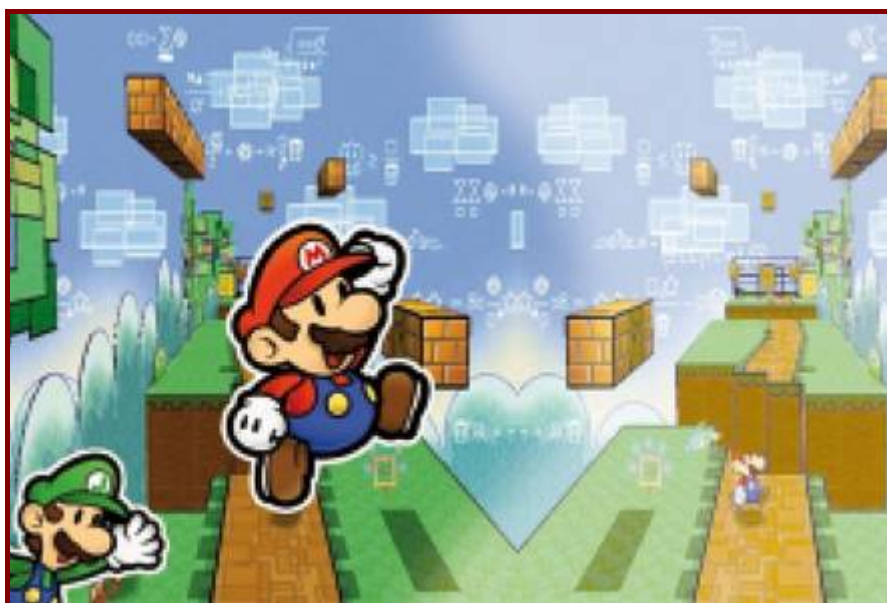


VIDEOJUEGOS ¿ALIADOS O ENEMIGOS?

Hay quienes afirman que los videojuegos generan violencia, sedentarismo y aislamiento.

Sin embargo, algunos expertos destacan su utilidad a la hora de agilizar la mente, tomar decisiones, trabajar en equipos virtuales y descargar tensiones.

Respuestas de la ciencia para desterrar mitos.



La consola, la play (por la marca PlayStation, que se convirtió en un genérico) y los juguitos de Internet ya ocupan en muchas familias el centro del living, lugar que era preponderante para la televisión. Muchos creen que se trata de la nueva caja boba. Aquí, los expertos abordan diez cuestiones puntuales:

1.- ¿SON ESTUPIDIZANTES?

En un artículo de la revista norteamericana Discover, James Gee, profesor de **Ciencias del Aprendizaje en la Universidad de Wisconsin**, reseñó los beneficios cognitivos de los videojuegos: **desarrollan el pensamiento sistemático, el reconocimiento de patrones y la coordinación visomotora.**

Según el investigador, **los jugadores exitosos aprenden a focalizar, a tener paciencia, a demorar la gratificación y a priorizar recursos.**

Sin embargo, todo **depende del videojuego de que se trate.**

No es lo mismo el **Pac-Man**, que sólo exige reflejos y cierta coordinación visomotora, que enredarse en una partida **de World of Warcraft** (uno de los juegos de estrategia más populares).

Para el neurólogo Facundo Manes, director del Instituto de Neurología Cognitiva (Ineco) y del Instituto de Neurociencias de la Fundación Favaloro, **"los videojuegos más modernos exigen demandas extraordinarias en habilidades tales como la atención y la representación visual y motora. Posiblemente, jugar estos videojuegos aumente algunas capacidades, pero no está demostrado que esto sea útil o que se generalice en la vida cotidiana"**.

2.- ¿EDUCAN?

Hay una corriente de especialistas, representados por el divulgador científico Steven Johnson, que **compara la experiencia de jugar videojuegos con una situación de aprendizaje, dado que la mayoría de ellos va escalando las dificultades a medida que el jugador progresa.** No son estáticos, sino que **generan nuevos desafíos todo el tiempo.**

Esta capacidad de aprender de los propios errores los hace divertidos y potencialmente adictivos.

Para el neuropediatra Claudio Waisburg, del Hospital del Niño de San Justo y jefe de Neurología Infantil de Ineco y del Instituto de Neurociencias de la Fundación Favaloro, **"ciertos programas de PC y videojuegos podrían favorecer el aprendizaje. Pero en chicos con problemas para la lectoescritura, pasar mucho tiempo frente al televisor o los "jueguitos" empeora su situación porque no realizan la ejercitación suficiente.**

Por eso hay que supervisar a qué juegan nuestros hijos y limitar el tiempo frente a una pantalla de TV o de computadora".

