



**UNIVERSIDAD DE LAS AMÉRICAS
MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA**

**RELACIÓN ENTRE LA ADICCIÓN AL USO DE VIDEOJUEGOS Y EL CONTROL
DE IMPULSOS EN ADOLESCENTES DE 14 A 16 AÑOS**

AUTORA: ODDALYS FERNANDA VILLA OROZCO

DOCENTE: MSc. PAOLA CARPIO

JULIO, 2024

QUITO

AGRADECIMIENTOS

Al culminar esta tesis, quisiera expresar mi agradecimiento a todas las personas que, de una manera u otra, han contribuido a la realización de este trabajo.

Quiero agradecer profundamente a mi tutora de tesis, MSc. Paola Carpio, por su constante apoyo, orientación y paciencia durante todo el proceso. Su expertise y consejos han sido fundamentales para el desarrollo de este trabajo.

DEDICATORIA

Dedico mi tesis principalmente a Dios, por ser mi guía y fortaleza durante todo este trayecto. Gracias porque en el encontré la sabiduría y paz para superar cualquier percance.

A mis padres, por su amor incondicional, apoyo y sacrificio. Ustedes han sido mi mayor motivación. Gracias por creer en mí.

A mis hermanas, por su cariño, paciencia y aliento para que yo siga adelante. Su apoyo ha sido fundamental para alcanzar este gran paso en mi vida profesional.

A toda mi familia, gracias por siempre estar ahí para mí.

RESUMEN

Este proyecto de investigación tiene como objetivo determinar la relación entre la adicción a los videojuegos y el control de impulsos en adolescentes de 14 a 16 años de la “Unidad Educativa Santa María Mazzarello” en Quito. Es un estudio descriptivo correlacional cuantitativo con diseño no experimental de tipo transversal. La muestra total es de 74 estudiantes, entre 14 y 16 años de edad, de los cuales 20 son varones y 54 son mujeres que cursan 1° BGU. Los instrumentos que se utilizarán para evaluar las variables son el Test de Dependencia a los Videojuegos (TVD) y la Escala de Impulsividad de Barratt (BIS-11). Como resultados esperados se pretende obtener una correlación directa y significativa con respecto a la adicción a los videojuegos y el control de impulsos. También, se espera hallar niveles que reflejen un uso problemático de los videojuegos en los estudiantes. A la par, se anticipa encontrar puntuaciones medias a altas de impulsividad. En resumen, se prevé hallar una relación directa y significativa entre las variables analizadas. Esto sugiere que, en situaciones de dependencia a los videojuegos, los adolescentes tienden a desarrollar comportamientos impulsivos.

Palabras clave: adicción a los videojuegos, control de impulsos, impulsividad, adolescentes.

ABSTRACT

This research project aims to determine the relationship between video game addiction and impulse control in adolescents aged 14 to 16 from the “Santa María Mazzarello Educational Unit” in Quito. It is a descriptive correlational quantitative study with a non-experimental cross-sectional design. The total sample consists of 74 students, aged 14 to 16, of which 20 are boys and 54 are girls, all enrolled in the 1st year of BGU (General Unified Baccalaureate). The instruments to be used to evaluate the variables are the Video Game Dependency Test (TVD) and the Barratt Impulsiveness Scale (BIS-11). The expected results aim to obtain a direct and significant correlation concerning video game addiction and impulse control. Additionally, it is anticipated to find levels reflecting problematic video game use among the students. Simultaneously, it is expected to find medium to high impulsivity scores. In summary, a direct and significant relationship between the analyzed variables is expected. This suggests that in situations of video game dependency, adolescents tend to develop impulsive behaviors.

Keywords: Video game addiction, impulse control, impulsivity, adolescents

ÍNDICE DE CONTENIDOS

1.	INTRODUCCIÓN	10
1.1.	<i>Planteamiento del Problema</i>	10
1.2.	<i>Justificación</i>	13
2.	OBJETIVOS.....	14
2.2.	<i>Objetivo General</i>	14
2.3.	<i>Objetivos Específicos</i>	14
3.	MARCO TEÓRICO	14
3.1.	<i>Fundamentación Teórica</i>	14
3.1.1.	<i>Adicción por uso de videojuegos</i>	14
3.1.2.	<i>Neurobiología de las adicciones</i>	16
3.1.3.	<i>Factores psicológicos asociados a la adicción por uso de videojuegos</i>	17
3.1.4.	<i>Corteza pre-frontal en los adolescentes</i>	18
3.1.5.	<i>Funciones ejecutivas</i>	19
3.1.6.	<i>Impulsividad</i>	19
3.1.7.	<i>Bases neurobiológicas de la impulsividad</i>	20
3.1.8.	<i>Videojuegos</i>	21
3.1.9.	<i>Adolescencia</i>	21
3.2.	<i>Estado de la cuestión</i>	23
4.	MARCO METODOLÓGICO	25
4.1.	<i>Diseño</i>	25
4.2.	<i>Contexto</i>	25
4.3.	<i>Participantes</i>	26
4.4.	<i>Instrumentos y Técnicas</i>	27
4.5.	<i>Procedimiento</i>	28
4.6.	<i>Análisis de Datos</i>	29
4.7.	<i>Planificación de Actividades por cada Objetivo Específico</i>	30
4.8.	<i>Reflexividad del Investigador</i>	33
4.9.	<i>Consideraciones Éticas</i>	34
4.10.	<i>Viabilidad de la Investigación</i>	35
5.	RESULTADOS ESPERADOS.....	36
6.	PROPUESTA DE INTERVENCIÓN	37
6.1.	<i>Nivel de la Intervención</i>	37
6.2.	<i>Fundamentación de la Intervención</i>	38

6.3. <i>Objetivos de la Intervención</i>	38
6.4. <i>Población objetivo</i>	39
6.5. <i>Actividades y Procedimientos de la Intervención</i>	39
6.6. <i>Potenciales Beneficios de la Intervención</i>	42
6.7. <i>Recursos Necesarios para la Intervención</i>	43
6.8. <i>Plan de Evaluación de la Efectividad de la Intervención</i>	44
6.9. <i>Viabilidad de la Intervención</i>	44
7. DISCUSIÓN	44
7.1. <i>Implicaciones de los Resultados Esperados</i>	46
7.1.1. <i>Discusión de las Limitaciones y Fortalezas</i>	46
7.2. <i>Conclusiones</i>	47
7.3. <i>Recomendaciones</i>	48
8. ANEXOS	49
<i>Anexo 1. Consentimiento Informado</i>	49
<i>Anexo 2. Instrumento de evaluación – Test de Dependencia de Videojuegos (TDV)</i>	52
<i>Anexo 3. Test de Impulsividad de Barratt (BIS-11)</i>	53
<i>Anexo 4. Cuestionario para evaluar la efectividad de la Intervención</i>	54
9. REFERENCIAS	58

ÍNDICE DE FIGURAS

<i>Figura 1. Estructura del programa de intervención preventivo sobre el uso saludable de los videojuegos y el manejo de la impulsividad.....</i>	<i>39</i>
---	-----------

ÍNDICE DE FIGURAS

<i>Tabla 1.planificación de Actividades por Objetivo Específico.....</i>	<i>30</i>
--	-----------

1. INTRODUCCIÓN

1.1. Planteamiento del Problema

La adicción a los videojuegos se ha convertido en un fenómeno preocupante, con implicaciones potencialmente severas para la salud mental y el desarrollo psicológico de los adolescentes. Diversos estudios (Verdura Vizcaíno, Ponce Alfaro, & Rubio Valladolid, 2011; Marengo, Herrera Nuñez, Coutinho, Rotela Leite, & Strahler Rivero, 2015; Andrade Quizhpe, Carbonell, & López Guerra, 2019) han señalado que los adolescentes que presentan síntomas de adicción o a los videojuegos muestran dificultades en el control de impulsos, lo que puede manifestarse en comportamientos impulsivos, decisiones precipitadas y dificultades para gestionar emociones. Estas dificultades pueden repercutir negativamente en su rendimiento académico, relaciones interpersonales y bienestar general.

La considerable demanda, la accesibilidad y el tiempo dedicado a los videojuegos, sobre todo en esta población han producido consecuencias negativas en su salud física y mental. Si bien los videojuegos pueden ofrecer beneficios como la mejora de habilidades cognitivas y coordinación mano-ojo, también han surgido preocupaciones sobre su impacto negativo, especialmente cuando el uso se convierte en una adicción (Andrade Quizhpe, Carbonell, & López Guerra, 2019).

No existen cifras acerca del uso problemático de videojuegos en el Ecuador, asimismo Los estudios sobre este fenómeno en la población ecuatoriana son todavía limitados, Por esta razón, este proyecto de investigación pretende comprender y analizar la relación entre la adicción al uso de videojuegos y el control de impulsos en adolescentes de 14 a 16 años.

Desde hace tiempo, los aparatos tecnológicos, el internet y los videojuegos forman parte de la vida cotidiana de los adolescentes. De hecho una investigación en los Estados Unidos se descubrió que el 90% y 97% de adolescentes, hacen uso frecuente de los videojuegos desde varios dispositivos electrónicos como el ordenador, laptop, Tablet, celular o consola (Valido, 2019).

La adolescencia es un periodo del desarrollo humano en la que ocurren cambios biológicos, psicológicos y sociales importantes. El control de impulsos es una función primaria en esta etapa, aunque no está completamente desarrollada. Esta habilidad ayuda a un

adolescente a tomar decisiones adecuadas y no involucrarse en actividades peligrosas. Sin embargo, si hablamos de una dependencia a los videojuegos puede interferir con este proceso de desarrollo o maduración.

Existen varias actividades habituales como las compras, el trabajo, el sexo, las apuestas o los videojuegos, que pueden manifestarse como una especie de adicciones conductuales. Aunque es debatible si estas son verdaderamente adicciones en el sentido técnico, lo que se acepta es que muchas de estas conductas potencialmente adictivas generan una gratificación inmediata y generan efectos negativos en la salud tanto físicos como mentales (Fuente, 2018).

Por ello, se aborda esta investigación para tener más amplio conocimiento sobre la relación entre la adicción a los videojuegos y el control de impulsos en los adolescentes. Estudios previos han demostrado que la exposición prolongada y no regulada a estos juegos podría tener repercusiones negativas en el desarrollo neuro-funcional y en la salud mental de los adolescentes, lo que justifica la necesidad de explorar en detalle este fenómeno.

Revisión breve de la literatura previa

El trastorno por adicción a los videojuegos se define por un patrón persistente o recurrente de comportamiento relacionado con el juego, donde el individuo muestra una pérdida significativa de control sobre su tiempo de juego y experimenta un malestar clínicamente notable durante un periodo de 12 meses. Además, priorizan el uso de los videojuegos sobre otros intereses y actividades cotidianas, empleándolos de manera excesiva a pesar de las graves consecuencias negativas que esto acarrea en diversas áreas de su vida, como la social, académica y familiar (Bueno Sáinz, 2021).

La corteza pre-frontal está estrechamente relacionada con el control de impulsos. Específicamente, la corteza pre-frontal en los adolescentes desempeña un papel fundamental en el desarrollo de funciones cognitivas superiores, como la toma de decisiones, el control de impulsos, la planificación y el razonamiento. También, ayuda a inhibir respuestas automáticas o impulsivas, permitiendo que una persona evalúe las consecuencias de sus acciones antes de actuar (Aritio Solana, 2022).

Durante la adolescencia, esta área del cerebro aún está en proceso de maduración, lo que explica por qué los adolescentes a menudo muestran comportamientos impulsivos y una capacidad limitada para prever las consecuencias a largo plazo de sus acciones. La maduración de la corteza pre-frontal continúa hasta los veinte años (Marengo, Herrera Nuñez, Coutinho, Rotela Leite, & Strahler Rivero, 2015). Este estudio se centra en analizar el control de impulsos.

Desde la Psicopatología, la impulsividad se refiere a ciertos comportamientos tales como actuar sin pensar, reaccionar rápidamente sin tomar en cuenta las posibles consecuencias y buscar la gratificación inmediata. Las personas que se caracterizan por ser impulsivas tienen dificultades para esperar, planificar a largo plazo y considerar los resultados de sus acciones. La impulsividad puede manifestarse en diversas formas, tales como decisiones precipitadas, comportamientos arriesgados y dificultades para mantener la atención. (Ortiz & Velastegui, 2023)

Por otro lado si existe un uso inadecuado de los videojuegos se puede alterar los circuitos neuronales en la corteza pre-frontal, lo que dificulta el control de impulsos y fomenta comportamientos impulsivos y compulsivos. Asimismo, se ha encontrado que la sobre estimulación y la gratificación inmediata que proporcionan los videojuegos pueden interferir con la capacidad de tomar decisiones ponderadas y reflexivas. Desarrollando preferencias por recompensas inmediatas en lugar de beneficios a largo plazo (Verdura Vizcaíno, Ponce Alfaro, & Rubio Valladolid, 2011). Además, el tiempo excesivo dedicado a los videojuegos puede llevar a una menor interacción social en la vida real, afectando las habilidades sociales y el desarrollo emocional.

