

Análisis descriptivo del uso problemático y hábitos de consumo de los videojuegos con relación al género en estudiantes universitarios

Descriptive analysis of the problematic use and habits of consumption of the video games with relation to the genre in university students

Tamara Espejo Garcés, Ramón Chacón Cuberos, Manuel Castro Sánchez, Asunción Martínez Martínez, Felix Zurita Ortega y Cristina Pinel Martínez

Facultad de Ciencias de la Educación. Grupo de investigación HUM238 (Formación del profesor como mediador del conocimiento). Universidad de Granada. Campus Universitario Cartuja, s/n – 18011 Granada (España)

E-mail / ORCID ID: tamaraeg@correo.ugr.es / 0000-0003-0363-7464; ramonchaconcuberos@correo.ugr.es / 0000-0003-0937-1089; manue87@correo.ugr.es / 0000-0001-6844-5012; asuncionmm@ugr.es / 0000-0002-8826-235X; felixzo@ugr.es / 0000-0002-1189-894X; crisp26@correo.ugr.es / 0000-0001-6211-6605

Información del artículo

Recibido 8 de Octubre de 2015. Revisado 20 de Noviembre de 2015.
Aceptado 8 de Diciembre de 2015.

Palabras clave:

Videojuegos; Adolescencia;
Género; Sedentarismo;
Actividad Física.

Keywords:

Video Games;
Adolescence; Genre;
Sedentary; Physical
Activity.

Resumen

El sedentarismo representa uno de los principales problemas de la sociedad actual, siendo el «sedentarismo tecnológico» una nueva vertiente que surge del tiempo libre dedicado al uso de la pantalla, como es la televisión, ordenador y videoconsolas. Atendiendo a la etapa universitaria como un periodo en el cual se conforman los estilos y hábitos de la vida adulta, se realiza este estudio con el objetivo de conocer y analizar los hábitos sedentarios en relación al conocimiento y dedicación a los videojuegos de un sector de la población universitaria, comprobándose posibles diferencias en relación al género. La muestra contó con 490 sujetos universitarios con un rango de edad comprendido entre 20 y 51 años. Los datos se obtuvieron con un cuestionario sociodemográfico, de uso problemático y hábitos de consumo sobre los videojuegos. Los principales resultados determinaron que cerca de ocho de cada diez sujetos no presentaban problemas en relación a los videojuegos, siendo todos los casos con problemas severos sujetos masculinos. En torno a los hábitos de consumo, cuatro quintos del total mostraban un perfil bajo de adicción, siendo todos los casos de perfil alto sujetos masculinos. Señalar el consumo de pantalla como uno de los pocos factores potencialmente modificable en relación al sedentarismo.

Abstract

Sedentarism represents one of the main problems of the actual society, being «the technological sedentary» a new dimension that arises from the free time dedicated to the use of the screen, such as watching television or playing video games. Attending to the university stage as a period in which habits of the adulthood are conformed, this study is realized with the aim to analyze sedentary habits in relation to the knowledge and dedication to the use of video games in a sector of the university population, studying possible differences in relation to the gender. The sample consisted of 490 university students with an age range between 20 and 51 years old. The information was obtained by a sociodemographic questionnaire and other which measure the problematic use of video games and the habits of consumption on these. The main results determined that near eight of every ten students did not present problems in relation to the video games use, being all the cases with severe problems related with masculine subjects. Concerning the habits of consumption, four fifth ones of the total shown a low profile of addiction, being all masculine cases associated with a high profile. Therefore, the consumption of screen represents one of few factors potentially modifiable in relation to the physical inactivity.



1. Introducción

La tecnología, industria y ciencia se ha desarrollado mejorando la calidad de vida de la sociedad presente, a pesar de conllevar una serie de problemáticas que son objeto de estudio en la actualidad, como puede ser el sedentarismo. Se considera relevante el estudio de la caída de la realización de actividad física frente al crecimiento vertiginoso de los hábitos sedentarios. El sedentarismo como aquella acción que sustituye el tiempo libre destinado a la práctica de actividad física por la utilización de pantalla, como es la televisión, el ordenador y las videoconsolas. Se ha derivado del mismo en los últimos años, el término "sedentarismo tecnológico" el cual recoge el aumento sobre conductas sedentarias debido a la gran incorporación de videoconsolas, smartphones, ordenadores y otros dispositivos relacionados con el uso de internet en las residencias (Martínez, Pérez y Solano, 2011; Duque y Vásquez, 2013; Islas, 2014). Las conductas sedentarias engloban a aquellas acciones en las cuales el sujeto permanece sentado durante varias horas, como puede ser durante la jornada escolar o laboral, el uso de ordenador, videojuegos y/o televisión (Kaushal y Rhodes, 2014; Berkey et al., 2014), pudiendo estas conductas contribuir al desarrollo de sobrepeso y otras molestias derivadas del sedentarismo (Pette, Morrow y Woosley, 2012).

