni se podía asociar esta con algún tipo de psicopatología en especial. Estalló, Masferrer y Aguirre (2001) comparando usuarios antiguos y nuevos llegaron a la conclusión de que la práctica regular y sostenida no supone una modificación especial en la adaptación escolar, el rendimiento académico, el clima y adaptación familiar, el consumo de sustancias, problemas físicos, antecedentes psicológicos infantiles, ni en las actividades sociales. Sin embargo hay que tener en cuenta que estos usuarios no fueron identificados como patológicos. Por consiguiente, se puede interpretar estos resultados como una prueba de la inocuidad de los videojuegos cuando son utilizados de forma no excesiva. Sin embargo, sí es posible inferir algunos efectos a partir de los problemas relacionados con el uso excesivo (manifestado en el criterio central de saliencia conductual) que forma parte esencial de la adicción. Por ejemplo Wölfling y Müller (2009, citados en Kuss y Griffiths, 2012b) sostienen la hipótesis de que el uso sostenido de los videojuegos como estrategia defensiva podría, a largo plazo, limitar el potencial

para tener las experiencias fundamentales que son necesarias para desarrollar formas de afrontamiento más saludables. Parece probable que cuando aparezca un nuevo elemento estresante, algunas personas continúen usando mecanismos de afrontamiento escapistas y relacionados con los juegos, lo que resultaría en un círculo vicioso. Otra inferencia es la realizada por Griffiths (2005a), con la noción de que el tiempo excesivo invertido jugando puede llegar a influir negativamente en el desarrollo infantil, afectar la salud, o incluso influir en condiciones como la obesidad. Por otro lado el autor reconoce que estas ideas son especulativas, y que a corto plazo los efectos en la salud aparecen como raros y transitorios.

Esta limitación para ponderar los efectos a largo plazo ha ido cambiando a medida que se han publicado estudios longitudinales en población identificada como patológica. Un exponente es la investigación Lemmens, Valkenburg y Peter (2011a), la primera en examinar la relación causal entre juego patológico, juego excesivo y agresión física. Emplean la escala de adicción de Lemmens et al. (2009), pero no hablan en términos de adicción pues analizan el uso patológico en un continuo en lugar de usar un criterio dicotómico (adicto vs. no-adicto). Se encontró que mayores niveles de juego patológico predijeron un incremento sustancial en la frecuencia y duración de las sesiones de juego 6 meses después, lo que demostraría que el uso patológico (no así cualquier uso) se exacerba en el tiempo. En segundo lugar se encontró que el tiempo invertido jugando específicamente juegos violentos, incrementa la agresión física. Por

último, encontraron que niveles mayores de juego patológico predicen un incremento en la agresión física entre los varones, independiente del contenido del videojuego. Otra investigación de los mismos autores (Lemmens, Valkenburg y Peter, 2011b), identificó los sentimientos de soledad como una consecuencia del uso patológico de los videojuegos, también 6 meses después, posiblemente debido al deterioro de las relaciones existentes. Un problema de estos estudios es que si bien establecen consecuencias y direccionalidades, sus mediciones con seis meses de diferencia no permiten hablar de largo plazo propiamente tal.

Por otro lado, el estudio longitudinal de Gentile et al. (2011) realizó mediciones en un intervalo más largo, de 2 años, en una muestra de 3034 niños de Singapur. Confirmaron la capacidad de la adicción para prolongarse en el tiempo, encontrando jugadores que mantuvieron un uso patológico durante todo el periodo. Identificaron como consecuencias del juego patológico mayores niveles de depresión, ansiedad, fobia social y un menor desempeño escolar. Para los autores estos descubrimientos desestimarían la noción del juego excesivo visto solamente como una forma de afrontamiento o una etapa pasajera de la juventud.

1.7 Prevalencia

La falta de criterios estandarizados ha hecho que la segunda pregunta de Griffiths sea mucho más difícil de resolver. ¿Existe la adicción a los

videojuegos? ¿Qué prevalencia tiene? Dependiendo del criterio usado y la muestra estudiada, los rangos de prevalencia van de menos de 1% hasta aproximadamente 10% en los diferentes estudios (Petry et al., 2014b). Las investigaciones de imaginación cerebral también difieren por motivos similares (Petry y O'Brien, 2013). De acuerdo a Kuss (2013) se han empleado diferentes instrumentos de medición, así como puntos de corte. De igual forma, se ha investigado en grupos de participantes diversos (niños, adolescente, jugadores) y en distintas culturas. Esto puede explicar la gran variabilidad en los porcentajes de prevalencia. Por consiguiente, los resultados presentados no permiten hacer afirmaciones definitivas en este momento. Esto no ha impedido que muchos profesionales realizaran investigaciones vinculando la adicción a diferentes factores: propios de los juegos, de los usuarios, o de su contexto, entrando en el terreno de la tercera pregunta: ¿A qué es adicta la gente exactamente?

1.8 Factores de riesgo

El siguiente apartado se organizará revisando los factores de riesgo propuestos por la APA (2013), la revisión bibliográfica de Kuss y Griffiths (2011), y finalmente las investigaciones empíricas más recientes.

1) La propuesta de la APA menciona los siguientes factores de riesgo:

- **Ambientales:** La disponibilidad de computadores con conexión a Internet permite el acceso al tipo de juegos con los cuales el trastorno de juego en Internet se asocia más comúnmente.
- **Genéticos y fisiológicos:** Los adolescentes hombres parecen estar en mayor riesgo de desarrollar trastorno de juego en Internet, y se ha especulado que el trasfondo ambiental y/o genético asiático es otro factor de riesgo, pero esto sigue estando poco claro.

Con respecto a la disponibilidad de computadores, se puede decir que es un criterio necesario pero insuficiente. A pesar de que aún se está en una fase preliminar en lo que respecta a delimitar la epidemiología, la experiencia de millones de usuarios permite establecer que el simple uso de los videojuegos no es necesariamente adictivo. También hay que considerar que la frase que emplea la APA “La disponibilidad de computadores con conexión a Internet”, no está considerando la variedad de otras plataformas que permiten hacer esto, tales como consolas domésticas o teléfonos celulares. En lo referente al tiempo invertido jugado que permite la disponibilidad, su efecto no está determinado de forma concluyente. Hay estudios que vinculan el tiempo de uso con consecuencias negativas (Anand, 2007; Gentile et al., 2004; Holtz & Appel, 2011; Lemona et al., 2011; Ream et al., 2011, citados en Brunborg, Mentzoni y Frøyland, 2014), pero también existen varias investigaciones que abalan la noción de alto compromiso, es decir un uso intenso sin consecuencias

negativas (Brunborg et al., 2013; Charlton & Danforth, 2007; Desai et al., 2010; Ferguson et al., 2011, 2012; Rehbein et al., 2010; Skoric et al., 2009; von Salisch et al., 2011, citados en Brunborg et al., 2014).

En lo que respecta a la edad, diferentes investigaciones han encontrado que los adolescentes presentan una mayor adicción cuando se les compara con otros grupos de edad (Beranuy, Chamarro, Graner y Sánchez-Carbonell, 2009 citados en Marco, 2013; Mentzoni et al., 2011). La adolescencia es un periodo crítico en lo que refiere a conductas de riesgo en general, y concretamente, al consumo de sustancia y el desarrollo de otras conductas adictivas (Arnett, 1999; Spielberg, 2005, citados en Marco, 2013). De acuerdo a Rosell et al. (2007):

La adolescencia es una etapa que merece una atención especial con respecto a sus relaciones con las nuevas tecnologías, sobre todo porque es un colectivo muy sensible al momento y al entorno social en el que vive y también porque estas tecnologías están especialmente presentes en su vida. Los adolescentes, fascinados por Internet, el móvil y los videojuegos, han encontrado (...) un medio extraordinario de relación, comunicación, aprendizaje, satisfacción de la curiosidad, ocio y diversión.

La propuesta menciona que ser hombre constituye un factor de riesgo. Los hombres tienen más probabilidades que las mujeres de informar sobre los

problemas relacionados con los videojuegos, debido a que los varones suelen jugar más y también presentan en mayor medida problemas con los videojuegos (Griffiths et al., 2012; Mentzoni et al., 2011). Podría existir algún mecanismo que involucre tanto las diferencias sociales como las biológicas y que podría explicar dicha diferencia (Fisher, 1994; Griffiths y Hunt, 1998, citado en Marco, 2013). Para Mejias (2002, citado en Vallejos y Capa, 2010) el uso de videojuegos es un comportamiento cultural claramente masculino. Esto hace que el mercado se organice y oriente hacia los varones, reforzando la tendencia de género. Puede llegarse a la conclusión que las mujeres tienen menos riesgo debido a que su exposición a los videojuegos es menor. Si bien esto podría haber sido verdad hace algunos años, la realidad hoy es diferente, con un 48% de jugadoras mujeres (ESA, 2014). No obstante el crecimiento del público femenino, los resultados de los estudios siguen mostrando que los hombres son más propensos al uso patológico. La investigación en Chile de Arab et al. (2007) también encontró una asociación entre la adicción y el sexo masculino.

Finalmente, en lo referente a los países asiáticos, existen diferentes factores culturales y sociales relacionados con el ambiente donde los participantes de los distintos estudios son reclutados. Muchos estudios se han llevado a cabo en países del Sudeste Asiático, donde la disponibilidad a la tecnología es muy amplia y la infraestructura social fomenta la promoción de competencias profesionales, efectuadas en lugares grandes, y que incluyen

interacciones sociales entre los jugadores. En estas instancias, el reconocimiento público de las habilidades para los videojuegos puede tener una gran influencia en la identidad de los participantes (Kuss y Griffiths, 2011). Un ejemplo de esto es efecto del juego *Starcraft* en Corea del Sur, donde los títulos de la franquicia son jugados por miles en grandes torneos, existen canales de televisión que muestran la reproducción de partidas importantes y muchos aficionados brindan su apoyo a sus jugadores favoritos, asemejándose en a un espectáculo deportivo (Cheung y Huang, 2011).

2) La revisión bibliográfica de Kuss y Griffiths (2011), que cubre las investigaciones empíricas sobre videojuegos del periodo comprendido entre el 2000 y 2011, llega las siguientes conclusiones:

Rasgos de personalidad: La adicción a los videojuegos en Internet puede asociarse a una variedad de rasgos de personalidad, que pueden ser incluidos bajo las características claves de introversión, neuroticismo e impulsividad. Señalan que estas asociaciones no son únicas de este trastorno, y que es difícil establecer la significancia de los descubrimientos hasta que existan más datos empíricos.

Motivaciones de los usuarios: La adicción a los videojuegos en Internet puede asociarse al afrontamiento disfuncional de problemas, la búsqueda

socialización y distintas formas de satisfacción personal. Estos resultados son concordantes con lo encontrado en los estudios de análisis de casos.

Características estructurales de los juegos: Los juegos de arcade y los juegos en Internet demostraron ser más adictivos que los juegos no en línea. Se ha descubierto que las características estructurales afectan el ánimo de los jugadores: refuerzos negativos llevan a la frustración, mientras que los positivos llevan a una persistencia en el juego, lo que hipotéticamente permitiría vincular positivamente estos refuerzos con la adicción. Adicionalmente, algunas características particulares de los juegos son disfrutadas significativamente más por jugadores adictos, tales como el contenido para adultos, encontrar objetos inusuales dentro del juego, o mirar secuencias de video (*cut-scenes*). Los autores destacan que aquellos juegos contruidos de tal manera que refuerzan el juego por varios medios parecen tener un mayor potencial adictivo que aquellos que no tienen esta estructura. Esto explicaría la popularidad y la concentración del juego adictivo en ciertos géneros.

