

Ciencia & Sociedad

“La interacción con los videojuegos puede satisfacer nuestras necesidades psicológicas básicas como la competencia, puesto que el hecho de superar obstáculos y llegar a otros niveles de dificultad crean una imagen positiva acerca de nuestras habilidades para resolver problemas”

Dra. Mabel Urrutia, UdeC.

VIDEOJUEGOS Y SALUD MENTAL:

Especialistas coinciden en significativos aportes para el desarrollo de habilidades

Noticias UdeC

Autonomía, socialización y satisfacción de necesidades psicológicas básicas destacan entre las principales bondades que el psicólogo y Coordinador del Área de Salud del equipo de E-Sports de la UdeC, Francisco Durán Núñez, y la profesora asociada de la Facultad de Educación, Dra. Mabel Urrutia Martínez, reconocen en los videojuegos y las experiencias digitales.

Recientemente se revelaron los resultados de un estudio que midió el impacto de los videojuegos en la población de Japón durante la pandemia de covid-19, entre 2020 y 2022. La investigación, que se aplicó en más de 97 mil personas de entre 10 y 69 años, concluyó que jugar con consolas como la PlayStation 5 y Nintendo Switch aportaron “beneficios duraderos para la salud psicológica” de las personas.

“La interacción con los videojuegos puede satisfacer nuestras necesidades psicológicas básicas como la competencia, puesto que el hecho de superar obstáculos y llegar a otros niveles de dificultad crean una imagen positiva acerca de nuestras habilidades para resolver problemas. Algo similar ocurre con la Autonomía porque los desafíos a los que se enfrentan los usuarios en los videojuegos implica un trabajo individual hombre-máquina que impulsa a los jugadores a enfrentar la situación por sí mismos. Por último, la vinculación se lograría en algunos juegos que involucran participación de otras personas, algunos jugadores de otros países que favorecen el desarrollo de la globalización”, indicó la Dra. Mabel Urrutia.

En la misma línea, el psicólogo del equipo de E-Sports de la UdeC afirmó que a través de su experiencia preparando a personas para competir en torneos virtuales, “lo que más me gusta es ver cómo los videojuegos permiten desarrollar la capacidad de socia-



Socialización y satisfacer necesidades psicológicas básicas como la competencia y la autonomía destacaban entre los principales beneficios que entregan las interacciones virtuales.

lizar con otras personas. Los estudiantes se comunican por Discord o a través de los propios chats que tienen los videojuegos, donde se coordinan para juntarse”.

La académica de Educación añadió que el uso de videojuegos “también favorece la motivación extrínseca, puesto que el recibir recompensas continuas a medida que van superando niveles o puntajes genera en el usuario una sensación de bienestar y puede lle-

gar a liberar la ansiedad de una forma similar a cuando comemos un dulce”.

Control parental

No obstante, el uso del videojuego puede llegar a generar adicción si no existe un control parental que regule esta conducta. En este aspecto, los especialistas coinciden en que esto tiene más que ver con nuestra disposición al uso de los aparatos que con una característica propia de estos.

“No es el videojuego en sí el que provoca la adicción, sino la cantidad de horas que se le dedica al día o el horario de juegos. Hay juegos que podrían también llegar a ser muy peligrosos como el “juego de la ballena” que propulsó el suicidio de muchos adolescentes a lo largo del mundo. De este modo, el control parental debe ser obligatorio para saber qué consumen los hijos, en qué horarios y cómo usan, asi-

mismo, las redes sociales para evitar el ciberbullying, una forma de exclusión social que genera daños importantes en el desarrollo de la autoestima de los niños, niñas y jóvenes”, concluyó la académica de Educación.

El psicólogo coincidió que los videojuegos “pueden tener un impacto negativo sobre todo cuando hablamos de primera infancia, niños y adolescentes donde están más sobreexposados y tienen una menor regulación de su impulso. Considerando que los videojuegos sí tienen este factor de generar una gran satisfacción por el circuito de recompensa que generan, hay que tratar de llegar a puntos medios. O sea, es importante que las personas conozcan bien qué es lo que están utilizando y para qué lo van a utilizar”.

Otras experiencias positivas

Además de estar comúnmente vinculados como espacios para el ocio, los videojuegos, apps y softwares también han sido utilizados como herramienta para trabajar habilidades específicas, como el caso de la Dra. Urrutia, quien tiene experiencia en aplicaciones que contribuyen al desarrollo del lenguaje en niñas y niños.

“A nivel preescolar, hemos trabajado en una tesis doctoral de psicología con una app (Ayún) para fomentar el lenguaje en niños con Trastorno de Desarrollo del Lenguaje (TDL) en niños de 5 años de edad. Los niños y niñas participaron con mucho entusiasmo con esta aplicación y consideramos que es una excelente herramienta para que las y los fonoaudiólogas/os trabajen estos aspectos semánticos de una manera más interactiva, basándose en el juego”, contó.

Agregó que “a nivel de Educación Superior, hemos trabajado un software llamado Lectoentreno en el marco del proyecto Fondecyt Regular 1241145 que dirijo, en el que implementamos varias estrategias cognitivas nuevas de comprensión lectora como la estrategia visual, verbal y multimodal y los resultados que hemos obtenido es que los estudiantes mejoran su comprensión lectora, sobre todo en velocidad lectora y aspectos semánticos discursivos en que presentaban dificultades al comienzo. El uso de la Tablet en el aula generó un cambio positivo para leer textos digitales”.

OPINIONES

Twitter @DiarioConce
 contacto@diarioconcepcion.cl