



BUAP

Benemérita Universidad Autónoma de Puebla

Facultad de Ciencias de la Comunicación

La contribución del videojuego al combate de las adicciones

en jóvenes de 20 a 30 años en Puebla capital:

Estudio de caso: Pokémon GO

17 Junio 2025

Tesis para el Título de

Licenciado en

Comunicación

Presenta

Oscar Soriano Barbosa

201445717

Directora de tesis

Dra. Angélica Mendieta Ramírez

Índice

INTRODUCCIÓN	2
Capítulo 1. Antecedentes del Videojuego y del anime Pokémon	5
1.1 Evolución, sentido y pertinencia de los videojuegos en diferentes contextos	6
1.2 Situación de los videojuegos en México y Latinoamérica respecto con el mundo	8
1.3 Consumidores de videojuegos en general	9
1.4 Surgimiento del videojuego Pokémon GO	12
1.5 Inicios del videojuego como instrumento lúdico	21
1.6 Situación de las adicciones	24
1.7 Surgimiento del videojuego como instrumento de ayuda combatiendo adicciones	28
1.8 Consumo del videojuego Pokémon GO	34
Capítulo 2. Perspectiva y Visión Teórica del videojuego y las adicciones	37
2.1 Teoría del videojuego	41
2.2. Impacto del videojuego en la sociedad	45
2.3 El videojuego como instrumento lúdico	44
2.4 Las adicciones y su impacto en el sujeto	46
2.5 Teoría de la acción razonada	49
2.6 Nuevas tecnologías y comunicación para la salud	52
Capítulo 3. La contribución del videojuego al combate de las adicciones en jóvenes de 20 a 30 años de Puebla capital: Estudio de caso Pokémon GO	62
3.1 Perspectiva metodológica de la investigación	62
3.2 Paradigma de la investigación	63
3.3 Técnicas utilizadas	63
3.4 Diseño de herramienta para obtención de resultados	64
3.5 Periodo de recolección de datos	67
3.6 Tipo de caso en la investigación	68
Conclusiones	69
Propuesta	72
Bibliografía	73
ANEXO: Toma de Muestra	83

INTRODUCCIÓN

Esta investigación examina, desde distintas ópticas, el significado, la representación y las consecuencias de una problemática persistente en el ámbito global: las adicciones. Según el Informe Mundial sobre las Drogas 2024, elaborado por la Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito (UNODC), en 2022 se estimó que 292 millones de personas consumieron drogas, lo que refleja un incremento del 20 % en comparación con los datos de hace una década. El cannabis continúa siendo la sustancia más consumida en el mundo, con aproximadamente 228 millones de usuarios, seguido por los opioides (60 millones), las anfetaminas (30 millones), la cocaína (23 millones) y el éxtasis (20 millones) Frente a este panorama, el estudio también introduce un fenómeno tecnológico relevante en la actualidad: los videojuegos. Aunque a simple vista las adicciones y los videojuegos pueden parecer fenómenos poco relacionados, en esta investigación se propone una conexión entre ambos a través de la comunicación para la salud. (UNODC, 2024)

En este trabajo se toma como caso de estudio el videojuego Pokémon GO, una aplicación interactiva que ha logrado un notable alcance social. El enfoque principal radica en explorar cómo esta plataforma puede ser aprovechada no solo como medio de entretenimiento, sino también como una herramienta potencial para intervenir en comportamientos adictivos. De esta forma, se plantea un vínculo entre estos pasatiempos digitales y estrategias de salud pública orientadas a la prevención y el bienestar. Así me permito plantear una mirada integral que conecta el uso responsable de los videojuegos con estrategias de intervención para las adicciones.

Esta investigación es importante porque nos permite ver cuáles son los beneficios que ofrece la tecnología y principalmente el videojuego Pokémon Go en los individuos que afrontan una realidad cruda, mismos que sufren de algún tipo de adicción y no saben lidiar con ella. Por otro lado, se consideró integrar a los videojuegos en tratamientos que ayuden a resolver problemáticas sociales tales y como lo son: las adicciones, lo anterior me permitió darles una nueva significación e intencionalidad a los videojuegos, así como dotarlos de un enfoque multidisciplinario y benéfico en cuanto a la razón de su existencia.

Al hacer esta investigación, también, contribuimos a la creación de una perspectiva más clara en el cauce de formalizar la praxis de juegos de video, dejando atrás paulatinamente los estigmas y estereotipos negativos que estos tienen. Igualmente, nuestro estudio contribuirá a generar campañas de concientización para tratar o prevenir adicciones, le dimos un enfoque humanista a la profesión de desarrollo de juegos de video (pues al crearlos pueden considerar sus obras como una herramienta de apoyo para los usuarios) y holísticamente esta investigación culminó en una iniciativa para promover la actividad física en jóvenes, para alejar a estos últimos de sustancias que les pueden generar una adicción.

Con todo lo ya mencionado, surge una interrogante principal, ¿De qué manera Pokémon GO puede contribuir al combate de las adicciones en individuos de 25 a 30 años? Y una más específica, ¿De qué manera el videojuego Pokémon GO contribuye al combate de las adicciones en individuos de 25 a 30 años en la Capital de Puebla? Sin embargo, necesitaremos de más preguntas secundarias que nos ayuden a respaldar y ejecutar esta investigación, las cuales son: ¿Qué potencial tienen los videojuegos para ser utilizados con fines de apoyo en abordar problemáticas de la vida real, en este caso Pokémon Go?, ¿De qué manera el juego de video Pokémon GO ayuda a la activación física en función de combatir adicciones en jóvenes de Puebla?, y ¿Es viable el videojuego Pokémon GO como un tratamiento profesional para combatir adicciones en jóvenes de Puebla?.

Todo lo anterior nos lleva a encontrar la solución a la siguiente problemática contextual; las adicciones en individuos de 20 años a 30 años resultan sumamente comunes, esto debido a factores socioculturales de diversas índoles que orillan a los que sufren de una adicción a no poder controlar esta última (Frías, 2019). Existen diversas formas de poder hacer frente a una adicción y una de ellas es utilizar instrumentos de apoyo, donde podemos encontrar a los juegos de video como Pokémon GO, cuya praxis requiere activación física y un compromiso del usuario para focalizar su atención y esfuerzos en completar tareas y desafíos.

Si de objetivos específicos hablamos encontramos; demostrar la capacidad de los videojuegos a fin de usarse como herramienta de apoyo para abordar problemáticas de la vida real, en este caso Pokémon Go, así como también, analizar la contribución del videojuego Pokémon GO como promotor de la activación física para combatir adicciones en jóvenes de

Puebla y por último establecer la viabilidad del videojuego Pokémon GO como un recurso de tratamiento profesional para combatir adicciones en jóvenes de Puebla.

Por último, la metodología que se implementó para esta investigación es cualitativa, toma este enfoque basado en un bosquejo general de la toma de muestra, y una prueba piloto de la misma, siendo esta de gran ayuda ya que nos basamos en un grupo focal, que arrojó la información necesaria para llegar a un resultado que sirva de sustento para la investigación en curso. Basados en la índole de nuestra investigación esta herramienta es de suma importancia y relevante para generar datos duros que acompañados de un análisis considerable se llegó a una propuesta y una conclusión, con la ayuda de ideas generales, palabras claves y sobre todo con el diseño de utensilios metodológicos que sirvieron para generar estos resultados.

La presente tesis está dividida en tres capítulos. Primer capítulo, encontramos los antecedentes de nuestros dos objetos de estudio, las adicciones y los videojuegos, así como específicamente los referentes de Pokémon Go, instrumento fundamental en la tesis; además del marco contextual que alberga un análisis hermenéutico en torno a los artículos de investigación que se han realizado con respecto a las variables de este proyecto. El segundo capítulo está estructurado en un recopilado teórico en torno al cauce de esta investigación, siendo un diálogo de autores en donde se definen ciertos conceptos que a lo largo del presente material se utilizaron para darle verosimilitud a los objetivos y justificación del trabajo de investigación.

Por último, en nuestro tercer capítulo desarrollamos la propuesta de la ventana metodológica y paradigmas que nos sirvieron de apoyo para llevar a la praxis lo aprendido y recolectar información ecuánime y fidedigna de los objetivos de este proyecto desarrollando y diseñando la herramienta cualitativa, grupo focal, que nos llevó a los resultados obtenidos para concluir y proponer un podcast que soporte toda la información del trabajo de investigación.

Capítulo I. Orígenes del Videojuego y Pokémon

Los videojuegos se han convertido en una parte esencial en la vida de muchas generaciones de jóvenes, influyendo significativamente en su desarrollo personal y social. Hoy en día, muchos jóvenes dedican gran parte de su tiempo en casa a actividades recreativas, siendo los videojuegos una de las más comunes. Si bien suelen asociarse únicamente con el entretenimiento, lo cierto es que también ofrecen estímulos valiosos para el desarrollo cognitivo. Actualmente, existe una amplia variedad de videojuegos diseñados con fines educativos, terapéuticos y sociales, capaces de fortalecer tanto habilidades mentales como emocionales. Estas herramientas lúdicas pueden influir positivamente en la conducta de los jóvenes, fomentando la toma de decisiones, el trabajo en equipo y la capacidad para resolver problemas. Desde una mirada social, resulta clave reconocer el papel que los videojuegos pueden desempeñar como aliados en la formación integral de las personas y en su participación activa y saludable dentro de la comunidad.

1.1 Sentido y pertinencia de los videojuegos en diferentes contextos

Con el paso del tiempo, los videojuegos han evolucionado notablemente, tanto en sus contenidos como en las formas en que se accede a ellos. Esta transformación ha hecho necesario establecer clasificaciones más precisas, considerando la diversidad de temáticas que abordan, los distintos niveles de complejidad y los públicos a los que van dirigidos.

En este contexto, Belli (2008) plantea tres categorías principales. En primer lugar, se encuentran los videojuegos offline o tradicionales, que no requieren conexión a internet y suelen jugarse de manera individual o en pequeños grupos, generalmente desde consolas o computadoras. En segundo lugar, están los videojuegos online o en red, los cuales necesitan acceso a internet y ofrecen experiencias tanto individuales como colectivas, facilitando la interacción entre jugadores a través de plataformas digitales. Finalmente, se incluyen los juegos de plataforma, pensados especialmente para niños o personas que recién se inician en este tipo de entretenimiento, ya que destacan por su sencillez y fácil manejo.

Paralelamente, conforme los videojuegos han incorporado temáticas más complejas que reflejan aspectos de la vida real (como la violencia, la sexualidad o el consumo de sustancias ilícitas) se ha hecho indispensable establecer sistemas de clasificación por edad. Entre las más comunes se encuentran: AO (Adults Only), dirigidos exclusivamente a adultos; M (Mature), recomendados para mayores de 17 años; T (Teen), para adolescentes de 13 años en adelante; E10+ (Everyone 10 and older), que pueden incluir contenidos moderados; E (Everyone), aptos para mayores de 6 años; y EC (Early Childhood), adecuados para niños a partir de los tres años, sin contenido inapropiado (Burguillo, 2010).

Más allá de fomentar un consumo responsable, esta clasificación trata de explicar la manera en que los videojuegos inciden en el desarrollo integral de los jóvenes. Diversas investigaciones indican que estas experiencias digitales ayudan a desarrollar destrezas físicas y cognitivas: favorecen la coordinación motora, activan distintas áreas de la corteza cerebral y fortalecen la capacidad para afrontar situaciones complejas. Por eso, conviene ver los videojuegos no solo como una forma de ocio, sino también como herramientas educativas que pueden contribuir a la construcción de la identidad personal y social, siempre que se utilicen con un enfoque crítico y pedagógico (Burguillo, 2010).

“Es preciso considerar que se pone en juego el pensamiento lógico, roles y actitudes, con la ventaja de proveer al jugador la práctica de planear y anticipar las consecuencias de acciones específicas, fomentando en él la investigación, la memorización y, al mismo tiempo, el dominio de varios controles, además de promover al jugador el desarrollo de habilidades básicas para el empleo de nuevas tecnologías.” (Belssaso, 2002:566)

En el ámbito de las relaciones sociales, los videojuegos han demostrado ser una herramienta poderosa para fortalecer la conexión entre personas, promoviendo valores como la amistad, el liderazgo, la solidaridad, el trabajo en equipo y el sentido de pertenencia. Este impacto es especialmente visible en contextos hospitalarios pediátricos, donde se ha comprobado que el uso de videojuegos puede ofrecer una distracción efectiva para los niños, ayudándolos a sobrellevar el dolor, reducir la ansiedad relacionada con su enfermedad y adaptarse de mejor manera al entorno médico.

Además, ha surgido una modalidad conocida como “terapia con videojuegos”, diseñada específicamente para apoyar el tratamiento del Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH). Un ejemplo destacado es EndeavorRx, el primer videojuego aprobado por la FDA, Food and Drug Administration, en 2020 para este propósito. Este juego ha mostrado resultados positivos al mejorar la atención y la autorregulación en niños de entre 8 y 12 años, mediante dinámicas interactivas que estimulan funciones cerebrales clave. Ensayos clínicos y metaanálisis respaldan su inclusión como complemento terapéutico, mejorando significativamente la concentración y mostrando alta adherencia en los usuarios. En conjunto, estas evidencias posicionan los videojuegos no solo como formas de entretenimiento, sino también como valiosos instrumentos psicosociales y clínicos, especialmente útiles en contextos de salud infantil. (Daly, M.,2024)

1.2 Situación de los videojuegos en México y Latinoamérica respecto con el mundo

El crecimiento del consumo de videojuegos ha sido notable en los últimos años, impulsado por el desarrollo de nuevas tecnologías, la accesibilidad de múltiples dispositivos y la diversificación de modelos de negocio como juegos gratuitos con publicidad, compras integradas, servicios de streaming, juego en la nube y competencias de eSports. Esta expansión ha tenido especial impacto en México, país que históricamente ha ocupado una posición destacada en la región debido a su cercanía con Estados Unidos, lo que ha facilitado la adopción temprana de tendencias tecnológicas y culturales. Actualmente, México cuenta con más de 68 millones de videojugadores, lo que representa más de la mitad de su población, y el mercado nacional de videojuegos genera miles de millones de pesos anualmente. Este fenómeno no solo refleja una transformación en las formas de entretenimiento, sino también un cambio estructural en las dinámicas sociales, económicas y culturales vinculadas al ocio digital.(Piedras, A.,2024)

La industria de los videojuegos en México es relativamente reciente y comenzó a consolidarse hace aproximadamente diez años con la llegada de Microsoft a la región, posición que marcó el inicio de un desarrollo formal. Posteriormente, se incorporaron empresas líderes como Sony, Nintendo, Electronic Arts, Konami, THQ, Sega, Warner y Disney. Actualmente, muchos de los principales estudios de desarrollo operan desde México y gestionan toda la región centro y suramericana. Esta concentración regional no solo responde a la cercanía geográfica y cultural con Estados Unidos, sino también a una estrategia de asentamiento directo en mercados emergentes, lo que ha permitido posicionar a México como un actor clave en la industria latinoamericana. (Bladinieres,2012)

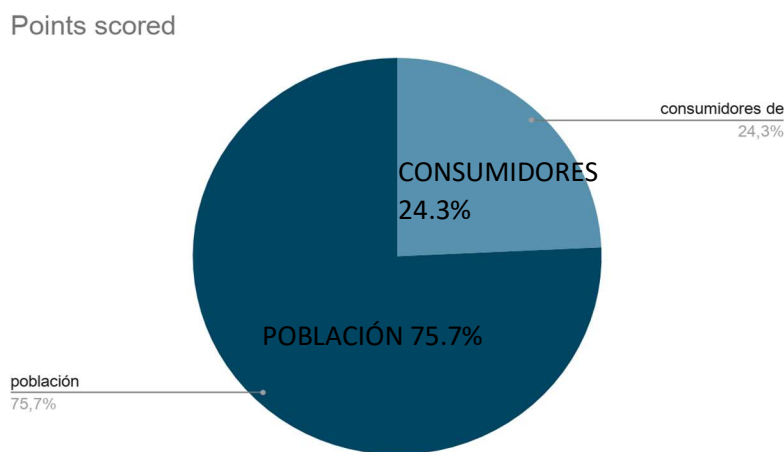
Asimismo, la estructura complicada de esta industria —que integra elementos creativos, tecnológicos y económicos— genera una cadena de valor significativa que impacta a diversos sectores. En 2018 y 2019, el mercado mexicano alcanzó valores de 27 032 y 32 262 millones de pesos respectivamente, con crecimientos interanuales del 9.1 % y 7.7 %, reflejando tanto una expansión sostenida como una natural inclusión de servicios digitales, hardware y software. Estos datos evidencian que los videojuegos representan un motor económico considerable, demostrando cómo un sector emergente se integra y dinamiza la economía nacional .

La UNAM informó en 2020 que México ocupa el primer lugar en consumo de videojuegos en América Latina y el duodécimo a nivel mundial. Adolfo Gracia Vázquez y Emmanuel Galicia Martínez, académicos de la Facultad de Ciencias Políticas y Sociales, señalaron que más del 50 % de la población mexicana participa en esta actividad, lo que representa una oportunidad para promover prácticas saludables mediante el uso responsable de los videojuegos.

1.3 Consumidores de videojuegos en general

Gráfica 1. Consumidores a nivel mundial

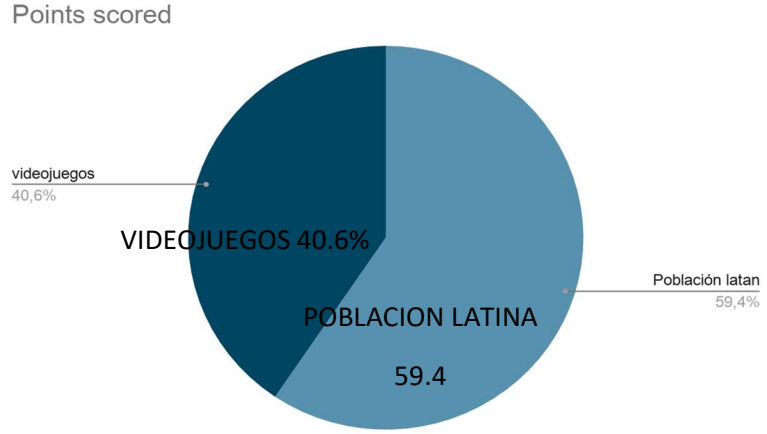
La gráfica siguiente nos muestra que un cuarto de la población mundial son consumidores activos a los videojuegos, teniendo un 24.3%, siendo esto de gran apoyo para nuestros objetivos de investigación, mientras que el resto 75.7% en tiempos próximos estamos seguros que disminuirá.



Fuente: INEGI, Temas de estructura. 2024

Gráfica 2. Consumidores en Latinoamérica

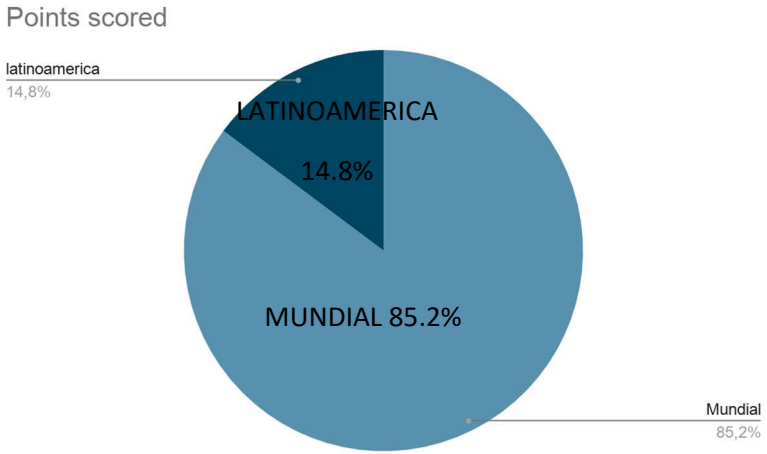
Especificando más los datos, en Latinoamérica aproximadamente la mitad de la población latina tiene gusto por usar parte de su tiempo en jugar videojuegos, el 40.6% resulta ser un gran porcentaje de usuarios, haciendo esto 59.4% de población restante que no involucra el tema en su vida.



Fuente: Práctico, S. E.,2020

Gráfica 3. Representación de consumidores a nivel mundial y nivel latinoamericano

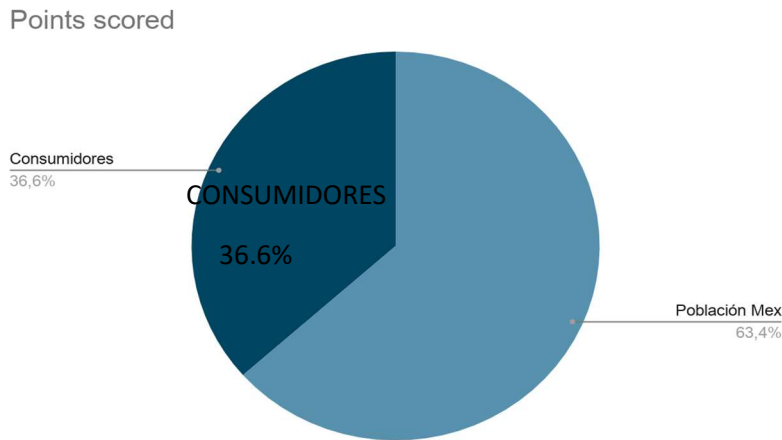
Debido a diferentes factores económicos, comparado con el total mundial, la población latina muestra poco porcentaje, 14.8%, sin embargo, es una cantidad que al mismo tiempo representa presencia en los videojuegos a nivel mundial, 85.2%, por parte de los latinos.



Fuente: Práctico, S. E.,2020

Gráfica 4. Consumidores de videojuegos en México

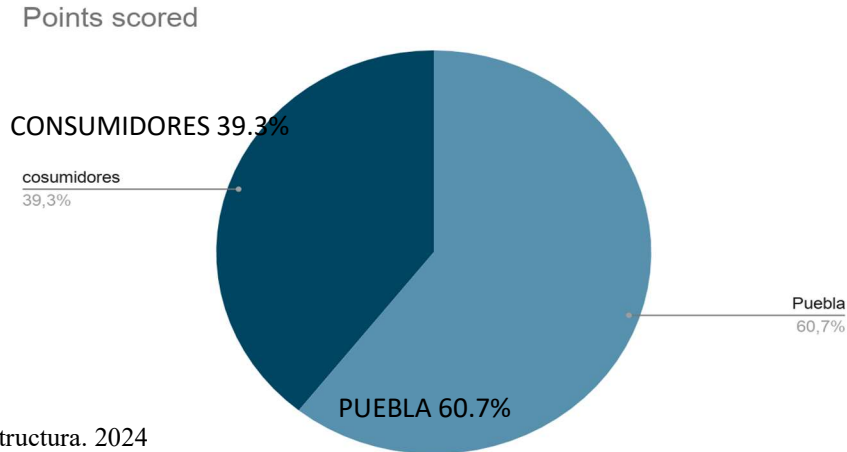
Una tercera parte aproximadamente de la población mexicana esta involucrada en temas de videojuegos, en su mayoría jóvenes, 36.6%, casi la misma cantidad de jóvenes asociados con drogas. El resto representa el 63.4% del total.



