

## Experta advierte riesgos de los videojuegos para la salud mental de niños, niñas y adolescentes



**Marcela García-Huidobro, Psicóloga Coordinadora del Centro de Atención Psicológica de la Universidad Santo Tomás en Santiago**

**El auge de las microtransacciones y las cajas de recompensa en el mundo gamer ha generado un intenso debate sobre sus posibles efectos en desarrollo de conductas adictivas, especialmente para los jugadores más jóvenes, de acuerdo a Coordinadora del Centro de Atención Psicológica de la Universidad Santo Tomás Santiago.**

Las microtransacciones o micropagos, se han convertido en una parte integral del mundo gamer. Este modelo de negocio permite a los jugadores adquirir bienes y servicios virtuales utilizando dinero real dentro del universo de un videojuego. Los artículos comprados pueden variar desde mejoras estéticas, ventajas competitivas hasta contenido adicional, incluyendo las controvertidas loot boxes o cajas de recompensa.

Las loot box son un tipo de micropago particularmente polémico. Son cajas sorpresa con diversos elementos y se comparan con las máquinas tragamonedas por su naturaleza aleatoria. Este mecanismo puede llevar a los jugadores a gastar grandes sumas de dinero en busca de obtener elementos específicos. Esto ha despertado preocupaciones entre críticos y reguladores por su similitud con los juegos de azar.

De acuerdo con Marcela García-Huidobro, Psicóloga Coordinadora del Centro de Atención Psicológica de la Universidad Santo Tomás en Santiago, existen antecedentes suficientes para afirmar que existe una significativa relación entre la exposición a las cajas de recompensa y el desarrollo conductas adictivas relacionadas a los videojuegos, especialmente en niños, niñas y adolescentes (NNA).

### **Deseo y placer**

Marcela García-Huidobro explica que “las microtran-

sacciones y las cajas de recompensa pueden afectar el desarrollo cognitivo emocional de niños y niñas, ya que este modelo de negocio se ha relacionado directamente con el mecanismo de los juegos de azar”. Según la especialista, estas prácticas pueden tener un potencial adictivo significativo. “Los niños y niñas presentan más riesgo de verse involucrados en conductas adictivas, ya que presentan un menor control de impulsos debido a que sus funciones ejecutivas son todavía inmaduras”, señala.

Desde el punto de vista de la salud mental, algunos estudios han concluido que los jugadores expuestos a microtransacciones presentan un uso más problemático de videojuegos y mayor impulsividad. En esta línea, la psicóloga señala que “la gratificación instantánea generada por las microtransacciones y las cajas de recompensa está dada por la presencia de tres elementos relevantes: una condición de elegibilidad, un procedimiento aleatorio y una recompensa”. Estos elementos crean altas expectativas y una motivación elevada para continuar gastando.

Ahora bien, la dopamina, un neurotransmisor crucial en la regulación de diversas funciones, juega un papel central en esta dinámica. “Hay una línea de investigación que sugiere que la dopamina se encuentra más relacionada con la anticipación de una recompensa que con

la recompensa en sí. Esto significa que desear algo puede generar más placer que obtenerlo, aumentando la descarga de dopamina y, por ende, las sensaciones placenteras,” indica García-Huidobro. Este ciclo puede llevar a una tolerancia al placer y una mayor vulnerabilidad al dolor o malestar, incrementando el riesgo de adicción.

### **Estrategias de prevención**

La preocupación sobre este tema es tal que Bélgica en 2018 prohibió la venta de loot boxes debido a sus riesgos asociados. Sobre esto, la psicóloga de la UST advierte que, aunque los estudios sobre las consecuencias a largo plazo de estos videojuegos son limitados, ya se están identificando riesgos tanto cognitivos como emocionales.

En respuesta a estas inquietudes, García-Huidobro recomienda a los padres activar estrategias parentales como la supervisión de los juegos, evitar videojuegos con cajas de recompensa, regular las horas de exposición y prevenir que los niños tengan acceso a pagos sin supervisión.

“Es fundamental incluir y mantener a largo plazo estrategias de prevención de adicciones y conductas impulsivas, fortaleciendo las habilidades para enfrentar conflictos, la gestión emocional y la estrategia de regulación frente a sensaciones displacenteras en los niños y niñas”, concluye la especialista.