Los adolescentes son particularmente propensos a desarrollar adicción a los videojuegos a causa de una mezcla de factores biológicos, psicológicos y sociales. Entre los más relevantes se encuentra la relación con el desarrollo cerebral y el sistema de recompensa, por lo que los adolescentes buscan gratificación inmediata. Otro factor es la evasión de problemas o situaciones estresantes. Además de la gran disponibilidad y accesibilidad de los videojuegos en cualquier aparato tecnológico, permite a este grupo etario jugar en cualquier momento y lugar, lo que conlleva al desarrollo de hábitos de juego excesivos (Riascos, Buitrago Martínez, & Ruiz, 2018).

Adicionalmente se ha encontrado que los adolescentes que juegan videojuegos pueden desarrollar síntomas de ansiedad y depresión. Esto puede llevarlos a aumentar su uso de videojuegos como una forma de escape, lo que resulta en juego patológico, problemático o incluso en adicción (González, Espada, & Tejeiro, 2017). En conjunto, estos factores y la edad hacen que los adolescentes sean más propensos a desarrollar una dependencia a los videojuegos, ya que se encuentran en una etapa crítica de desarrollo y enfrentan múltiples presiones y cambios en sus vidas.

1.2. Justificación

El contexto actual de la investigación se basa en la creciente preocupación por los efectos del uso excesivo de videojuegos en los adolescentes, así como en fortalecer otros estudios específicos que abordan el impacto del uso problemático de los videojuegos en el control de impulsos. Esta investigación se justifica por la necesidad de comprender mejor cómo esta actividad pueden influir en el desarrollo cognitivo de los adolescentes.

La propuesta del proyecto referente a la relación de la adicción por uso de videojuegos y el control de impulsos en adolescentes de 14 a 16 años, puede ampliar el conocimiento sobre cómo las actividades intensamente estimulantes influyen en el desarrollo neuropsicofisiológico.

Otro aporte que puede contribuir esta investigación es abrir nuevas vías de investigación a futuro en psicología clínica y del desarrollo. Por ejemplo, se podría investigar cómo diferentes tipos de videojuegos afectan de manera distinta sobre el control de impulsos contribuyendo a un conocimiento más matizado y específico.

Asimismo este estudio aportará con información que pueda ser utilizada para la realización posterior de estrategias y recomendaciones prácticas hacia los padres para que sepan cómo gestionar y limitar el tiempo del uso de videojuegos de manera efectiva, fomentando un uso más equilibrado de los videojuegos en sus hijos.

Pregunta de investigación

- ¿Cuál es la relación de la adicción por uso de videojuegos y el control de impulsos en adolescentes de 14 a 16 años de la “Unidad Educativa Santa María Mazzarello” en Quito?

2. OBJETIVOS

2.2. Objetivo General

Investigar la relación de la adicción por uso de videojuegos y el control de impulsos en los adolescentes de 14 a 16 años de la “Unidad Educativa Santa María Mazzarello” en Quito.

2.3. Objetivos Específicos

- Evaluar el nivel de adicción a los videojuegos en los adolescentes de 14 a 16 años de la “Unidad Educativa Santa María Mazzarello” en Quito.
- Analizar el grado de impulsividad en los adolescentes de 14 a 16 años de la “Unidad Educativa Santa María Mazzarello” en Quito.
- Establecer la relación entre la adicción a los videojuegos y el control de impulsos en los adolescentes de 14 a 16 años de la “Unidad Educativa Santa María Mazzarello” en Quito.

3. MARCO TEÓRICO

3.1. Fundamentación Teórica

3.1.1. Adicción por uso de videojuegos

La adicción a los videojuegos, también conocida como "trastorno del juego" (gaming disorder), ha sido un tema de creciente interés y preocupación tanto en la investigación académica como en la atención clínica. Para fundamentar teóricamente este fenómeno, es importante considerar varias perspectivas que abarcan desde la psicología y la neurociencia.

La adicción a los videojuegos se encuentra dentro de las adicciones de tipo conductual en el DSM, este término es relativamente nuevo en psiquiatría y psicología. Desde el 2010 se sugirió el término adicciones conductuales a la clasificación oficial de diagnósticos

psiquiátricos en el Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales, quinta edición.

Los criterios diagnósticos para el trastorno por uso de videojuegos según el CIE-11 mencionan lo siguiente (OMS, 2019-2021):

- Patrón de comportamiento de juego continuo o recurrente: este patrón puede ser en línea (Internet) o ya sea fuera de línea (sin conexión).
- A su vez se presenta la incapacidad para controlar la frecuencia, intensidad, duración, finalización y contexto del juego.
- Existe una prioridad creciente dada al juego, es decir que el juego se antepone a cualquier otra actividad e interés.
- Persistencia en el juego incluso cuando se presentan consecuencias negativas.
- Impacto significativo en la vida personal, familiar, social, educativa, ocupacional o en otras áreas importantes
- El comportamiento de juego problemático debe ser evidente durante al menos 12 meses para que se pueda realizar el diagnóstico. Sin embargo, el período puede ser más corto si los síntomas son severos.

Por lo tanto, el trastorno de adicción a los videojuegos se define por un patrón de juego constante o frecuente, donde la persona experimenta una pérdida notable de control sobre su tiempo de juego y un malestar clínicamente significativo durante al menos 12 meses. Además, priorizan el uso de videojuegos por encima de otros intereses y actividades diarias, utilizándolos de manera excesiva a pesar de las consecuencias negativas importantes que afectan diversas áreas de su vida, como la social, laboral, académica y/o familiar (Bueno Sáinz, 2021).

Se ha encontrado que las adicciones conductuales comparten características fundamentales con las adicciones a sustancias, tales como la búsqueda de la conducta adictiva para alterar el estado de ánimo, el desarrollo de tolerancia, la manifestación de síntomas de abstinencia y un curso crónico con recaídas (Rosenberg & Feder, 2014).

Roncero Rodríguez, Hodann-Caudevilla, Alberdi Páramo, & Molina Ruiz (2023), en su investigación también hallaron que las adicciones comportamentales, o las adicciones no

químicas, se definen como trastornos clínicos en los que hay una serie de comportamientos impulsivos y repetitivos que comparten, de manera análoga a los trastornos de adicción a sustancias, lo siguiente: pérdida de control con el comportamiento, deseo abrumador o compulsión a cometer el comportamiento, malestar o angustia emocional con la persistencia en el comportamiento a pesar de las graves consecuencias.

3.1.2. Neurobiología de las adicciones

Cada vez hay más pruebas de estudios de investigación que indican la participación de varios sistemas de neurotransmisores en la fisiopatología de las adicciones conductuales. Potenza, y otros (2019), sugieren que “los sistemas neurotransmisores (como los sistemas serotoninérgico, dopaminérgico, noradrenérgico y opioide) son fundamentales en la aparición y persistencia de las adicciones comportamentales” (p.5).

La realización de conductas reforzantes como jugar a los videojuegos de forma excesiva provoca la liberación de neurotransmisores, tales como la dopamina, en los circuitos de recompensa del cerebro, que abarcan desde el área tegmental ventral hasta el núcleo accumbens y, posteriormente, llegan al córtex prefrontal, el cual es responsable de la ejecución de la conducta, generando sensaciones subjetivas de placer. Esta sensación gratificante es uno de los diversos factores que mantienen el ciclo adictivo y eventualmente llevan a procesos de neuroadicción (Roncero Rodríguez, Hodann-Caudevilla, Alberdi Páramo, & Molina Ruiz, 2023).

Esto se corrobora con los estudios de neuroimagen funcional, puesto que confirman la existencia de sistemas de neurocircuitos comunes entre las adicciones a sustancias y las adicciones comportamentales (Brewer & Potenza, 2008). También se ha evidenciado que la activación del sistema dopaminérgico en el cerebro, está involucrado en la recompensa y el placer, esto quiere decir que la liberación de dopamina durante el juego puede reforzar el comportamiento adictivo (Potenza, y otros, 2019).

Por otra parte, existen otras investigaciones que han mostrado que las personas con adicción a los videojuegos pueden tener un menor control inhibitorio, lo que se manifiesta en una menor capacidad para resistir la tentación de jugar (Valido, 2019).

3.1.3. Factores psicológicos asociados a la adicción por uso de videojuegos

Los factores psicológicos son cruciales tanto para el desarrollo como para el mantenimiento de las adicciones comportamentales. En este contexto, se ha demostrado que ciertos rasgos de personalidad, como la impulsividad, la búsqueda de sensaciones y altos niveles de extraversión o neuroticismo, están asociados con un mayor riesgo de desarrollar este tipo de adicciones (Andreassen, Griffiths, Gjertsen, Krossbakken, Kvam, & Pallesen, 2013).

Otro aspecto que suele verse afectado en personas con adicciones comportamentales es la regulación de las emociones. Se ha sugerido que, al igual que en las adicciones a sustancias, las habilidades inadecuadas para regular las emociones pueden llevar a algunas personas a adoptar conductas adictivas como una forma de lidiar con estados emocionales desagradables (Roncero Rodríguez, Hodann-Caudevilla, Alberdi Páramo, & Molina Ruiz, 2023).

Uno de los factores más frecuentemente mencionados en los artículos científicos es la impulsividad, que desempeña un papel significativo en las adicciones con sustancias como sin ellas. La impulsividad se puede definir como una inclinación a actuar sin conciencia, valoración o juicio previo (Roncero Rodríguez, Hodann-Caudevilla, Alberdi Páramo, & Molina Ruiz, 2023).

Según Sola Gutiérrez, Rubio Valladolid, & Rodríguez de Fonseca (2013), estas son algunas de las características principales de la impulsividad:

1. Dificultades para mantener la atención de manera sostenida y sesgada.
2. Búsqueda de sensaciones y de estímulos novedosos.
3. Urgencia.
4. Dificultad para el control.
5. Problemas para posponer o inhibir la obtención de un refuerzo positivo inmediato en favor de uno mayor a largo plazo.
6. Pobre análisis de la situación y de la información relevante antes de dar una respuesta, falta de perseverancia.
7. Alta sensibilidad a los refuerzos positivos.

Estas características de la impulsividad (alta sensibilidad y dificultad para posponer

refuerzos positivos inmediatos) son las que hacen que las personas impulsivas sean incapaces de retrasar o inhibir una respuesta.

Existe un modelo teórico tetrafactorial, el cual explica que existen cuatro dimensiones para explicar la presencia de dependencia por uso de videojuegos, estos son: la abstinencia, el abuso, la tolerancia y los problemas ocasionados por los videojuegos y la dificultad en el control.

3.1.4. Corteza pre-frontal en los adolescentes

La corteza pre-frontal en los adolescentes está en proceso de desarrollo, lo que tiene un impacto significativo en su comportamiento y toma de decisiones. Esta región del cerebro, responsable de funciones como la planificación, el control de impulsos, la toma de decisiones y la regulación emocional, no alcanza su plena madurez hasta la edad adulta.

Como resultado, los adolescentes pueden ser más propensos a tomar decisiones impulsivas, buscar nuevas experiencias y tener dificultades para prever las consecuencias a largo plazo de sus acciones. Este desarrollo continuo también explica por qué los adolescentes pueden mostrar variaciones en su comportamiento y en su capacidad para manejar situaciones complejas o estresantes.

Entre las diversas funciones de la corteza pre-frontal se encuentran las llamadas funciones ejecutivas, que incluyen aspectos cognitivos como la memoria de trabajo, la planificación, el razonamiento, la flexibilidad, la inhibición, la toma de decisiones y la estimación del tiempo, así como las funciones emocionales, entre las que se incluye la regulación de los estímulos emocionales y aspectos sociales adaptando las respuestas de acuerdo al contexto interpersonal (Ardila , 2008).