Atendiendo a la encuesta realizada en España 2010-2011 por el Ministerio de Cultura sobre hábitos y prácticas culturales, se destaca un 13,7% de la población recurre a videojuegos. Estos dispositivos ocupan cada vez un mayor rango en el ámbito del ocio y dedicación en el tiempo libre, e inclusive supera a la industria del cine en cuanto a ingresos se refiere en los últimos años (García, 2012; Pereira, 2014). En esta línea las Tecnologías de la Información y la Comunicación son cada vez más notorias en diversos ámbitos, y es por ello que se debe atender la incorporación de las mismas en el ámbito educativo, acogiendo aquellos beneficios que pueden ofrecer mediante el uso de pizarras digitales, plataformas virtuales, aplicaciones web e inclusive exergames dentro del aula de Educación Física (Gutiérrez, Rodríguez y Pantoja, 2014; Herrera, 2015). Refiriéndose a la muestra estudiada, Durá y Castroviejo (2011) destacan que la etapa universitaria establece un período en el que se conforman los estilos de vida adulta. Identificándose al sujeto universitario como un adulto joven que en la configuración de hábitos saludables se halla en una situación de riesgo y variable (Cervera, Serrano, Vico, Milla y García, 2013). Mouján (2002) añade que la adolescencia se trata de un período muy evidente de fenómeno del duelo. Los adolescentes no sólo debido a factores externos, sino también a identificaciones infantiles que dejarán atrás, luchan, sufren y se esfuerzan para la adquisición de las nuevas, configurándose la identidad adulta. García-Meseguer, Cervera, Vico y Serrano-Urrea (2014) señalan que en la población universitaria se establecen bajos niveles de realización de actividad física, destacando como principal motivo la falta de tiempo, promoviendo el desarrollo de enfermedades.

En este sentido, es en la adolescencia donde se determina que se configura la adicción hacia los videojuegos, conformándose como un hábito en la adultez (Estévez et al., 2014). Atendiendo a dicha referencia, se considera como riesgo usual asociado a las nuevas tecnologías, la posible generación de dependencia hacia las mismas conduciendo a situaciones de adicción (Young, 2004). Para algunos autores, una adicción sin drogas se trata de una conducta repetitiva que resulta agradable, al menos inicialmente pero que llega a provocar una pérdida de control en el sujeto, interfiriendo de forma grave en los ámbitos social, laboral y familiar de su vida diaria (Fairburn, 1998 citado en Labrador y Villadangos, 2010). Se considera que las experiencias dadas con los videojuegos pueden causar peligros, como pueden ser algunos estudiados la adicción, la agresividad, la salud, el aislamiento, etc. En el estudio realizado por Vallejos y Capa (2010) en relación a los diversos aspectos que pueden ser influenciados por el uso de los videojuegos, presenta como conclusiones una correlación entre el uso de estos dispositivos y el funcionamiento familiar, el comportamiento agresivo, la toma de decisiones y el

rendimiento académico, destacando la necesidad de contribuir de forma conjunta familias, educadores y la sociedad en general para una menor dedicación a estos dispositivos, supervisando el tiempo empleado, estableciendo límites y ofreciendo otras actividades (Esnaola, 2003).