3.- ¿SON ADICTIVOS?

Diversos estudios destacan que **al jugar videogames se segregan grandes dosis de dopamina, un neurotransmisor asociado a los mecanismos de recompensa y a los comportamientos adictivos.** Los especialistas advierten que es difícil probar que las nuevas tecnologías provoquen por sí mismas nuevas patologías, pero sí hay evidencia de que **pueden exacerbar trastornos previamente existentes, o hacer que tomen nuevas manifestaciones o matices.**

Para el psiquiatra de adolescentes José Sahovaler, miembro de la Asociación Psicoanalítica Argentina (APA), **"más allá de la predisposición psicopatológica de cada uno, todos los videojuegos son potencialmente adictivos, porque la pantalla es adictiva, ya que genera un efecto hipnótico"**.

Cuantas más horas se pasen frente a la consola, más posibilidades hay de desarrollar una dependencia. **"No se mide sólo por tiempo, sino por aquellas cosas que se postergan o se dejan de hacer por el objeto de la adicción. Basta con que se prefiera jugar antes que a almorzar en familia"**, grafica Sahovaler.

4.- ¿DIFICULTAN LA ATENCIÓN?

Este año, la revista Nature publicó un estudio que generó gran revuelo. Según el trabajo, **"los individuos que emplean con frecuencia los videojuegos tienen más capacidad de concentración que el resto"**. Después de dedicar horas a la pantalla y crear estrategias para ganar, **"los jugadores se transforman en expertos en procesar muchas informaciones al mismo tiempo y son capaces de cubrir un ángulo visual mucho más amplio que los que dedican sus momentos de ocio a otras actividades"**.

Los videojuegos aumentarían la rapidez para visualizar y seguir múltiples imágenes en simultáneo. Explica el neuropediatra Waisburg: **"Estas actividades estimulan los procesos de pensamiento, la toma de decisiones y las funciones ejecutivas. También se ponen en evidencia la creatividad y la resolución de problemas"**. Pero, al mismo tiempo, **"cuando recibimos demasiada información simultánea podemos tener dificultades en su correcto procesamiento"**, advierte el especialista.

La clave está en **el equilibrio y en saber cuál es la dosis justa**.

5.- ¿PUEDEN UTILIZARSE CON FINES MÉDICOS O TERAPÉUTICOS?

Un grupo de investigadores del **departamento de Psicología de la Universidad de Memphis** (EE.UU.) publicó meses atrás un trabajo en el que se utilizó **la consola wii, de Nintendo**, para medir las conexiones entre la mente y el cuerpo. Pero no son los primeros científicos que se valen de los videojuegos para sus investigaciones. Hay quienes utilizan consolas y joysticks para **rehabilitar a enfermos de Parkinson y víctimas de ataques cerebrales**. El videojuego **Trauma Center** es el favorito entre los neurocirujanos para entrenar sus habilidades antes de ir al quirófano.

Otro popular juego, **Brain Training**, es utilizado por **personas mayores para mantener ágil su mente**. Pero no se trata de un videojuego convencional, sino que fue desarrollado por el neurocientífico japonés Ryuta Kawasima. Contiene **ejercicios mentales diseñados para estimular el cerebro y jugarlo por pocos minutos**. El juego puede reconocer voces, lleva un historial de las pruebas hechas por cada jugador y da una puntuación que indica qué progresos se logran y cuán joven o viejo está el cerebro.

"Durante años se usaron softwares especiales para **rehabilitación de personas con discapacidades en la atención visual y cognitiva**", dice Facundo Manes. Aunque algunos funcionan, hace falta mayor evidencia para utilizarlos en la práctica clínica."

6.- ¿SON CULPABLES DEL SEDENTARISMO?

Esta es tal vez la acusación directa más fundamentada contra los videojuegos. El sedentarismo que promueven, sobre todo en los niños, está generando una verdadera epidemia de obesidad en casi todo el mundo.

Los fabricantes de software y consolas tomaron rápidamente nota de esta crítica. **Nintendo** (la segunda consola más vendida en la Argentina, muy atrás de la PlayStation I y II, de Sony) **creó su versión wii fit, con juegos de simulación que permiten hacer ejercicios físicos, como baile, yoga y esquí, sin salir del living. Sus accesorios tienen sensores de movimiento que se reflejan en la pantalla, y provee distintas rutinas con música, un contador de calorías y un programa de "entrenamiento virtual" para establecer metas de pérdida de peso. La consola fue aprobada para su uso en niños por la Academia Americana de Pediatría, dado que promueve el ejercicio.**

7.- ¿GENERAN VIOLENCIA?