3) Empleando una forma de clasificación similar a la propuesta por estos autores, los últimos hallazgos en cuanto a factores de riesgo son:

Niveles de funcionamiento y rasgos de personalidad: Se encontró una asociación entre mayores puntuaciones en la escala GAS y mayores niveles

de agresión, así como con menores niveles de sociabilidad, expectativas de autoeficacia, y satisfacción por la vida (Festl, Scharkow y Quandt, 2013). Menzoni et al. (2001) también hacen esta correlación entre uso problemático y la insatisfacción con la vida.

Un estudio encontró que el autocontrol fue el factor psicológico con mayor efecto los fenómenos de adicción y flujo (se abordará este último fenómeno en el apartado sobre MMORPGs) (Khang, Kim y Kim, 2013).

Motivaciones de los usuarios: Tres factores se asociaron significativamente al juego patológico: el uso de los videojuegos para escapar de la realidad cotidiana, el uso como plataforma social, y la actitud positiva hacia la acumulación constante de recompensas dentro del juego (Hilgard, Engelhardt y Bartholow, 2013). Se encontró que dos disposiciones de uso de videojuegos se relacionaron con los fenómenos de adicción y flujo: la de pasatiempo (para matar el rato, para evitar el aburrimiento, para divertirse) y la de autopresencia (*self-presence*, para obtener una identificación significativa de sí mismo a través de los otros, para dar una buena impresión). La disposición de búsqueda de información se relacionó con la adicción, pero no con el flujo (Khang et al., 2013). Según algunos autores como los juegos en línea a menudo están basados en una larga historia de uso, el tiempo y la energía que ya se ha invertido puede influir a la motivación a permanecer en el juego, al

igual que las obligaciones sociales contraídas con otros jugadores (Festl et al., 2013).

Características estructurales de los juegos: Se encontró que el uso problemático de los videojuegos se concentra en los usuarios de juegos de disparo en primera persona, de acción-aventura, de rol y juegos de apuestas (Elliott, Golub, Ream y Dunlap, 2012). Otro estudio encontró una asociación entre mayores puntuaciones en la escala GAS en las personas con preferencias por los juegos de rol y los de disparo en primera persona (Festl et al., 2013).

Tejeiro (2001) indica que es importante tener en cuenta otras variables que, aún siendo importantes de cara a un análisis global del problema, suelen ser omitidas por los estudios: el papel que desempeñan los videojuegos dentro del mundo de relaciones del joven (Herz, 1997; Suess et al., 1998), y su papel dentro del propio proceso madurativo del usuario (Turkle, 1994), etc.

1.9 Comorbilidad

La revisión bibliográfica de Kuss y Griffiths (2011) recopila lo siguiente: La adicción a los videojuegos en Internet se ha asociado con síntomas del trastorno de ansiedad generalizada, trastorno de pánico, depresión y fobia social (Allison et al. 2006). También con fobia escolar (Batthyány et al. 2009) y trastorno de déficit atencional con hiperactividad (Allison et al. 2006; Batthyány

et al. 2009; Chan y Rabinowitz 2006; Han et al. 2009). Así como con síntomas psicosomáticos (Batthyány et al. 2009). La APA (2013) agrega la correlación con el trastorno obsesivo compulsivo.

Destaca el trabajo de Gentile (2009). En una investigación en niños de 8 a 19 años encontró un vínculo entre el uso patológico y trastornos atencionales. Concluye señalando una limitación aplicable a todas las investigaciones de corte transversal: “no está claro si (1) el juego patológico es independiente de otras patologías, (2) el juego patológico es un factor contribuyente para el desarrollo de otros problemas, o (3) los otros problemas contribuyen al juego patológico”. En el ya mencionado estudio longitudinal de dos años de Gentile et al. (2011), se pudo observar que los jóvenes que se volvieron jugadores patológicos terminaron con niveles mayores de depresión, ansiedad y fobia social. A la inversa, aquellos que dejaron de ser jugadores patológicos terminaron con menores niveles de estos padecimientos que aquellos que permanecieron como jugadores patológicos. Sobre estos datos señalan:

“Este es el primer dato que demuestra que el juego predice otros trastornos de salud mental longitudinalmente, en lugar de simplemente correlacionar con ellos. Aunque estos datos otorgan evidencia de que el juego patológico puede influenciar otros problemas de salud mental, es esperable que muchas relaciones entre variables sean en realidad

recíprocas, dado que muchos trastornos tienden a ser comórbidos y reforzarse mutuamente”.

1.10 Modelos explicativos

Un primer insumo para esbozar un modelo explicativo de la adicción a los videojuegos surge desde la teoría del aprendizaje:

Desde una perspectiva conductual o de la teoría del aprendizaje todas las conductas adictivas se activan al comienzo mediante un mecanismo de refuerzo positivo como es el placer experimentado o euforia (*high*), pero a medida que la conducta se perpetúa, dicho reforzador termina siendo negativo y responde a la necesidad de no experimentar el malestar o abstinencia que experimenta al no llevar a cabo dicha conducta (Estévez, Bayón, De la Cruz y Fernández-Liria, 2009, citados en Cía 2013).

A partir de este enfoque también es posible entender los programas de refuerzo que pueden instalarse en los usuarios de videojuegos, tales como los programas de intervalo intermitente o variable, y sus correspondientes correlatos neurológicos.

Un punto de vista cognitivo puede otorgarnos más elementos. Hussain, Griffiths y Baguley (2012) sostienen que el modelo de adicción de manejo

hedonístico de Brown (1997) puede ser útil para tratar de explicar el mecanismo subyacente detrás de la adicción a los videojuegos. Este modelo le atribuye importancia al papel de las experiencias subjetivas, las creencias y las decisiones conscientes de la persona adicta. Sugiere que determinadas actividades pueden proporcionar un fuerte estímulo para que las personas se sientan bien o mantengan un buen tono hedónico (es decir, estados relativos de placer y euforia). Estas actividades alteran las funciones normales de la planificación de objetivos a largo plazo. Esto se debe a que la persona intenta sostener largos períodos de tono hedónico mediante la participación en la actividad, lo que para algunos llevará posteriormente a la adicción. Los usuarios podrían estar manipulando su tono hedónico para mantener largos períodos de euforia (o de otros estados de ánimo modificados), a medida que pasan cada vez más tiempo jugando. Los sistemas de recompensa, a la base de las características estructurales de los videojuegos, especialmente los MMORPGs, ofrecen programas de refuerzo que requieren que los jugadores sigan jugando, y esto es compatible con el modelo de Brown (1997). Los refuerzos otorgados por el juego pueden relacionarse con las características más estables del sujeto, tales como su personalidad o la construcción de su identidad, como cuando se busca reducir la auto-discrepancia a través del juego con uno o más avatares, o obtener una buena retroalimentación de otros jugadores en el ambiente seguro que constituyen los juegos en línea. Los refuerzos también se vinculan con las diversas motivaciones para jugar: por ejemplo de logro, sociales o de inmersión.

Y siempre se ven determinados en su cantidad, calidad y frecuencia por las características estructurales del juego. Lo que explicaría el mayor potencial adictivo de algunos, como aquellos que transcurren en Internet, o pertenecen a géneros determinados.

Hasta este punto ya hemos integrado las características biológicas, conductuales y psíquicas del jugador y su interacción con los atributos del juego. Hay autores que incorporan a esta relación las particularidades del contexto del jugador: sus circunstancias personales, las prácticas sociales y los significados culturales asociados al juego (Hellman et al. 2013, Kuss, 2013; Wood, 2008), viendo la adicción como un fenómeno bio-psicosocial complejo, y por tanto difícil de abordar solamente desde la patología. Esta forma de acercamiento es particularmente importante en un momento en que los factores de riesgo, y las cualidades adictivas de los videojuegos como objetos, todavía no están delimitados de forma concluyente. Es esencial para entender el fenómeno no sólo por medio de los síntomas observables, sino situándolo dentro del contexto más amplio: del juego, el individuo y la cultura (Kuss, 2013).

Wood (2008) se atreve a ir más lejos y adhiere a la línea de investigaciones que ve la adicción como un síndrome con múltiples expresiones oportunistas, donde los distintos tipos de adicciones son síntomas de un problema subyacente más profundo, o en otras palabras una “personalidad adictiva”. Esto estaría apoyado por la constatación de que a menudo hay una gran comorbilidad entre adicciones, y frecuentemente las personas son adictas

a más de una sustancia o actividad. También por las investigaciones que postulan que las adicciones se relacionan a estrategias de afrontamiento deficientes, ya sea para lidiar con eventos traumáticos o con el estrés cotidiano. Sobre el abuso de sustancias entre jugadores, se ha reportado en los casos más extremos, incluso con resultados mortales, principalmente en la prensa, desde una perspectiva del fenómeno que podríamos caracterizar como más alarmista. Pero no hay estudios que reporten una relación fuerte entre consumo de drogas y uso patológico de videojuegos. Con respecto al juego como estrategia de afrontamiento, conducta mencionada varias veces a lo largo de esta investigación, el autor prefiere ponderarlo desde la información recabada hasta este punto: (1) es algo muy ligado al uso (normal y patológico) de los videojuegos como actividad lúdica, (2) posiblemente juega un rol importante en su mantenimiento, (3) pero que no constituye un criterio central de adicción. En síntesis, se suscribe a una visión bio-psicosocial del fenómeno, pero no a la noción de síndrome oportunista, hasta que exista evidencia empírica que la sustente para el caso de los videojuegos.

IV. Análisis en detalle del género MMORPG

Debido a la mayor literatura disponible y a su mayor potencial adictivo, el presente apartado busca hacer una revisión del género de videojuegos denominado MMORPG (sigla en inglés de Massively Multiplayer Online Role-Playing Game), relacionándolo con la etiología de la adicción a los videojuegos.

Como definición, un MMORPG es un videojuego en línea, donde el usuario adopta el rol de un personaje ficticio, o avatar, al cual puede dotar de ciertas características tales como su nombre, raza, sexo, apariencia, equipamiento, habilidades, profesión, etc. En el contexto de un mundo imaginario (generalmente de naturaleza fantástica, de ciencia ficción, entre otros), el jugador entra en contacto con los personajes de otros usuarios, así como con los elementos programados por los realizadores del juego: criaturas, personajes no jugables, ítems, eventos, etc. En el desarrollo del juego el personaje va aumentando y diversificando progresivamente sus habilidades, mediante diferentes mecánicas, que varían en cada juego, siendo la más común subir de nivel a medida que se gana experiencia en combate, ya sea contra otros jugadores o contra el ambiente. Conforme se avanza también aumentan las posibilidades de personalización. Dentro del juego, generalmente los usuarios se asocian en colectivos y cooperan entre sí con el fin de alcanzar objetivos importantes, como por ejemplo la realización de misiones (*quests*), o superar a otros colectivos rivales. Algunos ejemplos de estos juegos son *World*

of Warcraft, EverQuest, Ultima Online, Lineage o Guild Wars, que cuentan con millones de jugadores en el mundo (Chen, Huang y Lei, 2006).