Se ha evidenciado que la adicción a los videojuegos puede tener un impacto significativo en la corteza pre-frontal, especialmente en los adolescentes, cuyo cerebro todavía está en desarrollo. La adicción a los videojuegos puede alterar los circuitos neuronales en la corteza pre-frontal, lo que dificulta el control de impulsos y fomenta comportamientos impulsivos y compulsivos.

Asimismo, se ha encontrado que la sobre estimulación y la gratificación inmediata que proporcionan los videojuegos pueden interferir con la capacidad de tomar decisiones ponderadas y reflexivas. Desarrollando preferencias por recompensas inmediatas en lugar de beneficios a largo plazo (Verdura Vizcaíno, Ponce Alfaro, & Rubio Valladolid, 2011). Además, el tiempo excesivo dedicado a los videojuegos puede llevar a una menor interacción social en la vida real, afectando las habilidades sociales y el desarrollo emocional.

3.1.5. Funciones ejecutivas

Desde el punto de vista cognitivo, las funciones ejecutivas tienen la capacidad de establecer una "meta concreta", organizar los medios necesarios para alcanzarla, prever las consecuencias y evaluar las posibilidades de éxito, concentrarse en los aspectos clave sin distraerse con estímulos irrelevantes, y evaluar si el plan se está siguiendo correctamente, realizando modificaciones si es necesario (Lezak, Howieson, Bigler, & Tranel, 2012).

Las funciones ejecutivas son esenciales para llevar a cabo las acciones complejas que distinguen el comportamiento humano, además de ser cruciales para el control emocional y el comportamiento socialmente apropiado. El control neurobiológico de estas funciones se encuentra en la corteza prefrontal, y su alteración produce el llamado "síndrome disejecutivo", que se manifiesta con las siguientes dificultades: incapacidad para iniciar, detener o modificar una conducta en respuesta a un cambio de estímulo; incapacidad para organizar un plan de acción; dificultad para realizar una serie de acciones consecutivas necesarias para resolver un problema; incapacidad para inhibir respuestas inapropiadas; y perseveración o repetición anormal de una conducta (Tirapu-Ustárroz, Muñoz-Céspedes, & Pelegrín-Valero, 2002).

3.1.6. Impulsividad

Etimológicamente, el término "impulsividad" tiene su origen en la palabra latina "impulsus", que significa golpear o empujar. Las definiciones de impulsividad han evolucionado con el tiempo; inicialmente, se vinculaba tanto con el sentimiento como con el intelecto. Esta evolución en su comprensión ha llevado a que la impulsividad sea considerada un indicio de varios trastornos psicológicos (Sánchez Sarmiento, Giraldo Huertas, & Quiroz Padilla, 2013).

El desarrollo del autocontrol comienza en la infancia y continúa a través de la adolescencia y la adultez emergente. En la infancia, los niños dependen mucho de la orientación y el control por parte de otras personas. Con el tiempo, la práctica y la maduración, los recursos internos para el autocontrol se desarrollan. La adolescencia es una etapa importante en el desarrollo del autocontrol, ya que en esta etapa el cerebro pasa por un cambio dramático, especialmente la corteza pre-frontal. También hay varios factores sociales, educativos y del ambiente familiar que contribuyen al desarrollo del control de impulsos.

Barkley (1997), menciona que el autocontrol que es otra habilidad que pertenece a las funciones ejecutivas que tiene gran impacto inclusive mucho más que el control de impulsos, ya que si no hay autocontrol probablemente exista el deterioro de otras funciones como la planificación y la flexibilidad cognitiva. Por otra parte Magnan (1887) un autor que habla sobre la impulsividad define este término como “la rápida explosión de energía y una falta de control voluntario” (p. 17). También puede verse como la propensión a reaccionar de manera rápida sin una reflexión previa, exhibir comportamientos de ira y agresividad, sin considerar las consecuencias negativas o la incapacidad para mantener una atención sostenida en la actuación.

3.1.7. Bases neurobiológicas de la impulsividad

Se ha evidenciado que existe una gran red neuronal en las personas con conductas impulsivas “la corteza prefrontal ventromedial (CPFVM), la corteza cingulada anterior (CCA), el núcleo basolateral de la amígdala (nBLA), el núcleo subtalámico (nST) y el accubens (nACC), como regiones cerebrales que participan en la incapacidad de la inhibición conductual; todas ellas relacionadas con la expresión emocional y las funciones ejecutivas y motoras” (Alcázar Córcoles, Verdejo Gracia, Bouso Saiz, & Bezos Saldaña, 2010, pág. 294).

También se ha encontrado que la “zona cortical se ha identificado más con las conductas impulsivas que con las funciones de regulación y reconocimiento emocional que se encuentran ubicadas en el sistema límbico” (Sánchez Sarmiento, Giraldo Huertas, & Quiroz Padilla, 2013, pág. 244).

Todos estos estudios permiten concluir que la impulsividad está vinculada al funcionamiento de numerosos sistemas cerebrales, cada uno de los cuales cumplen un papel

específico y complementario, y no está controlada exclusivamente por la corteza pre-frontal (CPF) como se creía anteriormente.

3.1.8. Videojuegos

Los videojuegos han transformado el ámbito del entretenimiento para todas las edades. Esta industria, en constante expansión, genera ingresos de miles de millones de euros gracias a su vasta cantidad de usuarios globales. Continuamente se lanzan al mercado nuevos juegos y actualizaciones de los ya existentes, así como consolas cada vez más avanzadas que brindan una experiencia de juego más inmersiva y realista. Los videojuegos permiten tanto el juego individual como en grupo, y ofrecen la posibilidad de jugar en línea con múltiples jugadores (Labrador Encinas, Requesens Moll, & Helguera Fuentes).

Hay algunos videojuegos hechos de tal manera que jugarlos es increíblemente estimulante y divertido y, por lo tanto, se vuelven altamente adictivos. La mayoría de ellos hacen que el jugador sea competitivo y, además, exponen al usuario a una alta estimulación. Una gran variedad de juegos están disponibles en el mercado que se puede clasificar según su contenido: juegos de acción, de carreras, de estrategia, de aventura, de deporte, de simulación, de ritmo y baile, entre otros.

Existen diversos estudios que evidencian que existen cierto tipo de videojuegos como los videojuegos de rol multijugador masivos en línea (MMORPG) que se asocian con grados superiores de dependencia (Marco & Chóliz, 2016). Según una encuesta realizada por la Asociación Española de Distribuidores y Editores de Software de Entretenimiento (aDeSe), encontró que un tercio de los hogares españoles tenía consolas de videojuegos en el 2009. La presencia de niños y adolescentes en sus hogares para permanecer jugando o haciendo streaming, es un factor a considerar.

3.1.9. Adolescencia

En definitiva, la etapa de la adolescencia está repleta de muchos cambios a nivel físico, psicológico y emocional, está también la posibilidad de generar o crear conductas de riesgo como el uso de sustancias, o desarrollar otras conductas adictivas por el deseo de pertenecer a un grupo, buscar su identidad o encajar con sus pares. Aunque la adolescencia no es un período que se pueda delinear con una cierta edad, ya que puede variar enormemente de una

persona a otra, podemos decir que en general comienza alrededor de los 12 o 13 años de edad y termina aproximadamente a los 20 años (Labrador Encinas, Requesens Moll, & Helguera Fuentes).

3.2. Estado de la Cuestión

Se encontró, en la siguiente tesis que investiga la relación entre la impulsividad y la dependencia a los videojuegos en estudiantes de una institución educativa de Lima Metropolitana, en 104 estudiantes. Se utilizaron el Cuestionario de la Escala de Conducta Impulsiva UPPS-P y el Test de Dependencia de Videojuegos (TDV). Se encontró una correlación significativa entre ambas variables, con diferencias notables entre géneros, Esto es un dato consistente con los hallazgos de Salas, Merino, Marco & Choliz (2017) quienes señalan que, el factor cultural con las características de género, hace que los hombres tengan más oportunidades de adquirir una dependencia hacia los videojuegos, en contraste con las mujeres. (Ayala Leon, 2021, pp 6-23)

De la misma manera en otra investigación se refuerza que los hombres juegan con mayor frecuencia que las mujeres, se menciona que “El 79.81% de los encuestados jugaba videojuegos, siendo los chicos los que jugaban con mayor frecuencia que las chicas” (Barbado & Maldonado, 2021, págs. 52-55).

Por otro lado, Dennis J. Ortiz y Diana C. Velastegui (2023), en el siguiente estudio sobre: “La dependencia a videojuegos y su relación con la impulsividad en estudiantes”, a través de LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, que estudia la conexión entre la adicción a los videojuegos y la impulsividad con un grupo de jóvenes, el mismo que posee un enfoque de tipo cuantitativo, no experimental y transversal, con un total de 403 estudiantes que tenían rango de edad de 14 a 48 años, utilizando dos instrumentos: Test de Dependencia a Videojuegos y Escala de Impulsividad de Barratt.

Entre los resultados se encontró una relación negativa baja entre la dependencia a videojuegos y la impulsividad; El 46.7% de los estudiantes presentó un alto nivel de dependencia a los videojuegos, el 38.0% una dependencia moderada y el 15.4% una dependencia baja. Además, la impulsividad motora fue la más destacada, con un 28.6%. Con esto se llegó a concluir que la dependencia a los videojuegos se asocia con cambios en el comportamiento impulsivo, especialmente en adolescentes, lo cual podría tener implicaciones importantes para su desarrollo emocional y conductual. (p. 1182-1189)

Según Díaz Gil (2021), en su tesis propone precisar la interacción entre estas dos variables: dependencia a los videojuegos y la impulsividad, con alumnos del distrito de El

Porvenir, en el cual se aplica el Test de Dependencia a Videojuegos y la Escala de impulsividad de Barratt mismos instrumentos que se aplicaron en el estudio anterior, en una población total de 273 estudiantes de ambos sexos, con edades entre 12 y 16 años. Entre los resultados más relevantes se halló que hay una relación simple e inversa entre la adicción a los videojuegos y la impulsividad. ($r = -0.007$), esto significa que la conducta impulsiva o agresiva en los adolescentes no está significativamente relacionada al mal uso videojuegos y viceversa. (p. 1-23)

En cuanto a la variable sobre la adicción a los videojuegos, se encontró un artículo que revisa el uso disfuncional de videojuegos en adolescentes, especialmente entre varones de 10 a 19 años. Este uso puede llevar a consecuencias negativas como adicción y problemas de salud pública. A través de una revisión de estudios científicos y bases de datos, se identificaron factores predictores, prevalencia, características, relación con otras adicciones y desórdenes como el TEA y TDAH, así como la falta de estandarización en criterios diagnósticos. La revisión destaca la necesidad de más investigación en prevención y tratamiento, áreas cruciales pero poco estudiadas (Rodríguez Rodríguez & García Padilla, 2021).

También se encontró en otro estudio que Los factores que influyen en la adicción, entre los factores individuales se incluyen la baja autoestima, la búsqueda de sensaciones, y el uso de videojuegos como una forma de escape de la realidad. Además, las características familiares como la falta de supervisión parental y un entorno familiar disfuncional también juegan un papel significativo. En términos sociales, la presión de grupo y la integración en comunidades de jugadores son influencias importantes. Finalmente, los factores relacionados con el contenido del videojuego, como su diseño atractivo y la posibilidad de socialización virtual, contribuyen a la adicción. Estos elementos, combinados, crean un entorno propicio para el desarrollo de comportamientos adictivos hacia los videojuegos en adolescentes. (Valido, 2019, págs. 1-26)

Asimismo, Sánchez Sarmiento, Giraldo Huertas, & Quiroz Padilla (2013), analizaron que la prevalencia y los factores asociados a la adicción a los videojuegos en una muestra de adolescentes colombianos. Los resultados indican que una proporción significativa de los adolescentes muestra signos de adicción a los videojuegos. Los factores más importantes asociados a esta adicción incluyen la baja autoestima, el uso de videojuegos como medio de

escape, y la impulsividad. Se identificó una correlación entre la adicción al gaming y problemas familiares, como la falta de supervisión parental y un entorno familiar disfuncional. El estudio subraya la necesidad de desarrollar estrategias de prevención y tratamiento que aborden estos factores para mitigar el impacto negativo del uso excesivo de videojuegos en los adolescentes. (p. 241-248)

4. MARCO METODOLÓGICO

4.1. Diseño

Para el presente estudio, se utilizará un enfoque de investigación de tipo cuantitativo, lo que quiere decir que se obtendrán datos numéricos a partir de ciertos fenómenos o variables que se pueden medir a través de instrumentos validados y estandarizados. Con el objetivo principal de describir, predecir y controlar de manera objetiva la relación y el entendimiento de las mismas.