En contraposición a la idea anterior, Gómez (2005) destaca que son diversos los estudios que no determinan una relación existente entre dichas conductas y el uso de los videojuegos. En la misma línea, Provenzo (1991) destacaba con cierta improbabilidad la posible relación entre los videojuegos y conductas desviadas. Se señala que los videojuegos pueden fomentar el desarrollo de habilidades de atención, creatividad, resolución de problemas, entre otras; contribuyendo al desarrollo intelectual del usuario (Okagaki, L y Frensch, P, 1994; Rodríguez y González, 2003), así como elementos potenciadores del proceso de aprendizaje y beneficiosos para los jóvenes (Alfageme y Sánchez, 2003; Gee, 2004). De acuerdo con esta idea, Buckingham (2008) hace hincapié en la necesidad de considerar los medios digitales como formas de cultura y comunicación para alcanzar dicho potencial no como meras tecnologías. Los videojuegos tienen un gran éxito y atractivo en la vida de los niños y adolescentes, poseen un carácter lúdico y entretenido que provoca una gran motivación, así como un reto personal y competitividad en la progresión de niveles de dificultad, estableciendo incentivos mediante las puntuaciones que pueden favorecer los niveles de autoestima (Pindado, 2005).

A pesar de estas consideraciones son diversos los autores que plantean la necesidad de realizar estudios sobre el uso problemático de los videojuegos teniendo en cuenta las dificultades en las diversas etapas de la vida (Chamarro et al., 2014), atendiendo del mismo modo la influencia de la frecuencia y práctica de distintos tipos de videojuegos (López, 2012), así como la importancia de establecerse el límite hasta el cual podría llegar a entorpecerse las relaciones familiares y sociales, el rendimiento académico, la personalidad del sujeto, etc. (Estallo, Masferrer y Aguirre, 2001; León y López, 2003). Por ser el uso de los videojuegos un tema de gran relevancia en la actualidad y con el objetivo de conocer y analizar los hábitos sedentarios en relación al conocimiento y dedicación a los videojuegos, así como la posible problemática existente de uso de estos dispositivos, se realiza este estudio a una población universitaria, comprobándose posibles diferencias en relación al género.

2. Método

2.1. *Diseño y participantes*

En este estudio se ha utilizado un diseño de carácter descriptivo, comparativo y de corte transversal. Participaron un total de 490 sujetos matriculados en la Universidad de Granada, siendo un 39,4 % de género masculino (n=193) y 60,6% del femenino (n=297), con edad comprendida entre los 20 y 51 años (M=22,8; DT=3,639), como criterio de inclusión se siguieron las pautas de aceptar a todos los estudiantes matriculados durante el curso académico 2014/2015, y como criterio de exclusión a todos aquellos que no acudieron a la recogida de datos el día propuesto. Se atendieron en todo momento a las normas éticas del Comité de Investigación y Declaración de Helsinki. Todos los sujetos participaron de forma voluntaria, previo consentimiento informado sobre el estudio y se garantizó el anonimato de la información recogida aclarando su utilidad solo para fines investigativos.

2.2. *Variables e instrumentos*

En la presente investigación de utilizaron como variables e instrumentos los detallados a continuación: (a) Sexo; (b) Año de nacimiento; (c) Uso problemático de videojuegos, valorado a través del cuestionario CERV (Chamarro et al., 2014). Este cuestionario dispone de 17 ítems de connotación negativa, puntuados mediante una escala de tipo Likert con cuatro opciones: a = Casi nunca, b = Algunas

veces, c = Bastantes veces, d = Casi siempre, con puntuaciones del 1 al 4 respectivamente. Finalizando para el análisis de la variable con una sumatoria que se categoriza de la siguiente forma: Sin problemas: de 17 a 25; Problemas potenciales: de 26 a 38; Problemas severos: de 39 a 68, quedando así representado el nivel de uso problemático de videojuegos. (d) Hábitos de consumo de videojuegos: valorado a través del cuestionario CHCV (López, 2012). Este cuestionario se organiza en 24 ítems, de los cuales 19 de ellos miden una única dimensión, siendo ésta el grado de atracción y uso de los videojuegos. Dichos ítems son puntuados mediante una escala de tipo Likert de cinco opciones: 1 = Nada de acuerdo; hasta 5 = Totalmente de acuerdo, dando lugar a una sumatoria final que señala una menor o mayor dependencia hacia estos dispositivos. Indicar que la muestra fue clasificada en terciles atendiendo a la puntuación obtenida según el nivel de uso y atracción de los videojuegos en bajo, medio y alto. Finalmente, respecto a los ítems restantes representan variables independientes que miden la dedicación al videojuego, número de juegos jugados, el conocimiento de videojuegos y tiempo pasado desde su utilización, siendo éstos los ítems 20, 21, 22, 23 y 24.