Fuente:INEGI,Temas de estructura. 2024

Gráfica 5. Población consumidora en Puebla

Si establecemos que en el Estado de Puebla es uno de los estados con mayor acceso a las tecnologías de la información, que de acuerdo con datos del INEGI (2015), el 78% de la población cuenta con algún dispositivo móvil, ya sea teléfono celular, computadora portátil o un reproductor de música independiente. Podemos inferir que el total de usuarios que cuenta con algún dispositivo tecnológico también es usuario de algún tipo de videojuego, es decir, que aproximadamente cuatro millones de habitantes en el estado, ha jugado alguna vez en su vida cualquier tipo de videojuego. 39.3% es el porcentaje que representa a los consumidores de la metrópoli de los ángeles.



Fuente: INEGI, Temas de estructura. 2024

1.4 Surgimiento del videojuego Pokémon GO

Pokémon es una franquicia de videojuegos creada por *The Pokémon Company* (la cual controla además toda la mercadotecnia de sus productos, incluyendo su serie de animé), fundada en 1998. Está compuesto, en partes iguales, por *Game Freak* y, el conocidísimo, Nintendo. A pesar de que este último está siempre a la escolta de sus gigantes competidores, Sony y Microsoft (con PlayStation y Xbox respectivamente), la empresa japonesa siempre combate frente a la gran tecnología que presentan sus rivales, a punta de innovación, fidelidad y permanencia, de su cultura, historias y personajes.

Pokémon es uno de estos, y como tal, se ha mantenido a lo largo del tiempo, desde su debut en 1996 en la consola portátil Nintendo Game Boy, y a partir de 2016, con la creación de Pokémon Go, disponible en todos los dispositivos móviles inteligentes. Lo que inicialmente comenzó como una broma conjunta por parte de Google y Nintendo para el *April Fool's Day* de 2014, al lanzar un “desafío mundial” vía un video llamado “Google Maps: Pokémon Challenge” donde se puede visualizar a varias personas capturando Pokémon durante todo un día para obtener un reconocimiento como maestro Pokémon. (Gendler, 2016)

El éxito de un video viral, inicialmente un inocente montaje en una broma del April Fools de 2014, desencadenó un fenómeno inesperado. La clara respuesta del público en redes sociales captó la atención de John Hanke, quien había sido la mente detrás de Google Earth y director de Niantic, la incubadora interna de realidad aumentada de Google. Inspirado por la reacción positiva que generó cierto video, John Hanke propuso en 2015 una idea arriesgada pero visionaria: unir la realidad aumentada, Google Maps y el universo Pokémon en una sola experiencia interactiva. Presentó el concepto a Nintendo y The Pokémon Company. Aunque en ese momento Nintendo no tenía mucha experiencia en el desarrollo de aplicaciones móviles, la colaboración se concretó, dando paso al inicio del desarrollo de Pokémon GO. El proyecto fue anunciado oficialmente en septiembre de 2015 para sistemas Android e iOS, con una versión beta lanzada en Japón en marzo de 2016. Posteriormente, el juego llegó a Estados Unidos, Australia y Nueva Zelanda en julio, y finalmente a México el 3 de agosto de ese mismo año (Liedtke, 2016).

Según lo documentado por Liedtke (2016), Pokémon GO permite al usuario crear un avatar que se mueve por espacios reales utilizando la función de geolocalización del dispositivo móvil. A medida que camina por la ciudad, el jugador puede encontrar Pokémon que aparecen superpuestos en su entorno a través de la cámara del celular. Una vez capturados, es posible ver sus características, combatir en gimnasios urbanos o intercambiarlos con otros jugadores para hacerlos evolucionar. No obstante, si el lanzamiento de la Pokébola no es preciso o si el Pokémon tiene un alto nivel de evasión, puede escapar.

El diseño del juego trajo consigo una transformación significativa en la forma de concebir el entretenimiento digital. No solo incentivó a los usuarios a salir a caminar y explorar su ciudad, sino que también promovió la interacción entre personas y el redescubrimiento del entorno urbano. Esta propuesta integró actividad física, socialización y una mecánica de retroalimentación inmediata, lo que mantiene el interés constante del jugador.

A través de puntos clave como las “poképaradas” (ubicadas en lugares emblemáticos como parques, monumentos o edificios históricos) el juego refuerza la conexión entre el mundo físico y el espacio digital. Esta dinámica promueve la apropiación del territorio, haciendo que los jugadores se relacionen de forma activa con su entorno. Un aspecto llamativo es cómo los Pokémon aparecen según el tipo de ambiente: por ejemplo, los de agua se localizan cerca de fuentes o ríos, y los de tipo fantasma, en zonas como cementerios (Bajo Dasca, 2016).

En definitiva, Pokémon GO no plantea un objetivo final estricto más allá del reto de capturar la mayor cantidad posible de criaturas, pero justamente eso abre un espacio para la exploración libre, el juego colaborativo y el aprendizaje informal dentro de contextos reales. Aunque en teoría se plantea la meta de reunir los 151 Pokémon originales, en la práctica este objetivo no puede alcanzarse completamente, dado que algunos ejemplares aún no han sido liberados dentro del juego, lo que limita el cumplimiento de esta aspiración. Además, existen otros objetivos complementarios como obtener medallas por logros específicos, participar en combates contra otros jugadores o completar desafíos dentro de los gimnasios virtuales. Sin embargo, muchas de estas funcionalidades estaban, en sus primeras etapas, en desarrollo o no disponibles para todos los usuarios. Esta ambigüedad en los objetivos puede interpretarse como una invitación al jugador a explorar, interactuar y participar libremente, sin una

estructura de metas estrictas, lo que promueve un tipo de experiencia lúdica más abierta, basada en la curiosidad, el descubrimiento y la socialización.

Reportes de investigación relacionados con el tema (Estado del arte)

El siguiente apartado de la investigación corresponde al **estado del arte** de nuestro objeto de estudio (Pokémon GO) y de nuestro problema de investigación (las adicciones), la forma en que lo presentaremos será a través de una redacción sustentada en la revisión de la bibliografía existente sobre los elementos ya mencionados.

Menester es mencionar que dicha revisión fue de 30 artículos científicos con respecto a la investigación, de los cuales ocho son muy pertinentes al objeto de estudio, por lo cual se discuten primero; las palabras clave utilizadas para recolectar estos artículos fueron:

- Adicciones
- Pokémon GO
- Videojuegos
- Actividad física
- Concientización

Reportes sobre nuestro problema de investigación (las adicciones)

- Para lograr dimensionar lo que estamos abordando en nuestro problema de investigación, uno de los artículos más importantes en el plano internacional con respecto a este tópico es el de Becoña, E. (2016). Este artículo tuvo como objetivo principal analizar cómo ha evolucionado y se ha consolidado la idea de que las adicciones son una forma de trastorno mental. A lo largo del texto, también se discutieron las principales críticas que ha recibido esta postura desde distintos espacios, así como las implicaciones que su predominio puede tener en la práctica

profesional dentro del ámbito de la salud. Además, me permití profundizar en los factores estructurales y contextuales que han influido en la adopción de este enfoque.

Hacia el final del análisis, se pone en evidencia el papel clave que ha tenido la psicología en el estudio y tratamiento de las adicciones, sobre todo en términos de comprensión, evaluación, prevención e intervención terapéutica. Desde una mirada psicológica (particularmente dentro del enfoque biopsicosocial), la formación profesional impulsa una visión integral del ser humano, superando posturas reduccionistas o fragmentadas. Las herramientas desarrolladas por la psicología han sido esenciales para abordar el problema de las adicciones; entre ellas destacan las estrategias de motivación, los métodos cognitivo-conductuales para dejar el consumo, y las técnicas diseñadas para prevenir recaídas, todas ellas con resultados positivos tanto en contextos clínicos como comunitarios (Castro, 2016).

Con la intención de ampliar la comprensión de las adicciones desde una mirada multidisciplinaria, también se considera valioso el enfoque neuropsicológico. En esta línea, García, García y Secades (2011) analizan los procesos cognitivos que influyen en el inicio y mantenimiento del consumo de sustancias, así como las alteraciones cerebrales asociadas al desarrollo de una adicción. Entre sus hallazgos más relevantes se encuentran dificultades en el funcionamiento ejecutivo, cambios en la forma en que las personas valoran ciertos estímulos y fallos en la toma de decisiones, todos ellos elementos que repercuten directamente en las conductas adictivas y su evolución.

Además, los autores señalan que estas alteraciones afectan el desempeño psicosocial de quienes las padecen y pueden influir en los resultados que se obtienen durante los tratamientos. No obstante, advierten que la heterogeneidad de los métodos utilizados en estudios previos dificulta la generalización de los resultados, por lo que proponen replicar investigaciones con protocolos neuropsicológicos estandarizados en diversas poblaciones clínicas para fortalecer la validez de los hallazgos y mejorar las estrategias terapéuticas (García et al., 2011).

Con el propósito de expandir la comprensión sobre la complejidad de las adicciones, especialmente en lo que respecta al estado psicológico previo a la búsqueda de ayuda, se examinó el estudio desarrollado por López-Acosta (2011), cuyo objetivo fue explorar las características mentales de las personas con consumo problemático de sustancias, particularmente en el momento anterior a decidir iniciar un tratamiento terapéutico. A través de su investigación, el autor logró identificar dos elementos centrales que definen esta situación mental: la desorganización y la oscilación subjetiva. La primera hace referencia a la fragmentación del pensamiento, la inestabilidad emocional y la pérdida de coherencia interna, mientras que la segunda se relaciona con los vaivenes en la percepción de la realidad, el juicio moral y la voluntad de cambio. Estas condiciones dificultan el proceso reflexivo necesario para que el sujeto tome la iniciativa de recibir atención profesional, lo cual explica por qué muchos adictos tardan en reconocer la necesidad de tratamiento o abandonan tempranamente los programas terapéuticos. Este enfoque permite visibilizar que el inicio del proceso de recuperación no depende únicamente del acceso a servicios, sino también del estado psíquico de los usuarios, el cual debe ser abordado con sensibilidad clínica.

De igual forma, para complementar la mirada sobre las adicciones desde una perspectiva social más amplia, Valenzuela, Prado y Vidal-García (2016) analizan el fenómeno del consumo de sustancias psicoactivas en jóvenes como una problemática global con implicaciones culturales, sanitarias y políticas. Los autores plantean que, debido al fácil acceso que existe hoy en día a distintos tipos de drogas en prácticamente todo el mundo, el consumo ha dejado de ser una preocupación local o nacional para convertirse en un fenómeno global. Esta realidad plantea la necesidad urgente de respuestas más amplias, que vayan más allá de las fronteras y que involucren una coordinación efectiva entre distintos países. Por eso, proponen repensar cómo se están llevando a cabo las acciones de prevención, seguimiento y tratamiento, bajo una lógica más integral y transnacional.

Además, hacen hincapié en que el consumo de drogas entre jóvenes no solo afecta su salud de manera individual, sino que también tiene un fuerte impacto en sus familias y en el entorno social que los rodea. Cuando estas situaciones no se abordan a tiempo, pueden debilitar las redes de apoyo, romper vínculos importantes y aumentar los riesgos de exclusión social, violencia e incluso de muerte prematura.

Por eso, las estrategias para enfrentar este problema deben ser pensadas desde diferentes frentes: salud, educación, comunidad y política pública, trabajando de manera articulada y sostenida. También subrayan la importancia de intervenir en las etapas más tempranas de la vida, ya que es ahí donde la prevención suele ser más efectiva. Bajo esta mirada, integrar políticas públicas con enfoques educativos y comunitarios no es solo útil, sino fundamental para abordar el tema de fondo y de manera estructural.

Reportes de investigación sobre nuestro objeto de estudio (Pokémon GO)

Desde una mirada que conecta el avance tecnológico con los desafíos sociales actuales, vale la pena destacar investigaciones como la de López (2018), quien analiza cómo los Exergames —videojuegos que requieren movimiento físico— pueden convertirse en aliados en la promoción de hábitos saludables entre los jóvenes. Este tipo de juegos ha ganado popularidad precisamente porque combina dos elementos muy atractivos: la actividad física y el entretenimiento digital. De acuerdo con el autor, su implementación puede contribuir significativamente a reducir el sedentarismo en niños y adolescentes, promoviendo así una actitud más comprometida con el cuidado de la salud, sin perder de vista lo divertido que resulta jugar para esta etapa de la vida.

López (2018) también resalta que estos videojuegos no solo sirven para mantenerse en forma, sino que, al mismo tiempo, aportan al desarrollo de habilidades cognitivas y emocionales. En su análisis, sostiene que el juego es mucho más que una actividad recreativa: representa un espacio clave donde los jóvenes pueden interactuar, aprender a seguir reglas, manejar sus emociones y fortalecer lazos afectivos. Todo

esto convierte a los Exergames en herramientas con un potencial formativo más amplio de lo que se podría pensar a simple vista. A través del uso creativo de herramientas tecnológicas, se abren nuevas posibilidades para fomentar hábitos saludables desde edades tempranas y desde una perspectiva educativa integral.

Para albergar una postura más holística en torno a nuestro objeto de estudio y al impacto que puede tener este en nuestro problema de investigación, es importante citar el artículo de Messeguer, E. (2017). El objetivo del artículo mencionado fue diseñar un programa en el cual se incluyese la participación de jóvenes hispanohablantes de entre 18 y 45 años, quienes jugaran videojuegos en línea en el ordenador o el móvil, mismos que debían cumplir las recomendaciones nutricionales y de actividad física de la OMS en un intervalo de 2 años.

Pudimos concluir con ayuda de la autora, la cuál plantea en torno a este artículo que el diagnóstico comunitario realizado, demuestra que la población presenta otros problemas relacionados con su salud, pero no física, sino emocional; futuras investigaciones o nuevos programas de salud deberían ir enfocados a actuar sobre éstos para gestionar planes de prevención o tratamientos para abordar los problemas emocionales que un jugador de videojuegos (incluso en buen estado físico) puede experimentar (como la ansiedad, depresión, adicciones, etc.).

Desde un enfoque sociológico orientado a ampliar la mirada sobre los videojuegos como fenómenos culturales, el trabajo de Ibarrola (2017) se vuelve fundamental para entender cómo ciertos juegos trascienden lo puramente recreativo. Su estudio se enfoca en Pokémon GO, y propone una interpretación crítica de los comportamientos y relaciones sociales que emergen a partir de este videojuego de realidad aumentada. A diferencia de las perspectivas tradicionales que consideran al jugador como un sujeto aislado, este análisis reconoce que la experiencia lúdica está fuertemente influenciada por el contexto urbano y por una red compleja de interacciones sociales y culturales. El autor argumenta que el juego no puede analizarse únicamente desde

lo tecnológico, sino también desde las formas de apropiación del espacio que permite y las dinámicas sociales que genera.(Ibarrola,2017)

Ibarrola (2017) concluye que la responsabilidad sobre el bienestar personal y colectivo recae tanto en el diseño del videojuego como en las prácticas de los usuarios. Si bien Pokémon GO puede facilitar la creación de nuevas formas de socialización y romper ciertas barreras estructurales impuestas por el propio diseño del juego, también puede contribuir a reproducir patrones de estigmatización social, especialmente en relación con determinadas zonas geográficas. Estas observaciones permiten comprender que el juego se inserta en una lógica que no es neutral, sino que está atravesada por discursos dominantes que influyen en la manera en que las personas perciben su entorno. En consecuencia, el juego puede alentar tanto la creatividad y la exploración colectiva como la repetición de estereotipos e imaginarios impuestos por sectores hegemónicos.

En esta línea, Pokémon GO no sólo modifica la forma en que los usuarios interactúan con el espacio urbano, sino que también configura la percepción de lo cotidiano. Los jugadores, al recorrer sus ciudades guiados por la geolocalización, resignifican lugares comunes, monumentos, plazas o edificios a partir de su función dentro del juego. Este tipo de prácticas genera comunidades efímeras o duraderas que se agrupan por intereses compartidos, aunque sin necesariamente cuestionar las normas sociales que se reproducen en el espacio físico. Así, el estudio de Ibarrola (2017) pone de relieve cómo las tecnologías de realidad aumentada se convierten en herramientas poderosas tanto para la transformación social como para la reproducción simbólica de estructuras vigentes.

Con el fin de entender los efectos del videojuego Pokémon GO en distintos ámbitos de la vida juvenil, Carrillo (2017) llevó a cabo una investigación con adolescentes españoles. El objetivo fue analizar cómo el juego influye a nivel físico, psíquico y social, además de identificar las diferencias entre los jugadores según sus características personales. El estudio permitió establecer un perfil común de usuario

y observar que el juego puede incentivar la actividad física, lo cual, a su vez, genera ciertos beneficios psicosociales relacionados con la interacción social.

Sin embargo, Carrillo (2017) aclara que el impacto del juego en el bienestar psíquico y social no puede considerarse directo. Para que Pokémon GO funcione como una herramienta con valor terapéutico o comunitario, es necesario que exista una estructura social que lo complemente, como espacios que fomenten el encuentro entre jugadores. Esto resalta la importancia de integrar el juego en contextos más amplios de interacción y apoyo mutuo.

Aunado a la información que hemos presentado, es menester no dejar de lado el estrado del conocimiento presente en los artículos que fueron consultados y no se abarcaron en los párrafos anteriores, ya que albergan tópicos que son igualmente muy importantes y trascendentes para hacer de esta investigación un análisis más profundo y heterogéneo con respecto a las adicciones y al videojuego Pokémon GO.

Un aspecto que es necesario resaltar es el enfoque que se le puede dar a Pokémon GO desde la academia para desarrollar un reconocimiento ético (Encinas, 2017), puesto que el usar el juego de video mencionado para generar concientización con respecto a problemáticas fácticas del contexto donde el usuario se desenvuelva es dotar a Pokémon GO de una nueva significación e intencionalidad.

De igual manera, es interesante percatarse que los juegos de video cada vez se han incluido más en procesos lúdicos con fines concretos (Seldeño, 2010), así como se les ha incluido en actividades que consisten en generar activación física en sus usuarios para alejarles de las adicciones y del sobrepeso (Moscardi, 2020).

Es cada vez más común encontrarse con investigaciones que defienden la utilidad y significación positiva que tienen los juegos de video y su incidencia en una gran cantidad de usuarios (Muriel, 2018), incluso se pueden apreciar estudios donde se

pretende entender los efectos que pueden generar los videojuegos, siendo un acercamiento muy importante para destruir paso a paso la satanización y estigmatización de estos (Carrillo, 2017).

Por último, es necesario entender cómo es que un juego de video como Pokémon GO logró adentrarse en la praxis lúdica, siendo su concepto de realidad aumentada lo que permite esta interacción tan fidedigna con el usuario (Rodríguez, 2017); sin mencionar que el darle un nuevo enfoque a la concepción que se tiene sobre los videojuegos permitirá redefinir la manera en que se les presenta a nuevas generaciones, fomentando el uso recreativo y responsable de estos contenidos (Ameneiros, 2015).

1.5 Inicios del videojuego como instrumento lúdico

Con el paso de los años, las personas han mostrado un constante empeño en determinados momentos de su existencia en encontrar formas eficientes de recolectar información y posteriormente darle a esta última un uso pragmático; con la llegada de la imprenta se consiguió reunir información y encriptarla en los libros, interpretando dicha información a través del lenguaje.

Esto permitió que todo aquel individuo con acceso a la lectura pudiese experimentar el aprendizaje a través de los libros, abstrayendo la información que se le exponía y generando conocimiento sobre ello. La llegada de este fenómeno convirtió en una tarea menester para los integrantes de una sociedad el saber leer y escribir, tanto para lograr descryptar aquello que se encontraba en las lecturas como para integrarse paulatinamente en una realidad gobernada por la información y la exposición de ésta en determinados medios. (Peña-Rodriguez, 2017)

Con el paso del tiempo, promover el aprendizaje entre todos los rubros sociales se convirtió en algo necesario, ya que en el génesis de este fenómeno el acceso a la educación estaba exclusivamente disponible para las familias de abolengo; por lo que el permitirles a todos los sujetos existentes en un contexto social la oportunidad de aprender y estudiar significó una revolución ideológica que trajo consigo nuevos desafíos.

Uno de los nuevos retos que había que encarar era mantenerse a la vanguardia en cuanto a la metodología de enseñanza y con respecto a las herramientas de aprendizaje, siendo en un principio todo lo que podemos encontrar en un aula de clases clásica (pizarrón, bancas, libros, cuadernos para apuntar, etc.); pero conforme el tiempo fue avanzando la tecnología revolucionaria de maneras sorprendentes todos los rubros imaginables, y el sector educativo no sería la excepción. (Peña-Rodriguez, 2017)

Desde incluir al ordenador en las escuelas hasta el uso del internet en las clases representó una nueva era de la educación y del cómo concebirla y ejercerla, así como un nuevo enfoque hacia productos tecnológicos que hasta esta instancia no tenían mayor relevancia en el contexto educativo; como lo son los videojuegos.

“Hasta la década de 1980, los juegos de video representaban un medio de entretenimiento para algunos y una moda pasajera para otros, pero lo cierto es que ya eran considerados como una revolución en cuanto al mundo del entretenimiento, pues incluso con títulos que no gozaban de mucha complejidad, lograban acaparar la atención de millones de usuarios alrededor del mundo.

Pero lo que ocurriría más tarde muy pocas personas lo vieron venir, ya que el salto de formato en los juegos de video de los 8 a los 16 bits permitió impregnar a estos de nuevas significaciones e intencionalidades; desde darles una narrativa compleja y reflexiva hasta diseñarlos con el objetivo de ser herramientas lúdicas para la enseñanza en el hogar y en algunos casos hasta en las escuelas”. (Chaves-Montero, 2018:186)

Uno de los primeros juegos de video lúdicos fue: “*Mario is missing!*”, Lanzado en 1993 para la Súper Nintendo (SNES), ordenador, Macintosh y para la *Nintendo Entertainment System* (mejor conocida como NES); en este videojuego se podía aprender sobre geografía y un poco de historia mundial, todo gracias al hermano de Mario (*Luigi*) quien era manejado por el usuario.