Hay rasgos esenciales que diferencian este género de otros: por un lado está su carácter prominentemente social, que se refleja en la formación de relaciones en línea de carácter intenso y cotidiano, y que eventualmente van generando, en cada título, un importante emergente cultural (Pearce, Boellstorff y Nardi, 2011). De acuerdo a Cole y Griffiths (2007) muchos jugadores valoran especialmente el factor socializante que el juego proporciona. Concluyen que el juego virtual les permite a los jugadores expresarse en formas en las que no se sentirían cómodos en la vida real, debido a su aspecto, género, sexualidad y/o edad. Este carácter asociativo puede provocar situaciones donde personas juegan presionadas por sus pares (Hsu, Wen y Wu, 2009). En segundo lugar, estos juegos destacan por su naturaleza eterna y continúa. Esta es generada por una arquitectura de juego cliente-servidor, que permite mundos virtuales de carácter permanente, que avanzan independientes de cada jugador en particular, y que son opuestos a la lógica tradicional de partidas de tiempo limitado e independientes unas de otras. Los servidores son masivos e internacionales, lo que permite que cada título pueda estar disponible 24 horas al día, siete días a la semana. La arquitectura cliente-servidor además hace posible una retroalimentación más directa entre desarrolladores y jugadores, la que muchas veces se traduce en actualizaciones. Estas introducen cambios en

el equilibrio del juego, incorporan nuevos objetivos, premios y variables que explorar.

Entre de los distintos géneros de videojuegos, los MMORPGs destacan por varios motivos. En primer lugar, es inmensamente popular: Varios juegos de este género se posicionan entre los más vendidos para computador (ESA, 2014), y la cantidad de usuarios asciende a varios millones alrededor del mundo (Chen et al., 2006). Un 46% de los jugadores en línea, juega MMORPGs, confirmando su posición como el género más popular (Nagygyörgy et al., 2013). Son utilizados por personas de todos los contextos raciales, grupos etarios y niveles educacionales, lo que sugiere que el estereotipo del jugador varón joven ya no es certero (Williams, Yee y Caplan, 2008). Los estudios indican que un 20% de las usuarios de MMORPG son mujeres (Griffiths et al., 2004; Williams et al., 2008). En segundo lugar, este tipo de juegos, ha sido objeto de numerosas investigaciones científicas centradas en el uso excesivo o problemático, que afectaría a un porcentaje minoritario de sus usuarios (Kuss y Griffiths, 2011): En 2007, el Consejo Americano de Ciencia y Salud Pública se refirió específicamente al género, señalándolo como más asociado al uso excesivo que otros tipos de videojuegos (Khan y Kantof, 2007). Hay investigaciones que confirman esta afirmación. De acuerdo a Kuss, Louws y Wiers (2012) los jugadores de MMORPGS tienen ligeramente más probabilidad de experimentar problemas relacionados con el juego que los usuarios de otros

tipos de juegos. En una comparación entre jugadores de distintos géneros (Stetina, Kothgassner, Lehenbauer y Kryspin-Exner, 2011), los usuarios de MMORPGS mostraron más a menudo comportamiento de juego problemático, tendencias depresivas y menor autoestima. Además reportaron significativamente más a menudo jugar con el propósito de escapar de problemas de la vida real. De acuerdo a Ng y Wiemer-Hastings (2005) la diferencia principal entre este género y otros juegos computacionales radica en intensidad en que se usan: los MMORPGs son jugados 25 horas por semana en promedio, mientras que otros videojuegos son jugados más de 20 horas semanales sólo por 6% de los jugadores, y 84% de los jugadores invierte menos de seis horas semanales jugando. Además un 11% de los jugadores de MMORPGs juega más de 40 horas semanales. El promedio mencionado de 25 horas semanales se ha observado en otros estudios (Blinka y Smahel 2008; Griffiths et al., 2004). Si bien esta cantidad de tiempo invertida no es necesariamente una conducta patológica en todos los casos, puede llegar a afectar el funcionamiento normal en otras áreas para algunos jugadores (Griffiths, 2010).

Diversas investigaciones han afirmado el carácter adictivo de los MMORPGs, en poblaciones de niños y adultos (Bessièrre et al. 2007; Cole y Griffiths 2007; Carbonell et al. 2008; Talarn y Carbonell 2009; Kuss y Griffiths 2012, citados en Beranuy, Carbonell y Griffiths, 2013). La revisión bibliográfica

sistemática de Kuss y Griffiths (2011) afirma que los MMORPGs, son más adictivos que cualquier otro tipo de videojuego, ya sea en Internet o no. No obstante, advierten que es difícil establecer la prevalencia del trastorno debido a los múltiples instrumentos y criterios diagnósticos usados en los diferentes estudios, tal como sucede en el estudio de todas las adicciones tecnológicas. Dentro de las investigaciones cualitativas, Beranuy et al. (2013) sintetizan de la siguiente manera el fenómeno de la adicción a los MMORPGs, a partir del análisis de las entrevistas de nueve pacientes en tratamiento:

El análisis sugiere que los jugadores empiezan con los MMORPGs en busca de entretenimiento, amistad en línea y escapismo. [...] Los síntomas clínicos que permiten la detección y el diagnóstico de la adicción aparecen una vez que la cantidad de juego incrementa, hay pérdida de control, y la conducta se focaliza. Estos factores facilitan el problema que lleva a la dependencia psicológica y a conflictos severos. Si se prosigue jugando, la adicción es mantenida por el escapismo. Los jugadores entran en un ciclo que incrementa el tiempo de juego, y lleva a la pérdida de control y a los conflictos vitales serios. De acuerdo a los datos presentados, la adicción a los MMORPGs existe, entendiéndola desde los criterios estándares del diagnóstico de adicción que son comunes a la dependencia de sustancias: saliencia, modificación del estado de ánimo, pérdida de control, deseo apremiante (*craving*) y efectos adversos

graves. Estos son los síntomas esenciales para el diagnóstico y se encontraron en todos los jugadores de este estudio. Además, en algunos casos hubo pruebas de la tolerancia y recaída.

En las investigaciones cuantitativas, destaca por el análisis monotético y politético de sus resultados la investigación de Hussain et al. (2012), que utilizó el modelo de adicción de Griffiths (2005b), en 704 usuarios de diversos MMORPGs en varios países. Un 44,5% de jugadores cumplieron con al menos cuatro de los siete ítems en la escala validada GAS (Lemmens et al., 2009). Un 3,6% de jugadores cumplieron todos los siete ítems. Los resultados mostraron que ciertas variables tienen un impacto mayor en la probabilidad de tener adicción a los MMORPGs, notablemente el estatus de empleo (ser estudiante o estar desempleado), los años invertidos jugando y el tiempo jugado por semana. Postulan que estos factores de riesgo son potencialmente acumulativos. Con respecto a la diferencia entre jugadores adictos y no-adictos, una investigación francesa (Achab et. Al., 2011), con una muestra de 448 jugadores adultos, señala que los jugadores con puntajes positivos en adicción a videojuegos en línea reportaron tasas significativamente más altas de tolerancia, y declararon significativamente más dificultades sociales, financieras, maritales, familiares y/o profesionales desde que comenzaron a jugar. Además, estos jugadores reportaron tasas significativamente más altas (3 veces más) de irritabilidad, sueño durante el día, privación del sueño por jugar, estado de

ánimo bajo y cambios emocionales desde que iniciaron el juego en línea. También con respecto a la adicción, se ha encontrado un fenómeno interesante: una gran cantidad de usuarios de MMORPGs que se consideran a sí mismos adictos. Según Yee (2006b) aproximadamente la mitad. Esto correspondería a un uso de extendido e impreciso de la palabra *adicto*.

Algunos autores, para tratar de explicar la etiología de la adicción a los MMORPGs, se han centrado en el fenómeno del flujo (*flow*, Chou y Ting, 2003; Rau, Peng, y Yang, 2006; Wan y Chiou, 2006, citados en Blinka y Smahel, 2011). El flujo ocurre cuando una persona es absorbida por una tarea, en donde el nivel de dificultad de la tarea y las habilidades del individuo coinciden. Durante el flujo, se altera la percepción del paso del tiempo, y otras sensaciones usualmente son suprimidas o completamente ignoradas, incluyendo sensaciones de dolor, cansancio, hambre, sed y la necesidad de excreción. Aunque sea un fenómeno subjetivo, se ha relacionado con rasgos característicos del MMORPG: la comunicación social en línea y un permanente sistema de tareas, recompensas y retroalimentaciones. Sin embargo, se ha observado que el fenómeno está más vinculado con un enganche inicial al juego que con la adicción propiamente tal. Los jugadores adictos probablemente han dejado atrás el fenómeno del flujo, y siguen jugando aunque no siempre les reporte un disfrute (Wan y Chiou, 2006, citados en Blinka y Smahel, 2011). En lugar del flujo, Kuss y Griffith (2011) nombran como

elementos importantes de la etiología de la adicción a los videojuegos (en general) los rasgos de personalidad, la motivación para jugar y las características estructurales del juego. A continuación se revisarán estos elementos contrastándolos con las características de los MMORPGs.

Rasgos de personalidad: De acuerdo a Peter y Malesky (2008), en el campo de los MMORPGs, son de particular interés dos correlaciones que encontraron entre rasgos de personalidad y juego problemático: neuroticismo y afabilidad. Postulan que algunos individuos pasan más tiempo jugando para evitar situaciones sociales cara a cara en donde puedan verse carentes de las habilidades apropiadas para fomentar buenas relaciones. Además, si el individuo es rechazado en estas situaciones, es posible que esto le cause malestar por su dificultad para lidiar con eventos estresantes. Frente a esta situación, el juego en línea, y los colectivos en su interior, se instalan como espacios de sociabilización más protegidos. Los jugadores constantemente se comunican por medio de sus avatares, y esto puede facilitar la formación de identidad en línea y la disociación (Carbonell, Talarn, Beranuy, Oberst y Graner, 2009). El estudio de Bessièrè, Seay and Kiesler (2007) midió rasgos de personalidad de jugadores de *World of Warcraft*, tanto de su yo real (*actual self*), su yo ideal (*ideal self*) y su avatar, con el fin de medir la discrepancia entre cada uno. Siguiendo a Higgins (1980), se basaron en la noción de que los individuos experimentan malestar psicológico cuando hay una gran

discrepancia entre su yo real y su yo ideal. Los videojuegos tendrían el potencial de lograr temporalmente una condición de concordancia mientras se juegan. Sobre todo en títulos donde se puede operar desde el anonimato y el avatar puede ser totalmente personalizado, como en MMORPGs como *World of Warcraft*, siendo posible llegar a un personaje más concordante con el yo ideal. Encontraron que para los rasgos de personalidad de meticulosidad, extroversión y neuroticismo, la discrepancia media entre el yo ideal de jugador y su avatar era ligeramente menor que entre el yo ideal y el yo real. Sin embargo el estudio no produjo evidencia definitiva como para probar que los jugadores efectivamente usan su avatar para reducir su auto-discrepancia mientras juegan. Courtois, Van Looy, De Vocht y De Marez (2011) replicaron este estudio incluyendo la variable de identificación con el avatar, para asegurarse que la elección de este respondiera a este motivo, y descartar la posibilidad de que los jugadores no se vieran identificados de forma significativa con su avatar: por ejemplo si sólo lo percibieran como más ideal porque el juego describe un mundo más ideal o porque crear un avatar más ideal es necesario para ser exitoso en el juego. Los resultados mostraron que un nivel mayor de identificación con el avatar está efectivamente relacionado con la creación de un avatar más ideal, comparado con el yo real, lo que demuestra una asociación significativa y permite descartar explicaciones alternativas. De forma secundaria exploraron la posibilidad de que el uso patológico estuviese relación con un deseo de reducir la auto-discrepancia, evaluando si los jugadores con

una tendencia hacia el uso patológico tenían un deseo fuerte por reducir la auto-discrepancia, y por lo tanto el malestar psicológico. Esta hipótesis sólo pudo ser confirmada para un rasgo de personalidad, el neuroticismo, lo que indica que los jugadores crean avatares más emocionalmente estables a como se ven a sí mismos, y se identifican más fuertemente con ellos. No se pudieron encontrar otros efectos significativos, lo que sugiere que no existe una relación directa entre el juego patológico y la auto-discrepancia. Más bien, es probable que la reducción de la auto-discrepancia esté más relacionada con el disfrute del juego. Carbonell et al. (2009) postulan que los múltiples refuerzos a la identidad de los MMORPGs, tales como ser percibido como poderoso, elegante o seductor, pueden llegar a establecer un programa de aprendizaje de refuerzo intermitente. Este es un mecanismo potente para mantener una conducta establecida, y consiste en que no todas las jugadas son premiadas, y no siempre. Este programa sería más aleatorio que en cualquier juego de azar, pues para producirse necesitaría de una mediación cognitiva. Señalan además que este programa de refuerzo tendría su respectivo correlato biológico.

