

***EL GENERAL LEKIM O LA CONVENIENCIA DE REFLEXIONAR
SOBRE LOS VIDEOJUEGOS***

JOSEP CORNELLÀ I CANALS

Profesor de Escola EUSES – Garbí. Universitat de Girona

Hace unos pocos días me visitó el general LEKIM. A sus dieciséis años, ha conseguido los galones en un juego “on line” llamado “Call of Duty”. Como general y comandante en plaza, tiene sus subordinados, distribuidos por la amplia geografía peninsular. Por las noches se conectan y organizan sus batallas y sus guerrillas. Para llegar a general, es necesario haber causado unas cuantas bajas al enemigo. En la vida civil se llama Mikel y es un adolescente, como tantos otros, atraído por el mundo del juego cibernético. ¿Es realmente un problema el uso de los videojuegos por personas menores de edad? ¿O es un problema que vemos los adultos donde no hay más que un juego al que, algunos, no somos capaces de acceder?

El tema ha ocupado las páginas de algunos periódicos cuando este pasado mes de agosto se celebró el juicio contra Anders B Breivik, autor confeso de la matanza de 77 personas en Oslo y en el campamento de Utoya en julio de pasado año. Breivik se presentó ante el tribunal afirmando: “Soy un comandante militar del movimiento de resistencia anticomunista noruego y jefe justiciar de la orden de los Caballeros Templarios”, una orden creada por él mismo y de la que se había autoerigido como líder. ¡Casi nada! Durante el juicio, confesó que había entrenado su puntería jugando a “Call of Duty”. No parece que ello fuera determinante de su conducta. Según The Guardian, Breivik no tuvo reparos en explicar que “el juego consiste en cientos de diferentes tareas y algunas de estas tareas pueden ser comparadas con un ataque de verdad. Es por eso que usé muchos ejércitos alrededor del mundo. Es muy bueno para adquirir experiencia respecto a

los sistemas de mirillas. Si estás familiarizado con mirillas holográficas, están construidas de tal manera que podrías dársela a tu abuela y ella sería una gran tiradora. Están diseñadas para ser usadas por cualquiera. En verdad requiere muy poco entrenamiento para usarse en una forma óptima. Pero por supuesto ayuda si has practicado usando un simulador”.

Entonces, ¿qué hacemos con los videojuegos? Realmente existe todavía muy escasa bibliografía a nivel científico, que contrasta con la abundante información que los jóvenes (y los no tan jóvenes) pueden obtener en la red. Hay que analizar la situación desde el contenido, el contexto y la estructura del videojuego, sin olvidar los aspectos del entorno.

Videojuegos, agresividad y violencia.

Existen evidencias de que el uso de videojuegos de contenido violento supone un factor de riesgo para la agresión, incrementando los pensamientos agresivos y las emociones fuera de control, desensibilizando hacia la violencia percibida y disminuyendo el instinto de ayuda (1). Existe una asociación entre consumo de videojuegos de contenido violento y conductas de riesgo (peleas con violencia e iniciación al consumo de alcohol) antes de los 13 años de edad (2).

Por lo tanto, está justificada una mayor investigación para conocer cuáles son los mecanismos por los cuales la exposición a estos medios electrónicos puede favorecer la aparición de dichas conductas de riesgo. Se impone desarrollar estrategias que permitan entender como

el contenido y el contexto (especialmente las relaciones grupales) influyen en estas conductas de riesgo para proceder a elaborar planes de prevención.

Existen diferencias de género en las respuestas ante los videojuegos de contenido violento que precisan también mayor investigación (3). En algunos estudios se ha demostrado la relación entre videojuegos y conducta violenta en las muchachas, pero no en los muchachos (4). Los videojuegos que representan escenas de violencia hacia las mujeres se relacionan, de manera estadísticamente positiva, con un aumento de aceptación hacia los actos violentos y de agresión sexual hacia las mujeres por parte de los varones (5). Es un dato a tener en cuenta.