Otro de los videojuegos lúdicos que tenían a Mario como protagonista fue: “*Mario’s Time Machine*”, en donde el villano de la saga del fontanero (*Bowser*) roba objetos con un valor histórico muy importante y es responsabilidad de Mario recuperarlos para devolverlos a su

época. El jugador aprende la importancia de estos objetos históricos y de los creadores de los mismos, siendo un título que pretendía contribuir a la enseñanza de la historia mundial en sus usuarios.

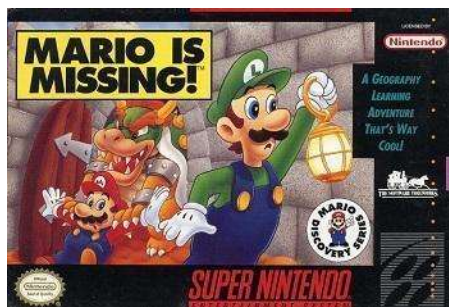


Imagen 1. Mario is missing

Portada del videojuego: *¡Mario is Missing!*
Para la SNES en 1993; Fuente (López, E.,2021)

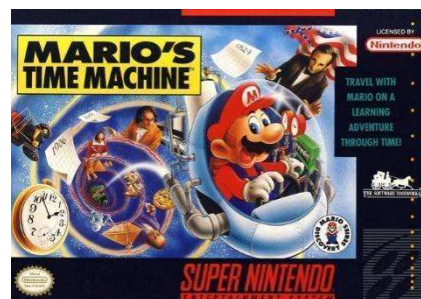


Imagen 2. Mario's time

Portada de *Mario's Time Machine* Para la Super Nintendo primera aparición del villano Bowser. (López, E.,2021)

Esta osadía por parte de Nintendo de intentar crear contenidos con una esencia lúdica resultó ser una contribución sumamente representativa para la educación en general, ya que no solo se estaban gestionando nuevas metodologías de enseñanza y aprendizaje, también se le estaba dotando a los juegos de video un cauce que hasta la década de 1990 parecía imposible: Fomentar en los video-jugadores el aprendizaje de disciplinas como la historia, matemáticas, geografía y literatura a través de un juego de video. (Revuelta, 2012)

Por desgracia, esta primera etapa formal de los videojuegos lúdicos no prosperó como se esperaba, ya que para hacer uso de estas nuevas herramientas de aprendizaje era absolutamente menester contar con un ordenador en casa o bien con una consola de videojuegos, algo con lo que la mayoría de estudiantes de aquel tiempo no podían contar.

Sin embargo, fue sumamente importante la existencia de estos primeros videojuegos lúdicos, ya que como hemos mencionado permitió que se les diera un enfoque nuevo a los juegos de

video, empezando a disipar la creencia de que estos solo representan un medio de ocio. (Revuelta, 2012)

1.6 Situación de las adicciones

En México

Con el propósito de obtener un panorama actualizado sobre los hábitos de consumo de sustancias psicoactivas en México, la Encuesta Nacional de Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco (ENCODAT) 2016-2017 se diseñó como un instrumento de carácter estadístico para medir la prevalencia y las variaciones en el uso de drogas entre personas de 12 a 65 años. Este estudio, basado en un riguroso muestreo probabilístico que permite calcular márgenes de error e intervalos de confianza por entidad federativa, se llevó a cabo entre junio y octubre de 2016. En total, se entrevistó a 56,877 personas, entre ellas adolescentes y adultos de todas las regiones del país, lo que le otorga solidez y representatividad nacional (ENCODAT, 2017).

Los resultados evidencian un incremento relevante en el uso de sustancias ilícitas. El 10.3% de la población reportó haber consumido alguna droga al menos una vez en su vida, lo que equivale a más de 8.7 millones de personas. Al desagregar por género, se observa que el consumo en hombres alcanzó el 16.2%, mientras que en mujeres fue del 4.8%. Este crecimiento, en comparación con los datos obtenidos en la Encuesta Nacional de Adicciones de 2011, confirma una tendencia al alza preocupante en ambos sexos. El aumento en el uso de drogas refleja no solo un desafío en términos de salud pública, sino también la necesidad urgente de generar políticas integrales de prevención, educación y tratamiento con enfoque de género y pertinencia cultural (ENCODAT, 2017).

Durante los últimos años, el consumo de sustancias ilegales entre adolescentes mexicanos ha mostrado un aumento preocupante. Según datos de la Encuesta Nacional de Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco (ENCODAT), el porcentaje de jóvenes entre 12 y 17 años que consumieron drogas ilegales en el último año casi se duplicó entre 2011 y 2016, pasando del

1.5 % al 2.9 %. En cifras absolutas, esto equivale a un salto de 207 mil a 414 mil adolescentes consumidores, siendo 248 mil hombres (3.4 %) y 165 mil mujeres (2.3 %) (CONADIC et al., 2017). Este cambio evidencia una tendencia creciente entre la población juvenil, donde el uso de sustancias psicoactivas se convierte en un fenómeno con implicaciones relevantes en el ámbito familiar, escolar y comunitario.

Particularmente, la marihuana continúa siendo la droga ilegal más utilizada en el país. Su uso ha mantenido una progresión constante en las últimas dos décadas: en el año 2012, el 3.5 % de la población entre 20 y 40 años declaró haberla consumido alguna vez; para 2022, esta cifra ascendió al 8.6 %, lo que representa más de 7 millones de personas (CONADIC et al., 2023). A pesar de que el consumo entre hombres sigue siendo mayor que entre mujeres, el incremento ha sido generalizado en ambos sexos desde 2002. Esta tendencia resalta la urgencia de implementar estrategias de intervención más eficaces y orientadas hacia la prevención temprana del consumo. El aumento sostenido del uso de marihuana y otras sustancias en edades tempranas representa un riesgo significativo para el desarrollo psicosocial de los adolescentes, por lo que se vuelve indispensable fortalecer las políticas públicas, los programas escolares de prevención y los espacios de orientación familiar.

“La cocaína es la segunda droga ilegal más consumida en México, sólo precedida por la mariguana. El consumo de cocaína alguna vez en la vida en la población general ha observado un incremento de al menos 2 puntos porcentuales desde el año 2002, al pasar de 1.2% (857 mil 766) en 2002 a 3.5% (3 millones 5 mil 431 personas) en 2016. El consumo de cocaína aumentó de 2002 a 2011, pero se mantuvo estable de 2011 a 2016.8”. (CONADIC et al., 2017).

La Organización Mundial de la Salud define “droga” como cualquier sustancia que, al ingresar en un organismo, puede alterar la percepción, el estado emocional, el procesamiento de información o la función motora, incluyendo tanto el alcohol y el tabaco como solventes y otros compuestos psicoactivos (OMS, s. f.). Cuando una persona desarrolla dependencia, experimenta una fuerte compulsión por obtener la sustancia, organizando su comportamiento en torno a dicha búsqueda. Esta condición puede generar consecuencias biológicas, psicológicas y sociales interrelacionadas, afectando múltiples dimensiones de la vida del individuo e impactando también en su entorno cercano.

Ante el aumento del consumo de sustancias durante el confinamiento por COVID-19, el Sistema Municipal DIF de Puebla reforzó sus esfuerzos mediante su área de adicciones. Desde su establecimiento, esta dependencia ha atendido 407 casos, con el 55.5 % relacionados con alcohol, 39.8 % con marihuana y 34.9 % con tabaco. En 2020 se registraron 200 consultas, principalmente de hombres (71.3 %), mientras que el 36.9 % eran adolescentes menores de 17 años (SMDIF, 2021). Además, Puebla se posicionó en segundo lugar nacional en atención de menores en los Centros de Atención Primaria en Adicciones (CAPA), con una cifra de 62 805 jóvenes atendidos, de los cuales 32 411 fueron mujeres y 30 394 hombres entre 12 y 17 años (SMDIF, 2021). Esta situación resalta la urgencia de diseñar estrategias locales de prevención y tratamiento que respondan a las realidades específicas de cada grupo etario y género.

Centros de Integración Juvenil (CIJ)

Los Centros de Integración Juvenil (CIJ), como parte del Sector Salud desde su incorporación en 1969, han desempeñado un papel clave en la prevención y tratamiento del uso de sustancias entre adolescentes y jóvenes. Esta institución sin fines de lucro ha documentado

datos significativos que reflejan la magnitud del consumo de drogas en Puebla capital durante 2018. De acuerdo con su informe anual, se atendieron un total de 82,026 personas, de las cuales la mayoría (81,060) recibió intervenciones preventivas, mientras que 966 ingresaron a un proceso completo de rehabilitación (Meza, 2019).

Respecto al tipo de sustancias consumidas, la marihuana se posicionó como la droga ilícita más prevalente entre quienes acudieron por primera vez a tratamiento (83.3%), seguida por las metanfetaminas (44.1%) y la cocaína (34.9%). Es relevante señalar que el consumo de metanfetaminas en esta entidad supera la media nacional. Asimismo, el uso de sustancias legales como el alcohol (74.2%) y el tabaco (71.5%) también registró cifras elevadas, aunque el consumo de marihuana incluso las superó. En cuanto a la proporción de consumo por género, los datos indican una relación de 5.9 hombres por cada mujer consumidora. Los grupos de edad con mayor frecuencia de inicio en el consumo de drogas ilícitas fueron los adolescentes de entre 10 y 14 años (44.1%), seguidos por los jóvenes de 15 a 19 años (40.3%), lo cual plantea un desafío considerable en materia de salud pública y prevención temprana (Meza, 2019).

Alcohol y Tabaco principales drogas legales en Puebla Capital

De acuerdo con los datos reportados por Meza (2019), el consumo cotidiano de alcohol en el estado de Puebla revela una tendencia preocupante en sectores específicos de la población. En términos generales, se observa que el 1.5 % de los habitantes consume alcohol a diario, siendo los hombres de entre 18 y 65 años quienes registran el mayor porcentaje, alcanzando el 2.2 %. Resulta particularmente relevante que, en el grupo etario de 12 a 17 años, las mujeres superan a los varones en consumo diario, con un 1.4 % frente al 0.8 %, lo cual evidencia un cambio en los patrones de consumo en la adolescencia, con implicaciones psicosociales que requieren atención preventiva especializada.

En cuanto al uso consuetudinario de alcohol (es decir, de consumo habitual sin necesariamente alcanzar niveles diarios), el 4.3 % de la población entre 12 y 65 años en Puebla lo practica. Al igual que en el consumo diario, los hombres adultos (18-65 años) concentran la mayor proporción (9.6 %), mientras que entre adolescentes nuevamente las mujeres presentan una prevalencia más alta que sus pares masculinos (1.4 % vs. 0.8 %) (Meza, 2019).

En lo que respecta al consumo de tabaco, las cifras nacionales indican que 11.1 millones de hombres consumen esta sustancia, frente a 3.8 millones de mujeres. En Puebla, los registros alcanzan los 562 mil hombres y 121 mil mujeres usuarias. Cabe destacar que la edad de inicio del consumo de tabaco muestra poca diferencia entre el promedio nacional (19.3 años) y el estatal (19.2 años), lo que sugiere un patrón de inicio temprano que puede consolidar hábitos adictivos desde la juventud (Meza, 2019).

1.6 Tratamientos más relevantes para combatir adicciones a lo largo de la historia

La Organización Mundial de la Salud describe los servicios de acceso directo (conocidos como programas de calle) como espacios comunitarios que funcionan como primer punto de contacto para personas con problemas de uso de sustancias y para sus familias. Lejos de constituir un tratamiento formal, estos dispositivos brindan apoyo inmediato sin cita previa, información sobre atención sanitaria y asesoramiento jurídico o laboral, además de cubrir necesidades básicas de supervivencia. Entre sus intervenciones se incluyen acciones de acercamiento en la comunidad, distribución de material estéril para reducir infecciones de transmisión sanguínea, educación para la prevención de sobredosis, líneas telefónicas de ayuda anónima, derivaciones a recursos especializados y grupos de autoayuda tanto para usuarios como para familiares (World Health Organization [WHO], 2013). Al ser gestionados por organizaciones no gubernamentales y coordinados con pares en recuperación, estos programas fortalecen la red social de apoyo, disminuyen barreras de

acceso y favorecen la detección temprana de consumos problemáticos, aspecto fundamental en contextos donde las brechas en la atención sanitaria siguen siendo pronunciadas.

A partir de este primer contacto, la OMS distingue tres niveles de tratamiento estructurado: desintoxicación, rehabilitación y postratamiento. La desintoxicación se centra en alcanzar la abstinencia de la forma más segura posible e incluye la utilización de agonistas completos (p. ej., metadona), agonistas parciales (buprenorfina) o fármacos α -adrenérgicos (clonidina, lofexidina); en determinados entornos hospitalarios se aplican protocolos de desintoxicación ultrarrápida con antagonistas bajo sedación. La fase de rehabilitación combina seguimiento médico con intervenciones psicosociales—terapias cognitivo conductuales, asesoría individual y grupal—y planes de reintegración social y laboral. Finalmente, el postratamiento pone el acento en la prevención de recaídas mediante grupos de autoayuda, apoyo familiar y servicios comunitarios de reinserción. Este enfoque escalonado reconoce que la dependencia implica dimensiones biológicas, psicológicas y sociales interrelacionadas; por ello, resulta indispensable ofrecer itinerarios de atención flexibles que respondan a las necesidades cambiantes de cada persona (WHO, 2013).

En Latinoamérica

Las adicciones no pueden entenderse simplemente como una conducta repetida por placer. En realidad, se trata de un fenómeno complejo con múltiples dimensiones: biológica, psicológica y social. Este tipo de problemática no solo afecta al individuo que la padece, sino también a su entorno familiar y a la comunidad en la que se desenvuelve. Cuando una persona desarrolla una adicción, suele ir perdiendo poco a poco el control sobre lo que hace, generando una fuerte dependencia hacia una sustancia o un comportamiento. Esto trae consigo consecuencias importantes tanto en su salud física y mental como en su vida social. Como explica Becoña (2016), este proceso implica cambios profundos en el cerebro, especialmente en los circuitos de recompensa, y transforma la manera en que la persona se relaciona con su entorno.

Por eso, tratar las adicciones no puede limitarse solo a atender lo médico o lo psicológico de forma aislada. Hace falta un enfoque más amplio que considere también la historia personal del paciente, su contexto de vida y los patrones de conducta aprendidos a lo largo del tiempo. El proceso terapéutico suele comenzar con una etapa de desintoxicación, donde se busca reducir o eliminar el consumo y se brinda apoyo médico y emocional para que la persona pueda atravesar los síntomas de abstinencia con mayor seguridad. Luego, en la fase de deshabitación, se trabaja para cambiar pensamientos, emociones y hábitos relacionados con el consumo, buscando fomentar la autonomía y generar cambios duraderos. En todo este proceso, la participación activa del personal de salud es clave para acompañar a la persona en su recuperación.

A nivel global, la Organización Mundial de la Salud ha planteado una serie de medidas estructurales para abordar las adicciones de forma más efectiva. Entre ellas, destaca la importancia de reconocer el consumo problemático como una cuestión de salud pública, que requiere políticas de Estado sostenidas en el tiempo, con presupuestos asignados y leyes claras en todos los niveles de gobierno. También se sugiere ampliar la red de centros de atención, especialmente aquellos de carácter público y comunitario, para que ofrezcan tratamientos accesibles y adaptados a las realidades locales.

Además, la OMS propone implementar equipos interdisciplinarios que trabajen de manera continua en hospitales generales, brindando atención las 24 horas y conectando los casos detectados con programas de tratamiento adecuados. Para que estas medidas funcionen, es fundamental invertir en la formación continua de los profesionales de la salud, de modo que puedan identificar, orientar y acompañar de forma adecuada a las personas que atraviesan situaciones de consumo problemático. Otras propuestas incluyen mejorar los sistemas de información y estadísticas sobre el tema, implementar tratamientos específicos en contextos de encierro, y reforzar la readaptación social y laboral como parte fundamental del proceso de recuperación (Becoña, 2016).

Finalmente, estas estrategias no deben verse como acciones aisladas, sino como parte de un enfoque integral de salud pública, basado en la prevención, la atención digna y la reinserción social de las personas que enfrentan una adicción, respetando sus derechos humanos y su dignidad personal.

En México

La Educación para la Salud debe tener como uno de sus objetivos centrales la prevención del consumo de sustancias adictivas, y en el caso específico del alcohol, procurar evitar tanto su uso problemático como los episodios de consumo excesivo, los cuales se vinculan con una amplia gama de consecuencias físicas, psicológicas y sociales. Esta tarea exige una atención integral y especializada, pues, aunque se ha registrado un aumento en la cantidad de personas que buscan ayuda por problemas relacionados con drogas, solo una tercera parte accede realmente a un tratamiento formal. Incluso dentro de ese grupo, muchos no reciben una atención profesional adecuada (Becoña, 2016).

En este contexto, los grupos de ayuda mutua han adquirido relevancia, aunque su eficacia depende de una adecuada capacitación y supervisión por parte de las autoridades sanitarias. Pese a sus limitaciones, estos espacios de acompañamiento se han convertido en recursos fundamentales dentro del proceso de recuperación, especialmente en lo que respecta al sostenimiento de la abstinencia. Sin embargo, el diagnóstico, el tratamiento específico y la rehabilitación deben ser asumidos exclusivamente por profesionales capacitados, ya que delegar estas funciones en personas sin formación no sólo es éticamente cuestionable, sino también ilegal.

Asimismo, las personas que enfrentan trastornos por consumo de sustancias, como el abuso y la dependencia, suelen experimentar múltiples problemáticas de salud y conflictos sociales no atendidos. De ahí la necesidad urgente de fortalecer los servicios terapéuticos, eliminar el estigma que pesa sobre quienes padecen esta condición y fomentar la difusión de información clara, científica y constante sobre las causas y mecanismos de la adicción. Solo así se puede promover una búsqueda oportuna de ayuda profesional y una rehabilitación efectiva.

Por otro lado, se observa con frecuencia una fragmentación en la forma en que se abordan las sustancias adictivas. El alcohol y el tabaco tienden a tratarse de manera separada respecto a otras drogas ilegales, quizás por motivos pedagógicos o metodológicos. No obstante, esta distinción genera confusión, ya que puede inducir la falsa creencia de que ciertas sustancias —por ser legales— son menos dañinas, cuando en realidad también generan efectos adversos considerables sobre la salud y el entorno social (Becoña 2016).

“Los modelos terapéuticos con eficacia documentada integran aspectos biopsicosociales y se apoyan en grupos de ayuda mutua, grupos religiosos u otros, para enfrentar la enfermedad, su comorbilidad y sus complicaciones. Algunos problemas identificados son: pobre conciencia de enfermedad mental, desconocimiento de la predisposición genética y equívoca interpretación del trastorno adictivo por parte de pacientes y familiares, antecedentes familiares de automedicación y dependencia a psicotrópicos, etc. Por tanto, es pertinente que el paciente conozca el sustrato cerebral neuroquímico de su patología, pues actitudinal y conductualmente hablando, siempre es un peligro para sí mismo y para la sociedad”. (Becoña, 2016:146)

La meta terapéutica en el tratamiento de adicciones suele centrarse en alcanzar una abstinencia duradera y constructiva. Para ello, es clave involucrar al paciente y a su entorno familiar en un proceso psicoterapéutico que fortalezca la voluntad de cambio y la confianza en sus capacidades. Cuando el acompañamiento adecuado falla, el riesgo de recaída aumenta. Por ello, las estrategias confrontativas, aunque percibidas como intensas, son necesarias para contrarrestar un síndrome adictivo progresivo y dañino (Becoña, 2016).

En Puebla

La adicción es entendida como una enfermedad neurobiológica compleja que se caracteriza por un patrón persistente de consumo de sustancias, a pesar de los efectos adversos que este comportamiento genera en distintas áreas de la vida. Quienes presentan esta condición, también denominada trastorno por uso de sustancias, desarrollan una dependencia intensa

hacia drogas legales o ilegales, lo que termina por dominar su cotidianidad. Incluso cuando son conscientes del daño que les provoca, continúan con el consumo, lo que refleja el grado de control deteriorado que sufren. No obstante, existen tratamientos eficaces que han demostrado permitir la recuperación y reinserción de estas personas en la sociedad (Universidad Europea, 2022).

Este trastorno se manifiesta a través de cuatro dimensiones principales: en primer lugar, la pérdida de control, evidenciada en el deseo irrefrenable de consumir y la dificultad para limitar su uso; en segundo término, la afectación social, que se expresa en la reducción o abandono de responsabilidades familiares, académicas y laborales; en tercer lugar, el uso riesgoso, es decir, el consumo en situaciones peligrosas o problemáticas; y, por último, los efectos farmacológicos, como la necesidad de aumentar la dosis para obtener el mismo efecto (tolerancia) o la aparición de síntomas al suspender el consumo (síndrome de abstinencia) (Universidad Europea, 2022).

1. 7 Surgimiento del videojuego como instrumento de ayuda para combatir adicciones

Sabemos que cualquier cosa que se consuma en exceso se vuelve un mal hábito ya sea que el exceso a la comida produzca obesidad, o que fumar en exceso causa cáncer, e incluso que hacer demasiado ejercicio se pueda convertir en vigorexia. Y si, partiendo de esto los videojuegos en exceso también pueden ser mala influencia hacia nuestra salud mental, pero pocos saben los beneficios que han hecho en personas desde hace algunos años y este es nuestro propósito dar a conocer estos cambios positivos que han causado en miles de usuarios.

Empecemos hablando del videojuego de Pacman que desarrollaba inteligencia matemática, en su apogeo no notaban este dato, sin embargo, eso no era motivo para enseñar que una serie

de patrones repetitivos cada cierto tiempo y esto estimulaba la inteligencia del jugador. (Contreras, 213)

En los últimos veinte años, muchas consolas de videojuegos para el hogar han comenzado a incluir sensores de movimiento y cámaras capaces de captar los movimientos del cuerpo y convertirlos en acciones dentro del juego. Esta innovación ha permitido unir de forma más estrecha la actividad física con el mundo del entretenimiento digital, haciendo que moverse sea también parte de la experiencia lúdica. Ejemplos paradigmáticos de esta tendencia son el EyeToy de PlayStation 2, la Nintendo Wii con sus mandos Wii Remote y Balance Board, el Kinect de Xbox 360 y, más recientemente, los Joy-Con de Nintendo Switch. Estos sistemas han permitido que disciplinas como el atletismo, el boxeo, el ciclismo o los bolos se recreen en el entorno virtual, motivando al usuario a moverse frente a la pantalla y a integrar el juego en su rutina diaria de actividad física (Martínez-Hernández, 2019).