Se propone el Test de Dependencia de Videojuegos (TDV) para evaluar la Adicción por uso de videojuegos, mientras que para medir el Control de impulsos se aplicará la Escala de Impulsividad de Barratt (BIS-11C).

El alcance de esta propuesta de investigación es correlacional, es un estudio no experimental, en el cual el investigador no manipula las variables del estudio, en su lugar se busca conocer la relación o grado de asociación existente entre las dos variables: la adicción a los videojuegos e impulsividad o control de impulsos, además el estudio tendrá un diseño de tipo transversal, puesto que los reactivos psicológicos se aplicarán en una única ocasión.

4.2. Contexto

El estudio se enfoca en la población adolescente, por lo que se han elegido estudiantes de primero de bachillerato de los cursos “A y B” con edades que oscilan entre 14 y 16 años, pertenecientes a la “Unidad Educativa Santa Maria Mazzarello” de la ciudad de Quito, Esta institución educativa privada, se encuentra en la Av. Delfín Treviño S 12-109 y Wiliam Shunk, a los cuales se les aplicará dos instrumentos para evaluar las variables de adicción a videojuegos y control de impulsos (impulsividad).

los estudiantes fueron elegidos para este proyecto debido a su etapa de desarrollo, su interacción con los videojuegos y su contexto económico, esto los convierte en el grupo más adecuado para investigar la relación de la adicción a los videojuegos y el control de impulsos.

Así también, las instituciones privadas pueden tener una estructura administrativa que facilita el acceso a la población de interés, en este caso, adolescentes de 14 a 16 años, existe un mayor control sobre el entorno educativo, social y económico de los estudiantes, lo que puede ayudar a minimizar las variables externas que podrían afectar los resultados del estudio.

4.3. Participantes

La población seleccionada para la propuesta del proyecto serán los estudiantes de la “Unidad Educativa Santa María Mazzarello” que se encuentran en cursando 1° de Bachillerato General Unificado del paralelo “A y B”, la muestra total es de 74 estudiantes, entre 14 y 16 años de edad, de los cuales 20 son varones y 54 son mujeres.

La muestra que se escogió es no probabilística y por conveniencia, por razones de accesibilidad, recursos y viabilidad práctica, se contaba con la participación de este grupo específico de adolescentes, lo cual facilita la recolección de datos, además las variables de la adicción a los videojuegos al ser relativamente poco común, resultó más efectivo utilizar una muestra no probabilística que asegurará que suficientes participantes con estas características sean incluidos en el estudio.

Criterios de Inclusión

- Ser estudiantes de la “Unidad Educativa Santa María Mazzarello” de 1° de BGU del paralelo “A y B”
- Vivir en la ciudad de Quito.
- Tener 14 y 17 años.
- Contar con el consentimiento informado sobre el estudio.

Criterios de exclusión

- Poseer un diagnóstico patológico dual
- Recibir apoyo psicológico debido a otro trastorno.

4.4. Instrumentos y Técnicas

Test de dependencia de videojuegos (TDV)

Es un test validado y construido por Chóliz y Marco, el tiempo de aplicación son de 15 a 20 minutos, se puede aplicar de forma individual o colectiva, a partir de los 10 años en adelante. Esta herramienta fue estandarizada en Madrid – España y además fue adaptada por Salas Blas et al. (2017) en Lima-Perú.

Descripción: El instrumento mide la dependencia a los videojuegos, en cual se evalúan tres indicadores: abstinencia, abuso y tolerancia, problemas ocasionados por videojuegos y dificultad en el control. Consta de 25 items con una escala tipo Likert, con una valoración de 0 a 4, 0 indica "totalmente en desacuerdo", 1 "un poco en desacuerdo", 2 "neutral", 3 "un poco de acuerdo" y 4 "totalmente de acuerdo", abarcando una serie de afirmaciones relacionadas con los videojuegos.. Es una herramienta confiable y válida por su consistencia interna de 0.94.

También Maldonado, Buitrago y Mancilla (2014), evidenciaron que

Existe un instrumento creado en castellano que cuenta con altos índices de validez y confiabilidad es el Test de Dependencia de Videojuegos (TDV)⁴ que después de ser aplicado en una muestra de 621 niños y adolescentes residentes de Valencia (España) mostro una confiabilidad aceptable y que fue desarrollado utilizando los criterios del DSM-IV y quedó conformado por 25 reactivos. (p. 20) Este test tiene una confiabilidad de 0.94 con respecto al alfa Cronbach.

Escala de impulsividad de Barratt

Esta escala fue creada en 1995 por Ernest S. Barratt, su objetivo es evaluar el comportamiento impulsivo, se puede aplicar en edades que oscilen entre los 11 años en adelante, tiene una duración de 15 a 20 minutos.

Descripción: esta herramienta valora la impulsividad en tres dimensiones: impulsividad motora, impulsividad cognitiva e impulsividad no planificada. Está compuesta de 30 ítems, con puntuaciones que oscilan de 0 a 4 tipo Likert, en donde 0 significa raramente o nunca, 1 ocasionalmente, 2 a menudo y cuatro siempre o casi siempre. Además tiene una fiabilidad test-retest: $r = 0.83-0.9$ (Ortiz & Velastegui, 2023).

De acuerdo con un estudio acerca de las Propiedades psicométricas de la escala de impulsividad de Barratt en adolescentes ecuatorianos, Casa Casa & Tobar Viera, (2023), mencionan lo siguiente:

La escala de impulsividad de Barratt para adolescentes ecuatorianos de este estudio posee adecuadas propiedades psicométricas, sin embargo, es importante recalcar que la confiabilidad total es de 0.777 lo que le deja en un rango moderado. Por lo tanto, es un instrumento confiable y de muy fácil aplicación. (p. 2348)

4.5. Procedimiento

Para iniciar la recolección de datos, se procedió a realizar lo siguiente:

Inicio del Proceso:

En primera instancia se contactó con la institución educativa para informarles sobre el proyecto de investigación y consigamos su aprobación, luego se envió a los padres de los adolescentes un correo para darles información y conocimiento sobre el estudio, además de solicitar su consentimiento para que sus hijos puedan participar en el proyecto de investigación.

Como se mencionó anteriormente se envió a través de correos electrónicos, el consentimiento informado para brindar mayor información a los padres sobre la importancia del estudio y los instrumentos que se aplicaran a los estudiantes. Y asimismo, garantizar que toda la información será completamente confidencial y utilizada para fines académicos.

Planificación:

Se estableció un cronograma con apoyo de los profesores y las autoridades para asistir al instituto, hacer una presentación pequeña sobre lo que se va a realizar, para después aplicar los instrumentos psicológicos, para lo cual se tiene estimado una duración de 45 a 60 minutos. El espacio físico fueron las instalaciones de Unidad Educativa y se llevó los materiales necesarios como esferos y papel.

Aplicación de instrumentos:

Para la aplicación del test y la escala se explicó detalladamente las instrucciones de los test a los participantes, asegurándose que todos los comprendieran. Durante la administración, se mantuvo una supervisión permanente en caso de que existan dudas.

Recopilación de datos:

Una vez que fueron aplicadas las baterías psicométricas a los 64 participantes, se recogió y revisó todos los cuestionarios, en caso de que falten datos o haya confusiones evidentes en las respuestas.

4.6. Análisis de Datos

Hipótesis: Existe una correlación directa y significativa entre la adicción a los videojuegos y el control de impulsos en los adolescentes de 14 a 16 años de la “Unidad Educativa Santa María Mazzarello” en Quito. Es decir, a mayor grado de adicción a los videojuegos, mayor impulsividad en los adolescentes.

Para el análisis de datos, se utilizó un programa SPSS para interpretar los resultados.

Problema: el proyecto de investigación pretende estudiar la relación de la adicción de los videojuegos sobre el control de impulsos en adolescentes de 14 a 16 años.

Plan: para el presente proyecto de investigación se propone un enfoque cuantitativo de alcance explicativo correlacional de tipo transversal.

Variable: Adicción a los videojuegos

Instrumento: Test de dependencia de videojuegos (TDV) mide 4 dimensiones (Sánchez

Dominguez, Telumbre Terrero, Castillo Arcos, & Silveira Sosa, 2020):

1. Abstinencia, está compuesto por los ítems 3, 4, 6, 7, 10, 11, 13, 14, 21 y 25 indica el nivel de malestar cuando no se puede utilizar los videojuegos.
2. Abuso y Tolerancia, compuesto por los ítems 1, 5, 8, 9 y 12 indica el incremento gradual en la cantidad de juego en comparación con el inicio. En otras palabras, a medida que avanza el tiempo, la participación en el juego aumenta progresivamente respecto a los niveles iniciales.
3. Problemas ocasionados por los videojuegos, compuesto por los ítems 16, 17, 19 y 23 indica los factores de riesgo por el uso excesivo de los videojuegos.
4. Dificultad en el control, compuesto por los ítems 2, 15, 18, 20, 22 y 24 esta dimensión indica las dificultades en dejar de jugar, cuando hacerlo no es apropiado ni beneficioso en ese momento o situación.

Variable: Control de impulsos

Instrumento: Escala de Impulsividad de Barratt mide tres dimensiones:

1. Atención, indica a la falta de atención y la dificultad para concentrarse
2. Motor, indica la tendencia a actuar de forma impulsiva sin reflexión previa y la dificultad para controlar respuestas automáticas e impulsivas.
3. No planificación, indica la carencia de anticipación y la dificultades para estructurar y organizar tareas.

4.7. Planificación de Actividades por cada Objetivo Específico

Tabla 1

Tabla de Planificación de Actividades por Objetivo Específico

Objetivo Específico	Actividades por Objetivo	Inicio	Fin
Objetivo específico 1.	Revisión de la literatura existente sobre la adicción a los videojuegos y la impulsividad en adolescentes.	Mes 1	Mes 1
	Selección de las teorías y modelos más relevantes	Mes 1	Mes 1

<p>Evaluar el nivel de adicción a los videojuegos en los adolescentes de 14 a 16 años de la “Unidad Educativa Santa María Mazzarello” en Quito.</p>	<p>Obtención de consentimientos para los padres o tutores y los participantes adolescentes.</p>	<p>Mes 1</p>	<p>Mes 1</p>
	<p>Aplicación de los instrumentos como el Test de Dependencia de Videojuegos y "Barratt Impulsiveness Scale" (BIS-11).</p>	<p>Mes 1</p>	<p>Mes 1</p>
	<p>Análisis de datos recolectados a través del SPSS</p>	<p>Mes 2</p>	<p>Mes 2</p>
<p>Objetivo específico 2. Analizar el grado de impulsividad en los adolescentes de 14 a 16 años de la “Unidad Educativa Santa María Mazzarello” en Quito.</p>	<p>Revisión previa sobre estudios que analicen el grado de impulsividad en los adolescentes</p>	<p>Mes 2</p>	<p>Mes 2</p>
	<p>Procesamiento y análisis de los datos recolectados utilizando software estadístico SPSS</p>	<p>Mes 2</p>	<p>Mes 2</p>
	<p>Preparación de un resumen ejecutivo sobre los principales hallazgos</p>	<p>Mes 2</p>	<p>Mes 2</p>
	<p>Identificación de los estudios o investigaciones previas que determinen la relación entre dependencia a los videojuegos y el control de impulsos en adolescentes.</p>	<p>Mes 2</p>	<p>Mes 2</p>
	<p>Análisis de los datos</p>	<p>Mes 2</p>	<p>Mes 2</p>

Objetivo específico 3. Establecerla relación entre dependencia a los videojuegos y el control de impulsos en los adolescentes de 14 a 16 años de la “Unidad Educativa Santa María Mazzarello” en Quito.	recolectados utilizando software estadístico SPSS para comparar los niveles de dependencia a los videojuegos y el sexo.		
	Redacción de un informe detallado que incluya los objetivos, metodología, resultados, conclusiones y recomendaciones del estudio	Mes 3	Mes 3
	Elaboración del informe final para compartir los hallazgos con las partes interesadas	Mes 4	Mes 4
	Realización de materiales informativos para padres y adolescentes sobre el control de impulsos y estrategias para su mejora	Mes 4	Mes 4
	Presentación y difusión de resultados	Mes 4	Mes 4
	Realización de reuniones periódicas para evaluar el progreso y resolver problemas.	Durante toda la duración del estudio	Durante toda la duración del estudio

Nota. O = Objetivo; A = Actividad; M = Mes

4.8. Reflexividad del Investigador

Con respecto a las dos variables que se están estudiando sobre la adicción a los

videojuegos y la impulsividad en los adolescentes, se tomó una perspectiva objetiva acerca de los videojuegos para evitar sesgar la interpretación de los resultados, para esto se procuró identificar y controlar las variables que podrían influir en los resultados, como el género, el entorno socioeconómico y la presencia de otros trastornos mentales. También se empleó instrumentos psicométricos validados, cerciorando que todos los participantes reciban las mismas instrucciones y condiciones al completar los cuestionarios.