2.3. Procedimiento

En primer lugar, mediante una carta informativa realizada por el departamento de Didáctica Musical, Plástica y Corporal de la Universidad de Granada, se solicitó la colaboración de los participantes estudiantes de Grado en Educación Primaria. Se informó de la naturaleza del estudio, así como se ha respetado el derecho de confidencialidad de los participantes y los datos solo se utilizarán para fines investigativos. La recogida de datos fue formalizada en horario no lectivo en la Facultad de Ciencias de la Educación, dicho proceso sucedió sin incidencias a señalar.

Los datos se analizaron mediante el programa IBM SPSS Statistics 20.0, con un análisis descriptivo a través de frecuencias y descriptivos básicos. También se realizó mediante tablas de contingencia un estudio relacional atendiendo a las diferentes variables. Para la determinación de la asociación y significatividad entre las variables, se utilizó la Prueba del Chi-cuadrado de Pearson (0,05).

3. Resultados

Esta investigación contó con la colaboración de estudiantes de Grado en Educación Primaria con un total de 490 sujetos, representando un 39,4% el género masculino y un 60,6% el femenino.

Tabla 1. Distribución del género de la muestra.

Género	Porcentajes
Masculino	39,4% (n=193)
Femenino	60,6% (n=297)

Respecto a la realización del cuestionario sobre a la problemática existente en cuanto adicción se refiere sobre el uso de los videojuegos se determinaron que un 79,6% de los sujetos no presentaban problemas, frente a un 17,8% con problemas potenciales y un 2,7% que sí presentaban problemas severos. En la misma línea, atendiendo a la atracción y uso de los videojuegos se estableció un 81,2% con asignación baja, un 16,7% media y un 2% de forma elevada.

Tabla 2. Descriptivos en relación a los cuestionarios sobre problemática y uso de videojuegos.

CERV	Porcentajes
Sin problemas	79,6% (n=390)
Problemas potenciales	17,8% (n=87)
Problemas severos	2,7% (n=13)
CHCV	Porcentajes
Baja	81,2% (n=398)
Media	16,7% (n=82)
Elevada	2% (n=10)

De esta forma, se manifestó respecto al tiempo desde que utilizan los videojuegos, que un 45,1% no habían jugado nunca, mientras que un 40,8% lo hacían desde hace más de cuatro años. En cuanto a la dedicación a los videojuegos se obtuvo que el 61,4% de los universitarios no invertían nada de tiempo a dichos dispositivos, menos de una hora al día un 26,3%, entre una hora y dos un 9%, y un 1,6% lo hacen de dos a tres horas y más de tres horas al día. Respecto al número de videojuegos conocidos, un 11,4% no conocían alguno mientras que un 25,3% conocían hasta diez de estos juegos, y un 23,3% más de veinte. Atendiendo al número de videojuegos jugados, se estableció que un 14,3% no habían jugado a ningún videojuego, frente a un 23,3% que había jugado hasta diez juegos distintos y un 20,4% que lo había hecho con más de veinte de éstos. Y respecto a la frecuencia con la que se juega se presentó que un 4,3% jugaban todos los días, entre tres y cuatro días un 7,8%, solo en fines de semana un 9,4%, y como valores más destacados un 36,1% lo hacían alguna vez al mes, mientras que un 42,4% no lo hacían nunca.

Tabla 3. Descriptivos en relación a los ítems sobre dedicación y conocimiento de los videojuegos.

I-20. Juego a los videojuegos desde hace:		I-22. Número de videojuegos que conozco:	
Nunca	45,1% (n=221)	0	11,4% (n=56)
Meses	7,8% (n=38)	1 o 2	28,6% (n=140)
Un año	1,8% (n=9)	Hasta 10	25,3% (n=124)
2 o 3 años	4,5% (n=22)	De 10 a 20	11,4% (n=56)
+ de 4 años	40,8% (n=200)	+ de 20	23,3% (n=114)
I-21. Dedico a los videojuegos:		I-23. Número de videojuegos que he jugado:	
Nada	61,4% (n=301)	0	14,3% (n=70)
Menos de 1h al día	26,3% (n=129)	1 o 2	30,6% (n=150)
De 1 a 2h al día	9% (n=44)	Hasta 10	23,3% (n=114)
De 2 a 3h al día	1,6% (n=8)	De 10 a 20	11,4% (n=56)
Más de 3h al día	1,6% (n=8)	+ de 20	20,4% (n=100)
I-24. Frecuencia a la que juego:			
Nunca	42,4% (n=208)		
Alguna vez al mes	36,1% (n=177)		
Fines de semana	9,4% (n=46)		
3 o 4 días	7,8% (n=38)		
Todos los días	4,3% (n=21)		

