

## Módulo 4: Videojuegos

# CURSO ADICCIONES COMPORTAMENTALES Y NUEVAS TECNOLOGÍAS

# **Perspectiva de género en el uso de videojuegos**

# Perspectiva de género en el uso de videojuegos

- Creencia social de que los videojuegos son algo de chicos.
- Diseño y publicidad de videojuegos únicamente orientados a la población masculina (escasez de personajes principales femeninos) fomentando la creencia de que los videojuegos son para los hombres.
- Aproximadamente el 35% de profesionales de e-sports (deportes electrónicos, competición de videojuegos) son mujeres, sin embargo, muy pocas llegan a la primera línea. Esto no se debe a que existan diferencias biológicas que justifiquen mayor o peor capacidad para jugar, en parte se debe a la discriminación que sufren las mujeres dentro de los propios videojuegos
- Hipersexualización del cuerpo femenino, con exageración de los rasgos asociados al ideal de belleza actual.

# Formas de clasificación de los videojuegos

# Formas de clasificación de los videojuegos

En función de su forma recaudatoria



En función del contenido que incluye



En función de la edad recomendada



# Clasificación en función de su forma recaudatoria

Es importante saber distinguir qué estrategias utilizan los propios videojuegos para conseguir recaudar más dinero. Existen muchos videojuegos donde el gasto económico puede llegar a ser muy elevado. Este gasto es especialmente preocupante en el caso de población infantojuvenil, donde profesorado y familia dan la voz de alarma ante el gran número de menores que invierten elevadas cantidades de dinero



## Free2Play (Jugar gratis)

Son aquellos juegos que permiten su utilización completa de forma gratuita.



## Pay2Fast o Pay2Progress (Pagar para avanzar)

Aquellas partes del juego (temporales o fijas) que permiten avanzar mediante el pago.



## Pay2Play (Pagar para jugar)

Son aquellos juegos que tienen la opción de pagar para tener más niveles o escenarios.



## Pay2Win (Pagar para ganar)

Son aquellos juegos que facilitan en gran medida el ganar la partida.

# Clasificación en función del contenido que incluye



En el caso de ser +12 y tener esta etiqueta quiere decir que el videojuego contiene palabrotas leves y si el videojuego es +16 o +18, incluye insultos sexuales o blasfemia.



Si se trata de violencia no realista o no detallada +7, si es en un entorno de fantasía o es violencia no realista +12 y si es violencia realista +16 o + 18, en función de la intensidad.



Este tipo de videojuegos incluye estereotipos étnicos, religiosos, nacionalistas u otros que puedan alentar el odio. Es probable que el contenido presentado infrinja las leyes penales nacionales.



Si la etiqueta aparece con el PEGI +7 se considera que tiene contenido de miedo (imágenes o sonidos que pueden atemorizar), se denomina terror si aparece acompañada de +12 (secuencias de terror moderadas) o de +16, también (secuencias de terror intensas y constantes, además de imágenes perturbadoras).

Son juegos comúnmente relacionados con las casas de apuestas o los casinos. Son videojuegos con una etiqueta de edad recomendada superior o igual a +12.



Si el juego tiene este descriptor, quiere decir que se pueden comprar bienes o servicios digitales con moneda real, desactivación de los anuncios, además de permitir determinadas actualizaciones.



Hacen referencia a los juegos que tengan como contenido el uso de drogas ilegales, alcohol o tabaco.

Si aparece con PEGI +12, quiere decir que incluye posturas o insinuaciones sexuales, si sale junto a PEGI +16, hay desnudos eróticos o sexo sin genitales visibles y si está con PEGI +18, hay una actividad sexual explícita





# Clasificación en función de la edad



Se considera adecuado para todos los grupos de edad. El juego no debe obtener sonidos que puedan asustar a niñas o niños pequeños. Una forma muy leve de violencia (en un contexto cómico o en un entorno infantil) es aceptable. No se debe escuchar un lenguaje soez.

Puede contener escenas o sonidos que atemorizan a niñas y niños más pequeños. Puede haber formas muy suaves de violencia (violencia implícita, no detallada o o realista).





Se muestra violencia con naturaleza un poco más gráfica hacia personajes de fantasía o violencia no realista a personajes humanos. Puede haber insinuaciones sexuales o posturas sexuales, el lenguaje soez es leve. Los juegos de azar también pueden estar presentes (casinos o salas juego).

Cuando la violencia o actividad sexual alcanza un nivel semejante al que se esperaría en la vida real, el uso de lenguaje incorrecto puede ser más extremo. Además, juegos de azar y uso de tabaco, alcohol o drogas ilegales también pueden estar presentes.



Se aplica cuando la violencia alcanza un nivel tal que se convierte en una representación de violencia brutal, asesinato sin motivo aparente o violencia hacia personajes indefensos. La normalización del uso de drogas ilegales o actividad sexual explícita.

**¿Cuáles son los más  
utilizados?**

# ¿Cuáles son los videojuegos más utilizados?



Minecraft



Call of Duty



FIFA



Stumble Guys



GTA



Rocket League



JustDance



Clash Royale



Clash of Clans



BrawlStars



Roblox



Valorant



AmongUs



Fortnite



LeagueOfLegends



NBA



Animal Crossing



Candy Crush Saga



Asphalt



Overcooked



Hay Day

# **Peligros y recomendaciones**

# Riesgos

El **trastorno por uso de videojuegos** se define, según la CIE-11, como un patrón de comportamiento de juego (“juego digital” o “videojuego”) caracterizado por un control deficiente sobre el juego, aumentando la prioridad dada al juego sobre otras actividades diarias e intereses, junto a la continuación del juego a pesar de la aparición de consecuencias negativas.