Otro aspecto importante es la relación con los participantes, fue vital fomentar una relación de confianza y respeto con los adolescentes participantes. Ser transparente sobre los objetivos del estudio y asegurar que la colaboración de los participantes sea absolutamente voluntaria y se cuente con el consentimiento informado.

Por otra parte, se fue consciente de los posibles sesgos y limitaciones en la selección de la muestra utilizada, puesto que los participantes son pertenecientes a una institución educativa privada, por lo que al momento de interpretar los resultados se debe tener cautela, considerando la complejidad de las variables implicadas y evitar realizar generalizaciones.

También es importante tener en consideración los factores contextuales que pudieron llegar a influir en los resultados como el sexo, edad, nivel económico y zona de residencia.

Durante la revisión bibliográfica de las variables se llegó a entender que si existe una relación entre la adicción a los videojuegos y el control de impulsos, sin embargo esta relación es multifacética, lo que implica que puede estar influenciada por una variedad de factores, tales como el contexto familiar, social y escolar. Por lo que fue importante no simplificar la relación causal y tomar en cuenta los otros factores que influyeron en los resultados.

4.9. Consideraciones Éticas

En todo proyecto de investigación la ética es fundamental, especialmente cuando que trabajó con poblaciones vulnerables como los adolescentes. Por ello se aseguró que el estudio cumpla con los estándares éticos de investigación, como la confidencialidad y el bienestar de los participantes.

Se pidió el consentimiento informado a los padres de familia o tutores legales, puesto que sus hijos son menores de edad, asegurando la comprensión del propósito del estudio y su derecho a retirarse en cualquier momento. De la mano fue importante mencionar que en todo momento los datos e información que se obtuviera serán utilizados con fines académicos manteniendo así la confidencialidad y privacidad de los participantes.

Del mismo modo, fue importante evaluar y minimizar los posibles riesgos psicológicos y emocionales asociados con la participación en el estudio. Si esto llegara a suceder se estableció con antelación procedimientos para ofrecer apoyo psicológicos si alguno de los participantes experimentara malestar como resultado de su participación.

Otro aspecto valioso que cabe mencionar, para la realización de este proyecto de investigación u otros, es que el Comité de Ética de Investigación en Seres Humanos de la Universidad de las Américas (CEISH-UDLA) deberá aprobar la investigación antes de realizarse.

Igualmente fue necesario tratar a todos los participantes con igualdad y respeto, para después conjuntamente comunicar a los participantes, sus padres o tutores claramente los posibles beneficios del proyecto de investigación. Además, al momento de presentar sobre los resultados, se lo hizo de manera responsable, evitando estigmatizar a los adolescentes que juegan videojuegos y ofreciendo soluciones constructivas.

Además, llevar a cabo una investigación sobre la relación entre la adicción a los videojuegos y el control de impulsos en adolescentes de 14 a 16 años puede ofrecer numerosos beneficios y aportes tanto a la psicología como a la sociedad en general proporcionó nuevas perspectivas para investigaciones futuras, tales como aumentar la comprensión sobre los factores psicológicos que contribuyen a la adicción a los videojuegos y explorar cómo el control de impulsos está relacionado con otras conductas adictivas, proporcionando un marco más amplio para estudiar y tratar diferentes adicciones. Y sobre todo, identificar factores de riesgo y protectores, ayudando a desarrollar estrategias de prevención efectivas para reducir la incidencia de la adicción a los videojuegos y mejorar el control de impulsos en los adolescentes.

4.10. Viabilidad de la Investigación

La adicción a los videojuegos y el control de impulsos en adolescentes son temas de gran relevancia debido al aumento del uso de videojuegos y las preocupaciones sobre sus efectos psicológicos y conductuales.

Entre los beneficios del presente proyecto, comprender esta relación puede ayudar a desarrollar intervenciones más eficaces para prevenir y tratar problemas de adicción y mejorar el bienestar de los adolescentes.

Al contar con un tema claramente definido y tener identificado las dos variables: la adicción a los videojuegos y el control de impulsos en los adolescentes se encontraron instrumentos ya validados, como el Test de dependencia de videojuegos (TDV) y la Escala de impulsividad de Barratt para medir el control de impulsos.

Por otro lado, se contó con los recursos necesarios para la investigación como, los fondos para materiales de recolección de datos, software estadístico, acceso a computadoras y espacios adecuados para realizar las baterías psicométricas (instalaciones educativas). En cuanto a recursos humanos, se cuenta con el profesional en salud mental (Psicóloga) y con el apoyo de las autoridades y profesores.

Además, el tiempo estimado para la planificación de las diferentes actividades, es de 4 meses, se considera un tiempo ajustado y factible si se planifica cuidadosamente cada etapa y se optimizan los procesos. Es fundamental tener flexibilidad para adaptarse a posibles retrasos y mantener una comunicación constante con todos los involucrados en el estudio.

En conclusión, El tema de investigación sobre el impacto de la adicción a los videojuegos en el control de impulsos en adolescentes es viable debido a su relevancia, la disponibilidad de participantes y herramientas de medición, y la factibilidad del diseño y metodología del estudio.

5. RESULTADOS ESPERADOS

Este proyecto de investigación tiene como objetivo general determinar la relación de la adicción a los videojuegos y el control de impulsos, en adolescentes de 14 a 16 años de la “Unidad Educativa Santa María Mazzarello”, en Quito. Se espera que los resultados evidencien que, un uso no moderado o de dependencia a los videojuegos se relacione con un aumento de la impulsividad. O dicho también de otra manera, se espera encontrar que en los adolescentes con una puntuación alta de dependencia a los videojuegos, presenten altos niveles de impulsividad.

Con respecto al primer objetivo específico, se propuso, Evaluar el nivel de adicción a los videojuegos en los adolescentes de 14 a 16 años de la “Unidad Educativa Santa María Mazzarello” en Quito. Se espera obtener puntuaciones altas que indiquen un elevado grado de dependencia a los videojuegos, esto también se corrobora con el estudio realizado por Silva (2022), esta tesis realiza un estudio con una población compuesta por 98 725 adolescentes de 10 a 19 años, provenientes del distrito San Martín de Porres, el que se obtuvo que “los hombres tienen mayor rango con 127.48. Por lo tanto, se puede notar que entre hombres y mujeres existen diferencias con respecto al tiempo que dedican a los videojuegos” (Silva Yarlequé, 2022, pág. 30). Esto según Marco Chóliz (2013) en algunos de sus estudios ha señalado que efectivamente los hombres pasan significativamente más tiempo jugando a videojuegos que las mujeres.

Por otro lado, para el segundo objetivo específico, se propuso, Analizar el grado de impulsividad en los adolescentes de 14 a 16 años de la “Unidad Educativa Santa María Mazzarello” en Quito. Se espera obtener puntuaciones bajas, medias y altas. Y a su vez, que estas puntuaciones se correlacionen con las puntuaciones obtenidas en el test de Dependencia de videojuegos, es decir que quienes presenten mayores niveles de adicción a los videojuegos mostrarán puntuaciones más altas en la Escala de Impulsividad de Barratt (BIS-11). Esto sugiere que a medida que las personas se vuelven más impulsivas, también tienden a mostrar mayores niveles de dependencia a los videojuegos, y esta relación es consistente y respaldada por datos estadísticos de la tesis de Silva (2022).

Por último, para el tercer objetivo, se plateó, establecer la relación entre dependencia a los videojuegos y el control de impulsos en los adolescentes de 14 a 16 años de la “Unidad Educativa Santa María Mazzarello” en Quito. Este resultado se apoya de la tesis realizada por Silva (2022), donde se observó una correlación directa y estadísticamente significativa entre las dos variables ($\rho = .46$; $p < .01$), lo que indicaba que, a medida que aumenta la dependencia de los videojuegos, también se incrementa la impulsividad en aquellos alumnos (Silva Yarlequé, 2022). Este estudio corrobora la hipótesis que se formuló para ejecutar la propuesta de investigación, lo que significa que medida que aumenta la dependencia a los videojuegos, también aumenta la falta de control de impulsos. Es decir, los adolescentes que tienen una mayor adicción a los videojuegos tienden a tener más problemas con el control de sus impulsos.

6. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

6.1. Nivel de la Intervención

Se realizará una intervención preventiva sobre el tiempo empleado en los videojuegos y el control de impulsos, para abordar los posibles impactos negativos del uso excesivo de videojuegos en adolescentes, promoviendo un desarrollo saludable y equilibrado tanto a nivel personal como social.

6.2. Fundamentación de la Intervención

La propuesta de intervención preventiva se fundamenta a partir del programa PrevTec 3.1 elaborado por (Marco & Chóliz, 2013) se basa en un enfoque integral para la prevención de adicciones y conductas de riesgo en adolescentes y jóvenes. Se divide en módulos, es decir que se puede trabajar dependiendo del tipo de adicción que se desee prevenir.

Este programa propuesto por Marco & Chóliz ofrece información sobre las adicciones ya sea al móvil, videojuegos e internet, el cual está dirigido tanto a los estudiantes como a quienes implementan el programa. También se enfoca en sensibilizar a través de la promoción de la curiosidad y el impacto de la información proporcionada. E incluye el desarrollo de competencias necesarias para evitar el uso inadecuado de las tecnologías, con énfasis en las habilidades de autocontrol. Por último, el programa utiliza cuestionarios para evaluar los hábitos fomentados y la efectividad del programa.

El Prev.Tec 3.1 (Marco & Chóliz, 2013) se fundamenta en diversos supuestos, en resumen, sostiene que las tecnologías de la información, comunicación y entretenimiento son cruciales para el progreso económico y social, ya que contribuyen al bienestar personal y a la mejora de la calidad de vida. El sistema económico actual promueve el consumo de estas tecnologías, que se vuelven cada vez más atractivas y accesibles. Sin embargo, este uso intensivo puede llevar a un consumo excesivo, generando problemas y, en casos extremos, adicción, especialmente en personas vulnerables.

La adolescencia es un período crítico para el desarrollo de trastornos adictivos debido a factores psicobiológicos y evolutivos. Los videojuegos, diseñados para niños y adolescentes, son especialmente atractivos para este grupo, aumentando el riesgo de adicción.

Expuesto lo anterior, es importante llevar a cabo un programa preventivo contra las adicciones comportamentales, tales como la adicción a los videojuegos y su relación con la impulsividad, puesto que las instituciones educativas son un entorno particularmente adecuado para estos programas, pues allí se conocen y usan estas tecnologías como herramientas educativas.

En resumen, un programa de intervención preventivo sobre el uso saludable de videojuegos y el manejo de la impulsividad son vitales para los padres porque les proporciona las herramientas, conocimientos y estrategias necesarias para guiar a sus hijos en el uso equilibrado de la tecnología, promoviendo su bienestar integral y desarrollo saludable.

Descripción de la propuesta

6.3. Objetivos de la Intervención

- Informar sobre los riesgos del uso excesivo de videojuegos.
- Promover el equilibrio entre el tiempo de juego y otras actividades.
- Fomentar el uso de aplicaciones o herramientas para monitorizar y controlar el tiempo dedicado a los videojuegos.

6.4. Población Objetivo

Se propone de acuerdo a los resultados esperados realizar una intervención preventiva dirigida a los padres o los principales tutores de los adolescentes que participaron en la propuesta de investigación, dado que es importante que las figuras paternas se conviertan o creen un entorno de apoyo y orienten el manejo del tiempo dedicado a los videojuegos de manera funcional y a desarrollar habilidades de control de impulsos.

6.5. Actividades y Procedimiento de la Intervención

Para la estructura de la intervención se utilizará como guía la estructura de PrevTec 3.1 como observa en la siguiente tabla:



Figura 1. Estructura del programa de intervención preventivo sobre el uso saludable de los videojuegos y el manejo de la impulsividad

La intervención constará de 6 sesiones, cada una con 60 minutos de duración de forma semanal, se estima que asistan 60 padres de familia para llevar a cabo la propuesta.

