
Videojuegos

¿Qué son?

Son juegos que se usan con una [videoconsola](#). Se juega solo o con amigos, de forma online o en persona.

¿Qué tipos existen?

- Juegos de acción: son de peleas o aventuras. El niño suele ser el protagonista de una historia. Otra opción son los juegos de simulación, como conducir un coche.
- Juegos de deportes: partidos de fútbol, baloncesto...
- Juegos musicales: de baile o karaoke.

Hay muchos tipos de consolas. A veces se juega con la propia consola (Nintendo Switch), otras con mando (PlayStation y Xbox) y en otras se juega de pie usando los brazos, con mandos (Wii).

¿A cuáles deben jugar los niños?

Depende [de la edad](#). Se muestra en el **código PEGI**, que está en la portada del juego. Es una cifra que indica la edad a partir de la que se puede jugar.

¿Qué son los juegos de realidad virtual?

Son los que simulan una escena con objetos. El jugador parece estar dentro del juego. Se usan unas gafas de realidad virtual, que permiten ver la escena. A veces también se usan guantes, casco o traje.

Se debe jugar bajo el control de un adulto y en un lugar donde no se pueda dañar a nadie.

Usar mucho estos juegos se relaciona con [miopía](#) (ver peor de lejos). También con mareos y [dolor de cabeza](#).

¿Qué es el Fortnite?

Es un juego online, pueden jugar hasta 100 personas. Se permite hacer equipos, y construir casas y bases. También comprar cosas, como trajes (skins), para los personajes. Gana el último que sobrevive tras matar a los demás.

La edad para jugar es a partir de 12 años.

Su mayor riesgo es la **adicción**. Las partidas duran 30 minutos. El niño pierde rápido y quiere volver a jugar.

¿Qué es Discord?

Es un chat externo al juego donde los jugadores pueden escribir. Se puede usar en todos los juegos. Para un [uso seguro](#), hay que aceptar solo las solicitudes de amistad de personas que se conozcan.

¿Cuáles son las ventajas de los videojuegos?

Ayudan a razonar, orientarse, mejorar la atención y la coordinación. También a hacer estrategias, resolver problemas y conocer el fracaso.

En juegos online con varias personas, ayudan a la amistad y a saber colaborar.

¿Cuáles son sus riesgos?

El mayor riesgo es la adicción.

Los juegos con violencia pueden dar lugar a una conducta agresiva. Ayudan a ver la violencia como algo normal.

Algunos tienen contenido sexista.

Hay juegos que permiten hacer compras y pagar con tarjeta de crédito.

En juegos online los niños pueden conocer gente extraña. Hay riesgo de [ciberacoso](#) y [grooming](#).

¿Cómo usar la videoconsola?

Se debe limitar el tiempo de uso, no más de 2 horas, aunque estén con amigos.

Hay que poner la videoconsola en un lugar común, así se evita que el niño esté solo en su cuarto.

Los padres pueden jugar con los niños. Así pasan tiempo con él y lo conocen más.

Webs recomendadas:

- [Pantallas amigas](#)
- [Kidshealth](#)
- [Web Faros](#)
- [PEGI online](#)
- Web [Eduka2](#)
- [Internet Segura for Kids](#)

Puedes descargar esta infografía como resumen del tema [aquí](#) o desde la propia imagen:

VIDEOJUEGOS

Código PEGI: edad a partir de la que se puede jugar



LOS DESCRIPTORES DE CONTENIDO



Juegos de realidad virtual



FORTNITE

Ventajas de los videojuegos

Ayudan a razonar, mejorar la atención y la coordinación, resolver problemas y conocer el fracaso.



Si juegan con varias personas ayudan a la amistad y a saber colaborar.



Riesgos de los videojuegos

El mayor riesgo es la adicción. Si hay violencia pueden dar lugar a una conducta agresiva.

Hay juegos que permiten hacer compras. En los juegos online pueden conocer gente extraña. En los videojuegos también hay grooming y ciberacoso.



Recomendaciones

Limitar el tiempo de uso de la videoconsola, no más de 2 horas.

Poner la videoconsola en un lugar común para evitar que el niño esté solo en su cuarto.



Fecha de publicación: 12-07-2021

Autor/es:

- [Ivan Gutierrez García](#). Médico Interno Residente de Pediatría. HMI Virgen de las Nieves. Granada.
- [Ana Garach Gómez](#). Pediatra. Centro de Salud "Zaidín Sur". Granada