En el estudio relacional se puede observar diferencias estadísticamente significativas ($p=.000$) entre la variable de género y las demás determinadas, como son el uso problemático de los videojuegos, hábitos de consumo de los mismos y otras en base al conocimiento y dedicación a dichos dispositivos. Se puede apreciar en relación con el uso problemático de los videojuegos que un 28,5% de los chicos no presentan problemas mientras que son 71,5% de las chicas la que se encuentran en esta situación. El 20,7% de los casos con problemas potenciales se manifiestan en chicas frente al 79,3% perteneciente a chicos, siendo el 100% de los casos con problemas severos masculinos. Por otro lado, respecto a los hábitos de consumo de los videojuegos y su estudio muestran una baja adherencia y utilización de estos dispositivos en un 29,6% los hombres y un 70,4% las mujeres, mientras que el 100% de los encuestados que se encuadran en un elevado consumo son hombres. De la misma forma, en el análisis relacional con los ítems 20, 21, 22, 23 y 24 en relación con el género se establecieron diferencias, observándose que los participantes jugaban desde hace más de cuatro años en un 64% varones y un 36% mujeres, dedicándoles entre una y dos horas un 86,4% los de género masculino y un 13,6% los de femenino, dándose en una dedicación mayor un consumo nulo en los casos femeninos y un 100% de los que dedican de dos a tres horas y un 87,5% más de tres horas casos masculinos. En esta línea, conocen hasta diez videojuegos un 33,1% los chicos y un 66,9% las chicas, observándose en los que conocen más de veinte un 78,9% los chicos frente a un 21,1% las chicas. Habiendo jugado hasta diez videojuegos un 41,2% sujetos masculinos y un 58,8% los femeninos, dándose una frecuencia de uso de los mismos de todos los días un 85,7% de los encuadrados en esta categorización pertenecen al género masculino mientras que un 14,3% lo acogen el femenino.

Tabla 4. Estudio relacional entre el género y el conocimiento, consumo y problemática de uso a los videojuegos.

		Género		
		Masculino (n=193)	Femenino (n=297)	Sig.
CERV	Sin Problemas	28,5 % (n=111)	71,5 % (n=279)	.000
	Pr. Potenciales	79,3 % (n=69)	20,7 % (n=18)	
	Pr. Severos	100 % (n=13)	0 % (n=0)	
CHCV	Bajo	29,6% (n=118)	70,4% (n=280)	.000
	Medio	79,3% (n=65)	20,7 % (n=17)	
	Alto	100 % (n=10)	0 % (n=0)	
Jugar desde hace (i-20)	Nunca	19,5 % (n=43)	80,5 % (n=178)	.000
	Meses	28,9 % (n=11)	71,1 % (n=27)	
	Un año	11,1 % (n=1)	88,9 % (n=8)	
	De 2 a 3 años	45,5% (n=10)	54,5 % (n=12)	
	Más de 4 años	64 % (n=128)	36 % (n=72)	
Dedicación videojuegos (i-21)	Nada	24,9 % (n=75)	75,1 % (n=226)	.000
	Menos de 1 h	50,4 % (n=65)	49,6 % (n=64)	
	De 1 a 2 h	86,4 % (n=38)	13,6 % (n=6)	
	De 2 a 3 h	100% (n=8)	0 % (n=0)	
	Más de 3 h	87,5 % (n=7)	12,5 % (n=1)	

		Género		
Nº videojuegos conocidos (i-22)	0	16,1 % (n=9)	83,9 % (n=47)	.000
	1-2	15,7 % (n=22)	84,3 % (n=118)	
	Hasta 10	33,1 % (n=41)	66,9 % (n=83)	
	De 10 a 20	55,4% (n=31)	44,6 % (n=25)	
	Más de 20	78,9 % (n=90)	21,1 % (n=24)	
Videojuegos Jugados (I-23)	0	14,3 % (n=10)	85,7 % (n=60)	.000
	1-2	12,7 % (n=19)	87,3 % (n=131)	
	Hasta 10	41,2 % (n=47)	58,8 % (n=67)	
	De 10 a 20	60,7% (n=34)	39,3 % (n=22)	
	Más de 20	83 % (n=83)	17 % (n=17)	
Frecuencia de juego (I-24)	Nunca	21,2 % (n=44)	78,8 % (n=164)	.000
	Alguna vez al mes	39,5 % (n=70)	60,5 % (n=107)	
	Fines de semana	65,2 % (n=30)	34,8 % (n=16)	
	3 ó 4 días	81,6 % (n=31)	18,4 % (n=7)	
	Todos los días	85,7% (n=18)	14,3% (n=3)	