Es importante tener en cuenta, que muchas personas jugadoras **pasan tiempo planificando jugadas o estrategias en su imaginación** sin estar literalmente conectada al juego o incluso, pensando en el juego. Esto pone en funcionamiento las mismas áreas del cerebro que cuando realizan la acción de jugar, facilitando así la adicción, o mantenerla.

Del mismo modo, esto podría darse cuando una persona se pasa horas viendo como otra juega en aplicaciones como *YouTube* o *Twitch*



# Recomendaciones



Tener en cuenta la recomendación por edad y el contenido del videojuego

Establecer tiempos y momentos de uso

Valorar el estado emocional antes, durante y después de jugar. Ya que, en muchas ocasiones se puede observar un aumento de la ira tras jugar.

Controlar el dinero invertido en los videojuegos y recapacitar sobre esto.



# Violencia y videojuegos

La violencia escolar hace referencia a las conductas agresivas o violentas que se dan dentro de los espacios de educación, aunque esta se pueda dar en estos ambientes, este aprendizaje no se da mayormente en los centros educativos.

Parte de este aprendizaje violento, es muy probable que esté asociado al uso de videojuegos con contenido violento.



Es importante tener en cuenta que **un buen uso** de estos videojuegos (contar con las recomendaciones específicas de cada juego) **no fomentaría el aumento de las conductas violentas** en la juventud.

Las principales entornos donde se reproducen comportamientos violentos son:

**Referentes:** utilizan insultos, exageraciones e incluso enfados no reales que llevan a romper la propia tecnología.

**Opción multijugador:** las conversaciones pueden conllevar asociado el uso de insultos o impropiedades a otros jugadores.

**Discriminación:** muchas mujeres juegan con nicks masculinos para evitar recibir insultos, evitar insinuaciones, comentarios o incluso fotos con contenido sexual.

# **Estrategias de regulación emocional**

# Regulación emocional

Debido a la gran intensidad que tienen muchos de estos videojuegos y el aumento de impulsividad, agresividad y violencia entre las personas jugadoras, es fundamental un aprendizaje básico sobre diferentes estrategias de regulación emocional.

## ¿Qué son las emociones?

Las emociones son la **respuesta de nuestro cuerpo a lo que interpretamos de lo que nos ocurre**. Nos dicen cómo debemos actuar ante lo que nos pasa. Además, estas **aportan información** sobre el resto y sobre la propia persona, pero hay que saber identificarlas. Todas las emociones tienen una función evolutiva, **no hay emociones negativas o malas**.

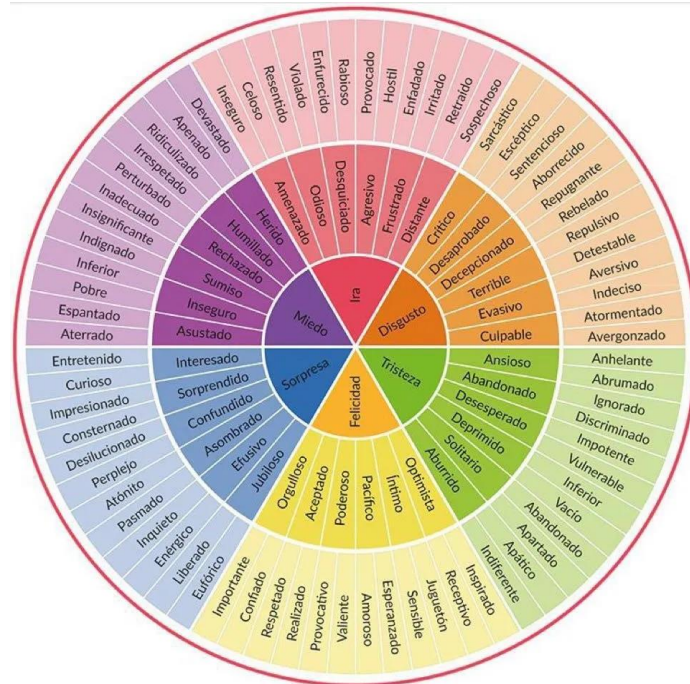
- **Enfado:** Cuando algo sobrepasa nuestros propios límites.
- **Asco:** Cuando algo nos genera rechazo o desconfianza.
- **Tristeza:** Cuando se está dando una pérdida o hay riesgo de la misma.
- **Miedo:** Cuando hay algún peligro que queremos evitar
- **Alegría:** Cuando algo nos gusta y queremos repetirlo.

# Regulación emocional

Una de las emociones más frecuentes dentro del uso de videojuegos es el enfado, en sí mismo, enfadarse no debiera ser algo preocupante. Sin embargo, el cómo actuemos en ese enfado tendrá sus consecuencias (romper un mando, dar un puñetazo, insultar a alguien, etc).

No controlar el enfado puede llevar a tomar decisiones que afecten a nuestra propia vida. Cuando nos enfadamos nos centramos en cosas concretas y muchas veces dejamos de lado elementos como, por ejemplo, los sentimientos de las personas de nuestro alrededor.

Es importante saber identificar qué estamos sintiendo



## Alternativas a la violencia:

- Respiración
- Esperar
- Pedir ayuda
- Hacer ejercicio
- Tiempo fuera
- Distracción
- Relajación

**¡Muchas gracias!**