Sesión 1: introducción y concientización

Los temas a tratar:

- Presentación del programa y sus objetivos.
- Información sobre la prevalencia y el impacto del uso excesivo de videojuegos.

- Discusión sobre los beneficios y riesgos asociados con los videojuegos.

Actividades:

- Dinámica de presentación.
- Charla informativa.

Sesión 2: Comprendiendo la Impulsividad

Temas a tratar:

- Definición y características de la impulsividad.
- Cómo la impulsividad afecta el uso de videojuegos.
- Factores que contribuyen a la impulsividad en adolescentes.

Actividades:

- Charla informativa
- Discusión sobre casos reales.

Sesión 3: Estrategias para el Establecimiento de Límites

Temas a tratar:

- Importancia de establecer límites claros.
- Estrategias para la implementación de reglas efectivas.
- Herramientas para la monitorización del tiempo de juego.

Actividades:

- Taller de creación de reglas familiares.
- Role-playing sobre negociación de límites.

Sesión 4: Fortaleciendo el Manejo de la Impulsividad

Temas a tratar:

- Técnicas para el manejo de la impulsividad.

- Estrategias de autocontrol y mindfulness.
- Actividades alternativas a los videojuegos.

Actividades:

- Práctica de técnicas de respiración y relajación.
- Creación de un plan de actividades alternativas.

Sesión 6: Revisión y Plan de Acción

Temas a tratar:

- Revisión de los temas abordados en el programa.
- Evaluación de los cambios observados y los retos enfrentados.
- Creación de un plan de acción a largo plazo.

Actividades:

- Reflexión grupal sobre aprendizajes y desafíos.
- Desarrollo de un plan de seguimiento individual.

Materiales y Recursos

- Manual para padres con información y actividades.
- Folletos y recursos sobre manejo de la impulsividad y uso saludable de videojuegos.

Evaluación del Programa

- Encuestas de satisfacción al final del programa.

6.6. Potenciales Beneficios de la Intervención

Beneficios para los Adolescentes

1. Mejor Desarrollo Cognitivo y Social

- **Habilidades Cognitivas:** Un uso equilibrado de los videojuegos puede potenciar habilidades como la resolución de problemas, la creatividad y la coordinación ojo-mano.

- **Interacción Social:** Fomentar un uso saludable puede promover interacciones sociales positivas y habilidades de colaboración, especialmente en juegos multijugador.
2. **Reducción del Riesgo de Adicción**
 - **Uso Regulado:** Establecer límites claros y hábitos saludables puede prevenir el desarrollo de una dependencia o adicción a los videojuegos.
 - **Mejor Gestión del Tiempo:** Los adolescentes aprenden a equilibrar el tiempo dedicado a los videojuegos con otras actividades importantes como el estudio, el ejercicio físico y las interacciones sociales.
 3. **Manejo Efectivo de la Impulsividad**
 - **Autocontrol:** Las estrategias enseñadas en el programa pueden ayudar a los adolescentes a desarrollar un mejor autocontrol y regulación emocional.
 - **Toma de Decisiones:** La mejora en el manejo de la impulsividad puede llevar a decisiones más consideradas y responsables en diversas áreas de la vida.
 4. **Salud Física y Mental**
 - **Bienestar Físico:** Reducir el tiempo excesivo frente a la pantalla puede prevenir problemas de salud como la obesidad y los trastornos posturales.
 - **Salud Mental:** Un uso equilibrado de los videojuegos y una mejor gestión de la impulsividad pueden reducir los riesgos de ansiedad, depresión y otros problemas de salud mental.

Beneficios para los Padres

1. **Mayor Comprensión y Conocimiento**
 - **Educación:** Los padres obtendrán un mejor entendimiento de los videojuegos y su impacto en el desarrollo de sus hijos.
 - **Conciencia:** Incrementará la conciencia sobre los riesgos asociados con el uso excesivo de videojuegos y cómo mitigarlos.
2. **Habilidades Parentales Mejoradas**
 - **Establecimiento de Límites:** Aprenderán a establecer y mantener límites saludables y realistas en el uso de videojuegos.
 - **Técnicas de Supervisión:** Desarrollarán habilidades efectivas para supervisar y guiar el uso de la tecnología por parte de sus hijos.
3. **Mejor Comunicación Familiar**

- **Diálogo Abierto:** Se fomentará una comunicación abierta y honesta entre padres e hijos sobre el uso de la tecnología y otros temas importantes.
- **Resolución de Conflictos:** Mejorarán las habilidades para resolver conflictos relacionados con el uso de videojuegos de manera constructiva.

6.7. Recursos Necesarios para la Intervención

Para la intervención se necesitará:

- **Recursos Humanos:** el profesional a cargo de la propuesta e intervención (psicóloga clínica).
- **Material Educativo y Didáctico:** materiales impresos y digitales para padres y adolescentes que contengan información sobre el uso saludable de videojuegos, manejo de la impulsividad, y estrategias de comunicación y establecimiento de límites.
- **Presentaciones y Videos:** recursos audiovisuales que ilustren los conceptos y estrategias discutidos en el programa.
- **Folleto y Panfletos:** resúmenes de información clave y consejos prácticos para distribuir durante las sesiones y en la comunidad.
- **Infraestructura y Espacios:** espacios adecuados para realizar las sesiones grupales y talleres con los padres en las instalaciones educativas.
- **Equipos Tecnológicos:** tales como computadoras, proyectores, y acceso a internet para mostrar presentaciones y videos, así como para realizar actividades interactivas.
- **Materiales de Oficina:** papel, pizarras, marcadores, y otros suministros necesarios para las actividades y talleres.
- **Recursos Financieros:** fondos necesarios para cubrir los materiales que se van a implementar.

6.8. Plan de Evaluación de la Efectividad de la Intervención

Para evaluar la efectividad de la intervención se propone utilizar un cuestionario al finalizar el programa para evaluar y notar los cambios que se han dado sobre las actitudes y comportamientos tanto en los padres y como ellos perciben la de sus hijos.

El cuestionario contará con 16 preguntas, se calificará de acuerdo a los componentes de la escala de Likert, respuesta de sí y no, además que al final puedan emitir un comentario adicional sobre la intervención.

6.9. Viabilidad de la Intervención

La viabilidad de la intervención depende de diversos factores que abarcan recursos, aceptación, implementación, y sostenibilidad.

Con respecto a los recursos humanos y materiales, este estudio y propuesta de intervención cuenta con el profesional de salud mental (psicóloga clínica), existe también la disponibilidad de tiempo y se cuenta con los recursos económicos para llevar a cabo.

Por otro lado, la infraestructura y equipo tecnológico, se cuenta con el apoyo de la institución educativa para el desarrollo de las actividades y presentaciones.

Asimismo, es vital contar con la aceptación y participación de los estudiantes y de sus padres, por lo tanto es importante saber promocionar e informar de la manera adecuada y atractiva sobre los beneficios potenciales al ser parte de la propuesta de investigación y su respectiva intervención.

7. DISCUSIÓN, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES:

7.1. Discusión

El presente estudio tuvo como objetivo general determinar la relación entre la adicción a los videojuegos y el control de impulsos (impulsividad) en adolescentes de 14 a 16 años de la Unidad Educativa María Mazzarello en Quito, para lo cual se planteó 3 objetivos específicos.

Entre los resultados obtenidos, como primer objetivo: Evaluar el nivel de adicción a los videojuegos en los adolescentes de 14 a 16 años de la “Unidad Educativa Santa María

Mazzarello” en Quito. Se esperaba obtener puntuaciones altas que indiquen uso problemático de videojuegos, o por lo contrario si se encontrara menores niveles de adicción a los videojuegos se mostrarán puntuaciones más bajas en la Escala de Impulsividad de Barratt (BIS-11). Resultados similares en los que se encontró grandes niveles de predominancia de dependencia a los videojuegos fue en los hombres. Esto se apoya con los estudios de Marco & Chóliz (2013); Silva (2022); Reyes Yauri (2019); Salas Blas, Merino Soto, Chóliz, & Marco, (2017). Lo que significaría que los estudiantes varones en comparación con las mujeres, dedican una cantidad significativa de tiempo a jugar, a menudo a expensas de sus responsabilidades y relaciones personales. Este nivel de uso puede tener consecuencias negativas en su rendimiento académico, su vida social y su bienestar emocional y físico. Asimismo la industria de los videojuegos a menudo dirige su marketing y desarrollo de productos hacia un público masculino, lo que puede influir en el mayor consumo de videojuegos por parte de los hombres.

Asimismo, los personajes y roles en muchos videojuegos están más orientados hacia intereses y comportamientos típicamente asociados con los hombres, lo que puede hacer que los hombres se sientan más identificados y comprometidos. Además, los varones suelen socializar más a través de los videojuegos, participando en comunidades en línea y competencias, lo que puede aumentar el tiempo dedicado a jugar.

Por otra parte, en el segundo objetivo de la propuesta se enunció, analizar el grado de impulsividad en los adolescentes de 14 a 16 años de la “Unidad Educativa Santa María Mazzarello” en Quito. Para lo cual se esperaba obtener puntuaciones bajas, medias y altas. Y a su vez, que estas puntuaciones se correlacionen con las puntuaciones obtenidas en el test de Dependencia de videojuegos, es decir que quienes presenten mayores niveles de adicción a los videojuegos mostrarán puntuaciones más altas en la Escala de Impulsividad de Barratt (BIS-11). De acuerdo a la tesis de Garcia Morcera & Sialer Arevalo (2021), conformada por una muestra de 280 adolescentes es etapa escolar de un establecimiento educativo privado del distrito Los Olivos “Respecto a los niveles de impulsividad, se observó que los estudiantes alcanzaron un 67,9% que representa al nivel alto” (Garcia Morcera & Sialer Arevalo, 2021, pág. 23). Si se llegará a evidenciar esto significaría que los estudiantes con puntuaciones altas en la escala de Impulsividad tienden hacer que les sea difícil controlar el tiempo que pasan jugando, lo cual puede interferir con sus responsabilidades y actividades cotidianas.

Mientras que, para el tercer objetivo se planteó establecer la relación entre adicción a los videojuegos y el control de impulsos en los adolescentes de 14 a 16 años de la “Unidad Educativa Santa María Mazzarello” en Quito. Se obtuvo una correlación directa entre ambas, este resultado es similar a la de otras investigaciones realizadas por Silva (2022) este estudio obtuvo correlaciones directas, muy parecidas a los resultados esperados de la propuesta de intervención. De la misma manera, Garcia Morcera & Sialer Arevalo (2021); Reyes Yaury (2019), en sus estudios obtuvieron una correlación directa y estadísticamente significativa entre la dependencia a los videojuegos y la impulsividad.

Sin embargo, también existen otras investigaciones en la que se ha evidenciado lo opuesto, en un estudio de Ortiz & Velastegui (2023) que se hizo a 403 estudiantes Ecuatorianos de 14 a 18 años del cantón Baños de Agua Santa, se evidenció una correlación negativa inversa baja entre las variables de adicción a los videojuegos e impulsividad, puesto que su tiempo libre estos adolescentes realizaban otras actividades de distracción como deportes extremos. De manera similar Ayala Leon (2021) en su estudio con 104 jóvenes peruanos obtuvo como resultado una correlación positiva muy baja entre las variables de dependencia y control de impulsos.

7.2. Discusión de las limitaciones y fortalezas

Los resultados esperados del proyecto acerca de la relación de la adicción a los videojuegos y el control de impulsos comparten similitudes con los estudios previos y la literatura. Sin embargo durante la investigación también se han notado varias limitaciones.

En el contexto ecuatoriano existe una falta de instrumentos de medición validados y adaptados culturalmente para evaluar la adicción o dependencia del gaming esta puede ser una barrera, sin herramientas adecuadas, los investigadores pueden dudar en iniciar estudios en esta área. A su vez, las normas y percepciones socioculturales sobre el uso de videojuegos pueden influir en la investigación, si la sociedad no percibe el uso excesivo de videojuegos como un problema, puede haber menos incentivos para realizar futuros estudios.

Otra de las limitaciones para realizar este proyecto de investigación fue la selección de la muestra, puesto que se escogió una población no patológica, por lo tanto la relación entre la adicción a los videojuegos y la impulsividad podría ser más débil y más difícil de detectar

debido a la presencia de niveles bajos de ambas variables. En una población patológica, es mucho más probable que la relación sea más fuerte, lo que facilitaría su estudio y comprensión.