Sobre esta base tecnológica han surgido numerosos exergames —videojuegos específicamente diseñados para la práctica de ejercicio— que incluyen rutinas guiadas y registros de progresión. Entre los más citados se encuentran Wii Fit y EA Sports Active (Nintendo Wii), EyeToy Kinetic (PlayStation 2), Domyos Interactive System – Fitness Exercise y PC Fit para ordenador. Muchos de estos títulos, según su documentación de desarrollo, han contado con el asesoramiento de especialistas en ciencias del deporte, fisioterapia y entrenamiento personal, lo que refuerza su validez como recursos lúdicos orientados a la promoción de la salud (Martínez-Hernández, 2019).

En una sociedad inmersa en las tecnologías y con elevados índices de sedentarismo, los videojuegos activos representan un nuevo fenómeno social que puede comportar beneficios para la salud pública (Martínez-Hernández, 2019). Trabajos de revisión recientes sobre el papel que pueden desempeñar los videojuegos en la promoción de conductas saludables o las posibilidades que ofrecen las nuevas tecnologías para hacer frente a la obesidad infantil (Hillier, 2008), ya hacen referencia al potencial de los videojuegos activos como herramienta de promoción de la actividad física.

Desde esta perspectiva concluimos que los videojuegos en los últimos años han sido de gran ayuda para la condición física de números adolescentes, siendo estos el público de mayor alcance, sin embargo, en un rango de mayor edad no solo han ayudado a la condición física si no que a un proceso de entrenamiento del equilibrio mente cuerpo, ¿A que nos referimos con esto? Es en edades más avanzadas cuando encontramos la adicción a diversas sustancias, alimentos o hábitos no favorables a la salud y es cuando estos videojuegos han ayudado a poder sobrellevar en forma de distracción o incluso a erradicar ciertos comportamientos.

Formas en que se abordan las adicciones

Las adicciones forman parte de nuestra cultura, el consumo que probablemente nos enciende un foco de alerta. Un problema así mismo, que es muy necesario abordar.

La adicción a sustancias psicoactivas no es algo que ocurra de un día para otro, sino que se trata de un proceso complejo y progresivo que transforma tanto el comportamiento como el estado emocional de quien la padece. Las personas que consumen drogas suelen desarrollar una preocupación constante por conseguir la sustancia, lo que las lleva a adoptar conductas centradas exclusivamente en su búsqueda y consumo. Esta dependencia afecta distintos aspectos de la vida, desde el funcionamiento biológico hasta el equilibrio psicológico y las relaciones sociales, impactando de forma significativa su salud física, emocional y sus vínculos con los demás (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2013).

En el caso de los adolescentes, este proceso suele iniciar con un consumo ocasional o por curiosidad, que con el tiempo puede escalar hacia un uso más frecuente y problemático. Durante esta etapa, muchos jóvenes experimentan sensaciones placenteras e intensas que los motivan a repetir la conducta, y en muchos casos, encuentran en las drogas una forma rápida de escapar de emociones difíciles como la ansiedad, el estrés o los problemas familiares. Esta dinámica puede generar una ilusión de control frente a los retos propios de su edad, pero en realidad, lo que ocurre es un retraso en su madurez emocional y un fortalecimiento de la dependencia (Becoña, 2016).

Clínicas de rehabilitación en el estado

Las adicciones se manifiestan de muchas formas y abarcan un conjunto diverso de comportamientos compulsivos. Entre las más frecuentes se encuentran el consumo de drogas, el abuso del alcohol, el juego patológico y los trastornos relacionados con la alimentación. Estas conductas, aunque distintas entre sí, comparten un patrón común: la pérdida de control que puede afectar profundamente la vida de quienes las experimentan. No obstante, existen muchas otras formas de adicción —como las tecnológicas o al trabajo— que también requieren atención profesional especializada. En todos los casos, la rehabilitación implica un proceso complejo que demanda un esfuerzo constante del individuo, cuya primera etapa consiste en reconocer la existencia del problema (Secretaría de Salud del Estado de Puebla, 2019).

En el estado de Puebla, existen diversas clínicas y grupos especializados que ofrecen servicios de rehabilitación, como Alcohólicos Anónimos, GASAC, Grupo Mi Última Esperanza y Jóvenes al Paraíso. Estas instituciones proporcionan acompañamiento psicológico, médico y social, con planes de intervención personalizados y seguimiento constante para cada paciente. La elección del centro adecuado depende de la naturaleza específica de la adicción y del grado de compromiso del afectado y su entorno familiar.

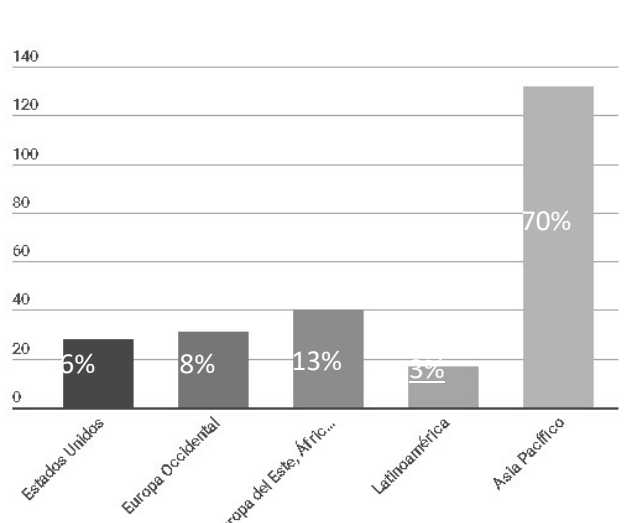
El ingreso a tratamiento puede ser voluntario o involuntario. El ingreso voluntario requiere el consentimiento del usuario —o del tutor legal en caso de menores de edad— y suele ser más efectivo, ya que favorece el compromiso con el tratamiento. Sin embargo, cuando la persona representa un riesgo inmediato para sí misma o para otros, se puede proceder con un ingreso involuntario, amparado por la Norma Oficial Mexicana. Este tipo de ingreso debe ser avalado por un profesional médico y autorizado por un familiar responsable. A pesar de que el ideal terapéutico es que el paciente acuda por voluntad propia, el ingreso involuntario puede ser crucial para preservar su vida y bienestar, evitando consecuencias irreversibles para él y su entorno (Clínica SER®, 2019).

1.8 Consumo del videojuego Pokémon GO

Basándonos en las diversas fuentes de comunicación que hemos ido citando en páginas anteriores y a través de la red on-line concluimos que alrededor del mundo hay 248 millones de jugadores activos en todo el mundo. 132 millones están en países de la región Asia-Pacífico.

Gráfica 6. Jugadores de Pokémon GO en el mundo

La gráfica que vemos a continuación, demuestra cómo se dividen los usuarios de Pokémon GO en el mundo, dejándonos claro que la mayor concentración es en el continente asiático, siendo Latinoamérica la zona menos concurrida, con menos de 20 millones de jugadores.



Fuente Principal: La historia de los videojuegos (Kent, 2016)

En Latinoamérica

Ahora mismo, Latinoamérica es el mercado de más rápido crecimiento para Pokémon GO, y gracias a la colaboración, 7-Eleven está cambiando sus estrategias de comunicación y marketing en la región.

“Al centrarnos en los fans y en los clientes, nuestras experiencias de juego aportan valor a los jugadores y a las empresas de todo el mundo”. (Alan Mandujano, Niantic, 2020)

Según la tabla anterior En América Latina suman alrededor de 17 millones

En México

La popularidad de Pokémon GO continúa en ascenso gracias a nuevas estrategias implementadas por Niantic, entre ellas el programa de ubicaciones patrocinadas, el cual ha permitido convertir tiendas de socios seleccionadas en Poképaradas y Gimnasios. Esta iniciativa ha fortalecido la interacción entre los jugadores y el entorno urbano, promoviendo la actividad física y la socialización en espacios públicos. Como resultado, se registró un aumento significativo en la creación de cuentas nuevas, alcanzando un récord histórico en el país, y se observó una alta participación en redes sociales por parte de la comunidad. Actualmente, se estima que hay aproximadamente 200 mil usuarios activos en México, lo que consolida al país como uno de los mercados más dinámicos para este videojuego de realidad aumentada (Niantic, 2023).

.En Puebla

Sin embargo, nuestra investigación se centra en Puebla Capital y fue un reto obtener una cifra exacta. Dentro de los miembros de grupos de Facebook relacionados con el nombre

“Pokémon Go Puebla” y relacionado a los datos anteriores determinamos alrededor de 19 mil jugadores dentro de Puebla capital.

En la ciudad de Puebla actualmente los jugadores de esta gran franquicia se sienten identificados en una sola comunidad “La Comunidad Pokémon Go” que hace referencia a todos los jugadores de esta plataforma dentro de todo el mundo. El Día de la Comunidad en Pokémon GO es un evento mensual organizado por Niantic con el propósito de fortalecer la participación activa de los jugadores y fomentar la interacción social. Durante este evento, que suele tener una duración de tres horas y se lleva a cabo un fin de semana al mes, se destaca un Pokémon específico, el cual aparece con mayor frecuencia en estado salvaje y puede tener habilidades exclusivas si es evolucionado dentro del tiempo establecido. Este tipo de eventos ha sido clave para promover la actividad física, el juego colaborativo en espacios públicos y la permanencia de una comunidad activa de jugadores (Niantic, 2023).

Es necesario recalcar que dentro de la comunidad de Pokémon Go se identifican en 3 equipos que reciben los nombres de Valor, Sabiduría e Instinto. Los jugadores pueden unirse a uno de ellos para crear fuerzas con los demás miembros y jugadores y aprovechar sus ventajas.

Por último, también cabe mencionar que existen diversos grupos dentro de las plataformas Facebook y WhatsApp para estar en contacto entre jugadores, resultando ser una gran comunidad, caracterizada no solo por el tamaño, sino por la unión que guardan entre miembros.

Capítulo 2. Perspectiva Teórica del videojuego y las adicciones

Con esta investigación exponemos la viabilidad de Pokémon GO para formar parte de un tratamiento a fin de combatir adicciones; esta idea surge a través de la necesidad de combatir a las adicciones entendiendo a estas últimas como una problemática de índole social, siendo esto último donde la comunicación interviene de forma pertinente en la investigación, ya que mediante el análisis del contexto podemos entender que las adicciones tienen un origen sociológico; esto lo podremos sustentar y explicar a través de la comunicación para la salud con el modelo de creencias de salud.

Aunado a esto, la teoría psicoanalítica será una gran aliada para entender a nuestro problema de investigación (las adicciones) desde una perspectiva mucho más holística.

Cuadro 1: TEORÍAS DE INTERÉS

El cuadro siguiente nos describe algunas de las teorías que formaron parte de nuestra perspectiva teórica.

TEORÍA	EXPLICACIÓN
La teoría psicoanalítica fue fundada a finales del siglo XIX (Veni, 2018)	Esta teoría trata de explicar las fuerzas inconscientes que motivan al comportamiento humano, es decir, aquellos conflictos internos que aparecen durante la niñez y que afectan, a posterioridad, a los comportamientos y emociones del individuo.
Teoría Del Videojuego	En sus inicios, los artículos sobre videojuegos eran elaborados por aficionados a la informática y estaban destinados a un público igualmente entusiasta. Estas publicaciones se difundían principalmente en revistas especializadas como Popular Mechanics, Popular Science, Popular

	Electronics y Radio-Electronics, así como en medios de circulación general como Newsweek y Time. (Kent, 2001)
Teoría de la acción Razonada Martín Fisbhein e Icek Ajzen, tiene sus inicios en (1967)	La Teoría de la Acción Razonada (TRA) busca explicar cómo la gente decide actuar o no actuar en un contexto específico. Propone que la conducta está influenciada por la intención. (Martín Fisbhein , 1967)

Fuente: (Veni, 2018), (Fisbhein,1980)

2.1 Teoría del videojuego

Durante sus primeras décadas de existencia, los videojuegos fueron considerados una forma de entretenimiento superficial, dirigidos principalmente al público infantil y juvenil. En sus orígenes, el desarrollo y consumo de videojuegos estuvo estrechamente vinculado a

comunidades tecnológicas y revistas especializadas como *Popular Electronics*, *Popular Mechanics* y *Radio-Electronics*, espacios en los que los entusiastas compartían información sobre las nuevas consolas, programación básica y modificaciones caseras. No obstante, hacia finales de la década de 1970 y especialmente durante los años 80, el crecimiento exponencial de la industria del videojuego y su inserción en el mercado masivo impulsaron una expansión significativa de su presencia en medios más amplios como *Newsweek* y *Time*, lo que marcó un punto de inflexión en su legitimación mediática (Salazar, 1995).

Pese a ello, el reconocimiento académico de los videojuegos como objeto de estudio cultural, educativo o terapéutico fue lento y fragmentado. La mayoría de los estudios se enfocan en su dimensión técnica, en el comportamiento del consumidor o en sus efectos negativos en la conducta, especialmente entre jóvenes. No fue sino hasta finales del siglo XX cuando comenzaron a alzarse algunas voces que defendían la idea de que los videojuegos podían ser algo más que un simple pasatiempo. Entre estas figuras destaca el poeta estadounidense Charles Bernstein, quien en 1989 planteó que los videojuegos podían entenderse como una nueva forma de arte emergente, dotada de códigos propios, narrativas complejas y un considerable potencial expresivo (Bernstein, 1989). Esta visión, aunque innovadora para su tiempo, fue el punto de partida para que más adelante autores europeos como Alain y Frédéric Le Diberder comenzaran a hablar del videojuego como el “décimo arte”, reconociendo su valor cultural, creativo y comunicativo dentro de la sociedad contemporánea (Le Diberder & Le Diberder, 1993).

A pesar de este reconocimiento inicial, el videojuego aún no ha alcanzado una posición clara y definida en el ámbito académico. A diferencia del cine, la literatura o la música, que ya cuentan con un lugar establecido en el mundo del arte y la educación, los videojuegos siguen siendo vistos por muchos como una forma de ocio superficial, carente de profundidad formativa o terapéutica. Buena parte de los estudios que se han hecho hasta ahora se enfocan más en aspectos como la historia de su evolución tecnológica o el consumo mediático, dejando de lado el análisis de su potencial en áreas tan relevantes como la educación, la salud mental o la intervención social.

En este contexto, el propósito de este trabajo surge de una necesidad urgente: cambiar la manera en que se perciben los videojuegos y comenzar a verlos como herramientas con

múltiples posibilidades. Más allá del entretenimiento, pueden desempeñar un rol importante en contextos pedagógicos, psicológicos y terapéuticos. Este análisis se centrará especialmente en cómo ciertas dinámicas de juego, potenciadas por tecnologías como la realidad aumentada o la inmersión interactiva, pueden fomentar habilidades cognitivas, fortalecer los lazos sociales e incluso convertirse en un recurso para prevenir conductas de riesgo, como el consumo de sustancias. Si logramos romper con la visión reduccionista que ha dominado durante tanto tiempo, se abre la puerta a incorporar el videojuego como parte de estrategias de intervención social, particularmente en jóvenes que viven en entornos vulnerables.

2.2. Impacto del videojuego en la sociedad

En los últimos años, la industria de los videojuegos ha crecido de forma impresionante, hasta convertirse en una parte fundamental de la cultura popular actual (Perron, 2005). Este avance acelerado ha provocado opiniones divididas sobre su influencia en la sociedad. Por un lado, hay quienes señalan que ciertos videojuegos pueden reforzar comportamientos violentos; por otro, se subraya su valor educativo y su capacidad para apoyar el desarrollo de habilidades en niños y jóvenes.

Posibles efectos negativos

El investigador Félix Etxeberria (1998) analizó más de 260 estudios y observó que muchos videojuegos contienen narrativas con altos niveles de violencia explícita y representaciones

estereotipadas de género. Según sus hallazgos, estas dinámicas pueden llevar a los jugadores a interiorizar actitudes agresivas o desensibilizarse frente al sufrimiento ajeno. También alertó sobre los riesgos asociados al uso excesivo de videojuegos, como el sedentarismo, el aislamiento social y problemas de salud física y mental, que pueden ir desde trastornos del sueño hasta, en casos extremos, afectaciones cardiovasculares.

Aportes positivos

No obstante, el mismo autor reconoce que los videojuegos también tienen un lado positivo. De hecho, pueden ser útiles para estimular diversas habilidades cognitivas, como la resolución de problemas, la lógica, la atención visual y la coordinación ojo-mano. Juegos que implican rompecabezas, laberintos o desafíos que requieren reflejos rápidos pueden convertirse en herramientas valiosas para el aprendizaje y el desarrollo mental, siempre que su uso sea moderado y acompañado por una guía adecuada. Asimismo, Peter Rauch (2005) resalta los videojuegos que incluyen sistemas de elección moral —como ocurre en Fable— donde los jugadores enfrentan decisiones con consecuencias narrativas, simulando situaciones reales y fortaleciendo el pensamiento crítico, la responsabilidad y la toma de decisiones.

Inclusión y diversidad

Otra vertiente relevante es la representación social: mientras algunos títulos perpetúan estereotipos negativos, existen otros que incluyen narrativas inclusivas y visibilizan identidades diversas, promoviendo empatía y respeto hacia colectivos vulnerables, como personas con discapacidad o minorías étnicas.

Conclusión: un análisis equilibrado

La evidencia sugiere que los videojuegos no son intrínsecamente buenos ni malos, sino herramientas con efectos que dependen del contenido, la intención de uso y las condiciones sociales en que se emplean. Por tanto, la clave está en promover modos de uso responsable, que potencien el aprendizaje, la socialización y la creatividad, al tiempo que se minimicen los riesgos, mediante acompañamiento familiar, regulación de la edad y desarrollo de títulos con propósito educativo o terapéutico.

2.3 El videojuego como instrumento lúdico

En la actualidad, los videojuegos constituyen una de las formas más accesibles para que los individuos, especialmente los más jóvenes, entren en contacto con la cultura digital e informática. Lejos de ser meros instrumentos de entretenimiento, estos recursos han evolucionado como plataformas que integran elementos narrativos, tecnológicos y comunicativos que pueden aprovecharse con fines pedagógicos. A pesar de su popularidad entre las nuevas generaciones, los videojuegos siguen siendo objeto de crítica por parte de sectores educativos, quienes cuestionan sus contenidos —especialmente aquellos que reproducen estereotipos o incitan a la violencia— y muestran una escasa disposición a integrarlos como herramientas formativas en el aula (Etxeberria, 1998).

En la actualidad, las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) forman parte de la vida diaria, especialmente desde edades muy tempranas. Este contexto abre una valiosa oportunidad para los docentes, quienes pueden aprovechar el potencial de los videojuegos no solo para captar el interés del alumnado, sino también como una herramienta pedagógica que favorezca la comprensión de los contenidos escolares. A través del juego, se pueden fomentar habilidades clave como la toma de decisiones, la resolución de problemas, el trabajo colaborativo y la participación activa en el aprendizaje (Gros, 2000).

Más allá del simple entretenimiento, los videojuegos bien diseñados pueden ser aliados en la enseñanza de disciplinas tan variadas como matemáticas, idiomas, historia, ética o incluso el desarrollo de habilidades emocionales y sociales. Para lograrlo, es necesario romper con la visión tradicional que los considera una pérdida de tiempo y empezar a reconocerlos como un medio educativo legítimo. En un entorno cada vez más digital, integrar estos recursos en

el aula se vuelve no solo útil, sino también coherente con la forma en que las nuevas generaciones aprenden y se comunican.

“Los videojuegos resultan potentes estrategias metodológicas que favorecen el aprendizaje significativo y constructivo en un entorno lúdico y digital que La incorporación de videojuegos en contextos educativos y terapéuticos ha abierto nuevas vías para el desarrollo integral de habilidades cognitivas, emocionales y sociales. En particular, estos entornos digitales potencian la puesta en práctica de destrezas psicomotrices, así como la elaboración de estrategias complejas y la toma de decisiones en tiempo real. Además, favorecen la resolución de conflictos vinculados a aspectos psicosociales como la autoestima, la empatía o la cooperación, lo que demuestra su impacto más allá del plano lúdico (Area, 2012).

2.4 Las adicciones y su impacto en el sujeto

En el marco contextual de esta investigación ya se ha establecido la pertinencia de hablar sobre las adicciones y sobre cómo se abordan, lo cual nos permite dimensionar que pese a los tratamientos existentes para enfrentar una adicción todavía se puede concebir a este fenómeno como una de las problemáticas más graves en todo el orbe (Belsasso, 2002). Dicho lo cual, es menester para nuestro proyecto abordar en este apartado también a las adicciones y el impacto que pueden tener en el sujeto, puesto que entender mejor las variables que posee esta enfermedad permitirá construir una vía elocuente con la cual la comunicación para la salud pueda impregnar nuevas tecnologías para tratar a los pacientes de adicción.

Dicho lo cual, es menester señalar que en este apartado podremos encontrar términos que ya se han establecido y abordado de una manera más desarrollada en el marco contextual de esta investigación, puesto que para profundizar bien en determinadas variables es necesario contextualizar un poco, todo con la intencionalidad de exponer los elementos que hacen de

una adicción una problemática grave, al igual que es vital el entender por lo que atraviesa un adicto antes de adquirir una dependencia y cómo es que se llega a esa instancia.

Características de una adicción

“El consumo de cualquier sustancia es una enfermedad que rebasa los límites físicos, mentales, emocionales y económicos, que deteriora la personalidad, valores y estilo de vida de quien las consume también son sustancias que al consumirlas trastornan la salud y el comportamiento de las personas. Al mismo tiempo afectan la memoria, el pensamiento, el movimiento y las emociones, también alteran la conducta, el carácter, en suma, ponen en riesgo la salud física y mental; es decir, la vida. Crean dependencia física y mental, cuando el cuerpo se acostumbra a esas sustancias se siente la necesidad de consumirlas; la adicción es una enfermedad que requiere atención médica y psicológica.” (Belsasso 2002: 56-57)

Las adicciones generan impactos que van más allá del deterioro físico, afectando también la esfera moral del individuo. Una de las consecuencias más significativas es la pérdida progresiva del juicio ético, lo cual dificulta discernir entre lo correcto y lo incorrecto. Esta alteración en la toma de decisiones puede llevar a la persona a incurrir en actos delictivos con el fin de conseguir sustancias o los recursos necesarios para obtenerlas, lo que a menudo desencadena implicaciones legales y sociales graves.

De igual manera, causan un considerable daño social, primero en la familia porque alteran su convivencia, se convierten en carga emocional y social por no estudiar, no trabajar, requerir hospitalización y/o rehabilitación (Harrison, 2012).

2.5 Teoría de la acción razonada

Las actitudes influyen de manera importante en cómo percibimos lo que ocurre a nuestro alrededor y, muchas veces, también determinan la forma en que actuamos. Sin embargo, la conexión entre lo que pensamos y lo que hacemos no siempre es igual de fuerte; depende de

factores individuales y del contexto específico en el que nos encontremos. A lo largo del tiempo, distintas teorías han tratado de entender mejor esta relación.