Motivación para jugar: De acuerdo a Kuss (2013): “La variedad de motivaciones de los jugadores satisfecha por los MMORPGs indica que este tipo de juegos son particularmente versátiles debido a que pueden ajustarse a usuarios con diferentes preferencias de juego. En consecuencia, uno podría asumir que hay muchas formas que podrían llevar a un individuo a engancharse

con los MMORPGs". Yee (2006a) resumió los componentes motivacionales significativos del MMORPG en tres categorías principales: los logros, la interacción social y la inmersión. La *motivación de logro* incluye en sus tres subcomponentes el avance, entendido como el deseo de ganar poder, progresar rápidamente y acumular estatus y riqueza dentro del juego; el interés por la mecánica subyacente del juego con el fin de optimizar el desempeño del personaje, y el deseo de competir y desafiar a otros. La *motivación social* incluye en sus tres subcomponentes el interés en formar relaciones a largo plazo significativas con otros jugadores, el deseo de ayudar o chatear con otros, y el trabajo en equipo, consistente en obtener satisfacciones derivadas de ser parte de un esfuerzo grupal. Finalmente, la *motivación de inmersión* contiene en sus 4 subcomponentes el juego de roles con otros jugadores, el personalizar la apariencia o equipamiento del avatar, el descubrir y conocer cosas sobre el mundo del juego, y la conductas escapistas, consistentes en utilizar el juego para relajarse, escapar, o evitar problemas de la vida real. En el estudio, Yee descubrió que las motivaciones de avanzar (una forma de logro) y el escapismo (una forma de inmersión) se relacionaron de forma más directa con un uso problemático, aunque los efectos del escapismo tuvieron casi el doble de magnitud que el efectos del deseo de avanzar. Varias investigaciones han observado que de estos factores, el con mayor capacidad de predecir un uso problemático es el de inmersión, seguido por subcomponentes del logro (Caplan, Williams y Yee, 2009; Kuss, Louws, y Wiers, 2012; Zanetta et al. 2011),

sin embargo, los autores no han llegado a un consenso sobre qué porcentaje del uso problemático podría ser explicado por las motivaciones individuales. Las ponderaciones varían entre un 2% y un 46%. En relación con la inmersión, se ha descubierto que los MMORPGs tienen el potencial de entregar largos períodos de euforia a través de misiones y contenidos sin descubrir que pueden ser atractivos para muchos jugadores, ya que puede proporcionar una vía de escape de la realidad (Hsu et al., 2009; Wood, Griffiths, y Parke, 2007, citados en Hussain et al., 2012). Se han reportado casos donde los MMORPGs son usados para contrarrestar y afrontar deficiencias y problemas subyacentes en la vida de los jugadores, tales como falta de amistades, dificultades en las relaciones y problemas con la apariencia física (Griffiths y Beranuy, 2009).

Con respecto a estas motivaciones clasificadas por Yee, se puede reflexionar lo siguiente: La motivación de logro puede verse satisfecha con cualquier videojuego, incluso no en línea. La motivación social, en cualquier modalidad multijugador, y más marcadamente en los juegos en Internet. En cambio, la motivación de inmersión es satisfecha de forma mucho más intensa en los MMORPGs, en comparación a otros géneros, gracias a sus mundos virtuales vastos y complejos. Se le acerca en este sentido el género de la simulación, sobre todo a medida que aumenta la amplitud del mundo simulado y las posibilidades de personalización del ambiente y los personajes principales. Es el caso de los denominados *sandboxes*. Los títulos de simulación y *sandboxes* están actualmente entre los más populares. El año 2013, el *sandbox Grant*

Theft Auto V fue el juego más vendido del año, y la franquicia de simulación social *The Sims* tuvo siete títulos entre los doce juegos para computador más vendidos (ESA, 2014). A partir de estos datos se puede inferir que estos juegos son diseñados para satisfacer esta misma necesidad de inmersión, pues hacerlo ha demostrado ser una estrategia efectiva para elaborar juegos comercialmente exitosos.

Características estructurales del juego: King, Delfabbro y Griffiths (2010, citados en Kuss, 2013) sostienen que la mecánica del juego o características estructurales refuerzan las cualidades potencialmente adictivas de los juegos debido a que contribuyen al inicio, desarrollo y mantenimiento del uso. Griffiths y Meredith (2009) argumentan que los MMORPGs pueden ser más problemáticos para los individuos “en riesgo” comparados con los juegos no en línea, debido a su naturaleza continua y a que el juego excesivo se hace casi obligatorio. Esto puede entenderse tanto por los avances de los otros jugadores como por las actualizaciones constantes en el ambiente del juego. “Si el jugador está ausente por un largo periodo de tiempo, pierde contacto con el mundo virtual, pierde su influencia y su capacidad de afectar el mundo. Los jugadores también pierden poder comparados con sus compañeros que juegan más a menudo y avanzan más rápidamente” (Blinka y Smahel, 2011). “Ciertas estructuras características de los juegos de Internet parecen poner en riesgo a los jugadores de desarrollar adicción. De forma más notable, aquellos títulos

construidos de tal manera que refuerzan el juego por varios medios parecen tener un mayor potencial adictivo que aquellos que no poseen esta estructura (Kuss y Griffiths, 2011). Esto es particularmente aplicable a los MMORPGs donde las fuentes de recompensa son múltiples, frecuentes, y de diversa naturaleza, y como señalan algunos autores (Charlton y Danforth, 2007; King y Delfabbro, 2009) pueden llegar a configurar programas de refuerzo de intervalo variable, capaces de mantener conductas en el tiempo o dar forma a conductas futuras. Estos elementos estructurales también van siendo tomadas prestadas por otros géneros. La investigación comparativa de Helgason y Steinarsson (2013) mostró que no hubo diferencias significativas en las tasas de prevalencia de adicción a videojuegos entre los usuarios que jugaban el MMORPG *EVE Online* y el MMOFPS (sigla en inglés de Massively Multiplayer Online First Person Shooter) *DUST 514*, o ambos. Sus resultados sugieren que en este caso la adicción a los videojuegos no estuvo especialmente relacionada al género de los videojuegos que estudiaron, pero probablemente sí a sus elementos compartidos. Puntualmente, el mundo envolvente (*immersive*) y persistente, y la interacción social presente en ambos juegos.

Van Rooij et al. (2010) alude un factor de responsabilidad social en las compañías dedicadas al diseño de los videojuegos, similar al que han debido adoptar otras industrias relacionadas con sustancias o conductas adictivas, como la del alcohol, el tabaco o los juegos de azar. Los autores reconocen pequeñas medidas tomadas por los algunos desarrolladores de videojuegos,

concretamente Blizzard Entertainment, tales como mensajes preventivos en las pantallas de carga, o cierta retroalimentación con grupos usuarios preocupados por los potenciales efectos nocivos de algunos objetivos dentro de los juegos. Pero dado que estas acciones y pequeños ajustes serían insuficientes para hacer frente al problema, los autores recomiendan que la industria del videojuego se haga cargo directamente de sus usuarios: con un buen diseño estructural del juego, poniendo a su disposición información útil y actualizada sobre el potencial riesgo de adicción, y ayudándolos en su derivación hacia profesionales de la salud mental cuando corresponda. Todo esto es descrito como parte esencial de un trato adecuado con el consumidor, regulado por los propios desarrolladores, y en menor medida, por intervenciones estatales a la industria. Otros autores, van aún más lejos, dando recomendaciones concretas a los desarrolladores de juegos, exhortando a buscar un balance entre lograr beneficios económicos y prevenir la adicción entre los jugadores. Hsu et al. (2009) recomiendan, para controlar la duración de las sesiones, el uso de un sistema de monitoreo dentro de los juegos que obligue a los usuarios a desconectarse si han jugado una cantidad de tiempo excesiva. O alteraciones en la mecánica del juego, como por ejemplo hacer que los avatares experimenten fatiga: es decir, se muevan más lentamente o pierda habilidades de defensa y ataque. Su estudio encontró que el factor propio del juego más gravitante fue la *curiosidad*, ubicable dentro de la inmersión de Yee. Para contrarrestarlo proponen que el juego no permita explorar aéreas nuevas de

forma indefinida. En síntesis, una serie de medidas para hacer el juego divertido para el usuarios sólo si se juega dentro de parámetros razonables.

A partir de lo revisado en este apartado puede concluirse que las características estructurales, y su interrelación con los otros factores, son las que han hecho de los MMORPGs un caso particular. Independiente de qué tanto poder predictivo tengan los factores examinados como herramienta diagnóstica, la información fenomenológica que otorgan puede ser clave en el desarrollo de intervenciones terapéuticas más efectivas. Una fase previa probablemente será encontrar o confeccionar modelos que permitan comprender el fenómeno: capaces de entender qué inicia la conducta de juego, qué la hace persistir en el tiempo, qué la vuelve problemática y/o patológica, y cómo se expresan estos problemas y/o trastornos.

V. Conclusiones

A partir de esta revisión bibliográfica se puede concluir que el uso excesivo de videojuegos puede llegar a constituir un trastorno de adicción conductual. Este tendría características similares a las adicciones a sustancias y afectaría a un pequeño porcentaje de usuarios, generando un impacto importante en sus vidas. Estableciendo un continuo, se puede hablar también de usuarios con un alto compromiso, cuya conducta excesiva podría provocarles problemas en sus vidas, principalmente por el descuido de otras áreas vitales, pero que no caerían dentro de la esfera de la adicción. De todas formas su patrón de uso sería susceptible a ser conceptualizado teóricamente, con constructos diferentes a la adicción, y ser objeto de intervenciones preventivas o terapéuticas. Finalmente estaría el grueso de usuarios, sin problemas relacionados a la actividad.