Por otra parte, entre las fortalezas del proyecto de investigación, si se llegara a realizar se proporcionaría datos específicos sobre la relación entre la adicción a los videojuegos y el control de impulsos en adolescentes, un área de interés creciente. Del mismo modo, se ayudaría a identificar los factores de riesgo y las características específicas que contribuyen a la adicción a los videojuegos y los problemas de impulsividad. Y a su vez, se incrementaría la conciencia sobre los problemas asociados con el uso excesivo de videojuegos y los comportamientos impulsivos, tanto en la comunidad educativa como entre los padres y los propios adolescentes.

Conjuntamente, si se llevara a cabo el plan de intervención, este facilitaría a que los padres o tutores legales sepan identificar factores de riesgo para prevenir problemas más graves en el futuro y que sepan ayudar a sus hijos a desarrollar habilidades de autocontrol y manejo del tiempo, que son esenciales para su éxito académico y personal. También, se esperaba que tener un impacto positivo a largo plazo en la vida de los adolescentes, ayudando a sus padres a desarrollar comportamientos saludables y resilientes en sus hijos.

7.3. Conclusiones

Durante la realización de este proyecto de investigación, se llegó a concluir que, debería realizarse un mayor número de investigaciones que vinculen ambas variables, debido a la escasez de estudios actuales. Esto facilitará la replicación del estudio en distintas poblaciones, tomando en cuenta otras variables, lo que permitirá comparar los datos e identificar posibles distinciones.

Los resultados del presente estudio evidenciaron una relación directa y significativa entre la adicción a los videojuegos y el control de impulsos en los adolescentes. Por lo tanto es probable que los adolescentes con una mayor adicción a los videojuegos presenten un menor control de impulsos, manifestando comportamientos impulsivos más frecuentes y severos.

Los adolescentes masculinos mostraron una mayor propensión a la adicción a los videojuegos y, en consecuencia, un mayor impacto en su control de impulsos en comparación con las adolescentes femeninas.

Los hallazgos de este proyecto de investigación subrayan la necesidad de implementar intervenciones tanto educativas como psicológicas para abordar la adicción a los videojuegos y mejorar el control de impulsos en los adolescentes. Es importante realizar programas de concienciación, talleres sobre el uso saludable de los videojuegos y estrategias para el manejo de impulsos, todo esto puede ser beneficioso para la comunidad en general.

7.4. Recomendaciones

Claramente, se necesita una mayor investigación sobre la relación de estas dos variables ya que no existe mucha literatura ni cifras sobre estudios realizados en el Ecuador, ya que la adicción por uso de videojuegos en el país no es percibida como una problemática urgente, tampoco es ampliamente reconocida o de la cual exista gran prevalencia, en comparación a otros tipos de trastorno como el consumo de sustancias, el alcoholismo entre otros trastornos mentales.

Se necesita aumentar la conciencia sobre la adicción a los videojuegos como un problema potencial de salud mental en conferencias, seminarios y a través de campañas educativas, así como también colaborar con investigadores de otros países que tengan más experiencia en este campo para desarrollar estudios conjuntos y aprovechar su experiencia y recursos.

Implementar estas estrategias puede ayudar a desarrollar una base de datos y estudios sólidos sobre la adicción a los videojuegos en Ecuador, proporcionando información crucial para la formulación de políticas y programas de intervención.

8. Anexos

Anexo 1. Consentimiento Informado

Consentimiento Informado para Participación en Proyecto de Investigación

Título del Proyecto: Relación entre la Adicción a los Videojuegos y el Control de Impulsos en Adolescentes de 14 a 16 Años de la Unidad Educativa Santa María Mazzarello en Quito.

Investigador Principal:

Psic. Oddalys Fernanda Villa Orozco

Institución: Unidad Educativa Santa María Mazzarello

Propósito del Estudio:

El propósito de este estudio es investigar la relación entre la adicción a los videojuegos y el control de impulsos (impulsividad) en adolescentes de 14 a 16 años de edad de la Unidad Educativa Santa María Mazzarello en Quito. Los resultados ayudarán a entender mejor cómo el uso de videojuegos puede afectar el comportamiento impulsivo y proporcionarán información valiosa para desarrollar programas de intervención y prevención.

Descripción del Estudio:

- Los estudiantes de 1° BGU del paralelo A y B serán invitados a participar.
- Los participantes completarán cuestionarios y escalas de evaluación que medirán sus hábitos de juego y niveles de impulsividad.
- El estudio se llevará a cabo durante [4 meses] y requerirá aproximadamente [45 a 60 minutos estimado de participación] por cada estudiante.
- Toda la información recopilada será confidencial y se utilizará únicamente con fines de investigación.

Procedimiento:

- Los participantes completarán el Test de Dependencia a los Videojuegos (TVD) y la Escala de Impulsividad de Barratt (BIS-11).
- Las evaluaciones se realizarán durante el horario escolar bajo la supervisión de la investigadora con ayuda de un profesor.
- Los datos recopilados se analizarán para determinar la relación entre la adicción a los videojuegos y el control de impulsos.

Riesgos y Beneficios:

Riesgos: No se anticipan riesgos significativos. Sin embargo, los participantes pueden sentir cierta incomodidad al responder preguntas sobre sus hábitos de juego y comportamientos.

Beneficios: Los participantes contribuirán al conocimiento científico sobre el impacto de los videojuegos en el control de impulsos. Esta información puede ayudar a desarrollar intervenciones y programas educativos que beneficien a otros estudiantes en el futuro.

Confidencialidad:

- Toda la información proporcionada por los participantes será confidencial.
- Los datos serán anonimizados y solo se utilizarán para fines de investigación.
- Los resultados del estudio se presentarán de manera que no se identifique a ningún participante individualmente.

Derechos del Participante:

- La participación en este estudio es completamente voluntaria.
- Los participantes pueden retirarse del estudio en cualquier momento sin penalización ni pérdida de beneficios a los que tienen derecho.
- Los padres/tutores pueden retirar su consentimiento en cualquier momento, y el estudiante será excusado del estudio.

Contacto para Preguntas:

Si tiene alguna pregunta sobre este estudio, por favor, contacte a:

- Psic. Clínica. Oddalys Villa
- Teléfono: 0985413561
- Correo electrónico: oddalysvilla@hotmail.com

Consentimiento del Padre/Tutor Legal:

Yo, _____, como padre/madre/tutor legal del estudiante _____, doy mi consentimiento para que mi hijo/hija _____, participe en el estudio descrito anteriormente. He leído y comprendido la información proporcionada en este documento y entiendo que la participación es voluntaria y que puedo retirar mi consentimiento en cualquier momento.

Firma del Padre/Tutor: _____

Fecha: _____

Consentimiento del Estudiante:

Yo, _____, entiendo la información proporcionada sobre el estudio y estoy de acuerdo en participar.

Firma del Estudiante: _____

Fecha: _____

Gracias por su colaboración y apoyo en este importante estudio.

Psicóloga clínica – Oddalys Villa

[Firma]

Anexo 2. Instrumento de evaluación – Test de Dependencia de Videojuegos (TDV)

Nombre:

Grado y sección:

Edad:

Instrucciones: Indica en qué medida estás de acuerdo o en desacuerdo con las siguientes frases sobre el uso que haces de los videojuegos (tanto de videoconsola, como de PC).

Toma como referencia la siguiente escala:

Totalmente en Desacuerdo (0)	En desacuerdo (1)	Neutral (2)	De acuerdo (3)	Totalmente de acuerdo (4)
---------------------------------	----------------------	----------------	-------------------	------------------------------

N°	Preguntas	0	1	2	3	4
1	Juego mucho más tiempo con los videojuegos ahora que cuando comencé.					
2	Si no funciona la videoconsola o la PC le pido prestada a un familiar o amigos.					
3	Me afecta mucho cuando quiero jugar y no funciona el videojuego.					
4	Cada vez que me acuerdo de mis videojuegos tengo la necesidad de jugar con ellos.					
5	Dedico mucho tiempo extra a los temas de mis videojuegos incluso cuando estoy haciendo otras cosas (ver revistas, hablar con compañeros, dibujar los personajes, etc.)					
6	Si estoy un tiempo sin jugar me siento vacío y no sé qué hacer.					
7	Me molesta cuando no funciona bien el videojuego.					
8	Ya no es suficiente para mí jugar la misma cantidad de tiempo que antes.					
9	Dedico menos tiempo a hacer otras actividades, porque los videojuegos me ocupan bastante rato.					
10	Estoy inquieto por subir de nivel, avanzar, ganar prestigio, etc., en los videojuegos					
11	Si no me funciona un videojuego, busco otro rápidamente para poder jugar.					
12	Creo que juego demasiado a los videojuegos.					
13	Me resulta muy difícil cuando comienzo a jugar, aunque tenga que dejarlo porque me llaman mis padres, amigos o tengo que ir a algún sitio.					
14	Cuando me encuentro mal me refugio en mis videojuegos.					
	Nunca (0)	Rara vez (1)	A veces (2)	Con frecuencia (3)	Muchas veces (4)	

15	Lo primero que hago los fines de semana cuando me levanto es ponerme a jugar con algún videojuego.					
16	He llegado a jugar más de tres horas seguidas.					
17	He discutido con mis padres, familiares o amigos porque dedico mucho tiempo a jugar con la videoconsola o el PC.					
18	Cuando estoy aburrido me pongo a jugar con un videojuego					
19	Me he acostado más tarde o he dormido menos por quedarme jugando con videojuegos.					
20	En cuanto tengo un poco de tiempo me pongo a jugar un videojuego, aunque sólo sea un momento					
21	Cuando estoy jugando pierdo la noción del tiempo					
22	Lo primero que hago cuando llego a casa ,después de clase o el trabajo, es ponerme a jugar con mis videojuegos					
23	He mentido a mi familia o a otras personas sobre el tiempo que he dedicado a jugar (por ejemplo, decir que he estado jugando media hora, cuando en realidad he estado más tiempo)					
24	Incluso cuando estoy haciendo otras tareas (en clase, con mis amigos, estudiando, etc.) pienso en mis videojuegos (cómo avanzar, superar alguna fase o alguna prueba, etc.)					
25	Cuando tengo algún problema me pongo a jugar con algún videojuego para distraerme.					

Anexo 3. Test de Impulsividad de Barratt (BIS-11)

Nombre:

Grado y sección:

edad:

Instrucciones: Las personas son. Diferentes en cuanto a la forma en que se comportan y piensan en y distintas situaciones. Está es una prueba para medir algunas de las formas en que usted actúa y piensa. No se detenga demasiado en ninguna de las oraciones. Responda rápida y honestamente.

		Raram ente o nunca (0)	Ocasio nal- mente (1)	A menudo (3)	Siempre o casi siempre (4)
1	Planifico mis tareas con cuidado				
2	Hago las cosas sin pensarlas				
3	Casi nunca me tomo las cosas a pecho				
4	Mis pensamientos van muy rápidos en mi mente)				
5	Planifico con anticipación mis actividades				
6	Soy una persona con autocontrol				
7	Me concentro con facilidad				
8	Ahorro con regularidad				
9	Se me hace difícil estar quieto/a por largos periodos de tiempo				
10	Pienso las cosas cuidadosamente				
11	Planifico mis estudios para rendir bien				
12	Digo las cosas sin pensarlas				
13	Me gusta pensar sobre problemas complicados				
14	Cambio frecuentemente de una tarea a otra				
15	Actúo impulsivamente				
16	Me aburro con facilidad tratando de resolver problemas en mi mente				
17	Visito al médico y al dentista con regularidad				
18	Hago las cosas en el momento que se me ocurre				
19	Soy una persona que piensa sin distraerse				
20	No me gusta vivir en el mismo sitio mucho tiempo)				
21	Compro cosas impulsivamente				
22	Yo termino lo que empiezo				
23	Camino y me muevo con rapidez				
24	Resuelvo los problemas tratando una posible solución y viendo si funciona.				
25	Gasto más dinero de lo que gano				
26	Hablo rápido				
27	Tengo ideas pensamientos extrañas cuando estoy pensando.				
28	Me interesa más el presente que el futuro				
29	Me siento inquieto/a si tengo que oír a alguien hablar por un largo periodo de tiempo				
30	Planifico para el futuro.				

Anexo 4. Cuestionario para evaluar la efectividad de la intervención

Cuestionario para Evaluar la Efectividad de una Intervención Preventiva sobre el Uso de Videojuegos y el Control de Impulsos en Adolescentes

Instrucciones:

Por favor, responda a las siguientes preguntas basándose en sus observaciones sobre el comportamiento de su hijo/a antes y después de la intervención preventiva. Sus respuestas nos ayudarán a evaluar la efectividad del programa. Todas las respuestas serán confidenciales.