Una de las más conocidas es la teoría de la acción razonada, que propone que nuestras decisiones son en gran medida racionales y conscientes. Según lo planteado por Fishbein y Ajzen (1975), cuando una persona actúa de forma voluntaria, lo hace luego de reflexionar sobre las posibles consecuencias de su comportamiento. Este proceso incluye juicios personales y expectativas que, en conjunto, guían la elección final. Aun así, esta perspectiva tiene sus límites, ya que no logra explicar bien las acciones que surgen de forma impulsiva o automática, sin que la persona tenga un control total sobre ellas.

“La teoría ha sido aplicada en estudios que intentan predecir y comprender el comportamiento en la planificación familiar, el alcoholismo, la pérdida de peso, el voto y otras. Además, se puede aprovechar en la investigación de comportamientos institucionales, con necesidades educativas especiales en un aula regular y a la calidad del servicio” (Ajzen & Fishbein, 1980).

La teoría de la acción razonada busca comprender y anticipar cómo actuamos las personas, partiendo de la idea de que nuestras decisiones suelen basarse en valoraciones conscientes. Desde este enfoque, se plantea que lo que realmente influye en nuestro comportamiento es la actitud que tenemos frente a una acción concreta. Es decir, nuestras intenciones de actuar están muy relacionadas con las creencias que compartimos socialmente y con la manera en que juzgamos si una conducta es apropiada o no en determinado contexto (Ajzen & Fishbein, 1980)

Este modelo teórico se distingue por excluir otros elementos explicativos, tales como rasgos de personalidad (por ejemplo, la extroversión o la necesidad de logro), así como factores sociodemográficos como la edad, el género, el estatus social o el rol que se desempeña dentro de un grupo, a pesar de que todos estos aspectos podrían influir en la manifestación del comportamiento (Montano & Kasprzyk, 2015). Así, el modelo se limita a estudiar aquellas acciones que son voluntarias y están sujetas a control racional por parte del individuo.

Tratamientos convencionales para combatir adicciones

Desde el ámbito educativo, se reconoce la necesidad de abordar las adicciones no solo como un problema de salud, sino también como una realidad que afecta el desarrollo integral del individuo. En el caso específico de las sustancias opioides, como la heroína, el fentanilo o los analgésicos recetados, se ha demostrado que el tratamiento más efectivo debe iniciar con el uso de medicamentos especializados, combinados con intervenciones psicológicas o terapias conductuales. Esto también se aplica a otras sustancias como el alcohol o la nicotina, para las cuales existen tratamientos médicos aprobados. En el caso de sustancias como los estimulantes o el cannabis, el tratamiento suele centrarse únicamente en estrategias de tipo conductual, ya que actualmente no existen medicamentos específicos para abordar estas adicciones. Sin embargo, la simple desintoxicación, es decir, eliminar la sustancia del cuerpo, no basta por sí sola. Es fundamental que este paso inicial se complementa con un acompañamiento terapéutico y educativo que ayude a la persona a reconstruir sus hábitos y a desarrollar herramientas para afrontar su vida cotidiana de una manera más saludable.

Cada proceso de recuperación debe adaptarse a la realidad particular de quien lo transita. No todas las personas enfrentan la adicción de la misma manera, por lo que es clave tener en cuenta factores personales como su historia de vida, su entorno social, su estado emocional y sus capacidades cognitivas. Estos elementos influyen directamente en cómo una persona enfrenta la abstinencia y en sus posibilidades de mantenerse en recuperación.

Durante esta etapa, no es raro que aparezcan síntomas como ansiedad, irritabilidad, insomnio o incluso cuadros depresivos. Por eso, el acompañamiento de profesionales es esencial. En algunos casos, se puede recurrir a medicación para aliviar los síntomas más intensos. Además, hoy en día existen herramientas tecnológicas como aplicaciones móviles o plataformas digitales que permiten dar seguimiento al proceso, brindando recordatorios, pautas motivacionales o acceso a redes de apoyo, lo que puede marcar una gran diferencia en la adherencia al tratamiento.

Desde una mirada educativa, prevenir una recaída no es solo cuestión de evitar el consumo: es formar a la persona en habilidades emocionales y sociales que le permitan identificar riesgos, gestionar emociones difíciles y tomar decisiones más saludables. Entender qué situaciones o estados de ánimo suelen activar el deseo de consumir (como el estrés, la tristeza o el contacto con determinados grupos) es parte fundamental de esta formación para sostener la recuperación en el tiempo. Por ello, programas educativos efectivos deben incluir el desarrollo de habilidades de autorregulación, pensamiento crítico, resolución de conflictos y toma de decisiones responsables. Estas competencias pueden enseñarse y fortalecerse a través de recursos didácticos, dinámicas grupales y metodologías activas orientadas a la prevención de adicciones (National Institute on Drug Abuse [NIDA], 2020).

2.6 Nuevas tecnologías y comunicación para la salud

A lo largo de la historia, se le ha dado un fuerte impulso a la tecnología, con la intencionalidad de hacer más cómodas determinadas actividades que el ser humano realiza cotidianamente; pero no fue sino hasta hace un par de décadas que la tecnología ofreció un avance sin precedentes, pues se empezó a impregnar en rubros que, hasta hace unos años, habría parecido imposible o meramente remoto.

“La tecnología es una rama del saber, constituida por el conjunto de conocimientos y de competencias necesarias en la utilización, mejora y creación de las técnicas; y una técnica, está compuesta por el conjunto de operaciones que deben ser efectivamente realizadas para la fabricación de un bien dado”. (Nezeys. 1985: 11-12)

Dicho lo cual, se puede dimensionar que la tecnología alberga una gran gama de aplicaciones y posibilidades, desde los microprocesadores hasta la preparación de alimentos. Pero lo que converge a esta investigación representa algo un poco más específico, puesto que el uso de la tecnología en la rama de la comunicación para la salud ha sido fundamental para que esta

última pudiese trascender las barreras de la teoría y permitiera poco a poco darle un enfoque pragmático.

Si bien es cierto que la comunicación para la salud empezó a considerarse y abordarse a principios de la década de los 90, fue en las primeras dos décadas del nuevo milenio que empezó a operar desde una gama de posibilidades aplicables, y eso sin duda es un gran mérito de la tecnología. En la misma esencia de la comunicación para la salud se alberga el gran sentido de la disciplina, externar, dar a conocer y concientizar en torno a la salud, utilizando las herramientas al alcance como canales de comunicación.

Pero la intervención de la tecnología no solo se queda ahí, pues más allá de servir como un canal de comunicación para motivar el bienestar con respecto a la salud de los individuos y grupos sociales, la tecnología ha logrado ser incluida en diversas actividades que promueven estrategias y mensajes de concientización o de terapia, como lo son los videojuegos o la realidad virtual (VR).

La esencia de esta investigación se alberga en este apartado, puesto que una vez definido y establecido qué son y representan los videojuegos (nuestro objeto de estudio) y las adicciones (nuestro problema de investigación), es menester explicar cómo se relacionan estos dos fenómenos, siendo a través de las nuevas tecnologías y la comunicación para la salud la base angular de esta unión de conceptos.

El cauce de utilizar a los videojuegos (nuevas tecnologías) como una herramienta para combatir adicciones (estrategia de comunicación para la salud) permitirá darle una nueva significación al juego de video y le dotará de una formalidad tal que pueda ser considerado una herramienta de comunicación para la salud, tal y como ya lo son las redes sociales por su capacidad de difusión. Aunado a esto, los campos que se verán beneficiados con la inclusión de los juegos de video son muy extensos, pues establecer que estos pueden funcionar como herramientas multidisciplinarias permitirá resignificar esta tecnología.

La intencionalidad de aplicar esfuerzos para que el juego de video pueda ser considerado una herramienta que beneficie al usuario en más de un sentido tiene múltiples ventajas, ya que desde un aspecto lúdico se le puede dar una nueva significación al videojuego, para eventualmente dejar de estigmatizarlo y que los desarrolladores y la industria misma

permitan que los videojuegos pasen a formar parte de las escuelas, clínicas de rehabilitación, incluso de los hospitales; este es un panorama en el cual podrían desarrollarse nuevas metodologías de abordaje ante las diversas problemáticas que el mundo sufre, mismas que la comunicación para la salud podría estructurar, explicar y promover.

Usos y funciones de la tecnología

Los rubros en los que interviene la tecnología son diversos y desde varios aspectos, puesto que inclusive en la cotidianidad gozamos de beneficios tecnológicos que son obra de la evolución de ciertos artefactos donde la tecnología ha intervenido y contribuido al perfeccionamiento de estos. Ejemplo de esto es la licuadora (que ha mejorado tanto e inclusive ahora contamos con el extractor), la aspiradora (que desplazó a la escoba), el horno de microondas en la cocina y así podríamos continuar sin parar.

La humanidad ha llegado a una instancia en la que se vive con la tecnología, aunque no tenga el entendimiento concreto de que ciertas prácticas la incluyan, sobre todo nuevas generaciones que han crecido con avances tecnológicos fascinantes y en plena era de la digitalización.

“la principal función de la tecnología es transformar el entorno humano, tanto natural como el social, para adaptarlo mejor a las necesidades y deseos humanos, tales como: las necesidades esenciales (alimentación, vestimenta, vivienda, protección personal, relación social, comprensión del mundo natural y social)”. (Rubio y Esparza, 2016: 42-43)

Teniendo claro lo anterior, se puede establecer que los usos y funciones que emanan de la tecnología están bien relacionados, ya que la funcionalidad de cierto aparato establece el uso que se le dé, siendo la intencionalidad con la que el usuario lo manipule lo que puede alterar este equilibrio entre uso y función.

Aún con lo anterior, queda claro que la tecnología pretende hacer más cómoda la vida del ser humano, así como ayudarlo a lidiar con diversas problemáticas que él mismo experimenta en su interactuar con el entorno; ejemplo de esto es el smartphone (teléfono inteligente), que otorga al usuario un navegador web, un teléfono, mensajería instantánea, calendario, calculadora y otras funciones todo en un solo dispositivo.

Sin embargo, los usos que la tecnología posee no solo se basan en sus funciones ni en su cauce original, sino que se ha trascendido la intencionalidad de determinados artefactos y se han aplicado a contextos muy concretos, como lo es el de la educación, la economía y por supuesto la salud, principalmente por la accesibilidad de dichos artefactos.

Importante es señalar que la actividad tecnológica influye en el progreso social y económico, pero su carácter abrumadoramente comercial hace que esté más orientada a satisfacer los deseos de los más prósperos que las necesidades esenciales de los más necesitados (Santander, 2006). Sin embargo, es una realidad que la tecnología ha sido aplicable a rubros más allá del ámbito comercial, gestionando su uso y función a un propósito mayor.

La tecnología siempre ha tenido el cauce de innovar y revolucionar la manera en que hacemos las cosas; y ha sido esta evolución la que ha permitido que este fenómeno tan complejo haya logrado impregnar a diversos campos sociales mucho más allá del entretenimiento o de la comodidad (un ejemplo son los juegos de video fungiendo como herramientas de concientización o de terapia).

Nuevas tecnologías, hipermediaciones y comunicación para la salud

La llegada de las nuevas tecnologías resultó ser un suceso trascendental para toda la humanidad, el mundo como se conocía cambió radicalmente en cuestión de un par de décadas, desarrollando una revolución tecnológica como nunca antes se ha visto, permitiendo a los individuos gozar de películas en casa con el DVD o de escuchar su música predilecta con el iPod, esto solo a principios de la década de los 2000.

No hubo un rubro sociocultural en el cual las nuevas tecnologías no contribuyeron algo, desde la comunicación con la consolidación del teléfono celular, el génesis del Smartphone hasta los juegos de video y su desarrollo gráfico con artefactos de capacidades técnicas jamás antes vistas. Y también en el plano académico se logró detectar una revolución con respecto a cómo abordar la realidad, surgiendo una nueva ola de apocalípticos contra integrados, de conservadores y liberales con respecto a las nuevas tecnologías y el uso que se les podía dar o no. (Scolari, 2008)

Uno de los campos que realmente ha modificado su esencia con la llegada de este fenómeno es el de la comunicación, puesto que la disciplina se ha dedicado a instruir a los

comunicólogos dotándolos del entendimiento de la realidad para la correcta praxis de sus diferentes campos de estudio; y fue durante el surgimiento de las hipermediaciones donde la comunicación se integraba al plano digital, mismo que llegaría para quedarse.

“Cuando hablamos de hipermediaciones no estamos simplemente haciendo referencia a una mayor cantidad de medios y sujetos sino a la trama de reenvíos, hibridaciones y contaminaciones que la tecnología digital, al reducir todas las textualidades a una masa de bits, permite articular dentro del ecosistema mediático”. (Martín-Barbero, 1987: 87)

Por ende, se consigue entender que las hipermediaciones son una base fundamental para la creación de las nuevas tecnologías y la aplicación de estas a nuevos escenarios mediáticos, así como a nuevos entornos y contextos donde la tecnología pueda intervenir y ponderar como herramienta para un fin determinado.

En el ámbito de la comunicación para la salud, las hipermediaciones también generaron un impacto sumamente relevante, puesto que el alcance de la información presente en la red de internet expandió como nunca se hubiese dimensionado la posibilidad de concientizar al usuario y de transmitir el discurso planteado, siempre desde la esencia de la disciplina.

Menester es señalar que en el rubro de la comunicación para la salud se han aprovechado los recursos tecnológicos con los que se cuentan para la difusión de esta, lo cual no quiere decir que esta disciplina se le haya dado el interés y relevancia adecuados, siendo de hecho su desarrollo algo meramente circunstancial. (Martín-Barbero, 1987)

De igual manera, las hipermediaciones albergan una significación muy importante para este proyecto, ya que son estas las que permiten una difusión sumamente relevante, siendo también las que pueden dotar a la investigación de herramientas para ejercer la metodología de la misma (como entrevistas hechas a través de plataformas digitales donde se pueda contactar con pacientes en situación de adicción). Igualmente, las hipermediaciones ofrecen la posibilidad de dar un seguimiento constante a los sujetos de estudio, a través de videollamadas para supervisar los avances que puedan tener con respecto a la implementación de los juegos de video a su cotidianidad.

Pertinencia de la comunicación para la salud

Como se ha mencionado durante este capítulo, la tecnología llegó para modificar muchos de los elementos con los que estábamos acostumbrados a vivir, perfeccionando y modificando algunos mientras que a otros se les sustituyó; pero con lo que respecta a la comunicación no cabe la menor duda de que las nuevas tecnologías y las hipermediaciones consiguieron revolucionar la manera en que nos comunicamos y de cómo se percibe la realidad, tanto en su esencia fáctica como en la abstracta.

Entre los muchos avances que la comunicación logró desarrollar gracias a lo anteriormente explicado, el rubro que corresponde a la comunicación para la salud creció de manera sorprendente, puesto que las estrategias de concientización o de desarrollo en determinados contextos lograron llegar a más personas, dándole alcance y presencia en esta, nuestra sociedad globalizada. Pero es muy interesante reflexionar si es que se han tenido resultados positivos en torno a esta revolución pragmática para ejercer comunicación. (Ratzan, 1994)

En muchos rubros se logró abstraer la atención de un gran número de sujetos, esto con respecto a los avances que las nuevas tecnologías brindaron; dichos avances que generaron un gran impacto en el colectivo se concentran principalmente en los artefactos que proporcionan entretenimiento y comodidad, como las consolas de videojuegos, los dispositivos móviles como celulares y tablets, clima en los hogares, televisores que se transformaron en pantallas planas, etc.

Sin embargo, los avances que han sido dirigidos a rubros que no albergan una función de entretener o volver más cómoda una actividad, no se les ha prestado la misma atención, ya que la tecnología no se ha concentrado en contribuir directamente con ciertas disciplinas que buscan erradicar determinadas problemáticas en el mundo, siendo las disciplinas mismas las que aprovechan lo que la tecnología ofrece para abordar las problemáticas mencionadas.

Lo anterior mencionado no determina que la tecnología se deslinde de contribuir a resolver los problemas del mundo, pero es una realidad que el enfoque de esta se concentra en perfeccionar los elementos necesarios para que el humano viva más cómodamente, pero también no se puede dejar de lado que en el mundo existen problemáticas que van más allá de encontrar un método más sencillo para hacer las actividades diarias o de entretenimiento, existe desigualdad, hambruna, crímenes de odio, desinformación y muchos más tópicos que

deben ser abordados, pero que a menudo se ignoran en el cauce de sentirnos cómodos y tranquilos.

Justamente por la existencia de las problemáticas mencionados es que la comunicación para la salud resulta sumamente pertinente, ya que es el diseño y la disseminación de mensajes y estrategias que se basan en la investigación del individuo, para promover la salud de los estos y sus comunidades (Ratzan, 1994). El hecho de que la tecnología se enfoque principalmente en la gestión de más comodidades y artefactos para ello no debe representar un riesgo o un condicionante para dejar de construir un contexto mejor, sino todo lo contrario, debe significar un momento de resiliencia para vencer estigmas y tabúes y enfocar todo el esfuerzo en abordar las problemáticas de nuestro entorno.

Habiendo dejado claro que la comunicación para la salud y las nuevas tecnologías pueden funcionar juntas en cauce de combatir las problemáticas que nuestra sociedad enfrenta (como las adicciones y sus consecuencias), es importante señalar que siempre se tienen que anteponer las garantías individuales de todo individuo, ya que uno de los rubros que la comunicación para la salud promueve es la concientización, misma que se ha demostrado que puede funcionar con las variables correctas, pero que llevando a cabo una metodología obsoleta o poco funcional puede fracasar rotundamente.

La labor que tienen los comunicólogos y todo el profesional que intervenga en una estrategia de comunicación para la salud es aspirar a concientizar sin tener que someter u obligar a otro individuo a cambiar si este no quiere hacerlo, pues se debe tener presente en todo momento que concientizar jamás será imponer (Núñez, 2014).

Lo que se debe buscar es una manera más ecuánime y congruente al plano contemporáneo para gestionar correctamente una estrategia de comunicación para la salud, y es la intención de esta investigación el que se tenga la claridad de que con el uso de las nuevas tecnologías (como los videojuegos actuales) puede contribuir mucho al cauce ya mencionado, abordando la estrategia a una problemática en particular (como lo son las adicciones).

Uso de nuevas tecnologías en comunicación para la salud

Como ya se ha establecido, las nuevas tecnologías han contribuido de maneras jamás antes concebidas a la comunicación para la salud, incluso si se ha hecho de manera indirecta; en

este apartado se expone brevemente cómo es que la tecnología ha impactado dos conceptos fundamentales para la comunicación para la salud, los cuales son la sanidad y la educación, que es menester señalar son dos de los rubros que albergan una significación muy importante en esta investigación.

La justificación de lo anterior se concentra en que la aplicación de una nueva tecnología como los videojuegos a una estrategia de comunicación a la salud (como lo puede ser un tratamiento para prevenir o combatir adicciones) depende de una adecuación ecuaníme que albergue medidas que garanticen el bienestar del usuario y por ende una preparación que se gestione desde la educación y hasta la capacitación.

Tecnología y sanidad

Uno de los rubros sociales que la tecnología ha abordado de manera muy enfatizada es el de la salud, ya que desde siempre se ha tenido una intrínseca necesidad de mantenernos a salvo y procurar nuestra integridad en todo sentido (García-Garces, 2014), los avances que la ciencia y la tecnología le han brindado a la salud y a sus diversas disciplinas son muchos, desde el perfeccionamiento de ciertos artefactos que sirven para atender a pacientes con determinada situación física hasta la implementación de nuevas tecnologías a terapias.

En los últimos años, la tecnología ha ido ganando un espacio cada vez más relevante dentro del ámbito de la salud, al punto de transformar muchas de las prácticas médicas tradicionales. Hoy en día, es común ver su aplicación en diversas etapas del proceso clínico, como el diagnóstico, la prevención, el tratamiento y el seguimiento de enfermedades. Gracias a esta integración, han surgido herramientas digitales que permiten una mayor precisión en los diagnósticos, reducen los tiempos de atención y apoyan al personal médico en la toma de decisiones informadas.

Entre las tecnologías más utilizadas se encuentran la inteligencia artificial, el análisis de datos en tiempo real, la telemedicina y los dispositivos portátiles para el monitoreo de signos vitales. Todas estas innovaciones han contribuido a que la atención médica sea más personalizada y enfocada en las necesidades particulares de cada paciente. Además, estas herramientas no solo han optimizado el funcionamiento de los sistemas sanitarios, sino que también han empoderado a las personas, al brindarles mayor acceso y control sobre su propia

salud. En este sentido, la tecnología se ha convertido en un apoyo fundamental para mejorar la calidad de vida y promover un cuidado más integral y humano.

Uno de los avances más interesantes que las nuevas tecnologías ha proporcionado al ejercicio de la salud es el de la realidad virtual (VR) simulando operaciones, un avance sumamente revolucionario que indudablemente permite una mejor capacitación para los estudiantes de medicina y para la simulación de cirugías, invitando al profesional a practicar y perfeccionar el ejercicio de sus habilidades.



Imagen 3: Trabajador de la salud utilizando VR.
Fuente: Revista virtual: Marketing e inmobiliario, 2017.



Imagen 4: Doctor en una cirugía simulada con VR.
Fuente: Smart-Care noticias, 2019.

Es evidente el avance que ha experimentado el campo de la salud con la intervención de la tecnología, sin embargo, está claro que todavía quedan sesgos donde es menester intervenir, como lo es el caso de ciertos rubros que competen al tratamiento contra determinadas problemáticas, como las adicciones. La implementación de la tecnología no es todavía una realidad cuando se trata de abordar a pacientes que sufren de adicciones, aunque si en algunos casos de rehabilitación (no en todos los países). (García-Garces, 2014)

Por lo tanto, es pertinente reflexionar con respecto a qué otras áreas de la salud pueden ser exploradas y abordadas con las nuevas tecnologías; siendo la epifanía y cauce de esta

investigación el plantear una propuesta con respecto a ello, la cual consiste en implementar nuevas tecnologías en estrategias de comunicación para la salud, en concreto usar a los juegos de video como herramienta para el combate de las adicciones.

Capítulo 3. La contribución del videojuego al combate de las adicciones en jóvenes de Puebla: Estudio de caso Pokémon GO

En esta parte de la investigación se delinea una propuesta de ventana metodológica que oriente este estudio, precisando de manera concisa los parámetros estructurales que otorgarán un sentido práctico y operativo al proyecto. Dicho apartado detalla los fundamentos teóricos y procedimentales que sustentan la investigación, exponiendo la forma en que se articulan los objetivos, las preguntas de estudio, la selección de técnicas de recolección y análisis de datos, así como los criterios de validez y ética académica. Cada uno de estos elementos se apoyará en la bibliografía ya revisada y en la perspectiva que ha ido perfilando el trabajo durante esta fase preliminar, asegurando coherencia entre el marco teórico, el diseño metodológico y los propósitos finales del estudio.