Varios factores han dificultado el estudio de esta materia. En una primera instancia muchas investigaciones se caracterizaron por un abordaje sesgado. Paralelamente el uso de diferentes criterios diagnósticos e instrumentos de medición hizo difícil llegar a datos concluyentes y consensos entre los distintos profesionales. Sin embargo, los hallazgos acumulados a lo largo de años de investigaciones ya permiten hacer una caracterización más profunda del fenómeno. Se puede apreciar desde ya que es un problema complejo donde confluyen las características biológicas y psíquicas del usuario, las propiedades

de los videojuegos como objeto, así como el contexto social y cultural del uso. En consecuencia se hace apropiado un abordaje bio-psicosocial.

Con respecto al uso excesivo de MMORPGs, analizado en detalle en esta revisión, se concluye que su particularidad como fenómeno deriva principalmente de sus características estructurales exclusivas, que lo constituyen como una actividad con una mayor potencialidad adictiva. La revisión de las dimensiones revisadas -rasgos de personalidad, motivaciones de los jugadores, y principalmente, características estructurales- nos otorga información única sobre la etiología de la adicción a los videojuegos, diferente a la encontrada en otros fenómenos similares, tales como la adicción a los juegos de azar, los videojuegos no en línea, o los videojuegos en línea sin considerar géneros. Es una labor a futuro para la comunidad científica determinar cómo influyen los factores específicos de los MMORPGs a la hora de hablar de adicción. Como se mencionó anteriormente, hay estudios que señalan como factores más gravitantes el estatus de empleo, los años invertidos jugando y el tiempo jugado por semana (Hussain et al., 2012), todos elementos ajenos al juego. No obstante, independiente de qué tanto poder predictivo tengan los factores revisados como herramienta diagnóstica, la información fenomenológica que otorgan puede ser clave en el desarrollo de intervenciones preventivas y terapéuticas más efectivas.

Refiriéndonos específicamente a sus características estructurales, se podría llegar erróneamente a la conclusión de que el estudio de los MMORPGs en específico no tiene gran importancia, pues como objetos de entretenimiento tecnológico probablemente están destinados a quedar obsoletos y en desuso en un par de años. Se podría aducir, por ejemplo, que mucho se investigó y concluyó sobre las máquinas de arcade, para que estas simplemente desaparecieran una vez que las consolas domésticas fueron llegando a más y más hogares. Sin embargo, es muy probable que en el caso de los MMORPGs -un género y no una plataforma tecnológica- sea muy diferente. La industria de los videojuegos ya tiene más de 30 años de experiencia, y es capaz, en su conjunto, de identificar qué elementos hacen atractivo y comercialmente exitoso un título, para luego replicarlos en lanzamientos futuros. Como se ha mencionado, muchas características exitosas del género, sobretodo en el ámbito de la inmersión, se han ido incorporando en otros géneros y actualizando en las sucesivas evoluciones tecnológicas: es el caso de los contextos masivos en línea que le dan su nombre, el marcado carácter social, las amplias opciones de personalización, las mecánicas de los sistemas de combate, la narrativa, la presencia de ítems raros y codiciados, etc. Es muy esperable que los elementos que hacen atractivos a los MMORPGs, y adictivos para un pequeño porcentaje de jugadores, subsistan en nuevos videojuegos, incluso si el género llega a declinar en popularidad en un futuro. La labor de las

investigaciones futuras será ponderar estos y otros efectos de forma objetiva y valiéndose de todas las herramientas disponibles.

Retomado el tema del uso abusivo de videojuegos en general, se puede decir de forma definitiva, que hemos superado la fase en que nos preguntábamos si constituía o no un problema digno de ser tomado en cuenta. La adicción a los videojuegos es un área en pleno proceso de delimitación, con una literatura científica que ha crecido en cantidad y calidad, principalmente durante la última década (Kuss, 2013). Pese a esto y según lo observado, todavía es necesaria la realización de estudios que pongan a prueba los criterios diagnósticos disponibles, de forma de poder dar una respuesta a la interrogante que ha guiado el debate hasta este momento: ¿Qué constituye la adicción? Es de esperar que la propuesta del DSM-5 tenga un efecto clave en lo que respecta a sincronizar los discursos de los profesionales que emprenden investigaciones en esta área. Esta propuesta destaca como un reconocimiento de las adicciones conductuales en los medios de clasificación oficiales, recogiendo los criterios diagnósticos aplicados a lo largo de los años, y generando un lenguaje común para las investigaciones futuras. Sin embargo, cabe preguntarse si tal como está concebida es capaz de diferenciar de forma precisa a aquellos jugadores adictos de aquellos que sólo tienen conductas de alto compromiso. Es buena señal que para obtener un diagnóstico positivo sugiera que los síntomas se hayan manifestado durante un periodo de tiempo, y

sean clínicamente significativos, pues de esta manera se puede evitar la sobreestimación del trastorno. Pero por otro lado, también incluye varios criterios periféricos, que podrían no ser idóneos para identificar la adicción. Pese a estas limitaciones, la existencia de esta propuesta en sí es un hecho muy positivo para todos los profesionales interesados en la materia. En el peor de los casos, ahora se dispone de un estándar que poner colectivamente a prueba.

Una vez alcanzada la meta de delimitar colectivamente el trastorno, llegarán las próximas tareas, siguiendo un orden lógico. En primer lugar: ¿cuál es la prevalencia de la adicción a los videojuegos? La falta de consensos no detuvo a los investigadores a la hora de vincular todo tipo de variables al uso excesivo. Es momento de empezar a ponderar y descubrir la direccionalidad de las relaciones encontradas. Por esto, una prioridad deberían ser los estudios longitudinales, los que serán clave para determinar cuáles son los efectos a largo plazo en la salud y en el desarrollo de los jugadores. Estos estudios ayudarán a establecer la comorbilidad y la direccionalidad con otros trastornos, principalmente otras conductas excesivas o que impliquen sedentarismo y reclusión. Además permitirán apreciar la influencia de los videojuegos a medida que se progresa en la vida escolar o laboral. En segundo lugar, es importante el desarrollo de investigaciones clínicas y/o que aborden la prevención del problema, que emerjan desde el lenguaje compartido que podría generar la propuesta del DSM-5. Asimismo es relevante que los futuros estudios sigan

teniendo en cuenta los cambios en el objeto y su contexto: por ejemplo los juegos en dispositivos móviles cada vez más potentes, su relación con las redes sociales, los cambios en la industria a medida que se diversifica y hace más consciente, por mencionar sólo algunos. Tampoco puede perderse de vista los cambios en los usuarios: el envejecimiento de la población de jugadores, que hacen de esta una actividad transversal entre niños y adultos, el fin de la brecha de sexos, y el alcance de esta forma de entretenimiento en todo tipo de contextos sociales y culturas. En Chile, la cobertura de la materia es casi inexistente, a excepción de las investigaciones demográficas, y las realizadas desde la pedagogía. Según la opinión del autor de este trabajo, es un gran momento para que las ciencias sociales y de la salud den sus primeros pasos, dando cuenta de la situación de los jugadores en estas latitudes.

VI. Referencias

- Achab, S., Nicolier, M., Mauny, F., Monnin, J., Trojak, B., Vandiel, P., Sechter, D., Gorwood, P y Haffen, E. (2011). Massively multiplayer online role-playing games: comparing characteristics of addict vs non-addict online recruited gamers in a French adult population. *BMC Psychiatry*, 11, 144-155.
- Adachi, P. y Willoughby, T. (2011). The effect of video game competition and violence on aggressive behavior: Which characteristic has the greatest influence? *Psychology of Violence*, 1(4), 259-274.
- Aguilar, M. y Juan, A. (2009). Rendimiento escolar y abuso de los videojuegos en adolescentes. *Revista de Fundamentos de Psicología*, 1(1), 49-56.
- Alonqueo, P. y Rehbein, L. (2008). Usuarios habituales de videojuegos: una aproximación inicial. *Ultima década*, 16(29), 11-27.
- Arab, E., Sommer, K., Herkovic, V., Sommer, S., Sandoval, C. y Poblete, C. (2007). Evaluación del uso de video juego en escolares de la región metropolitana. *Rev. Soc. Psiquiatr. Neurol. Infanc. Adolesc*, 18(2), 7-11.
- American Psychiatric Association (APA) (2000). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (4th Ed, text revision)*. Washington, DC: American Psychiatric Association.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5 (5th ed.)*. Arlington, VA: American Psychiatric Association.
- Beranuy, M., Carbonell, X. y Griffiths, M. (2012). A Qualitative Analysis of Online Gaming Addicts in Treatment. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 11(2), 149-161.
- Bessièrè, K., Seay, A. y Kiesler, S. (2007). The ideal elf: Identity exploration in World of Warcraft. *CyberPsychology & Behavior*, 10(4), 530-535.
- Blinka, L. y Smahel, D. (2011). Addiction to Online Role-Playing Games. En Young, K. y de Abreu, C. (Eds.). *Internet addiction: A handbook and guide to evaluation and treatment*, (pp. 73-90). Hoboken: John Wiley & Sons.
- Brown, R. (1993). Some contributions of the study of gambling to the study of other addictions. En W. Eadington y J. Cornelius (Dirs.), *Gambling behavior and problem gambling* (pp.241-272). Reno: University of Nevada Press.
- Brunborg, G., Mentzoni, R. y Froyland, L. (2014). Is video gaming, or video game addiction, associated with depression, academic achievement, heavy episodic drinking, or conduct problems? *J Behav Addict*, 3(1), 27-32.
- Caplan, S., Williams, D. y Yee, N. (2009). Problematic Internet use and psychosocial well-being among MMO players. *Computers in Human Behavior*, 25(6), 1312-1319.

- Carbonell, X., Talarn, A., Beranuy, M., Oberst, U. y Graner, C. (2009). Cuando jugar se convierte en un problema: el juego patológico y la adicción a los juegos de rol online. *Aloma*, 25, 201-220.
- Castellana, M., Sánchez-Carbonell, X., Graner, C. y Beranuy, M. (2007). El adolescente ante las tecnologías de la información y la comunicación: Internet, móvil y videojuegos. *Papeles del psicólogo*, 28(3), 196-204.
- Cía, A. (2014). 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. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 76(4), 210-217.
- Cole, H. y Griffiths, M. (2007). Social interactions in massively multiplayer online role-playing gamers. *CyberPsychology & Behavior*, 10(4), 575-583.
- Courtois, C., Van Looy, J., De Vocht, M. y De Marez, L. (2011). *Self-discrepancy and MMORPGs: testing the moderating effects of avatar identification and pathological gaming in world of warcraft*. Artículo presentado en la Conferencia Internacional sobre los Aspectos Sociales del Juego Digital.
- Charlton, J. (2002). A factor-analytic investigation of computer 'addiction' and engagement. *British journal of psychology*, 93(3), 329-344.
- Charlton, J. y Danforth, I. (2007). Distinguishing addiction and high engagement in the context of online game playing. *Computers in Human Behavior*, 23(3), 1531-1548.
- Chen, K., Huang, P. y Lei, C. (2006). Game traffic analysis: an MMORPG perspective. *Computer Networks*, 50(16), 3002-3023.
- Cheung, G. y Huang, J. (2011). *Starcraft from the stands: understanding the game spectator*. Extraído el 21 de Septiembre de 2014 desde http://jeffhuang.com/Final_StarcraftSpectator_CHI11.pdf
- Cho, H., Kwon, M., Choi, J., Lee, S., Choi, J., Choi, S. y Kim, D. (2014). Development of the Internet addiction scale based on the Internet Gaming Disorder criteria suggested in DSM-5. *Addict Behav*, 39(9), 1361-1366.
- Chóliz, M. y Marco, C. (2011). Patrón de uso y dependencia de videojuegos en infancia y adolescencia. *Anales de Psicología*, 27(2), 418-426.
- Echeburúa, E. (1999). ¿ Adicciones sin drogas. *Las nuevas adicciones: juego, sexo, comida, compras, trabajo, Internet*. Bilbao: Desclee de Brower.
- Elliott, L., Golub, A., Ream, G. y Dunlap, E. (2012). Video game genre as a predictor of problem use. *Cyberpsychol Behav Soc Netw*, 15(3), 155-161.
- Engelhardt, C., Bartholow, B., Kerr, G. y Bushman, B. (2011). This is your brain on violent video games: Neural desensitization to violence predicts increased aggression following violent video game exposure. *Journal of Experimental Social Psychology*, 47(5), 1033-1036.
- Entertainment Software Association (2014). *Essential Facts About the Computer and Video Game Industry*. Extraído el 21 de Septiembre de 2014 desde http://www.theesa.com/facts/pdfs/esa_ef_2014.pdf