4. Discusión

Atendiendo a los resultados dados en este estudio, se llevará a cabo una contrastación con distintos datos aportados por otros autores con el fin de fundamentar este estudio, pues se considera indiscutible la necesidad de estudiar e investigar para determinar hasta qué punto puede perjudicar el uso de los videojuegos a los ámbitos académicos, familiares, personales y sociales de los adolescentes (Estallo, Masferrer y Aguirre, 2001; López y León, 2003). En relación a la problemática de uso de los videojuegos nuestros datos afirmaban una representación con problemas potenciales y/o severos que alcanza el 20%, de la misma forma estudios realizados por Gentile (2011) y Porter, Starcevic, Berle y Fenech (2010) estimaban en el 9% y 8%, respectivamente, la prevalencia de problemas relacionados con los videojuegos.

En este sentido, señalar que el uso problemático de los videojuegos parece ser un fenómeno típicamente masculino, así se observa en este estudio y en los efectuados por Labrador et al. (2013) y Fuster et al. (2012) demostrándose en ellos una mayor intensidad en la pre adolescencia. Asimismo, tras la revisión que realizaron, Lucas y Sherry (2004) concluyeron como una manifestación estable a lo largo de las últimas décadas, que los videojuegos son utilizados mayoritariamente por hombres que por mujeres. A pesar de que en los últimos años la industria del videojuego se está implicando en la incorporación de la mujer al mundo de los videojuegos (López, 2012)

Atendiendo a lo recogido sobre los hábitos de consumo de videojuegos se estableció que la mayoría de los universitarios mostraban un perfil bajo, no alcanzando un 20% con perfil de uso medio o elevado. Estos datos se pueden relacionar con lo señalado por Etxeberria (2011) aclarando que resulta evidente que el uso de videojuegos es más habitual y se invierte más tiempo a medida que la edad decrece, practicándose en menos cantidad de horas por los jugadores de más edad.

Igualmente, se obtuvo que seis de cada diez participantes no invertían nada de su tiempo en estos dispositivos, pero más de la mitad había jugado alguna vez hasta con diez videojuegos distintos, y respecto a la frecuencia de juego, más de un tercio jugaban alguna vez al mes y tan solo alrededor de un 4% lo hacían todos los días. Estos datos se diferencian de los recogidos en otros estudios, ya que refieren que 48% de usuarios de estos dispositivos juegan más de una vez a la semana, (Estallo, 1995) y un 66%

juegan de manera diaria (Díez, 2004 citado en Alonqueo y Rehbein 2008). En el estudio relacional se aprecia que en tres de cada diez sujetos masculinos no presentan problemas frente a un siete de cada diez femeninas, siendo todos chicos los que presentan problemas severos de la muestra estudiada. De igual modo, se presentan datos similares en cuanto a los hábitos de consumo de estos dispositivos. Estos datos coinciden con los presentados en el estudio realizado por López (2012) donde el análisis de género muestra que los varones manifiestan un mayor grado de atracción por los videojuegos que las féminas. Según Díez et al. (2004) podría ser una razón de que la chicas no hayan jugado tanto a los videojuegos como los chicos debido a que los juegos hayan sido pensados para un perfil masculino dando respuesta a sus deseos, gustos y afinidades de los mismos.