3.1 Metodología de la investigación

El presente estudio está centrado en comprender la influencia que ha tenido el juego Pokémon Go en jóvenes de 25 a 30 años con adicciones. Teniendo como base las teorías ya mencionadas, llevamos a cabo un proceso hermenéutico valorando las emociones y experiencias de los usuarios.

Dicho lo cual, planteamos una investigación con enfoque cualitativo utilizando para ello entrevistas aplicadas a los jugadores del juego. Los cuales deberán tener un mínimo de 50

horas totales jugadas, o ser nivel 15, el cual, según el desarrollador del juego Niantic, se considera un usuario regular en la aplicación.

3.2 Paradigma de la investigación

Debido a las dimensiones cualitativas que alberga esta investigación, el paradigma dominante en cada apartado y en el planteamiento pragmático que se pretende otorgar es interpretativo, pues, como ya se ha mencionado, el proyecto sustenta una perspectiva cualitativa, humanista, incluso fenomenológica. Esta investigación se realiza de manera Cualitativa, puesto que a lo largo del proyecto se pretende externar que los métodos convencionales para tratar determinadas problemáticas (como las adicciones) han demostrado ser ineficientes y en ocasiones inútiles; por lo que reinterpretar a estas problemáticas permitiría que su abordaje y estudio incluya nuevas herramientas y metodologías, demeritando al positivista y ortodoxo pensamiento de hacer todo desde una sola perspectiva o bajo estándares que pareciera son una imposición.

3.3 Técnicas utilizadas

Dada la naturaleza de este proyecto y su enfoque cualitativo, es conveniente hacer uso de grupos focales y de entrevistas a profundidad, ya que en el cauce de contribuir a la rama de comunicación para la salud sería de gran ayuda tener la noción ecuaníme de cada paciente que sufra alguna adicción, permitiendo explorar sus motivos, razones y ayudarle desde una postura humanista, donde claramente se vea el interés de transformar la información recolectada en conocimiento de utilidad (tanto para el entrevistado como para el investigador).

Basándose en lo expuesto en los apartados anteriores, este proyecto contará con una profundidad de investigación exploratoria, ya que durante todo el documento se ha planteado la realidad de una problemática que no está claramente definida en torno a su abordaje y tratamiento.

3.4 Diseño de herramienta para obtención de resultados

Durante el proceso de análisis cualitativo, se realizó una escucha atenta y repetida de las grabaciones, acompañada por una lectura cuidadosa y reflexiva de las transcripciones. Este ejercicio permitió reconocer la importancia de retomar los principios clave del análisis de contenido: exhaustividad, representatividad, homogeneidad y pertinencia. Estos criterios fueron fundamentales para asegurar la calidad interpretativa y la validez del trabajo realizado.

En términos prácticos, la exhaustividad se aplicó procurando no dejar fuera ningún fragmento significativo del discurso; la representatividad se garantiza seleccionando partes que reflejaran fielmente el universo discursivo explorado; la homogeneidad se mantuvo cuidando que los datos compartieran una coherencia temática; y la pertinencia se consideró asegurando que cada unidad de análisis estuviera directamente relacionada con los objetivos y preguntas que guiaron la investigación.

Como parte de este análisis en profundidad, surgió la necesidad de registrar de manera organizada aquellas ideas, conceptos y fragmentos que resultaban particularmente relevantes. Para ello, se destacaron directamente sobre las transcripciones y se vincularon con los ejes temáticos definidos previamente en la guía que orientó los encuentros. La conexión de estos fragmentos con los núcleos temáticos permitió avanzar hacia una fase más interpretativa del análisis, siempre a través del criterio inferencial. En esta etapa, decidimos recurrir al uso de un cuadro sinóptico como recurso organizativo que nos permitiera visualizar y contrastar las principales ideas emergentes.

La elaboración del cuadro sinóptico facilitó un ejercicio de validación cruzada: los fragmentos o recortes de texto seleccionados previamente se contrastaron con las categorías temáticas emergentes y los presupuestos teóricos definidos inicialmente. Esta metodología permitió identificar convergencias y divergencias en el discurso, revelando puntos clave de articulación entre los datos y el marco analítico. A su vez, propició un proceso de enriquecimiento interpretativo, ya que al sistematizar los datos en el cuadro se hizo evidente la posibilidad de establecer nuevas conexiones, hipótesis y categorías analíticas.

En la práctica investigativa, es común que durante el avance del análisis, el investigador, al estar guiado por una problemática teórica concreta, necesite adaptar o incluso crear nuevos instrumentos metodológicos. Este enfoque dinámico hace posible que el marco teórico no permanezca estático, sino que se transforme progresivamente al incorporar nuevas categorías surgidas directamente del análisis del material empírico. En otras palabras, el análisis cualitativo va más allá de confirmar hipótesis previas; se convierte en una herramienta para descubrir nuevas perspectivas que enriquecen nuestra comprensión del fenómeno en estudio.

Dado que esta fase del análisis aún está en desarrollo, comenzaron a plantearse una serie de preguntas clave que han guiado las primeras aproximaciones interpretativas al discurso recogido. Entre las principales inquietudes que surgieron se encuentran: ¿Qué mensaje busca transmitir realmente este grupo?, ¿De qué manera se estructura su discurso?, ¿Qué elementos quedan ocultos o se presentan de forma implícita?, ¿Qué conexiones se pueden establecer entre frases, palabras y secuencias discursivas?, ¿Qué dicen en relación con los temas centrales?, ¿Dónde se ha abordado esta idea anteriormente?, ¿Qué tipo de diálogo se generó en contextos similares?, y ¿Cómo podría nombrarse o categorizarse esta forma particular de interlocución?

Estas preguntas no solo orientan la interpretación, sino que también impulsaron la creación de una herramienta adicional: un cuadro de fuentes diseñado para profundizar el análisis. Este recurso permitirá clasificar con mayor claridad las palabras clave, las ideas que se repiten, las estructuras discursivas predominantes y los hallazgos específicos. De este modo, se busca consolidar un sistema riguroso de interpretación que dé cuenta del contenido empírico, permitiendo establecer relaciones significativas con las categorías teóricas y con los objetivos investigativos propuestos.

Cuadro 2: Cuadro de fuente, palabras claves e ideas de apoyo.

ESTUDIO (INTERNACIONAL, NACIONAL, ESTATAL Y LOCAL)	INSTITUCIÓN - ORGANISMO / AÑO	INSTRUMENTO (EXPLICACIÓN DEL TRABAJO DE CAMPO: ENCUESTA, ENTREVISTA, FOCUS GROUP, OBSERVACIÓN)	HALLAZGO (RESULTADOS)	PROPUESTA (ESTUDIO)
<i>Internacional</i>	Universidad de Costa Rica (2012)	Una revisión de la literatura en bases de datos pertinentes y se han seleccionado investigaciones experimentales y meta analíticas de las cuales se extrajo información acerca de los efectos positivos y negativos de los videojuegos en niños y adolescentes.	El juego, tanto en su forma tradicional como a través de plataformas digitales, continuará desempeñando un papel fundamental durante las diferentes etapas del desarrollo infantil y adolescente.	Debido a ello, es indispensable que se regule tanto la cantidad de tiempo dedicado a estos juegos como el tipo de contenido al que los menores están expuestos, ya que este puede influir positiva o negativamente en su desarrollo emocional, cognitivo y social.
El Juego Tradicional y sus aportaciones				
<i>Internacional</i>	UNIVERSITAT DE LES ILLES BALEARS (2014)	Diversas investigaciones han explorado los posibles efectos de los videojuegos en la salud mental y el comportamiento de los jóvenes. No obstante, los resultados no siempre son concluyentes y, en muchos casos, presentan hallazgos contradictorios. Por esta razón, se considera fundamental seguir avanzando en el estudio del tema mediante investigaciones con un diseño metodológico riguroso y un enfoque interdisciplinario que	A pesar de las preocupaciones en torno a los posibles efectos nocivos de ciertos videojuegos, también se ha demostrado que aquellos que implican actividad física pueden ofrecer beneficios, sobre todo si se comparan con juegos pasivos o con actividades completamente sedentarias. Los videojuegos activos, en este sentido, contribuyen a mejorar aspectos motrices y reducir el sedentarismo, lo cual representa una ventaja significativa en términos de salud integral durante la infancia y adolescencia (Universitat de les Illes Balears, 2014).	Se concluye que hay muchos puntos de vista tanto en desacuerdo como a favor del beneficio de ciertos videojuegos, por lo tanto se propone realizar nuevos estudios ya que las tecnologías de información no son las mismas de hace 10 años.
Videojuegos, Nativos Digitales y Salud Mental: más allá de la ficción.				

		permita obtener resultados más precisos y generalizables (Universitat de les Illes Balears, 2014).		
--	--	---	--	--

Fuente: Balears University, 2014.

3.5 Periodo de recolección de datos

Debido al tiempo con el que se cuenta para realizar esta investigación, se hará un estudio **transversal** en el cual se analizarán los datos recolectados en las entrevistas y grupos focales, siendo de un conjunto muy específico y concreto de sujetos en la muestra.

En el cauce de perseguir un objetivo general y objetivos específicos que culminen en el desarrollo de nuestro planteamiento y aceptación de nuestra perspectiva, la investigación contará con tipo de estudio **retrospectivo**, en el cual se determine que el abordaje de las adicciones es ineficiente e inadecuado, según la información recolectada en este documento.

3.6 Tipo de caso en la investigación

Debido a que las variables utilizadas en esta investigación no serán alteradas por el investigador, la índole de investigación que se presenta sería una de corte **no experimental**, pues se pretende establecer a las variables dentro de un contexto determinado y analizarlas para su posterior crítica y fundamentación; todo en el cauce de modificar la praxis en torno a los tratamientos contra las adicciones y sobre todo en las herramientas para ello.

Conclusiones

A lo largo del desarrollo de este trabajo, se propuso analizar el fenómeno del videojuego Pokémon Go desde una perspectiva crítica y reflexiva, centrándose esto especialmente en su influencia sobre la juventud en el escenario contemporáneo. Dándole un sentido exploratorio y teórico a mi investigación, los resultados no pretenden ser concluyentes, sino ofrecer una base conceptual que pueda orientar futuras investigaciones con enfoques más amplios e interdisciplinarios.

En el primer capítulo, el interés estuvo en rastrear cómo surgieron y evolucionaron los videojuegos como expresión cultural, poniendo especial énfasis en la trayectoria de la franquicia Pokémon. Este análisis permitió entender cómo un producto nacido en Japón como entretenimiento infantil logró consolidarse como un fenómeno global con múltiples

implicancias sociales. A pesar de las limitaciones encontradas en la bibliografía específica, la disponible fue suficiente para construir un relato contextual que explica de forma coherente dicha expansión cultural.

En el segundo capítulo, el foco se amplió hacia otros videojuegos que también han influido en la manera en que los jóvenes construyen hábitos, valores y patrones de comportamiento. Se observó que los desarrollos tecnológicos más recientes, como la realidad aumentada y la realidad virtual, han reconfigurado el papel del videojuego, integrándose de forma más activa en la vida cotidiana. De este modo, su impacto trasciende más allá del mero entretenimiento e incide en campos como la educación, la salud emocional, la socialización y, en algunos casos, en la aparición de elementos de apoyo en contra de conductas adictivas.

Uno de los factores que se consideran clave para contextualizar este fenómeno fue la pandemia de COVID-19. Este suceso global ocasionó la aceleración de los procesos de digitalización y modificó significativamente nuestras dinámicas diarias. En ese marco, títulos como Pokémon Go adquirieron un nuevo sentido, al combinar el uso de la tecnología con el movimiento físico. No obstante, también surgieron nuevos riesgos relacionados con el aislamiento social y el incremento de la dependencia digital.

Entre los aportes más significativos de este estudio, se destacó la posibilidad de pensar los videojuegos desde una mirada alternativa: no únicamente como formas de ocio, sino también como posibles herramientas de acompañamiento en procesos terapéuticos o educativos. Se considera que Pokémon Go podría tener aplicaciones en contextos de tratamiento para jóvenes que atraviesan situaciones de adicción, ya sea a sustancias o a conductas problemáticas. Desde una formación en Ciencias de la Comunicación, es importante resaltar esta posibilidad e invitar a profesionales de otros ámbitos (como la salud, la educación y la intervención social) a explorar este campo desde una óptica crítica y responsable.

Lejos de plantear soluciones definitivas, esta tesis pretende abrir interrogantes y generar nuevas líneas de reflexión. Se cree firmemente en la necesidad de repensar el papel de los videojuegos en la sociedad contemporánea, valorando su potencial como agentes de transformación positiva, tanto en lo educativo como en lo terapéutico y social. se desea que este trabajo funcione como un punto de partida para investigaciones futuras, con un alcance más profundo y una mirada interdisciplinaria.

En síntesis, los videojuegos (habitualmente percibidos como simples formas de entretenimiento) poseen un potencial considerable cuando se integran con objetivos terapéuticos. Esta posibilidad radica en su capacidad para captar la atención del usuario, lo que puede ser aprovechado para canalizar conductas compulsivas hacia dinámicas estructuradas y guiadas. Además, muchos juegos promueven habilidades como la planificación, la toma de decisiones, la autorregulación emocional y la resolución de problemas, justamente áreas que suelen verse afectadas en personas con problemas de adicción.

Desde un enfoque clínico, los videojuegos pueden ofrecer espacios seguros en los que los usuarios puedan experimentar emociones, recibir retroalimentación inmediata y tomar decisiones que fortalezcan su proceso de recuperación emocional. Las mecánicas de recompensa y superación presentes en muchos juegos pueden servir como motivación para que los pacientes establezcan metas, aumenten su autoestima y desarrollen una mayor tolerancia a la frustración.

En algunos entornos terapéuticos, ya se están implementando videojuegos como parte de intervenciones orientadas a tratar adicciones no químicas, como el juego patológico o el uso excesivo de internet. Sin embargo, esta herramienta también se podría adaptar a tratamientos dirigidos a personas con adicciones a sustancias, ayudando a mitigar síntomas de abstinencia, reducir niveles de ansiedad y reforzar el compromiso con la terapia. En conclusión, cuando son seleccionados y utilizados con criterios terapéuticos adecuados, los videojuegos pueden

convertirse en aliados innovadores y accesibles dentro de los procesos de rehabilitación, articulando el mundo digital cotidiano con enfoques clínicos contemporáneos.

PROPUESTA



BIBLIOGRAFÍA

Adicciones. (2019). Secretaría de salud gobierno de puebla. <http://ss.puebla.gob.mx/prevencion/adicciones>

Ajzen, I., & Fishbein, M. (1980). Understanding attitudes and predicting social behavior. Prentice-Hall.

Althoff, T., White, R. W., & Horvitz, E. (2016). Influence of Pokémon Go on physical activity: Study and implications. *Journal of Medical Internet Research*, 18(12).

Álvarez, F. (2013). Uso de videojuegos educativos, caso de estudio: México. *Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo*, vol. 10.

Area, M. (2012). Los medios y las tecnologías en la educación. Madrid: Pirámide.

Bajo Dasca, F. (2016, 12 de julio). ¿Qué puede enseñarnos Pokémon Go sobre las oportunidades de la geolocalización? KPMG Tendencias. <https://www.tendencias.kpmg.es/2016/07/que-puede-ensenarnos-pokemon-go-sobre-las-oportunidades-de-la-geolocalizacion>

Baranowski, T., Abdelsamad, D., Baranowski, J., O'Connor, T. M., Thompson, D., Barnett, A., & Chen, T. (2012). Impact of an active video game on healthy children's physical activity. *Pediatrics*, 129, 636–642. doi:10.1542/peds.2011- 2050

Barboza, C. (2020, Agosto 28). *La industria de los videojuegos en México sube de nivel cada año*. Businessinsider.mx. <https://businessinsider.mx/industria-de-los-videojuegos-en-mexico/>

Bauman, Z (2019): Vida de consumo. México: Fondo de cultura económica.

Beck, A., Wright, F., Newman, C., Liese, B. (1999): "Terapia Cognitiva de las Drogodependencias". Ed. Paidós. Barcelona, Bs. As. México.

Becoña, E. (2016). La adicción "NO" es una enfermedad cerebral. *Papeles del psicólogo*, 37(2), 118-125. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=77846055004>

Becoña, E. (2016). Bases científicas de la prevención de las drogodependencias. Plan Nacional sobre Drogas, Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. <https://www.pnsd.mscbs.gob.es/>

Belli, S., López, C. (2008). Breve historia de los videojuegos. *Athenea Digital*. Revista de Pensamiento e Investigación Social. 14, 159179.

Belsasso, G., Estañol, V., Juárez, J. (2002). Nuevas estrategias farmacológicas en el tratamiento de las adicciones. *Rev Neurol Neurocir Psiquiat*.

Belli, S. (2008). Clasificación de videojuegos según su funcionalidad y contexto de uso. *Revista de Pensamiento e Investigación Social*, (10), 45–60.

Bernstein, C. (1989). *Play it Again, Pac-Man: The Fate of Game Art*. Ensayo inédito.

Bladinières, É. (2012, 1 de octubre). La industria de los videojuegos en América Latina. *Newsweek en Español*. Retrieved from <https://newsweekespanol.com/2012/10/01/la-industria-de-los-videojuegos-en-america-latina>

Blinder, P. (1980). *Educación para la salud y consumo de sustancias*. México: Instituto Nacional de Psiquiatría.

Burguillo, J. C. (2010). Using game-theory and competition-based learning to stimulate student motivation and performance. *Computers & Education*, 55(2), 566–575. <http://dx.doi.org/10.1016/j.compedu.2010.02.018>

Carrillo Trabalón, F. L. (2017). Efectos biopsicosociales del fenómeno “Pokémon GO” en una muestra de jóvenes españoles [Trabajo de Fin de Máster, Universidad de Almería]. Repositorio Institucional de la Universidad de Almería. <https://repositorio.ual.es/handle/10835/6658>

Castells, M. (2005). *La Era de la Información*. Alianza Editorial.

Castro, R. (2016). Adicciones: una perspectiva psicológica. *Revista de Psicología y Ciencias del Comportamiento*, 18(2), 45–58.

Causas de las adicciones psicológicas o emocionales. (2021). Clínica de humanidad limpia. <https://clinicahumanidadlimpia.com.mx/causas-de-las-adicciones-psicologicas-o-emocionales/>

Centro de rehabilitación para la desintoxicación y tratamiento de drogadicción y alcoholismo. (2014). Servicio especializado en rehabilitación. <https://clinicaser.com/clinica-ser-gui-ingreso.html>

Centros de Integración Juvenil, A.C. (2018). *Diagnóstico del consumo de drogas del área de influencia del CIJ Puebla*. <http://www.cij.gob.mx/ebco2018-2024/9030/9030CD.html#:~:text=La%20prevalencia%20del%20consumo%20de,7.5%25%20en%20hombres%20y%204.3%25>

Centros de Integración Juvenil. (2019). Dirección de Investigación y Enseñanza, Subdirección de Investigación, Sistema de Información Epidemiológica del Consumo de Drogas. Puebla, México.

Chaves- Montero, A., Gabelas, J., Rodríguez-Vicente, D., Méndez, A., Aguaded, I., Morales-Corral, E., Rodas, L., Guede, R., Tolmos, P., Cid, A., Puebla, B. & Calatayud, M. (2018). Aprendizaje lúdico: Los videojuegos. *Egregius*, 1(1), 10-16. http://rabida.uhu.es/dspace/bitstream/handle/10272/14808/Evaluacion_y_diseno.pdf?sequence=2

Chávez, A. (2017). ¿Qué es el test psicoanalítico? Teoría psicoanalítica. *Psicología Online*, 1(1). <https://psicologiaonline.com.mx/blog/que-es-el-test-psicoanalitico/>

Chávez, A., Peñalba, S., Rodas, L. (2018). Aprendizaje Lúdico: Los Videojuegos. Ediciones Egregius.

Cita, C., & C.C. (2021, 1 marzo). *Tratamiento de las adicciones: ¿en qué consiste?* Psicología y Mente. <https://psicologiaymente.com/drogas/tratamiento-adicciones-en-que-consiste>

Clínica psicoanalítica infantil. (1980). Ediciones Hormé, 1980. Edición original: Londres, 1971.

Clínicas de Rehabilitación y Medicina Física en Puebla | Doctoralia. (S. f.). Doctoralia. Recuperado 22 de febrero de 2021, de <https://www.doctoralia.com.mx/clinicas/rehabilitacion-y-medicina-fisica/puebla>

Clínica SER®. (2019). ¿En qué casos se justifica el ingreso involuntario a tratamiento de adicciones? Secretaría de Salud del Estado de Puebla.

Comisión Nacional contra las Adicciones (CONADIC), Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz, & Secretaría de Salud. (2017). Encuesta Nacional de Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco 2016–2017 (ENCODAT): Reporte de resultados nacionales. https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/204649/ENCODAT_2016_2017_SUMARIO_EJECUTIVO.pdf

Consejo Nacional contra las Adicciones. (2008). Prevención de las adicciones y promoción de conductas saludables. Guía para el promotor de "Nueva Vida" Capítulo 1. México. http://www.conadic.salud.gob.mx/pdfs/nueva_vida/prevad_cap1.pdf

Contreras, R. (2013). Acercamiento a las características de los videojuegos y sus beneficios en el aprendizaje. Universidad de Vic, España.

Daly, M. (2024, junio 24). *Video game and VR therapies for ADHD*. WebMD. <https://www.webmd.com/add-adhd/news/20240624/video-game-vr-therapies-adhd>

Definición de Adicción a Sustancias o Drogas. (2018). Gob.Mx. <http://www.imss.gob.mx/salud-en-linea/adicciones>

Desarrollos Postfreudianos. (1997). Escuelas y Autores. Editorial de Belgrano. Buenos Aires.

Diagnóstico sobre la Situación de los Derechos Humanos de las Mujeres en los Centros de Rehabilitación del Estado. (S. f.). Diagnóstico sobre la Situación de los Derechos Humanos. Recuperado 22 de febrero de 2021, de <http://cedoc.inmujeres.gob.mx/ftpg/BC/bc05.pdf>

En LE DIBERDER, A.; LE DIBERDER, F. (1993). Qui a peur des jeux vid'eo? Paris: La D'ecouverte. Traducida por Universidad de Santiago de Chile.