Uno de los condicionantes reconocidos como de mucha influencia en la génesis de dicho riesgo es la situación de protagonismo en que se encuentra el jugador a la hora de efectuar los disparos. A nivel biológico, el consumo de videojuegos induce una liberación de dopamina en el núcleo estriado aunque, de momento, no queda claro cuáles son los aspectos del juego que causan esta activación ni si los contenidos violentos contribuyen a la misma. En un estudio hecho en Alemania, se ha utilizado la Resonancia Magnética Funcional para hallar las posibles correlaciones neurobioquímicas en adolescentes voluntarios mientras jugaban, como protagonistas, en un videojuego de contenido violento (Tactical Ops: Assault on Terror). Se definió el éxito como la eliminación de los oponentes y el fracaso como la propia eliminación. Se utilizó un cuestionario para valorar las oscilaciones de la afectividad antes y después del juego. Los resultados son muy definitivos: los fracasos y los éxitos aumentan la actividad en el córtex visual, pero solamente los fracasos disminuyen la actividad en el córtex orbitofrontal y en el núcleo caudado. Existe una correlación entre la afectividad negativa y los fracasos en el juego, evidenciada en el lóbulo temporal derecho (6). Existen dificultades metodológicas para relacionar las alteraciones observadas con las conductas violentas, pero se trata de un estudio que plantea nuevos interrogantes desde la neurociencia.

En definitiva, existe suficiente evidencia de que el consumo de videojuegos con contenido violento supone un predictor importante en las conductas agresivas de los adolescentes de ambos sexos (7).

Videojuegos prosociales.

Desde la Sociedad de Psicología de Austria se plantea una necesaria reflexión. Es cierto que existen estudios que

relacionan los videojuegos violentos con el aumento de tendencias agresivas en la conducta de los jóvenes. Pero se advierte que se han estudiado muy poco los posibles efectos beneficiosos de los videojuegos para incrementar las tendencias prosociales. No todos los videojuegos tienen las mismas características, ni tienen semejante perfil de personalidad quienes los consumen. Se insiste en que los videojuegos con contenido prosocial incrementan, en quien los juega, la accesibilidad a los pensamientos prosociales. Por lo tanto, en función de su contenido, los videojuegos pueden ser dañinos, pero también pueden ser beneficiosos para las relaciones sociales (8).

Efectivamente, ciertos tipos de videojuegos pueden ser útiles en la mejora de las destrezas viso-espaciales y pueden ser de gran ayuda en las tareas educativas. Especial importancia se concede actualmente a los videojuegos que incluyen el ejercicio físico (“exergames”), especialmente indicados en el tratamiento de adolescentes de vida sedentaria (1).

De hecho, todo videojuego que se utiliza en grupo y que estimula la cooperación entre los jugadores, puede promover sentimientos de cohesión, con activación de la responsabilidad entre compañeros y de las conductas de cooperación (9).

No olvidemos la personalidad.

La personalidad (suma de temperamento y carácter) forma parte de la vida de los adolescentes y no debe ser olvidado en toda investigación sobre conductas violentas. Se ha podido demostrar que los adolescentes que se muestran abiertos pero poco agradables consumen con más frecuencia los videojuegos de contenido violento. Cuanto más abiertos y extrovertidos y, a su vez, menos agradables de carácter sean los adolescentes, más contenido violento suelen tener los videojuegos utilizados. Por lo tanto, la personalidad puede ser altamente predictiva sobre el consumo de videojuegos de contenido violento.

Los videojuegos de contenido prosocial reducen la hostilidad e incrementan los afectos positivos, actuando de manera opuesta a los videojuegos de contenido violento. Pero estos efectos tienen relación con la personalidad. Mientras que en los adolescentes altruistas se moderan las reacciones hostiles, en los adolescentes egoístas aumentan los sentimientos agresivos (10).

Acción sobre los trastornos por déficit de atención.

A pesar de que se ha dicho que los videojuegos pueden

ayudar en el control atencional, la evidencia actual señala que los videojuegos exacerbaban los problemas de atención y tienen efectos perjudiciales sobre los aspectos del control cognitivo. Asimismo, existe una relación negativa entre el tiempo pasado ante la pantalla y los resultados escolares (1).

¿Y los trastornos depresivos?