Respecto a la frecuencia de uso, se establece en nuestro estudio que las chicas dedican menos tiempo a estos dispositivos que los chicos, al igual que respecto al conocimiento de los mismos, de los cuales conocen más de veinte videojuegos distintos cuatro quintas partes de los chicos mientras una quinta parte lo hacen las chicas. Estos datos coinciden con los arrojados por López y León (2003), los cuales señalaban que un más de la mitad de las chicas jugaban habitualmente siendo en el caso de los chicos en un casi noventa por ciento. En la misma línea, Lucas y Sherry (2004) afirmaban en su estudio que las mujeres jugaban menos que los hombres, con datos similares a los anteriores. Señalar lo destacado por Dietz y Gortmaker (1993), pues independientemente de la existencia o no de relaciones entre la obesidad o nivel de actividad física y el consumo de pantalla, se sugiere limitar dicho consumo a un máximo de dos horas diarias, ya que se debe tener en cuenta que la adiposidad y el sedentarismo son fenómenos multifactoriales, y siendo el consumo de pantalla uno de los pocos factores tan potencialmente modificable. También resaltar que son cada vez más los autores que aseguran que en estos tipos de juegos existe un alto componente educativo, asegurando que pueden poseer un potencial educativo significativo permitiendo el desarrollo de habilidades diversas además de por su carácter motivador (Alfageme y Sánchez, 2003, citado en Alonqueo y Rehbein, 2008).

Por último, se considera interesante señalar las principales limitaciones con las que contó este estudio, las cuales se refieren primariamente a dificultades asociadas a la comprensión en la realización de los cuestionarios, muestra y variables tratadas. Por ello y en calidad de mejorar investigaciones futuras, se plantea una ampliación del tamaño de la muestra tanto en número como en el rango de edad para abarcar otras etapas educativas. De la misma forma, la posibilidad de analizar y estudiar otras variables a relacionar como podría ser con aspectos académicos, para especificar aun más el perfil de sujetos que pueden presentar problemas, consumo y hábitos sobre los videojuegos.

5. Referencias

- Alfageme, B., y Sánchez, P. (2003). Un instrumento para evaluar el uso y actitudes hacia los videojuegos. *Pixel-Bit*, 20, 17-32.
- Alonqueo, P., y Rehbein, L. (2008). Usuarios habituales de videojuegos: una aproximación inicial. *Última Década*, 29, 11-27.
- Buckingham, D. (2008). Repensar el aprendizaje en la era de la cultura digital. *Revista El monitor de la Educación*, 18.
- Cervera, F., Serrano, R., Vico, C., Milla, M. y García, M. J. (2013). Hábitos alimentarios y evaluación nutricional en una población universitaria. *Nutrición Hospitalaria*, 28(2), 438-446.
- Chamarro A, Carbonell X, Manresa JM, Muñoz-Mirallas R, Ortega-González R, López-Morrón MR, et al.(2014). El Cuestionario de Experiencias Relacionadas con los Videojuegos (CERV): Un instrumento para detectar el uso problemático de videojuegos en adolescentes españoles. *Adicciones*, 26(4), 303-311.
- Dietz, W. H., y Gortmaker S. L. (1993). Televisión o no televisión: la grasa es la cuestión. *Pediatrics*, 35(2), 67-68.
- Díez, E. J. (2004). *La diferencia sexual en el análisis de los videojuegos*. Madrid: CIDE, Instituto de la Mujer.
- Duque, E. y Vásquez, A. (2013). *NUI para la educación. Eliminando la discriminación tecnológica en la búsqueda de la Inclusión Digital*. Centro de Investigaciones, Corporación Universitaria Americana.
- Durá, T. y Castroviejo, A. (2011). Adherencia a la dieta mediterránea en la población universitaria. *Nutrición Hospitalaria*, 26(3), 602-608.
- Esnaola, G. A. (2003). Aprender a leer el mundo del siglo XXI a través de los videojuegos. *Etic@ net*, 1, 1-10.
- Estaló, J. A. (1995). *Los videojuegos. Juicios y prejuicios*. Barcelona: Planeta.
- Estaló, J. A., Masferrer, M. C., y Aguirre, C. (2001). Efectos a largo plazo del uso de videojuegos. *Apuntes de Psicología*, 19, 161-174.