- Estalló, J. (1997). *Psicopatología y videojuegos*. Extraído el 21 de Septiembre de 2014 desde <http://www.ub.edu/personal/videoju.htm>
- Estalló, J., Masferrer, M. y Aguirre, C. (2001). Efectos a largo plazo del uso de los videojuegos. *Apuntes de psicología*, 19(1), 161-174.
- Feliu, J. (2006). Adicción o violencia: dilemas sociales alrededor de las nuevas tecnologías y los jóvenes. En A. Gil y M. Vall-llovera (Coords.), *Jóvenes en cibercafés: la dimensión física del futuro virtual*. Barcelona: Editorial UOC.
- Ferguson, C. (2011). Video games and youth violence: A prospective analysis in adolescents. *J Youth Adolesc*, 40(4), 377-391.
- Festl, R., Scharnow, M. y Quandt, T. (2013). Problematic computer game use among adolescents, younger and older adults. *Addiction*, 108(3), 592-599.
- Fox, J. y Tang, W. (2014). Sexism in online video games: The role of conformity to masculine norms and social dominance orientation. *Computers in Human Behavior*, 33, 314-320.
- Gartner (2013). *Gartner says worldwide video game market to total \$93 Billion in 2013*. Extraído el 21 de Septiembre de 2014 desde <http://www.gartner.com/newsroom/id/2614915>
- Gentile, D. (2009). Pathological Video-Game Use Among Youth Ages 8 to 18 A National Study. *Psychological science*, 20(5), 594-602.
- Gentile, D., Choo, H., Liau, A., Sim, T., Li, D., Fung, D. y Khoo, A. (2011). Pathological video game use among youths: a two-year longitudinal study. *Pediatrics*, 127(2), 319-329.
- Griffiths, M. (2005a). Adicción a los videojuegos: Una revisión de la literatura. *Psicología conductual= behavioral psychology: Revista internacional de psicología clínica y de la salud*(3), 445-462.
- Griffiths, M. (2005b). A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use*, 10(4), 191-197.
- Griffiths, M. (2010). The role of context in online gaming excess and addiction: Some case study evidence. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 8(1), 119-125.
- Griffiths, M. y Beranuy, M. (2008). Adicción a los videojuegos: una breve revisión psicológica. *Revista de psicoterapia*, 19(73), 33-50.
- Griffiths, M., Davies, M. y Chappell, D. (2004). Demographic factors and playing variables in online computer gaming. *CyberPsychology & Behavior*, 7(4), 479-487.
- Griffiths, M., King, D. y Demetrovics, Z. (2014). DSM-5 Internet Gaming Disorder needs a unified approach to assessment. *Neuropsychiatry*, 4(1), 1-4.
- Griffiths, M., Király, O., Pontes, H. y Demetrovics, Z. (2014). An overview of problematic gaming. En Starcevic, V. y Aboujaoude, E. (Eds.), *Mental Health in the Digital Age: Grave Dangers, Great Promise*. Oxford: Oxford.
- Griffiths, M., Kuss, D. y King, D. (2012). Video game addiction: Past, present and future. *Current Psychiatry Reviews*, 8(4), 308-318.

- Griffiths, M. y Meredith, A. (2009). Videogame addiction and its treatment. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 39(4), 247-253.
- Helgason, G. y Steinarsson, Ó. (2013). Comparison of game addiction prevalence rates between MMOFPS players and MMORPG players. A case of EVE Online and DUST 514. Tesis de Maestría no publicada, Háskóli Íslands.
- Hellman, M., Schoenmakers, T., Nordstrom, B. y van Holst, R. (2013). Is there such a thing as online video game addiction? A cross-disciplinary review. *Addiction Research & Theory*, 21(2), 102-112.
- Hilgard, J., Engelhardt, C. y Bartholow, B. (2013). Individual differences in motives, preferences, and pathology in video games: the gaming attitudes, motives, and experiences scales (GAMES). *Frontiers in psychology*, 4, 608-620.
- Hsu, S., Wen, M. y Wu, M. (2009). Exploring user experiences as predictors of MMORPG addiction. *Computers & Education*, 53(3), 990-999.
- Hussain, Z., Griffiths, M. y Baguley, T. (2012). Online gaming addiction: Classification, prediction and associated risk factors. *Addiction Research & Theory*, 20(5), 359-371.
- Khan, M. y Kantof, E. (2007). Emotional and behavioral effects, including addictive potential, of video games. *Reporte de Council on Science and Public Health*.
- Khang, H., Kim, J. y Kim, Y. (2013). Self-traits and motivations as antecedents of digital media flow and addiction: The Internet, mobile phones, and video games. *Computers in Human Behavior*, 29(6), 2416-2424.
- King, D. y Delfabbro, P. (2009). Understanding and assisting excessive players of video games: a community psychology perspective. *The Australian Community Psychologist*, 21(1), 62-74.
- King, D. y Delfabbro, P. (2013). Issues for DSM-5: video-gaming disorder? *Aust NZ J Psychiatry*, 47(1), 20-22.
- King, D., Delfabbro, P. y Griffiths, M. (2010). Video game structural characteristics: A new psychological taxonomy. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 8(1), 90-106.
- King, D., Haagsma, M., Delfabbro, P., Gradisar, M. y Griffiths, M. (2013). Toward a consensus definition of pathological video-gaming: a systematic review of psychometric assessment tools. *Clin Psychol Rev*, 33(3), 331-342.
- King, D. y Delfabbro, P. (2014). Is preoccupation an oversimplification? A call to examine cognitive factors underlying Internet gaming disorder. *Addiction*, 109(9), 1566-1567
- Ko, C., Yen, J., Chen, S., Wang, P., Chen, C. y Yen, C. (2014). Evaluation of the diagnostic criteria of Internet gaming disorder in the DSM-5 among young adults in Taiwan. *J Psychiatr Res*, 53, 103-110.

- Kuss, D. (2013). Internet gaming addiction: current perspectives. *Psychol Res Behav Manag*, 6, 125-137.
- Kuss, D. y Griffiths, M. (2011). Internet Gaming Addiction: A Systematic Review of Empirical Research. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 10(2), 278-296.
- Kuss, D. y Griffiths, M. (2012a). Internet and gaming addiction: a systematic literature review of neuroimaging studies. *Brain Sci*, 2(3), 347-374.
- Kuss, D. y Griffiths, M. (2012b). Online gaming addiction in children and adolescents: A review of empirical research. *J Behav Addict*, 1(1), 3-22.
- Kuss, D., Louws, J. y Wiers, R. (2012). Online gaming addiction? Motives predict addictive play behavior in massively multiplayer online role-playing games. *Cyberpsychol Behav Soc Netw*, 15(9), 480-485.
- Labrador, F. y Villadangos, S. (2010). Menores y nuevas tecnologías: conductas indicadoras de posible problema de adicción. *Psicothema*, 22(2), 180-188.
- Labrador, F., Villadangos, S., Crespo, M. y Becoña, E. (2013). Design and validation of the new technologies problematic use questionnaire. *Anales de Psicología*, 29(3), 836-847.
- Lam, L. (2014). Internet gaming addiction, problematic use of the Internet, and sleep problems: a systematic review. *Curr Psychiatry Rep*, 16(4), 1-9.
- Lemmens, J., Valkenburg, P. y Peter, J. (2009). Development and validation of a game addiction scale for adolescents. *Media Psychology*, 12(1), 77-95.
- Lemmens, J., Valkenburg, P. y Peter, J. (2011a). The effects of pathological gaming on aggressive behavior. *J Youth Adolesc*, 40(1), 38-47.
- Lemmens, J., Valkenburg, P. y Peter, J. (2011b). Psychosocial causes and consequences of pathological gaming. *Computers in Human Behavior*, 27(1), 144-152.
- Marco, C. (2013). Prevención de la adicción a videojuegos: eficacia de las técnicas de control de la impulsividad en el programa PrevTec 3.1. Tesis de Maestría no publicada, Facultad de Psicología, Universitat de València.
- Marco, C. y Chóliz, M. (2014). Tratamiento cognitivo-conductual de la adicción a videojuegos de rol online: fundamentos de propuesta de tratamiento y estudio de caso. *Anales de Psicología*, 30(1), 46-55
- Mendiburo, A. (2011). Conductas y actitudes de los chilenos ante los videojuegos. *Guerra y paz en el mundo virtual*, 1(1), 13-29.
- Mentzoni, R., Brunborg, G., Molde, H., Myrseth, H., Skouverøe, K., Hetland, J. y Pallesen, S. (2011). Problematic video game use: estimated prevalence and associations with mental and physical health. *Cyberpsychology, behavior, and social networking*, 14(10), 591-596.
- Nagygyörgy, K., Urbán, R., Farkas, J., Griffiths, M., Zilahy, D., Kökönyei, G., Mervó, B., Reindl, A., Ágoston, C., Kertész, A., Harmath, E., Oláh, A. y Demetrovics, Z. (2013). Typology and sociodemographic characteristics of massively multiplayer online game players. *International Journal of Human-Computer Interaction*, 29(3), 192-200.