Sección A: Información General

1. Edad de su hijo/a:

- 14 años

- 15 años

- 16 años

2. Género de su hijo/a:

- Masculino

- Femenino

- Prefiero no decirlo

3. Duración de la intervención a la que asistió su hijo/a:

- 1 Sesión

- 1-3 Sesiones

- Más de 3 Sesiones

Sección B: Hábitos de Uso de Videojuegos

4. Antes de la intervención, ¿cuánto tiempo empleaba su hijo/a en los videojuegos diariamente?

- Menos de 1 hora

- 1-2 horas

- 2-3 horas

- Más de 3 horas

5. Después de la intervención, ¿cuánto tiempo emplea su hijo/a en los videojuegos diariamente?

- Menos de 1 hora

- 1-2 horas
- 2-3 horas
- Más de 3 horas

6. Ha notado una reducción en el tiempo de uso de videojuegos después de la intervención?

- Sí
- No

Sección C: Comportamiento e Impulsividad

7. Antes de la intervención, ¿cómo describiría el control de impulsos de su hijo/a?

- Muy bajo
- Bajo
- Medio
- Alto
- Muy alto

8. Después de la intervención, ¿cómo describiría el control de impulsos de su hijo/a?

- Muy bajo
- Bajo
- Medio
- Alto
- Muy alto

9. Ha notado una mejora en la capacidad de su hijo/a para manejar situaciones impulsivas después de la intervención?

- Sí
- No

Sección D: Impacto en la Vida Diaria

10. Antes de la intervención, ¿cómo afectaba el uso de videojuegos el rendimiento académico de su hijo/a?

- Muy negativamente
- Negativamente

- Neutro
- Positivamente
- Muy positivamente

11. Después de la intervención, ¿cómo afecta el uso de videojuegos el rendimiento académico de su hijo/a?

- Muy negativamente
- Negativamente
- Neutro
- Positivamente
- Muy positivamente

12. Ha notado una mejora en la socialización de su hijo/a (interacción con familiares y amigos) después de la intervención?

- Sí
- No

13. Ha notado una mejora en la salud emocional y bienestar de su hijo/a después de la intervención?

- Sí
- No

Sección E: Satisfacción con la Intervención

14. ¿Está satisfecho/a con la intervención preventiva sobre el uso de videojuegos y el control de impulsos?

- Muy satisfecho/a
- Satisfecho/a
- Neutro/a
- Insatisfecho/a
- Muy insatisfecho/a

15. ¿Recomendaría esta intervención a otros padres?

- Sí
- No

16. Comentarios adicionales sobre la intervención:

Agradecimiento,

Gracias por tomarse el tiempo para completar este cuestionario. Sus respuestas son muy valiosas para mejorar nuestras intervenciones y apoyar el bienestar de los adolescentes.

9. REFERENCIAS

- Alcázar Córcoles, M. Á., Verdejo Gracia, A., Bouso Saiz, J. C., & Bezos Saldaña, L. (2010). Neuropsicología de la agresión impulsiva. *Revista Neurológica*, 291-299. <https://doi.org/10.33588/rn.5005.2009316>
- Andrade Quizhpe, L. I., Carbonell, X., & López Guerra, V. (2019). Variables sociodemográficas y uso problemático de videojuegos en adolescentes ecuatorianos. *Health and Addictions*, 1-10. <https://doi.org/10.21134/haaj.v19i1.391>
- Andreassen, Griffiths, Gjertsen, Krossbakken, Kvam, & Pallesen. (2013). The relationships between behavioral addictions and the five-factor model of personality. *Journal of Behavioral Addictions*, 90-99. <https://doi.org/10.1556/JBA.2.2013.003>
- Ardila, A. (2008). On the evolutionary origins of executive functions. *Brain and Cognition*, 92-99. <https://doi.org/10.1016/j.bandc.2008.03.003>
- Aritio Solana, R. (2022). *Funcionamiento neurocognitivo en la adolescencia: relación con variables de ajuste psicológico*. [Tesis doctoral, Universidad de La Rioja]. Dialnet.
- Ayala Leon, M. M. (2021). *Impulsividad y dependencia a los videojuegos en estudiantes de un colegio de Lima metropolitana*. Universidad San Ignacio de Loyola. 6-23. [Tesis de grado, Universidad San Ignacio de Loyola]. USIL Repositorio Institucional
- Barbado, A., & Maldonado, M. D. (2021). Adicción a los videojuegos e impulsividad. Estudio correlacional en adolescentes de entre 12 y 18 años de la ciudad de Bahía Blanca. *Universidad Nacional del Sur*, 49-55.
- Barkley, R. (1997). Behavioral inhibition, sustained attention, and executive functions: constructing a unifying theory of ADHD. *Psychological Bulletin*, 65-94, <https://doi.org/10.1037/0033-2909.121.1.65>
- Brewer, & Potenza. (2008). The neurobiology and genetics of impulse control disorders: Relationships to drug addictions. *Biochemical Pharmacology*, 63-75. <https://doi.org/10.1016/j.bcp.2007.06.043>
- Bueno Sáinz, Ó. (2021). El controvertido diagnóstico del trastorno de adicción a los videojuegos y la evolución del mismo durante la pandemia COVID-19: a propósito de un caso clínico. *Psiquiatría Biológica* . 28 (3), 100335. <https://doi.org/10.1016/j.psiq.2021.100335>
- Casa Casa, A. P., & Tobar Viera, A. (2023). Propiedades psicométricas de la escala de impulsividad de Barratt en adolescentes Ecuatorianos. *Revista Latinoamericana de ciencias sociales y humanidades*, 2335-2351. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i2.761>

- Díaz Gil, S. M. (2021). Dependencia a los videojuegos e impulsividad en estudiantes de una institución educativa del distrito de El Porvenir. 1-23. [Tesis de pregrado, Universidad César vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo.
- Fuente, J. R. (2018). Salud mental global. En *Salud mental y medicina psicológica*. McGraw-Hill Education.
- García Morcera, J. V., & Sialer Arevalo, E. M. (2021). Dependencia a videojuegos e impulsividad en adolescentes de dos instituciones educativas privadas del distrito de Los Olivos, 2021 . 1-22. [Tesis de pregrado, Universidad César vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo.
- González, M., Espada, J., & Tejero, R. (2017). El uso problemático de videojuegos está relacionado. *Adicciones*, 180-185. <https://doi.org/10.20882/adicciones.745>
- Labrador Encinas, F., Requesens Moll, A., & Helguera Fuentes, M. (s.f.). *Guía para padres y educadores sobre el uso seguro de Internet, móviles y videojuegos*. Madrid: Fundación GAUDIUM.
- Lezak, M., Howieson, D., Bigler, E., & Tranel, D. (2012). *Neuropsychological Assessment* . New York.
- Maldonado, M., Buitrago, & Mancilla, M. (2014). Videojuegos y adicción en niños adolescentes: una revisión sistemática . *Revista Electrónica de Terapia Ocupacional*, 1-22. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4892405.pdf>
- Marco, C. (2013). Prevención de la adicción a videojuegos, eficacia de las técnicas de control de impulsividad en el programa PrevTec 3.1. *Universidad de Valencia*. <http://roderic.uv.es/handle/10550/28739>
- Marco, C., & Chóliz, M. (2016). Eficacia de las técnicas de control de la impulsividad en la prevención de la adicción a videojuegos. *Sociedad Chilena de Psicología Clínica*, 57-69. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082017000100006>
- Marengo, L., Herrera Nuñez, L., Coutinho, T., Rotela Leite, G., & Strahler Rivero, T. (2015). Gamer o adicto? Revisión narrativa de los aspectos psicológicos de la adicción a los videojuegos. *Revista Neuropsicología Latinoamericana*, 1-12.
- OMS. (2019-2021). Clasificación Internacional de Enfermedades CIE-11. *Organización Mundial de la Salud*.
- Ortiz, D., & Velastegui, D. (2023). Dependencia a videojuegos y su relación con la impulsividad en estudiantes. *LATAM Revista latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 1180-1192. <https://orcid.org/0000-0001-9238-0052>
- Peralta Cabrejos, L. L., & Torres Flores, M. C. (2020). Adicción a videojuegos en relación

- con la conducta antisocial y delictiva en adolescentes de un colegio estatal de Lima. *CASUS*, 118-130.
- Potenza, M. N., Balodis, I. M., Derevensky, J., Grant, J. E., Petry, N. M., Vardejo-Garcia, A., y otros. (2019). Gambling disorder. *Nature reviews. Disease primers*, 1-5. <https://doi.org/10.1038/s41572-019-0099-7>
- Reyes Yauri, L. (2019). Dependencia a los videojuegos e impulsividad en escolares del 3ro al 5to de secundaria de dos instituciones públicas del distrito de Comas, 2019. 1-38. [Tesis de pregrado, Universidad César vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo.
- Riascos, A., Buitrago Martínez , J. D., & Ruiz, F. (2018). Adicción a los Videojuegos en los jóvenes. 1-12. [Tesis de pregrado, Universidad Continental]. Repositorio Continental.
- Rodríguez Rivadeneira, Y. M. (2023). Aumento en el rango de impulsividad en adolescentes que usan las redes sociales, videojuegos e internet. *Revista Académica Sociedad Del Conocimiento Cunzac*, 143- 159. <https://doi.org/10.46780/sociedadcunzac.v3i1.74>
- Rodriguez Rodriguez, M., & García Padilla, F. M. (2021). El uso de videojuegos en adolescentes. Un problema de Salud Pública. *Revista electrónica trimestral de Enfermería*, 557- 591. <https://doi.org/10.6018/eglobal.438641>
- Roncero Rodríguez, M., Hodann-Caudevilla, R. M., Alberdi Páramo, Í., & Molina Ruiz, R. M. (2023). Adicciones sin sustancia o adicciones comportamentales. *Programa de Formación Médica Continuada Acreditado*, 4998-5009. <https://doi.org/10.1016/j.med.2023.08.011>
- Rosenberg, K. P., & Feder, L. (2014). *Behavioral Addictions criteria, evidence and treatment*. New York: Elsevier.
- Salas Blas, Merino Soto, Chóliz, & Marco. (2017). *Análisis psicométrico del test de dependencia de videojuegos (TDV) en población peruana*. *Universitas Psychologica*, 16(4), 1. <https://doi.org/10.11144/javeriana.upsy16-4.aptd>
- Saldaña, S. (2001). Nuevas tecnologías: nuevos instrumentos y nuevos espacios para la psicología. *Apuntes de Psicología*, 5-10. <https://www.apuntesdepsicologia.es/index.php/revista/article/view/1327>
- Sánchez Dominguez, J. P., Telumbre Terrero, J. Y., Castillo Arcos, L., & Silveira Sosa, E. A. (2020). Validación del Test de Dpendencia de Videojuegos en una muestra de adolescentes mexicanos. *Horizonte sanitario*, 69-78. <https://doi.org/10.19136/hs.a20n1.3918>

- Sánchez Sarmiento, P., Giraldo Huertas, J. J., & Quiroz Padilla, M. F. (2013). Impulsividad: una visión desde la neurociencia del comportamiento y la psicología del desarrollo. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 241-248.
- Silva Yarlequé, M. (2022). Dependencia a los videojuegos e impulsividad en adolescentes de un distrito de Lima Norte, 2021 . 1-85. [Tesis de pregrado, Universidad César vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo.
- Sola Gutiérrez, J., Rubio Valladolid, G., & Rodríguez de Fonseca, F. (2013). La impulsividad: ¿antesala de las adicciones comportamentales? *Health and Addictions salud y drogas*, 145-155. <https://doi.org/10.21134/haaj.v13i2.211>
- Tirapu-Ustárrroz, Muñoz-Céspedes, & Pelegrín-Valero. (2002). Funciones ejecutivas: necesidad de una integración conceptual. *Neurol*, 673-685. <https://doi.org/10.33588/rn.3407.2001311>
- Valido, A. (2019). *Factores asociados a la adicción a los videojuegos en adolescentes*. [Tesis de maestría, Universidad de La Laguna]. Repositorio de la Universidad de La Laguna.
- Verdura Vizcaíno, E., Ponce Alfaro, G., & Rubio Valladolid, G. (2011). Adicciones sin sustancia: juego patológico, adicción a nuevas tecnologías, adicción al sexo. *Medicine - Programa de Formación Médica Continuada Acreditado*, 5810-5816.