- Estévez A, Herrero D, Sarabia I, y Jáuregui P. (2014). El papel mediador de la regulación emocional entre el juego patológico, uso abusivo de Internet y videojuegos y la sintomatología disfuncional en jóvenes y adolescentes. *Adicciones*, 26(4), 282-290.
- Etxeberria, F. (2011). *Videojuegos y educación*. Consultada el 20 de abril de 2011 en http://campus.usal.es/~teoriaeducacion/rev_numero_02/n2_art_etxeberria.htm
- Fuster, H., Oberst, U., Griffiths, M. D., Carbonell, X., Chamarro, A., & Talarn, A. (2012). Psychological motivation in online role-playing games: A study of Spanish World of Warcraft players. *Anales de Psicología*, 28, 274–280.
- García, S. K. (2012). The Influence of Personality Type and Gender To Computer Game Preferences of Senior High School Students of Liceo De Cagayan University SY 2008-2009. *Advancing Psychology Research*, 1(1), 54-66.
- García-Meseguer, M. J., Cervera, F., Vico, C. y Serrano-Urrea, R. (2014). Adherence to Mediterranean diet in a Spanish university population. *Appetite*, 78, 156-164.
- Gee, J. P. (2004). *Lo que nos enseñan los videojuegos sobre el aprendizaje y el alfabetismo*. Málaga: Aljibe.
- Gómez, S. T. (2005). Violencia Social y Videojuegos. *Revista de Medios y Educación*, 25, 44-51.
- Gutiérrez, A., Rodríguez, A. y Pantoja, M. (2014). Evaluación del uso de las TIC en Educación para el Desarrollo. Obtención de indicadores de buenas prácticas mediante análisis factorial. RED. *Revista de Educación a Distancia*, 1(41), 43-79.
- Herrera, A. M. (2015). Una mirada reflexiva sobre las TIC en Educación Superior. REDIE. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 17(1), 1-4.
- Islas, O. (2014). Principales estudios sociodemográficos de Internet en México y la inversión publicitaria. *Comunicação Midia e Consumo*, 10(29), 101-119.
- Labrador FJ, Villadangos SM, Crespo M, y Becoña E. (2013) Desarrollo y validación del cuestionario de uso problemático de nuevas tecnologías (UPNT). *Anales de Psicología*, 29(3), 836-847.
- Labrador, F. y Villadangos, S. (2010). Menores y nuevas tecnologías: conductas indicadoras de posible problema de adicción. *Psicothema*, 22(2), 180-188.
- León, R., y López, M. J. (2003). Los adolescentes y los videojuegos. *Apuntes de Psicología*, 21, 89–99.
- López, F. (2012). Construcción y validación de un cuestionario sobre los hábitos de consumo de videojuegos en preadolescentes. *Educativa*, 40), 1-12.
- López, M. J. y León, R. (2003). Los adolescentes y los videojuegos. *Apuntes de Psicología*, 21, 1.
- Lucas, K. y Sherry, J. L. (2004). Sex differences in video game play: A communication-based explanation. *Communication Research*, 31, 499-523.
- Martínez, M., Pérez, W. y Solano, D. (2011). Impacto de los medios masivos de comunicación en la dinámica familiar. *Cultura, Educación, Sociedad*, 2(1), 111-118.
- Mouján, O. (2002). *Abordaje teórico y clínico del adolescente*. Buenos Aires: Nueva Visión.
- Okagaki, L & Frensch, P. (1994). Effects of video game playing on measures of spatial performance: gender effects in late adolescence. *Journal of Applied Development Psychology*, 15(1) 33-58 .
- Pereira, A. M. (2014). El proceso productivo del videojuego: fases de producción. *Historia y Comunicación Social*, 19, 791-805.
- Pette, G., Morrow, J.R., & Woosley, A. (2012). Framework for Physical Activity as a Complex and Multidimensional Behavior. *Journal of Physical Activity and Health*, 9(1), 11-18.
- Pindado, J. (2005). Las posibilidades educativas de los videojuegos. Un revisión de los estudios más significativos. *Pixel-Bit: Revista de medios y educación*, (26), 55-67.
- Porter, G., Starcevic, V., Berle, D., & Fenech, P. (2010). Recognizing problem video game use. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 44, 120–128.
- Provenzo, E. (1991). *Video kids. Making sense of Nintendo*. Cambridge: Harvard University Press.
- Rodríguez, P. A. S., y González, M. B. A. (2003). Un instrumento para evaluar el uso y las actitudes hacia los videojuegos. *Pixel-Bit: Revista de medios y educación*, (20), 17-32.
- Vallejos, M. y Capa, W. (2010). Videojuegos: Adicción y factores predictores. *Avances Psicología*, 18(1), 103-110.
- Young, K. S. (2004). Internet addiction a new clinical phenomenon and its consequences. *American behavioral scientist*, 48(4), 402-415.