- Ng, B. y Wiemer-Hastings, P. (2005). Addiction to the Internet and online gaming. *CyberPsychology & Behavior*, 8(2), 110-113.
- Pearce, C., Boellstorff, T. y Nardi, B. (2011). *Communities of play: Emergent cultures in multiplayer games and virtual worlds*. Atlanta: MIT Press.
- PewResearch. (2014) Emerging Nations Embrace Internet, Mobile Technology. Cell Phones Nearly Ubiquitous in Many Countries. Extraído el 21 de Septiembre de 2014 desde <http://www.pewglobal.org/2014/02/13/emerging-nations-embrace-Internet-mobile-technology/>
- Peters, C. y Malesky, L. (2008). Problematic usage among highly-engaged players of massively multiplayer online role playing games. *Cyberpsychol Behav*, 11(4), 481-484.
- Petry, N. y O'Brien, C. (2013). Internet gaming disorder and the DSM-5. *Addiction*, 108(7), 1186-1187.
- Petry, N., Rehbein, F., Gentile, D., Lemmens, J., Rumpf, H., Mößle, T., Bischof, G., Tao, R., Fung, D., Borges, G., Auriacombe, M., González, A., Tam, P. y O'Brien, C. (2014a). Internet gaming and addiction: a reply to King & Delfabbro. *Addiction*, 109(9), 1567-1568.
- Petry, N., Rehbein, F., Gentile, D., Lemmens, J., Rumpf, H., Mößle, T., Bischof, G., Tao, R., Fung, D., Borges, G., Auriacombe, M., González, A., Tam, P. y O'Brien, C. (2014b). An international consensus for assessing Internet gaming disorder using the new DSM-5 approach. *Addiction*, 109(9), 1399-1406.
- Rangel, A. (2004). *Videojuegos: Un enfoque psicológico*. Extraído el 21 de Septiembre de 2014 desde <http://www.lmi.ub.es/edutec2004/pdf/103.pdf>
- Saldaña, D. (2001). Nuevas tecnologías: nuevos instrumentos y nuevos espacios para la psicología. *Apuntes de psicología*, 19(1), 5-9.
- Salmond, M. (2005). *Legitimizing Video Games as an Art-Medium*. Extraído el 21 de Septiembre de 2014 desde http://www.banffcentre.ca/bnmi/programs/archives/2005/refresh/docs/conferences/mike_salmond.pdf
- Starcevic, V. (2013). Is Internet addiction a useful concept? *Aust N Z J Psychiatry*, 47(1), 16-19.
- Stetina, B., Kothgassner, O., Lehenbauer, M. y Kryspin-Exner, I. (2011). Beyond the fascination of online-games: Probing addictive behavior and depression in the world of online-gaming. *Computers in Human Behavior*, 27(1), 473-479.
- Subsecretaría de Telecomunicaciones, Ministerio de Transportes y Telecomunicaciones, Gobierno de Chile. (2014) *Subtel presenta serie estadísticas junio 2014*. Extraído el 21 de Septiembre de 2014 desde <http://www.subtel.gob.cl/noticias/5382-subtel-presenta-serie-estadisticas-junio-2014>
- Tao, R., Huang, X., Wang, J., Zhang, H., Zhang, Y. y Li, M. (2010). Proposed diagnostic criteria for Internet addiction. *Addiction*, 105(3), 556-564.

- Tejeiro, R. (2001). La adicción a los videojuegos. Una revisión. *Adicciones*, 13(4), 407-413.
- Tejeiro, R. y Bersabé, R. (2002). Measuring problem video game playing in adolescents. *Addiction*, 97(12), 1601-1606.
- Tejeiro, R. y Pelegrina, M. (2003). *Los videojuegos: qué son y cómo nos afectan*. Barcelona: Ariel.
- Tejeiro, R., Pelegrina, M. y Gómez, J. (2009). Efectos psicosociales de los videojuegos. *Comunicación: revista Internacional de Comunicación Audiovisual, Publicidad y Estudios Culturales*(7), 235-250.
- Vallejos, M. y Capa, W. (2010). Videojuegos: Adicción y factores predictores. *Avances en Psicología*, 18, 103-110.
- Van Rooij, A., Meerkerk, G., Schoenmakers, T., Griffiths, M. y van de Mheen, D. (2010). Video game addiction and social responsibility. *Addiction Research & Theory*, 18(5), 489-493.
- Widyanto, L. y Griffiths, M. (2006). 'Internet addiction': a critical review. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 4(1), 31-51.
- Williams, D., Yee, N. y Caplan, S. (2008). Who plays, how much, and why? A behavioral player census of a virtual world. *Journal of Computer Mediated Communication*, 13(4), 993-1018.
- Wood, R. (2008). Problems with the concept of video game "addiction": Some case study examples. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 6(2), 169-178.
- Wood, R. y Griffiths, M. (2007). A qualitative investigation of problem gambling as an escape-based coping strategy. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 80(1), 107-125.
- Yee, N. (2006a). Motivations for play in online games. *CyberPsychology & Behavior*, 9(6), 772-775.
- Yee, N. (2006b). The psychology of massively multi-user online role-playing games: Motivations, emotional investment, relationships and problematic usage. En Schroder, R. y Axelsson, A. (Eds.), *Avatars at work and play* (pp. 187-207). Londres: Springer.
- Young, K. (1996). *Caught in the net*. New York: Wiley & Sons.
- Zanetta, F., Zermatten, A., Billieux, J., Thorens, G., Bondolfi, G., Zullino, D. y Khazaal, Y. (2011). Motivations to play specifically predict excessive involvement in massively multiplayer online role-playing games: evidence from an online survey. *European addiction research*, 17(4), 185-189.

Apéndice A: Propuesta de Trastorno de juego por Internet del DSM-5

Criterio Propuesto:

Uso persistente y recurrente de la Internet para participar en juegos, a menudo con otros jugadores, que lleva a un deterioro o malestar clínicamente significativo indicado por cinco (o más) de los siguientes criterios, en un periodo de 12 meses:

1. Preocupación por el juego en Internet. (El individuo piensa sobre la actividad en juegos previos o anticipa el próximo juego; jugar en Internet se convierte en la actividad predominante de la vida cotidiana).
2. Síntomas de abstinencia cuando se impide juego en Internet. (Estos síntomas son descritos típicamente como irritabilidad, ansiedad, o tristeza, pero no hay síntomas físicos o abstinencia farmacológica).
3. Tolerancia—la necesidad de incrementar la cantidad de tiempo invertida en el juego en Internet.
4. Intentos fallidos de controlar la participación en juegos en Internet.
5. Pérdida de interés en pasatiempos y entretenimientos previos como resultado de, y con la excepción de, los juegos en Internet.
6. Uso continuo y excesivo de los juegos en Internet a pesar de conocer los problemas psicosociales.
7. Haber engañado a miembros de la familia, terapeutas, u otros en relación a la cantidad de juego en Internet.
8. Uso de los juegos en Internet para escapar o aliviar estados de ánimo negativos (p.e. sentimientos de desamparo, culpa, ansiedad).
9. Haber puesto en peligro o perdido relaciones significativas, empleos, u oportunidades educacionales o laborales debido a la participación en juegos en Internet.

Nota: Sólo los juegos que no son de apuestas están incluidos en este trastorno. El uso de Internet para actividades requeridas en un negocio o profesión no está incluido; el desorden tampoco pretende incluir otros usos recreacionales o sociales de Internet. De forma similar, los sitios sexuales de Internet están excluidos.

Especificar la severidad actual: El desorden por juego en Internet puede ser leve, moderado, o severo dependiendo del grado de interrupción de las actividades normales. Los individuos con un desorden por juego en Internet menos severo pueden exhibir menos síntomas y menos interrupciones en sus vidas. Aquellos con un desorden por juego en Internet severo invertirán más horas en el computador y tendrán pérdidas más severas en sus relaciones, o en sus oportunidades laborales o académicas.

Subtipos

A la fecha no hay subtipos suficientemente estudiados para el desorden por juego en Internet. El desorden por juego en Internet involucra más frecuentemente a los juegos en línea, pero puede involucrar a juegos computacionales no-en-línea también, aunque estos han sido menos estudiados. Es probable que los juegos preferidos varíen a lo largo del tiempo a medida que nuevos juegos se desarrollen y popularicen, y no es claro si las conductas y consecuencias asociadas con el desorden por juego en Internet varíen según el tipo de juego.

Características Diagnósticas

El trastorno por juego de apuestas es actualmente el único trastorno no relacionado a sustancias propuesto para su inclusión dentro de los trastornos relacionados con sustancia y adicciones del DSM-5. Sin embargo, hay otros

trastornos conductuales, que muestran ciertas similitudes con los trastornos por uso de sustancia y el trastorno por juego de apuestas, para los cuales la palabra *adicción* es comúnmente usada en contextos no médicos, y la única condición que cuenta con una literatura considerable es el juego compulsivo en Internet. El juego en Internet ha sido definido como una adicción por reportes del gobierno chino, y se ha establecido un sistema de tratamiento. Informes sobre el tratamiento de esta condición han aparecido en revistas médicas, principalmente de países asiáticos y algunas en los Estados Unidos.

El grupo de trabajo del DSM-5 revisó más de 240 artículos y encontró ciertas similitudes conductuales entre el trastorno de juego por Internet con el trastorno por juego de apuestas y los trastornos por uso de sustancias. La literatura sufre, sin embargo, de falta de una definición estándar a partir de la cual derivar datos de prevalencia. También falta un entendimiento sobre la historia natural de los casos, con o sin tratamiento. La literatura sí describe muchas similitudes subyacentes con las adicciones a sustancias, incluyendo aspectos de tolerancia, abstinencia, intentos fallidos por reducir o dejar el juego, y deterioro del funcionamiento normal. Además, las aparentes altas tasas de prevalencia, tanto en los países de Asia y, en menor medida, en Occidente, justificarían la inclusión de este trastorno en la Sección III del DSM-5.

El trastorno de juego en Internet tiene una significativa importancia para la salud pública, e investigación adicional puede eventualmente puede conducir a la evidencia de que el trastorno de juego en Internet (también conocido comúnmente como *trastorno de uso de Internet*, *adicción a Internet*, o *adicción al juego*) tiene mérito como un trastorno independiente. Como en el trastorno por juego de apuestas, debe haber estudios epidemiológicos para determinar la prevalencia, el curso clínico, la posible influencia genética, y los factores biológicos potenciales basados en, por ejemplo, datos de imágenes cerebrales.

El trastorno de juego en Internet es un patrón de juego en Internet excesivo y prolongado que da por resultado un conjunto de síntomas cognitivos

y conductuales, incluyendo la progresiva pérdida de control sobre el juego, tolerancia, y síntomas de abstinencia, análogos a los síntomas de los trastornos por uso de sustancias. Como con los trastornos por uso de sustancias, los individuos con trastorno de juego en Internet continúan sentándose frente a un computador y participando en las actividades de juego aunque eso afecte otras actividades. Típicamente dedican 8-10 horas o más por día a esta actividad y al menos 30 horas por semana. Si se les impide el uso de un computador y volver al juego, se tornan agitados y enojados. A menudo pasan largos periodos sin dormir ni comer. Obligaciones normales, tales como la escuela o el trabajo, u obligaciones familiares son desatendidas. Esta condición está separada del trastorno por juego de apuestas que involucra Internet porque el dinero no está en riesgo.

La característica esencial del trastorno de juego en Internet es la persistente y recurrente participación en juegos de computador, típicamente juegos grupales, por muchas horas. Estos juegos involucran competencia entre grupos de jugadores (a menudo de diferentes regiones del mundo, así que la duración del juego es alentado por la independencia a la zona horaria) participando en actividades complejas y estructuradas que incluyen un aspecto significativo de interacción social durante el juego. Aspectos de equipo parecer ser un motivador clave. Intentos de dirigir al individuo hacia el trabajo académico o a actividades interpersonales son fuertemente resistidos. En consecuencia, actividades personales, familiares, o vacacionales son desatendidas. Cuando se pregunta a los individuos, las principales razones dadas para el uso del computador tienden a ser "evitar el aburrimiento" en lugar de la comunicación o la búsqueda de información.

La descripción de los criterios relacionados con esta condición es una adaptación de un estudio en China. Hasta que los criterios y el umbral para el diagnóstico estén determinados empíricamente, deben ser usadas definiciones

conservadoras, de manera que el diagnóstico se considera cuando se confirman cinco o más de los nueve criterios.

Características Asociadas para Apoyar el Diagnóstico

No se han identificado consistencias entre tipos de personalidad con el trastorno de juego en Internet. Algunos autores describen diagnósticos asociados, tales como trastornos depresivos, trastorno de déficit atencional con hiperactividad (TDAH), o trastorno obsesivo-compulsivo (TOC). Individuos con juego en Internet compulsivo han demostrado activación cerebral en regiones específicas gatilladas por exposición al juego en Internet, pero no limitadas a las estructuras del sistema de recompensa.