Videojuegos como **GTA (Grand Theft Auto)** contienen imágenes hiperrealistas e incitan a sus jugadores a cometer toda clase de delitos (desde hurtar un auto hasta matar a quien se cruce en el camino) para ganar la partida. La película Bowling for Columbine muestra a los protagonistas de la masacre ocurrida en 1999, en un colegio de los Estados Unidos, como fanáticos jugadores de Doom, otro juego especialmente violento. Sin embargo, de los millones de usuarios de estos juegos, no todos se convierten en asesinos múltiples.

El investigador en nuevas tecnologías y profesor del **MIT** (Massachusetts Institute of Technology) Henry Jenkins destaca que, según las estadísticas criminales en los Estados Unidos, **los jóvenes asesinos no juegan más horas a los videogames que el promedio de su edad. "Más que los videojuegos, el principal factor de riesgo es el contexto familiar y social violento"**, argumenta Jenkins. Parvas de investigaciones muestran una correlación directa entre los contenidos violentos de la televisión y los videojuegos con la conducta agresiva de niños y jóvenes. **"Pero esto bien podría implicar que las personas agresivas consumen entretenimiento agresivo"**, provoca el investigador. En cualquier caso, el psiquiatra Sahovaler y el neuropediatra Waisburg **aconsejan a los padres estar atentos a la calidad y cantidad de videojuegos que consumen sus hijos, dialogar con ellos y poner límites.**

8.- ¿PROVOCAN AISLAMIENTO SOCIAL?

La imagen del jugador solitario y aislado del mundo está siendo derribada por una nueva generación de videogames que exigen armar equipos en los que interactuar varios jugadores. Recientes investigaciones señalan que **los gamers adquieren habilidades sociales** muy necesarias en el mundo actual, **como la interacción virtual y el trabajo grupal.** De hecho, juegos de

estrategia como World of Warcraft y el simulador de fútbol **Winning Eleven** resultan más divertidos cuanto mayor es el número de participantes.

Por otro lado, para los niños y los jóvenes de hoy jugar a los "jueguitos" es un factor de integración social, y quienes no lo hacen corren el riesgo de quedar aislados de su grupo de pares.

Para el neuropediatra Waisburg, **"si los videojuegos o Internet aíslan a los chicos es porque ya tenían dificultades de interrelación"**. Sin embargo, el terapeuta Sahovaler advierte sobre **"el peligro de pseudocompartir, de estar alienado frente a la pantalla, cada uno en su gueto individual. Esto ocurre también cuando se juega en familia, pero en realidad cada uno está esperando que el otro deje el joystick"**.

9.- ¿DESTRUYEN LA IMAGINACIÓN?

La complejidad de los videojuegos actuales hace que muchos de ellos tengan un argumento que seguir. Pero "la idea de que los juegos estén guionados va contra los principios del **juego mismo, que es, en esencia, pura imaginación**", dice el psiquiatra Sahovaler. **"Cuando avanza la sociedad de consumo, los chicos dejan de inventar para comprar juegos que ya tienen una historia**, salvo algunos juegos, como **Second Life**, que invitan a **crear un álter ego o avatar en el que los jugadores proyectan todo aquello que quieren ser o hacer. El peligro aquí está en "quedarse enganchado con ese personaje y no entender los límites entre el juego y la vida real"**.

10.- ¿SON SÓLO JUEGOS DE NIÑOS?

Los niños no son el principal mercado de los videojuegos. **El promedio de edad de los gamers es de 33 años (hace cinco años era de 28), y sigue subiendo**. Según la Entertainment Software Association en los Estados Unidos, casi la mitad de los jugadores (47,6%) tienen entre 18 y 49 años, el 28,8% tiene menos de 18 y el 24,2%, más de 50. **Hoy los padres juegan tanto o más que los chicos**. "Se debe a que incorporan lo lúdico en un mundo que está planteado desde la obligación de trabajar y producir", arriesga el psicoanalista Sahovaler.

Esta industria facturó en 2004, sólo en los Estados Unidos, US\$ 16.900 millones (más que Hollywood). **Producir un videojuego lleva entre uno y dos años, con un presupuesto de entre 2 y 4 millones de dólares, y requiere un equipo de por lo menos 20 profesionales, entre desarrolladores, diseñadores, actores y músicos**.

Por Gabriela Ensinck

Publicado en La Nación de Buenos Aires el 31 de agosto de 2008