Encuesta Nacional de Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco. (2019). Gobierno de Puebla. Secretaria de Salud. http://ss.puebla.gob.mx/images/areas/informate/MONITOR_2019_DROGAS-2.pdf

ENSANUT. (2018-19). Secretaría de Salud, Instituto Nacional de Estadística y Geografía, Instituto Nacional de Salud Pública. México. Recuperado de: https://ensanut.insp.mx/encuestas/ensanut2018/doctos/informes/ensanut_2018_presentacion_resultados.pdf

Equipo de expertos. Universidad Internacional de Valencia. (2020). *La psicología humanista, teoría y principios terapéuticos*. Universidad Internacional de Valencia. <https://www.universidadviu.com/es/actualidad/nuestros-expertos/la-psicologia-humanista-teoria-y-principios-terapeuticos#:~:text=Para%20la%20Psicología%20Humanista%20el%20hombre%20es%20libre,,se%20desarrolla%20gracias%20a%20su%20afán%20de%20realización>

Etxeberria, F. (1998). Videojuegos y educación. *Comunicar*, 5(10), 171–180. <https://doi.org/10.3916/25183>

Fauci, A.S., Braunwald, E., Kasper, D.L., Hauser, S. L., Longo, D. L., Jameson, J. L. y Loscalzo, J. Eds. (2012). *Harrison Principios de Medicina Interna* (18 Edición). México D.F.: McGraw-Hill Interamericana.

Fernández-Aranda, F., Jiménez-Murcia, S., Santamaría, J.J., Giner-Bartolomé, C., Mestre-Bach, G., Granero, R., et al. (2015). The use of Videogames as complementary therapeutic tool for cognitive behavioral therapy in bulimia nervosa patients. *Cyberpsychol. Behav. Soc. Netw.*

Ferreira dos Santos, S. (2018). Psicoanálisis ayer y hoy. <https://www.elpsicoanalisis.org.ar/nota/psicoanalisis-y-videojuegos-final-del-juego-silvina-ferreira-dos-santos/>

Fischer, Peter *et al.* (2010). Media violence and the self: The impact of personalized_gaming characters in aggressive video games on aggressive behaviour. *Journal of Experimental Social Psychology*. Vol. 46, núm. 1.

Fishbein, M., & Ajzen, I. (1975). *Belief, attitude, intention, and behavior: An introduction to theory and research*. Addison-Wesley.

Frasca, G. (2001). *Videogames of the Oppressed: Videogames as a Means for Critical Thinking and Debate*. Georgia: Institute of Technology.

García, G., García, O. & Secades, R. (2011). Neuropsicología y adicción a las drogas. *Papeles del psicólogo*, 32(2), 159-165. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=77818544005>

García, G., García, O., & Secades, R. (2011). Factores neuropsicológicos implicados en la conducta adictiva. *Psicothema*, 23(2), 148–153.

García-Garces, H., Navarro, L., López-Pérez, M. & Rodríguez-Elizondo, M. (2014). Tecnologías de la Información y la Comunicación en salud y educación médica. *Edumecentro*, 6(1), 12-26. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742014000100018

Gendler, M. A. (2016). Pokémon GO: realidad aumentada, nostalgia, novedad y control. *IX Jornadas de Sociología de la Universidad Nacional de La Plata (Ensenada, 2016)*.

Geografía, E. D. N. I. Y. (s. f.). *Población*. INEGI. Recuperado 19 de marzo de 2021, de https://www.inegi.org.mx/temas/estructura/#Informacion_general

Gobierno de Puebla (2021). *SMDIF REFUERZA APOYO PARA EVITAR CONSUMO DE DROGAS EN PANDEMIA*. Puebla: Ayuntamiento de Puebla. <https://www.pueblacapital.gob.mx/noticias/comunicados-de-prensa/item/14731-smdif-refuerza-apoyo-para-evitar-consumo-de-drogas-en-pandemia>

González, D. (2020). *Equipos en Pokémon Go: ¿Cuál es mejor o cuál elegir?* Vandal. <https://vandal.elespanol.com/guias/guia-pokemon-go/equipos>

González R. *Investigación cualitativa y subjetividad. Los procesos de construcción de la información*, McGraw Hill, (2007), pp. 1-20

González, S. (2019). Por qué juegan a Pokémon GO millones de personas tres años después de su lanzamiento. El País. https://elpais.com/tecnologia/2019/09/19/actualidad/1568906241_530163.html

Gros, B. (2017). *Diseño y análisis de videojuegos para la educación y la formación*. Barcelona: Editorial UOC.

Gros, B. (2000). *El videojuego como recurso didáctico: un enfoque psicopedagógico*. Barcelona: Ediciones Octaedro.

Hansford, B. (2020). Informe Mundial sobre las Drogas 2020 de la UNODC: el consumo global aumenta a pesar de que el COVID-19 tiene un impacto de gran alcance en los mercados mundiales de drogas. Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito.

HIGUINEN, E.; TESSON, C. (2003). “Éditorial: cinéphiles et ludophiles”. *Cahiers du Cinema*, nº 5. Traducida por Universidad de Cali.

Ibarrola, D. S. (2017). ¡Atrapalos ya!: Prácticas y relaciones sociales en torno a Pokémon GO. *Lúdicamente*, 6(11). Recuperado de https://www.academia.edu/32798588/Atrapalos_ya_Pr%C3%A1cticas_y_relaciones_sociales_en_torno_a_Pok%C3%A9mon_Go

IDPC. (2021). América Latina: Situación en materia de drogas. International Drug Policy Consortium. Recuperado de: <https://idpc.net/es/incidencia-politica/trabajo-regional/america-latina>

Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz, INSP, & CONADIC. (2017). Encuesta Nacional de Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco 2016-2017 (ENCODAT). Secretaría de Salud. https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/204649/ENCODAT_2016_2017_SUMARIO_EJECUTIVO.pdf

Juul, J. (2001). Games telling stories? - A brief note on games and narratives. *Game Studies*, Vol. 1 Issue 1, July 2001. En <http://www.gamestudies.org/0101/juul-gts/>

Kempf, K., & Martin, S. (2013). Autonomous exercise game use improves metabolic control and quality of life in type 2 diabetes patients - a randomized controlled trial. *BMC: Endocrine Disorders*, 9, 80–91..

Kent, S. L. (2001). *The ultimate history of video games: From Pong to Pokémon and beyond*. Three Rivers Press.

Kitzinger J. *Qualitative Research: introducing focus group*. *BMJ*, 311 (1995), pp. 299-302

Krueger, R. A., & Casey, M. A. (2015). *Focus groups: A practical guide for applied research* (5th ed.). SAGE Publications.

Krzywinska, T. (2015). Gaming horror's horror: representation, regulation, and affect in survival horror Videogames. *J. Vis. Cult.*

Le Diberder, A., & Le Diberder, F. (1993). *Qui a peur des jeux vidéo?* Paris: Éditions La Découverte.

Liedtke, M. (2016, 4 de octubre). How 'Pokémon Go' went from prank to phenomenon. The Associated Press

Llorens, R., Noé, E., Ferri, J., and Alcañiz, M. (2015). Videogame-based group therapy to improve self-awareness and social skills after traumatic brain injury. *J. Neuroengineering Rehabil.*

López-Acosta, C. (2011). La decisión de consultar en el tratamiento de las adicciones. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 43(1), 103–115.

López, E. M. (2021). Videojuegos para combatir enfermedades y educar en salud. *El Correo*. <https://www.elcorreo.com/vivir/tecnologia/videojuegos-combatir-enfermedades-20210409162024-ntrc.html>

López, S. (2018). Exergames: actividad física y salud en niños y adolescentes. *Revista de Educación Física*, 36(1), 22–32.

López, S. (2018). Nuevas metodologías educativas para combatir la inactividad física. La tecnología al servicio de la educación. *INDAF, Revista de Psicología*, 2(1), 2-5. <https://www.redalyc.org/jatsRepo/3498/349856003005/349856003005.pdf>

López-Acosta, C. (2011) Las características de la situación mental en el consumo adictivo de sustancias y la motivación para entrar a un tratamiento de adicciones. *Revista de Psicología (Santiago)*, 20(2), 53–76. <https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=fap&AN=82565106&lang=es&site=eds-live>.

Machorro, S. M. Y. (2010). *Las adicciones en México: una visión terapéutica de sus mitos y metas*. Las adicciones en México: una visión terapéutica de sus mitos y metas. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0026-17422014000200015

Martín-Barbero, J. (1987). *De los medios a las mediaciones: Comunicación, cultura y hegemonía*. Editorial Anthropos

Martínez-Hernández, J. A. (2019). Exergames y salud: de la consola a la práctica física supervisada. *Revista Iberoamericana de Actividad Física y Salud*, 8(2), 45-57.

Matus, M., Calva, J., Flores-Zamora, A., Leff, P & Palma, B. (2012). Las adicciones: Hallazgos genómicos. *Salud mental*, 35(2), 129-135. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=58223312006>

Messeguer, E. (2017). Hábitos de vida saludables en video-jugadores. *Trabajo final de grado*. <https://repositori.upf.edu/handle/10230/32785>

Meza, K. (2019). Informe Anual sobre Consumo de Sustancias en Puebla Capital. Centros de Integración Juvenil, A.C.

Mitjana, L. R., & Ruiz-Mitjana, L. (2021). La teoría de la acción razonada: ¿cómo podemos predecir una conducta? *Psicología y Mente*. <https://psicologiyamente.com/psicologia/teoria-de-accion-razonada>

Montano, D. E., & Kasprzyk, D. (2015). Theory of reasoned action, theory of planned behavior, and the integrated behavioral model. En K. Glanz, B. K. Rimer, & K. Viswanath (Eds.), *Health behavior: Theory, research, and practice* (5.ª ed., pp. 95–124). Jossey-Bass

Morgan, D. L. (1998). *Planning focus groups*. SAGE Publications

Neumann J., Morgenstern, O. (1953). *Theory of Games and Economic Behavior*. Princeton: Princeton University Pres.

Nezeys, B. (1985). *Comercio Internacional*. Editorial Cervantes.

Niantic. (2023). *Informe de crecimiento y participación de jugadores en Pokémon GO: México*. Niantic Inc.

Número de habitantes. Puebla. (2015). Org.Mx. Recuperado en Febrero 28, 2021, <http://cuentame.inegi.org.mx/monografias/informacion/pue/poblacion/default.aspx?tema=me&e=21>

Núñez, D. (2014). Concientizar no es imponer. *FORO ALFA*, 4(7). 1-11. <https://foroalfa.org/articulos/concientizar-no-es-imponer>

O.N.U. (2003). *Abuso de drogas: tratamiento y rehabilitación*. NACIONES UNIDAS. https://www.unodc.org/docs/treatment/Guide_S.pdf

Organización Mundial de la Salud. (2013) Informe OMS Sobre la epidemia mundial de tabaquismo, 2013. Hacer cumplir las prohibiciones sobre publicidad, promoción y patrocinio del tabaco. Ginebra, Suiza.: Servicio de Producción de Documentos de la OMS.

Organización Mundial de la Salud (OMS). (s.f.). Psychoactive drugs. Recuperado de <https://www.who.int/health-topics/drugs-psychoactive> 

Pérez Tornero, J. M., & Varis, T. (2010). Media Literacy and New Humanism. UNESCO Institute for Information Technologies in Education. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000186674>

- Perron, B. (2005). *The Video Game Theory Reader*. New York, NY: Routledge
- Peña, M. (2010). Cinco factores clave que predisponen a las adicciones. *Salud180*. <https://www.salud180.com/jovenes/cinco-factores-clave-que-predisponen-las-adicciones>
- Peña-Rodríguez, F. & Otálora, N. (2017). Educación y tecnología, problemas y relaciones. *Pedagogía y saberes*, 48(6), 59-70. <http://www.scielo.org.co/pdf/pys/n48/0121-2494-pys-48-00059.pdf>
- Piedras, A. (2024, 2 de septiembre). #DíadelGamer 2024: Evolución del Gaming Móvil. The Competitive Intelligence Unit. <https://www.theciu.com/publicaciones-2/2024/9/2/dadelgamer-2024-evolucion-del-gaming-mvil>
- Práctico, S. E. (2020, 7 julio). *Países de América Latina por población (2020)*. Saber es práctico. <https://www.saberespractico.com/demografia/poblacion-paises-latinoamerica-2020/>
- Rafferty, S. (2022, julio 22). For kids in the hospital, video games are part of recovery. *Wired*. <https://www.wired.com/story/video-games-hospital-recovery/>
- Ratzan, D., Stearns, S., Payne, G., Amato, P., Liebergott, J. & Madoff, M. (1994). *Health communication: challenges for the 21st century*. *Am Behav*.
- Rauch, P. (2005). *Fable and other moral tales: A study in game ethics* (Tesis de maestría). MIT Media Lab.
- Raventós, C. L. (2016). El videojuego como herramienta educativa. Posibilidades y problemáticas acerca de los serious games. Universidad de Guadalajara. <http://udgvirtual.udg.mx/apertura/index.php/apertura/article/view/825/539>
- Redacción Central. (2021). *Puebla está en proceso de colapso urbano por crecimiento poblacional*. Central periodismo irreverente. <https://www.periodicocentral.mx/2019/municipio/item/15889-puebla-esta-en-proceso-de-colapso-urbano-por-crecimiento-poblacional>
- Retro informática: El pasado del futuro. (2008). Historia de los videojuegos. Facultat d'Informàtica de Barcelona. Barcelona, España. Recuperado de: <https://www.fib.upc.edu/retro-informatica/historia/videojocs.html>
- Revue, F. & Guerra, J. (2012). ¿Qué aprendo con videojuegos? Una perspectiva de meta-aprendizaje del jugador. *RED*, 33(1), 1-25. <https://www.redalyc.org/pdf/547/54724495006.pdf>
- Reynolds, M. (2021). Pokémon Go - Aumento de límite de nivel máximo a 50: requisitos para subir a los niveles 41 a 50 y recompensas por subir de nivel. *Eurogamer.es*. <https://www.eurogamer.es/articles/pokemon-go-aumento-limite-nivel-50-maximo-requisitos-subir-recompensas>
- Rosales, A. (2020). *TOP 10 Mejores Videojuegos Educativos*. InfoEducacion. <https://infoeducacion.net/videojuegos-educativos/>

- Rubio, J. & Esparza, R. (2016). ¿Qué es la tecnología? Una aproximación desde la filosofía. Disertación en dos movimientos. *Revista humanidades*, 6(1), 1-43. <https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/humanidades/article/view/25113/>
- Salazar, D. (2019). **Estos cuatro videojuegos* abordan la salud mental*. Animal MX. <https://animal.mx/2019/08/videojuegos-salud-mental-gris-celeste-hellblade/#:~:text=Y%20para%20poner%20ejemplos%20hablaremos,Solitude%20y%20Hellblade%20Senua's%20Sacrifice>
- Salazar, D. (1995). *Historia crítica de los videojuegos*. México: Fondo de Cultura Digital.
- Sánchez, A., Robles, N., Fukushima, E., Ferrer, J. (2019). Informe sobre la situación del consumo de drogas en México y su atención integral 2019. Secretaría de Salud, Comisión Nacional Contra las Adicciones. Ciudad de México. Recuperado de: https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/477564/Informe_sobre_la_situacio_n_de_las_dro_gas_en_Me_xico_.pdf
- Sánchez, J. (2020). *Cómo brindar apoyo a un adicto*. familydoctor.org. <https://es.familydoctor.org/como-brindar-apoyo-a-un-adicto/>
- Santander, M. (2006). *Ideas para una educación de calidad*. Fundación Libertad y Desarrollo.
- Santos, P. M. L. (2020, 31 octubre). *Cómo Ayudar a un Drogadicto | 7 pautas de apoyo*. Ayuda Psicológica en Línea. <https://ayuda-psicologica-en-linea.com/adicciones/como-ayudar-drogadicto/>
- Schulkin, J. (2020). *América Latina representa el 10% de los gamers a nivel global*. Infobae. <https://www.infobae.com/gaming/2020/12/30/america-latina-representa-el-10-de-los-gamers-a-nivel-global/>
- Scolari, C. (2008). *Hipermediaciones*. Gedisa.
- Secretaría de Salud, Comisión Nacional Contra las Adicciones. (2019) *Informe sobre la situación del consumo de drogas en México y su atención integral 2019*. <http://copolad.eu/files/2020-01/informe-sobre-la-situacio-n-de-las-drogas-en-me-xico-.pdf>
- Secretaría de Salud. (2009). Consejo Nacional Contra las Adicciones, Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente, Instituto Nacional de Salud Pública. Publicación especial. Encuesta Nacional de Adicciones 2008. Reporte de resultados nacionales.
- Secretaría de Salud. (2009). Dirección General de Epidemiología. Sistema de vigilancia epidemiológica de las adicciones. Reporte Nacional 2008. México.
- Secretaría de Salud del Estado de Puebla. (2019). Normativas para el ingreso voluntario e involuntario en clínicas de rehabilitación. Gobierno del Estado de Puebla.
- Simmons, J. (2007). *Playing the waves: Lars von Trier's Game cinema*. Amsterdam University Press.

Sistema Municipal DIF Puebla (SMDIF). (2021). Informe de atención en adicciones. Gobierno de la Ciudad de Puebla. Recuperado de <https://www.revistaderechodigital.com/angelopolis/smdif-refuerza-apoyo-para-evitar-consumo-de-drogas-en-pandemia/>

Solórzano, N. I., Moscoso Poveda, S., & Elizalde Ríos, E. (2019). Evolución de Videojuegos y su Línea Gráfica, un enfoque entre la Estética y la Tecnología. *Ñawi*, 3(2), 125–145.

The Competitive Intelligence Unit (2019). Gamers in the world and its economic impact. México.

Thompson, W. R., Gordon, N. F., & Pescatello, L. S. (2010). ACSM's guidelines for exercise testing and prescription. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.

Transiciones. (1996). El modelo terapéutico de D. W. Winnicott. Editorial Lumen. Buenos Aires.

Tratamiento y recuperación. (2020). National Institute on Drug Abuse. <https://www.drugabuse.gov/es/publicaciones/las-drogas-el-cerebro-y-la-conducta-la-ciencia-de-la-adiccion/tratamiento-y-recuperacion>

Universidad Europea. (2022). Adicciones: definición, síntomas y tratamiento. <https://universidadeuropea.com/>

Valenzuela, S., Prado, F., & Vidal-García, G. (2016). Adicciones en jóvenes: Un abordaje comprensivo. *Revista de Psicología y Ciencias del Comportamiento de la Unidad Académica de Ciencias Jurídicas y Sociales*, 7(2), 45–61.

Valenzuela, S., Prado, F. & Vidal-García, G. (2016). Adicciones juveniles: ¿Delincuencia o enfermedad? Una mirada sociológica sobre la problemática. *RevIISE*, 7(7), 23-32. <https://1drv.ms/b/s!AoWMdT-5kTJ0hG7tdwk-G5HQuD93?e=4zJnFP>

Vargas, G. (2017, 13 enero). *13 medidas para luchar contra la drogadicción en Argentina*. Aciprensa. <https://www.aciprensa.com/noticias/13-medidas-para-luchar-contr-la-drogadiccion-en-argentina-46593>

Winnicott na América Latina. Editorial Revinter. Río de Janeiro, 1996

Wolf, M. Introducción a la teoría del videojuego. Formats. Universitat of Pompeu. 2003

World Health Organization. (2013). Service delivery systems for drug dependence treatment: Technical report. WHO Press.

Zyda, M. (2005). "From visual simulation to virtual reality to games". En: *Computer*, vol. 38, n9, USA, 25-32.

ANEXO

RESULTADOS Y HALLAZGOS

En el marco de esta investigación, se recurrió a la técnica de los grupos focales como una herramienta clave para conocer cómo perciben distintos jóvenes la posibilidad de enfrentar el consumo excesivo de sustancias o ciertas conductas repetitivas, utilizando como apoyo un videojuego para teléfonos inteligentes. Esta metodología cualitativa brinda un espacio abierto al diálogo, donde los participantes pueden compartir libremente sus vivencias, opiniones y emociones, lo que permite acceder a una visión más cercana y profunda de su entorno. Como lo plantea Kitzinger (1995), los grupos focales funcionan como una forma de entrevista grupal en la que la interacción entre el investigador y los participantes favorece la obtención de información valiosa a partir del intercambio de ideas.

“es un método de investigación colectivista, más que individualista, y se centra en la pluralidad y variedad de las actitudes, experiencias y creencias de los participantes, y lo hace en un espacio de tiempo relativamente corto”.
(Kitzinger, 1995)

La técnica de los grupos focales se ha consolidado como un recurso especialmente valioso para explorar a fondo los conocimientos, percepciones y experiencias de las personas. El hecho de compartir en un entorno grupal favorece la interacción entre los participantes, permitiendo que surjan ideas desde el diálogo y la construcción colectiva. Este tipo de dinámica no solo ayuda a identificar qué opinan los individuos, sino que también permite profundizar en las razones que subyacen a sus pensamientos, emociones y posturas. El formato grupal, al propiciar un ambiente de confianza, suele motivar a los participantes a expresarse incluso sobre temas delicados o poco abordados, lo que enriquece notablemente la calidad de la información obtenida.

Si bien sus primeras aplicaciones estuvieron enfocadas al ámbito organizacional (con el objetivo de optimizar procesos laborales) y también fueron empleadas en contextos

psicoterapéuticos para explorar dinámicas interpersonales, su uso se expandió con fuerza a partir de las décadas de 1980 y 1990 en el terreno del marketing.

Allí, los grupos focales se convirtieron en una herramienta clave para estudiar la recepción de campañas publicitarias y el comportamiento del consumidor frente a nuevos productos. Con el tiempo, esta técnica fue adoptada por las ciencias sociales, consolidándose como una vía eficaz para conocer las opiniones y experiencias de distintos colectivos, como estudiantes, usuarios de servicios de salud o participantes de programas comunitarios.

En la actualidad, el desarrollo de las tecnologías digitales ha permitido adaptar esta metodología a formatos virtuales, como los grupos focales en línea o mediante videollamadas, lo que ha ampliado sus posibilidades y su alcance. Hoy en día, es ampliamente reconocida como una técnica central dentro de la investigación cualitativa, especialmente en áreas como la salud, la educación y las ciencias sociales, ya que ofrece una manera directa y contextualizada de comprender las voces y vivencias de los sujetos involucrados.

Proceso Practico:

Para llevar a cabo el grupo focal en el marco de esta investigación, se planea realizar la sesión en un espacio que resulte accesible, cómodo y conocido para los participantes. La intención es crear un ambiente seguro y sin distracciones que fomente la participación activa y espontánea. Cada persona será informada con una semana de anticipación sobre el lugar y la hora exacta del encuentro, a través de sus teléfonos móviles. El espacio elegido contará con una sala adecuada, equipada con una mesa amplia y suficientes sillas para todos los asistentes. Además, se utilizará una cámara (preferiblemente de tipo Gesell, o en su defecto una cámara convencional) para grabar la sesión, junto con una grabadora de audio o video que permita captar con claridad las intervenciones. Se pondrá especial atención en evitar ruidos o elementos que puedan interrumpir el flujo natural de la conversación. Todo este procedimiento se llevará a cabo siguiendo las medidas de prevención sanitarias vigentes, dada la situación post pandémica.