En muchos de los estudios sobre los efectos de los videojuegos en la génesis de conductas violentas se han olvidado los factores del entorno del adolescente, como son el entorno familiar, la delincuencia en los compañeros y los síntomas depresivos. En un estudio realizado con más de 300 adolescentes, se observa que la depresión es el indicador más consistente en la predicción de las conductas agresivas y violentas (11). Los síntomas depresivos pueden actuar con rasgos antisociales, de manera que los adolescentes antisociales con síntomas depresivos tendrían una mayor facilidad para la conducta violenta.

Aspectos prácticos

De los muchos estudios revisados, se llega a la conclusión de que no existe un consenso claro sobre la relación entre videojuegos y agresividad, especialmente en lo que se refiere al impacto que puedan tener los videojuegos a largo plazo en las conductas violentas. El aumento de actitudes proviolentas sería muy poco significativo (12).

Un aspecto que preocupa actualmente a nuestra sociedad es el creciente fracaso escolar. Aquí sí que existen datos concluyentes que indican que cuanto más tiempo dediquen los alumnos a consumir videojuegos y, especialmente, de contenido violento, peores van a ser los resultados escolares (13). Este hecho ha llevado a algunos países, como Alemania, a plantear la necesidad de implementar programas en las escuelas para reducir los efectos de los videojuegos en el rendimiento académico. Programas de los que no deberían quedar excluidos los padres. Supervisando los contenidos de los juegos, y sus sistemas de valores, podrán incidir en el tiempo de exposición a situaciones que, potencialmente, son perjudiciales para la salud mental de sus hijos (14).

En nuestra sociedad existe la necesidad de estudiar cuáles son los mecanismos que permitan reducir la violencia entre adolescentes y jóvenes. Está bastante claro que la televisión y los videojuegos con contenido violento pueden estimular las conductas agresivas. Pero también es cierto que estos juegos pueden ser utilizados en el

aprendizaje de buenas conductas prosociales (15). Parece evidente que debería restringirse la enorme publicidad que en los medios se da a los crímenes, mientras se estudia a fondo su influencia, de la misma manera que existe un código de buenas prácticas para evitar la publicidad de los suicidios. Por otra parte, hay evidencias de que el aumento de las sanciones a los jóvenes delincuentes no tiene ningún efecto disuasorio.

Recomendaciones.

La Academia Americana de Pediatría propone las siguientes recomendaciones (1), de utilidad para los profesionales de la salud:

- Es importante incluir en la anamnesis de la historia clínica sobre el uso de videojuegos y el consumo de otros medios de comunicación. No debe dudarse en aconsejar a los padres sobre la limitación del tiempo que sus hijos dedican a los videojuegos, pues no deja de ser un eficiente factor de protección.
- No debe confiarse únicamente en las calificaciones de los juegos. Hasta en un 75 % de juegos clasificados para todos los públicos, pueden encontrarse escenas violentas. Es importante investigar a fondo los contenidos.
- Hay que saber elegir; seleccionar aquellos juegos no violentos y que han demostrado tener efectos positivos: juegos educativos, juegos prosociales, y juegos que favorecen el ejercicio. Conviene evitar aquellos videojuegos en que, para ganar puntos, hay que hacer daño a otros personajes.
- Los límites son fundamentales: hay un tiempo para cada actividad, y los videojuegos deben tener su cómputo de tiempo. Las normas deben ser claras por lo que se refiere a los tipos de contenidos permitidos, y al tiempo que se puede dedicar. La Academia Americana de Pediatría recomienda no sobrepasar las dos horas al día en tiempo total dedicado a estar frente a la pantalla (videojuegos, televisión, PC, etc.).
- Para ejercer un buen control sobre las actividades de los hijos, los dispositivos para jugar deben estar en un espacio público de la vivienda. Debe evitarse que el niño o adolescente pueda jugar en el ámbito privado de su habitación.
- El adulto debe mantenerse involucrado, desde el conocimiento, en los videojuegos. Ello implica

también discutir con los hijos sobre los valores que se pueden transmitir (o no) a través de la pantalla. Los niños deben aprender de los adultos a tomar buenas decisiones.