Prevalencia

La prevalencia del trastorno de juego en Internet no está clara debido a la variedad de cuestionarios, criterios y umbrales empleados, pero parece ser mayor en los países asiáticos y en la población masculina adolescente entre los 12 y 20 años. Abundan los reportes de países asiáticos, especialmente de China y Corea del sur, y en menor medida de Europa y Norteamérica, donde las estimaciones son muy variables. La prevalencia puntual en adolescentes (edades 15-19 años) en un estudio asiático usando un umbral de cinco criterios fue 8.4% para hombres y 4.5% para mujeres.

Factores de riesgo y predictivos

Ambientales. La disponibilidad de computadores con conexión a Internet permite el acceso al tipo de juegos con los cuales el trastorno de juego en Internet se asocia más comúnmente.

Genéticos y fisiológicos. Los adolescentes hombres parecen estar en mayor riesgo de desarrollar trastorno de juego en Internet, y se ha especulado

que el trasfondo ambiental y/o genético asiático es otro factor de riesgo, pero esto sigue estando poco claro.

Consecuencias en el funcionamiento del trastorno de juego en Internet

El trastorno de juego en Internet puede llevar al fracaso académico, la pérdida del trabajo, o el fracaso matrimonial. El comportamiento de juego compulsivo tiende a desplazar las actividades sociales, escolares y familiares normales. Los estudiantes pueden mostrar una baja en las calificaciones y eventualmente fracasar en la escuela. Las responsabilidades familiares pueden ser desatendidas.

Diagnóstico Diferencial

El uso excesivo del Internet que no involucra juegos online (p.e., excesivo uso de redes sociales, como Facebook; observar pornografía en línea) no es considerado análogo al trastorno de juego en Internet, y futuras investigaciones sobre otros usos excesivos de Internet tendrían que seguir lineamientos similares a los sugeridos en el presente manual. Las apuestas excesivas en líneas podrían llegar a calificar como un diagnóstico independiente del trastorno por juego de apuestas.

Comorbilidad

La salud puede descuidarse debido al juego compulsivo. Otros diagnósticos que pueden ser asociados con el trastorno de juego en Internet incluyen el trastorno depresivo mayor, trastorno de déficit atencional con hiperactividad, y trastorno obsesivo compulsivo.

Apéndice B: Instrumentos

Problem Videogame Playing (PVP) Scale

El instrumento tiene 9 Ítems, de respuesta sí o no. Su tiempo de aplicación es entre 3 y 5 minutos. Es aplicable a personas mayores de trece años. Debe preguntarse por los últimos doce meses. La investigación original no establece un puntaje de corte, pero varios estudios han aplicado un como criterio de adicción 4 o más ítems positivos.

Ítems:

- (1) Preocupación: Cuando no estoy jugando videojuegos, sigo pensando sobre ellos, es decir recordando juegos, planeando la próxima partida, etc.
- (2) Tolerancia: Invierto una cantidad de tiempo cada vez mayor de tiempo jugando videojuegos.
- (3) Pérdida de control: He tratado de controlar, reducir o parar de jugar, o usualmente utilizo videojuegos por un periodo de tiempo mayor al que quería.
- (4) Abstinencia: Cuando no puedo usar videojuegos me pongo inquieto o irritable
- (5) Escape: Cuando me siento mal, por ejemplo nervioso, triste o enojado, o cuando tengo problemas, uso los videojuegos con más frecuencia.
- (6) Pérdida de control: Cuando pierdo en un juego o no obtengo el resultado deseado, necesito jugar de nuevo para lograr mi objetivo.
- (7) Mentiras y engaños: A veces escondo mis hábitos de juego a otros, por ejemplo, a mis padres, amigos, profesores.
- (8) Desinterés por las consecuencias físicas o psicológicas: Con el fin de jugar me he saltado clases o el trabajo, o mentido, o robado, o tenido una discusión o una pelea con alguien.

(9) Disrupción familiar/escolar: Debido a mi uso de videojuegos he descuidado mi trabajo doméstico, escolar, o no he comido, o he ido tarde a la cama, o he pasado menos tiempo con mis amigos y familia.

Game Addiction Scale (GAS)

El instrumento tiene 21 ítems, con 5 respuestas en un continuo. Tiene una escala de 7 ítems. Su tiempo de aplicación es entre 10 y 15 minutos. Es aplicable a personas mayores de doce años. Debe preguntarse por los últimos seis meses. La investigación original establece como puntaje de corte tres “a veces” en los siete ítems.

Ítems:

Qué tan a menudo en los últimos seis meses...

Saliencia:

- (1) ¿Piensas en jugar durante todo el día? *
- (2) ¿Pasa mucho tiempo libre jugando?
- (3) ¿Te has sentido adicto a los juegos?

Tolerancia:

- (4) ¿Has jugado más tiempo del que pretendías?
- (5) ¿Has invertido cada vez más tiempo en los videojuegos? *
- (6) ¿Has sido incapaz de detenerte una vez que empiezas a jugar?

Modificación del estado de ánimo:

- (7) ¿Has jugado para olvidar la vida real? *
- (8) ¿Has jugado para liberar el estrés?

(9) ¿Has jugado para sentirte mejor?

Recaída:

(10) ¿Has sido incapaz de reducir tu tiempo jugando?

(11) ¿Otros han tratado sin éxito de hacerte reducir tu uso de videojuegos? *

(12) ¿Has fallado cuando tratas de reducir tu tiempo de juego?

Abstinencia:

(13) ¿Te has sentido mal cuando no has podido jugar? *

(14) ¿Te has enojado cuando no has podido jugar?

(15) ¿Te has sentido estresado cuando no has podido jugar?

Conflicto:

(16) ¿Has peleado con otros (como tu familia, amigos) por el tiempo que pasas jugando? *

(17) ¿Has dejado gente de lado (como tu familia, amigos) porque estar jugando?

(18) ¿Has mentido sobre el tiempo que pasas jugando?

Problemas:

(19) ¿El tiempo que juegas te ha causado privación de sueño?

(20) ¿Has descuidado otras actividades importantes (como escuela, trabajo, deportes) para jugar videojuegos? *

(21) ¿Te sientes mal después de jugar por un largo tiempo?

Las respuestas son: (1) nunca, (2) raramente, (3) a veces, (4) a menudo, (5) muy a menudo

* Incluidos en la escala de 7 ítems.

DSM-IV-TR Juego Patológico

Este conjunto de criterios no mide el uso de videojuegos, por lo que diferentes investigaciones lo han adaptado. Son 10 o 11 ítems dependiendo de la adaptación que se haga. La respuesta es de sí o no. Su tiempo de aplicación es entre 3 y 5 minutos. Es aplicable a personas mayores de ocho años. Debe preguntarse por los últimos doce meses. Se considera patológico con un puntaje mayor o igual 4 o 5, dependiendo de la adaptación.

Criterios para el diagnóstico del Juego patológico:

A. Comportamiento de juego desadaptativo, persistente y recurrente, como indican por lo menos cinco (o más) de los siguientes ítems:

- (1) preocupación por el juego (p. ej., preocupación por revivir experiencias pasadas de juego, compensar ventajas entre competidores o planificar la próxima aventura, o pensar formas de conseguir dinero con el que jugar)
- (2) necesidad de jugar con cantidades crecientes de dinero para conseguir el grado de excitación deseado
- (3) fracaso repetido de los esfuerzos para controlar, interrumpir o detener el juego
- (4) inquietud o irritabilidad cuando intenta interrumpir o detener el juego
- (5) el juego se utiliza como estrategia para escapar de los problemas o para aliviar la disforia (p. ej., sentimientos de desesperanza, culpa, ansiedad, depresión)
- (6) después de perder dinero en el juego, se vuelve otro día para intentar recuperarlo (tratando de «cazar» las propias pérdidas)
- (7) se engaña a los miembros de la familia, terapeutas u otras personas para ocultar el grado de implicación con el juego

(8) se cometen actos ilegales, como falsificación, fraude, robo, o abuso de confianza, para financiar el juego

(9) se han arriesgado o perdido relaciones interpersonales significativas, trabajo y oportunidades educativas o profesionales debido al juego

(10) se confía en que los demás proporcionen dinero que alivie la desesperada situación financiera causada por el juego

B. El comportamiento de juego no se explica mejor por la presencia de un episodio maníaco.

Young's Internet Addiction Test (YIAT20)

Este instrumento no mide el uso de videojuegos, por lo que diferentes investigaciones lo han adaptado. Son 20 ítems. Las respuestas son en la escala Likert. Su tiempo de aplicación es entre 5 y 10 minutos. Debe preguntarse por los últimos doce meses. La autora sugiere que un puntaje de 20-30 es un usuario promedio que tiene control sobre su uso. Un puntaje de 40-69 representa problemas frecuentes debido al uso, y un puntaje de 70-100 significa que el Internet está causando problemas significativos

Ítems:

01 ¿Qué tan a menudo te encuentras permaneciendo en línea más de lo que pretendías?

02 ¿Qué tan a menudo descuidas tareas domésticas para pasar más tiempo en línea?

03 ¿Qué tan a menudo prefieres la emoción de Internet a la intimidad con tu pareja?

- 04 ¿Qué tan a menudo formas nuevas relaciones con otros usuarios de Internet?
- 05 ¿Qué tan a menudo las personas en tu vida se quejan del tiempo que pasas en Internet?
- 06 ¿Qué tan a menudo tus notas o trabajo escolar se recienten debido al tiempo que pasas en Internet?
- 07 ¿Qué tan a menudo revisas tu email antes de otra cosa que necesitas hacer?
- 08 ¿Qué tan a menudo tu rendimiento laboral o productividad se resienten por el Internet?
- 09 ¿Qué tan a menudo te tornas defensivo o reservado cuando alguien pregunta qué haces en línea?
- 10 ¿Qué tan a menudo bloqueas pensamientos perturbadores sobre tu vida con pensamientos tranquilizantes sobre Internet?
- 11 ¿Qué tan a menudo te encuentras anticipando la próxima vez que te conectarás?
- 12 ¿Qué tan a menudo temes que tu vida sin Internet sería aburrida, vacía y sin alegría?
- 13 ¿Qué tan a menudo pierdes el control, gritas o actual iritado si alguien te molesta mientras estás en línea?
- 14 ¿Qué tan a menudo pierdes horas de sueño por estar conectado hasta tarde?
- 15 ¿Qué tan a menudo te sientes preocupado por el Internet cuando estás desconectado, o fantaseas sobre estar en línea?
- 16 ¿Qué tan a menudo te encuentras diciendo “sólo un par de minutos más” cuando estás en línea?
- 17 ¿Qué tan a menudo tratas de reducir el tiempo que pasas en línea y fallas?
- 18 ¿Qué tan a menudo tratas de esconder cuánto tiempo has pasado en línea?
- 19 ¿Qué tan a menudo eliges pasar más tiempo en línea a salir con otros?

20 ¿Qué tan a menudo te sientes deprimido, de mal humor o nervioso cuando no estás conectado, y se te pasa cuando te vuelves a conectar?

Las respuestas son: 1 = raramente, 2 = ocasionalmente, 3 = frecuentemente, 4 = a menudo, 5 = siempre.