El grupo estará conformado por seis jóvenes, cuyas edades oscilarán entre los 20 y 35 años. La selección tendrá en cuenta la paridad de género —cuatro hombres y dos mujeres— y se realizará con base en criterios relacionados con el perfil del estudio: afinidad temática, disponibilidad, ubicación geográfica cercana al centro de la ciudad de Puebla, nivel educativo, ocupación, grupo étnico y contexto socioeconómico. Los participantes serán convocados a través de la plataforma digital “Choose You”, conocida por albergar a personas interesadas en el universo del anime, particularmente en la franquicia Pokémon. Una vez enviadas las invitaciones, se procederá a seleccionar a quienes cumplan con los criterios establecidos, confirmando su participación y manteniéndolos informados sobre posibles ajustes logísticos.

El rol de moderador será asumido por el investigador Oscar Soriano Barbosa, quien se encargará de guiar la sesión. El moderador que conduzca la sesión deberá estar plenamente familiarizado con el tema central de la investigación, así como conocer con antelación los perfiles de quienes participarán, información obtenida a través de entrevistas previas. Su función requiere no solo claridad al comunicarse, sino también empatía, capacidad para generar un clima de confianza, y habilidad para guiar la conversación sin emitir juicios ni intervenir de forma directiva. Además, deberá interpretar las intervenciones con una mirada crítica y sensible, y mantener una memoria activa que le permita retener y relacionar detalles clave del diálogo (Krueger & Casey, 2015).

Previo al inicio de la sesión, se establecerán una serie de acuerdos básicos, tanto explícitos como implícitos, sobre el desarrollo del encuentro. Se explicarán con claridad los objetivos del ejercicio y se detalla el papel que cada persona asumirá durante la dinámica. Si existiera algún tipo de incentivo o retribución por participar, este aspecto será comunicado desde la primera invitación y reafirmado antes de comenzar la conversación grupal. En este contexto, los grupos focales se convierten en una herramienta particularmente valiosa para captar las percepciones, emociones y narrativas que emergen de la interacción social, especialmente en investigaciones de corte educativo y social (Kitzinger, 1995).

Durante la sesión, el moderador contará con una guía temática conformada por preguntas abiertas, diseñadas para orientar el intercambio en función de los objetivos del estudio. Aunque la estructura servirá como referencia, no se seguirá de forma estricta, permitiendo que la conversación fluya de manera natural y espontánea. Esta flexibilidad resulta esencial para crear un ambiente en el que los participantes se sientan cómodos al compartir sus ideas, experiencias y puntos de vista (Morgan, 1998). Al concluir la guía, se dará por finalizada la sesión y se informará a los participantes sobre la posibilidad de futuros contactos. Finalmente, se les agradecerá su colaboración, reconociendo la importancia y el valor de su contribución para el desarrollo de esta investigación.

Rapport.

Buenas tardes a todos, una vez más gracias por su asistencia, en esta ocasión nos encontramos reunidos como ya saben con respecto al tema del anime Pokémon, en específico del uso del juego para smartphone Pokémon Go que todos en la sala hacen uso y tienen conocimiento. Sin embargo, queremos conocer su opinión sobre cómo consideran que este juego pueda ayudar a una persona o varias con la rehabilitación de alguna adicción, sea está a lo que sea, sustancia, sentimiento o acción. Esperamos que sus respuestas sean de gran ayuda y si en algún momento se sienten incómodos no duden en expresarlo, recuerden que uno de lo que nos proponemos en esta reunión es que estén cómodos y se puedan expresar de la forma más libre posible.

Guía de Preguntas:

- 1.-Desde su conocimiento, ¿Qué cantidad de jóvenes consideran que saben sobre el tema Pokémon en la ciudad?
- 2.-De esos jóvenes, ¿Cuántos crees que jueguen Pokémon go, haciendo un aproximado entre amigos y conocidos que tengas, así como tomando en cuenta los momentos relevantes que se llevan a cabo en la ciudad en torno a este tema?

3.- ¿Crees que jóvenes de entre 20 a 30 años estén pasando por alguna adicción y no lo sepan, no por falta de conocimiento, sino por negación?

4.- ¿Qué será necesario que pase o que reconozca alguno de estos jóvenes para que pueda considerar que está atravesando por una adicción?

5.- ¿Alguna vez en tu vida consideras que has dependido de algo para poder estar relativamente bien, y digo relativamente, desde el concepto que cada uno tengamos de bien?

6.- Si tu respuesta fue sí o no, desde opinión, piensas que el juego en cuestión, Pokémon Go, ¿Podría ayudar a jóvenes a dejar una adicción reconocida tempranamente?

7.- Se dice que el uso continuo de este juego, como quizá algunos ya lo experimentamos, mantiene la mente ocupada, además de generar ejercicio físico, amistades en diversos puntos de Puebla y en algunas ocasiones interacción con un mundo virtual y real al mismo tiempo. ¿Qué herramientas piensas harían posible una rehabilitación de una adicción en un nivel bajo?

8.- Está documentado el caso de un joven de nombre Alfredo Corona de 29 años, de esta misma ciudad, el cual dejó de fumar por usar el dinero que usaba en cigarros en mejoras para el videojuego ya que quería tener un mejor nivel de juego, ¿Qué opinan acerca de este hecho?

9.- Los jóvenes de la actualidad desarrollan aficiones, en ocasiones muy arraigadas, a diversos videojuegos. Usando esta premisa queremos lograr que en algunos casos en que sea posible, los videojuegos, en especial Pokémon Go, lleguen a ser una opción aceptable para poder rehabilitar de una adicción, en un rango del 1 al 5, siendo 1 nada posible y 5 demasiado posible, ¿qué opción elegirías y por qué?

Tan pronto como concluya la sesión del grupo focal, será fundamental realizar una copia de seguridad de los archivos de audio y video con el fin de preservar una o más versiones del material original. Posteriormente, se llevará a cabo la transcripción detallada y fiel de todo lo expresado durante la reunión. Esta transcripción permitirá transformar el contenido oral

en un documento textual estructurado, apto para su análisis sin requerir nuevamente la participación directa de los involucrados.

Prueba Piloto

Se llevó a cabo una sesión piloto del grupo focal correspondiente a esta investigación. En dicha sesión, al momento de la llegada de los participantes, se procedió con una bienvenida

cordial dirigida por el moderador, Oscar Soriano Barbosa. Posteriormente, se implementó una dinámica de integración denominada “presentación creativa con insignias”, que consistió en ofrecer a los asistentes materiales diversos —revistas, tijeras, marcadores, pegamento y cordón— con el propósito de que construyeran una insignia personalizada que refleja aspectos de su identidad para compartir con el resto del grupo. El grupo acordó dedicar quince minutos a esta primera dinámica, un lapso con el que todos estuvieron conformes. Al terminarla, se expusieron con claridad los propósitos del estudio y se remarcó por qué era valiosa la información que compartirán sobre el tema de análisis. También se explicó que el moderador actuaría como facilitador, interviniendo solo si surgía algo que interrumpiera el curso normal de la conversación. Se subrayó que la actividad no implicaba respuestas “correctas” o “incorrectas”; más bien, se trataba de un espacio abierto donde cada aporte tendría el mismo peso para la investigación.

A continuación, se informó que la charla seguiría una serie de preguntas preparadas con antelación, diseñadas para guiar el diálogo según los objetivos centrales del proyecto. Con el fin de asegurar una buena calidad de grabación —autorizada previamente por los asistentes— se pidió evitar hablar al mismo tiempo, de modo que la posterior transcripción resultará más sencilla.

Por último, se aclaró que, si al cierre de la sesión quedaban asuntos por profundizar, no se descarta convocar a un nuevo encuentro para completarlos.

Acto seguido, se abordaron aspectos éticos fundamentales como la protección de la privacidad, el resguardo de la información recolectada y la confidencialidad de las identidades de los participantes, quienes fueron identificados mediante códigos alfanuméricos (IH1, IM1, IM2). Asimismo, se estableció verbalmente un acuerdo de confidencialidad entre todos los presentes, conocido como contrato grupal, con la finalidad de garantizar un entorno ético durante el proceso de interacción.

Finalmente, se dio inicio formal a la sesión tras la entrega y lectura del documento de Rapport por parte de los participantes.

Captura de respuestas lo más apegado posible:

Desde su conocimiento, ¿Qué cantidad de jóvenes consideran que saben sobre el tema Pokémon en la ciudad?

IH1: Pues a lo que yo he visto más o menos en la escuela o también en mi trabajo pienso que más o menos 90% de jóvenes conocen acerca de este tema.

IM1: A diferencia de mi compañero yo creo que es un poco menos la cantidad de chicos que conocen acerca de este tema porque hay veces que yo les pregunto a mis amigos o conocidos y pues no me saben decir mucha información, yo creo que más o menos como un 40 por ciento.

IM2: Yo la verdad no me había puesto a pensar en eso, pero creo que probablemente pues sí como entre un 40 o 60% porque pues crecimos muchos viendo esas caricaturas entonces de alguna forma u otra si conocemos sobre este tema a lo mejor no muy muy profundo todas las personas o todos los chicos jóvenes, pero si tenemos más o menos la noción de lo que es un Pokémon.

De esos jóvenes, ¿Cuántos crees que jueguen Pokémon go, haciendo un aproximado entre amigos y conocidos que tengas, así como tomando en cuenta los momentos importantes que se llevan a cabo en la ciudad en torno a este tema?

IH1: Aquí siento que ya disminuye el rango porque en lo personal yo considero que a lo mejor de los 90% que yo mencioné solamente 40 a 50 por ciento, no incluso menos de 40 por ciento de las personas realmente juegan el videojuego de Pokémon Go, yo he visto un aproximado, por ejemplo, de grupos de Facebook de personas que actualmente están activas en el estado de Puebla y aproximadamente hay entre 10,000 a 15,000 personas por grupo.

IM1: Creo que si son menos de los que saben sobre el tema porque obviamente pues no todos juegan el videojuego pero aun así la verdad es que en la experiencia que he tenido yendo a los eventos que organiza el mismo videojuego si se reúne mucha gente y pues es sorprendente ver la cantidad de personas que aparentemente parece que están haciendo otras cosas en sus celulares o a lo mejor mandando un mensaje o así pero no en realidad están jugando el juego o están como que revisando algo sobre esto y entonces eso me hace pensar que pues sí es más o menos de los que yo conozco a lo mejor un 30% juega el videojuego.

IM2: sí de los grupos que existen yo también he visto que hay muchos y pues que están dentro obviamente no significa que todos estén dentro de la ciudad pero pues sí hay muchos que siguen estas plataformas y son referentes al videojuego entonces por lo tanto me hace creer que sí es una gran cantidad de pues demás chavos que se involucran o que tienen información acerca de este videojuego, el videojuego pues es algo que es muy entretenido y pues es divertido siento que ayuda también en cuestiones pues más como para distraerte así también tengo entendido que se hizo también para una cuestión más de ejercicio pero bueno no sé a mí me sirve un poco más para si ejercicio, yo creo, porque camino mucho pero pues me sirve más para cosas de pues que me relajan que me hacen sentir bien como que me distrae de mi trabajo diario y de la escuela y eso me gusta y creo que pues muchos chavos por eso lo siguen mismo porque pues quieren como distraerse un poco.

¿Crees que jóvenes de entre 20 a 35 años estén pasando por alguna adicción y no lo sepan, no por falta de conocimiento, sino por negación?

IH1: En lo personal opino que sí y no quiero señalar o hablar negativamente sino simplemente es una conducta ahumada humana que rechaza qué se rechaza que rechazamos ciertas cosas y ahí entraría pues incluso esa cuestión que muchas veces a pesar de que sé recalque no se señalen pues nuestros puntos negativos no nos damos cuenta o simplemente no los queremos ver entonces mi respuesta que yo digo es que sí.

IM1: siento que sí que sí hay varios chicos que están en esta situación ya que pues de alguna forma la información si la tenemos por la escuela por no sé el internet buena o mala pero pues ahí está entonces conocemos y sabemos de las adicciones y pues ya si en este punto pues tú te quieres como decir que no eres drogadicto o que no eres dependiente de algo porque pues a lo mejor a veces no es que lo hagas tan tanto o bueno eso creemos que a lo mejor nada más te emborrachas una vez a la semana y pues eso no es una adicción pero pues sí porque al final estás dependiendo del alcohol pues en ese caso entonces yo creo que sí existen muchos chicos que a lo mejor si dependemos de algo pero pues no lo queremos aceptar.

IM2: Bueno a lo que yo veo en mi entorno en la escuela es que si muchos de mis compañeros pues yo los veo o sea yo también salgo de fiesta pero yo veo que hay algunos de mis compañeros o compañeras que salen ya más de lo normal desde el jueves quizá hasta a veces lunes martes pues ya se quedan de ver para tomar y a mí también me gusta ir pero pues también por mis papas y porque siento que no me dan permiso mucho pero yo veo que a otros pues sí si les dan pues no es que les den permiso pero a lo mejor muchos son foráneos entonces pues tienen esta opción de poder salir más fácilmente y si continuamente pues toman o fuman y pues ya incluso algunos pues es sabido que ya hasta consumen algunas otras cosas como drogas, por decirlo de alguna forma y pues no lo ven como una adicción sino como algo divertido o algo de lo que pues no les hace daño y que van a poder salir de eso en cuanto ellos quieran incluso hasta cuando yo he tomado pues también así lo veo no me siento como que ya una alcohólica o algo así.

¿Alguna vez en tu vida consideras que has dependido de algo para poder estar relativamente bien, y digo relativamente, desde el concepto que cada uno tengamos de bien?

IH1: Sí puedo decirlo y aceptarlo que me sentí un poco de pendiente hacia el cigarro entonces eso pues me trajo muchas consecuencias tanto físicas y en mi salud ya que pues mi condición no era la adecuada y me empezaba a sentir mal.

IM1: Pues yo la verdad no creo que haya sido dependiente algo sí he probado alcohol he probado cigarros la verdad nunca he probado pero pues por lo mismo solamente los he probado nunca he tenido como una o sea que lo he hecho constantemente solamente así muy de vez en cuando y pues puedo estar sin hacerlo voy a fiestas y no tomo a veces pues si me tomo una cerveza pero la mayoría de las veces no es necesario que lo haga y el cigarro pues no ese no me gusta, me gusta hacer ejercicio y pues incluso esta parte del videojuego como ya había yo dicho antes pues camino y hago actividad física entonces por lo mismo no me gusta a mí, pero pues sí supongo que hay varios chavos que pues sí tienen este problema.

IM2: yo nada más las veces que pues como ya había dicho que salgo con mis amigas o con mis amigos y que pues vamos a un bar OA un antro y pues tomamos la verdad sí ha habido algunas veces que pues sí me emborracho pero pues ya me quedo con una amiga a dormir y ya no hay mucho problema pero no sé si eso ya hace una adicción yo creo que no porque sí me gusta mucho hacerlo o sea salir con mis amigos y eso y tomar pero pues tampoco es algo que yo sienta que está en mi casa solo y que ya necesite pues estar tomando algo así como en las películas pero la verdad no sé ya me puse en duda pero creo que no o sea todavía puedo estar bien puedo divertirme sin tomar entonces pues sí por ese lado no y pues una vez una amiga me dio una la probé la verdad me mareé y sentí muy feo y me tuvieron que llevar a mi casa porque ya no esté pues como que ya no sabía yo qué onda pero de ahí en fuera ya no lo he vuelto a hacer porque sí sentí muy feo y fumar pues también solamente fumo así en las

fiestas a veces me dan un cigarro y pues ya me lo fumo o lo comparto con una amiga o así pero pues creo que hasta ahora no tengo ninguna adicción.

Se dice que el uso continuo de este juego, como quizá algunos ya lo experimentamos, mantiene la mente ocupada, además de generar ejercicio físico, amistades en distintas zonas de la ciudad y en algunas ocasiones interacción con un mundo virtual y real al mismo tiempo. ¿Estas serían herramientas que harían posible una rehabilitación de una adicción en un nivel bajo?

IH1: Creo que sí ya que al ser se puede decir un nivel bajo de adicción al no ser tan dependiente o por ejemplo esconderme para hacer ciertas acciones pues si no nos metemos en cuestiones que van más allá de eso en esta cuestión de drogas o incluso nos ayudaría más a enfocarnos incluso pues distraernos de lo que hay que olvidar y tener una alternativa.

IM1: Pues así como lo dice la pregunta con todas esas aspectos yo creo que sí ayudaría porque esas son cosas que como también dije en mis primeras respuestas pues te distraen te distraen del trabajo de la escuela y pues eso ayuda mucho a que a veces pues mantengas tu mente ocupada en otras cosas y pues no necesariamente pues tengas esta necesidad de estar consumiendo algo que no es necesario para tu cuerpo sin embargo también pienso que sería una buena rehabilitación pero para una pues dependencia un poco no tan arraigada o sea como que todavía se pueda tratar y todavía la persona pues tenga esta esperanza decirle de alguna forma de dejar pues esta cosa a la que sea dependiente y pues también siento que nos estamos enfocando también mucho en sustancias o en drogas o así pero pues también podemos ser dependientes a una persona o podemos ser dependientes alguna actividad que todo el tiempo estemos haciendo algo o así entonces a lo mejor que hagas otras cosas que te distraigas con gente nueva que conozcas pues eso te ayude un poco más.

IM2: Yo creo que sí ya que pues incluso no estaría distraernos tener otro tipo de ideas otros pensamientos no pensar a lo mejor en la pienso que si te ayudaría pero obviamente primero tienes que tener este gusto por el juegos porque también alguien que a lo mejor nunca lo ha

jugado o no conoce mucho sobre esto pues sí y ya tiene una dependencia si tú llegas y le dices oye mira pues juegas ti se te va a quitar o algo así en pues no le ayudaría de mucho a lo mejor solamente dárselo de una forma pues indirecta o sea no mencionando que es una rehabilitación entonces de esta forma quizá con el tiempo pues la persona se vaya olvidando un poco de esta parte en la que pues depende de otras cosas ya que su mente pues va a estar ocupada y pues es correcto decir en un en un nivel bajo de una adicción ya que pues sí como han dicho también los demás chicos acá presentes esos sirve para un nivel no tan alto porque si una persona que pues ya se encuentra en un momento ya de mucha dependencia a alguna sustancia alguna persona o lo que sea lo que sea dependiente pues sí ya este yo creo que ya necesitaría pues otro tipo de herramientas o rehabilitaciones que le ayuden en un caso llamas particular.

Está documentado el caso de un joven de nombre Alfredo Corona de 29 años, de esta misma ciudad, el cual dejó de fumar por usar el dinero que usaba en cigarros en mejoras para el videojuego ya que quería tener un mejor nivel de juego, ¿Qué opinan acerca de este hecho?

IH1: Yo creo que fue algo bueno ya que obviamente está de más decir que el cigarro hace mucho daño y está padre que pudo canalizar toda a lo mejor todo ese sentido todo eso que tenía hacia un videojuego que a lo mejor incluso lo ha traído mejoras creo yo porque pues sabemos que el videojuego te hace estar en constante movimiento caminar a lo mejor incluso ya sea su condición de salud ha mejorado por lo tanto yo opino que fue un cambio muy bueno y qué padre que haya sido otra vez un videojuego

IM1: Siento que fue algo bueno ya que pues dejar cualquier tipo de sustancia o cualquier cosa pues ayuda mucho y más pues también sí lo hizo con algo que le gustaba y que y que además le divertía entonces siento que pues eso es algo padre desde mi punto de vista eh siento que incluso estaría mejor que a lo mejor pues como que transmitiera su experiencia en algo, en conferencias o a lo mejor yendo a escuelas o eso porque pues por ejemplo yo no conocí el caso de este chico pero pues si me dicen que existe es que entonces siento que es

algo bueno que está sucediendo y que si más personas a lo mejor lo supiéramos no nos enteraríamos y más personas que nos gusta ya de un inicio el juegos pues obviamente sería mucho mejor canaliza sería mucho mejor eh pues tener este tipo de oportunidades en las que puedes dejar algo por mejorar tu vida tu salud tu pues tus experiencias que tengas y así entonces para mí es algo muy padre y pues la verdad me gustaría mucho que hubiera más casos de este tipo y que pues no solamente los hubiera sino también que los conociéramos para que pues más gente podamos a lo mejor seguir ese ejemplo.

IM2: desde mi punto de vista obviamente creo que está bien siempre cualquier cosa que sirva para que una persona pues evolucione y sea mejor tanto físicamente como mentalmente o psicológicamente lo que sea pues siempre va a ser bueno y si en este caso fue un videojuego pues qué padre pero pues ahí mi cuestionamiento es ok ya dejó en cigarro pero entonces ahora este dinero lo usa para un videojuego y ahora entonces se va a hacer adicto a un videojuego quizá o sea no sé si realmente un tratamiento que no sea como tal mental o psicológico o como con una persona experta que te puede ayudar pues y que te pueda dirigir más bien en estas cuestiones de adicciones pues sí entonces nada más pues dejo una cosa para agarrar otra entonces siento que sí está padre o sea si está bien que bueno que lo logró sin embargo siento que además de que el juegos ayude pues si no se necesita una persona que te guíe y bueno con conocimiento obviamente sobre el tema y que te pueda ayudar a que pues sí sirva lo mejor como una como algo que te distraiga o como algo que pueda ser de provecho pero que al mismo tiempo pues no se convierta en algo que después ahora seas adicto pues a un videojuego entonces siento que desde mi punto de vista esa sería pues mi idea a esta respuesta ya que pues sí o sea necesitamos cambiar hábitos pero siempre bajo una supervisión profesional o algo así para que pues no caigamos en lo mismo y vuelva vamos a tener problemas pero pues ahora desde otro enfoque.

Una vez finalizada la sesión del grupo focal, se ofreció un gesto simbólico de agradecimiento a los participantes, que consistió en un breve mensaje motivacional acompañado de bombones, como muestra de reconocimiento por su valiosa colaboración. Posteriormente, se procedió a la recolección de las grabaciones realizadas durante el encuentro, con el propósito de llevar a cabo un análisis detallado de los contenidos discutidos, así como de las emociones

y percepciones expresadas por los asistentes. Esta revisión tuvo como propósito no solo analizar cómo se llevó a cabo la dinámica grupal y qué tan efectiva fue, sino también observar de cerca aquellas áreas que podrían mejorarse en futuras aplicaciones de esta herramienta. El objetivo fue sacar el mayor provecho posible de esta técnica cualitativa para afinar su uso en investigaciones posteriores, haciéndola más útil, clara y enriquecedora para quienes participan y para el proceso investigativo en general.