- Según las estadísticas, tres cuartas partes de la población ignora cuáles pueden ser los efectos positivos o negativos de los videojuegos. Mientras desde algunos medios de comunicación pueden aparecer noticias alarmistas, hay que intentar provocar el debate desde la argumentación. La educación de los hijos forma parte de la prevención en salud mental. Por lo tanto, se trata de una actividad preventiva a la que no se puede renunciar.

Punto final.

En definitiva, seguiré atendiendo en mi consulta al general LEKIM. Y, sin ninguna alarma (pues no hay indicadores de riesgo en su personalidad, ni en su entorno sociofamiliar, ni presenta síntomas depresivos), me limitaré a discutir los aspectos de su juego favorito, intentando que aumente en él el espíritu de crítica, que siempre se ha demostrado como un buen elemento de protección. Los videojuegos están aquí y no podemos olvidarlo. Ni para bien ni para mal. No debemos caer en la tentación de ser profetas de calamidades y nuestro interés debe estar en mejorar la capacidad para la reflexión en nuestros adolescentes y jóvenes.

BIBLIOGRAFIA

1. Prot S, McDonald KA, Anderson CA, Gentile DA. Video games: good, bad, or other? *Pediatr Clin North Am.* 2012; 59 (3): 647-58
2. Denniston MM, Swahn MH, Hertz MF, Romero LM. Associations between Electronic Media Use and Involvement in Violence, Alcohol and Drug Use among United States High School Students. *West J Emerg Med.* 2011; 12 (3): 310-5.
3. Lin SF. Gender differences and the effect of contextual features on game enjoyment and responses. *Cyberpsychol Behav Soc Netw.* 2010; 13 (5): 533-7.
4. Janssen I, Boyce WF, Pickett W. Screen time and physical violence in 10 to 16-year-old Canadian youth. *Int J Public Health.* 2010 Nov 26. [Epub ahead of print]
5. Beck VS, Boys S, Rose C, Beck E. Violence against women in video games: a prequel or sequel to rape myth acceptance? *J Interpers Violence.* 2012; 27 (15): 3016-31.
6. Mathiak KA, Klasen M, Weber R, Ackermann H, Shergill SS, Mathiak K. Reward system and temporal pole contributions to affective evaluation during a first person shooter video game. *BMC Neurosci.* 2011; 12: 66.
7. Ferguson CJ, San Miguel C, Garza A, Jerabeck JM. A longitudinal test of video game violence influences on dating and aggression: a 3-year longitudinal study of adolescents. *J Psychiatr Res.* 2012; 46 (2): 141-6.
8. Greitemeyer T, Osswald S. Playing prosocial video games increases the accessibility of prosocial thoughts. *J Soc Psychol.* 2011; 151 (2): 121-8.
9. Greitemeyer T, Traut-Mattausch E, Osswald S. How to ameliorate negative effects of violent video games on cooperation: Play it cooperatively in a team *Computers in Human Behavior* 2012; 28: 1465-70.
10. Saleem M, Anderson CA, Gentile DA. Effects of Prosocial, Neutral, and Violent Video Games on College Students' Affect. *Aggress Behav.* 2012. doi: 10.1002/ab.21427. [Epub ahead of print]
11. Ferguson CJ. Video games and youth violence: a prospective analysis in adolescents. *J Youth Adolesc.* 2011; 40 (4): 377-91.
12. Teng SK, Chong GY, Siew AS, Skoric MM. Grand Theft Auto IV Comes to Singapore: Effects of Repeated Exposure to Violent Video Games on Aggression. *Cyberpsychol Behav Soc Netw.* 2011. [Epub ahead of print]
13. Mössle T, Kleimann M, Rehbein F, Pfeiffer C. Media use and school achievement--boys at risk? *Br J Dev Psychol.* 2010; 28 (Pt 3): 699-725.
14. Colón-de Martí LN, Rodríguez-Figueroa L, Nazario LL, Gutiérrez R, González A. Video games use patterns and parenteral supervision in a clinical sample of Hispanic adolescents 13-17 years old. *Bol Asoc Med P R.* 2012; 104 (1): 23-31.
15. Dill KE, Redding RE, Smith PK, Surette R, Cornell DG. Recurrent issues in efforts to prevent homicidal youth violence in schools: expert opinions. *New Dir Youth Dev.* 2011; 129: 113-28. doi: 10.1002/yd.391.