

¿Los videojuegos te hacen bien? Revisión exploratoria sobre el entrenamiento y la transferencia de aspectos cognitivos y psicosociales de videojuegos comerciales en niños y adolescentes.

Paz, Gabriel.

Cita:

Paz, Gabriel (2025). *¿Los videojuegos te hacen bien? Revisión exploratoria sobre el entrenamiento y la transferencia de aspectos cognitivos y psicosociales de videojuegos comerciales en niños y adolescentes. XVII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXXII Jornadas de Investigación XXI Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. VII Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. VII Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-004/202>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/eNDN/H3q>

¿LOS VIDEOJUEGOS TE HACEN BIEN?

REVISIÓN EXPLORATORIA SOBRE EL ENTRENAMIENTO Y LA TRANSFERENCIA DE ASPECTOS COGNITIVOS Y PSICOSOCIALES DE VIDEOJUEGOS COMERCIALES EN NIÑOS Y ADOLESCENTES

Paz, Gabriel

CONICET - Universidad Torcuato Di Tella. Centro de Inteligencia Artificial y Neurociencia. Buenos Aires, Argentina.

RESUMEN

Los videojuegos son extremadamente populares, especialmente entre los adolescentes. Contrario a lo que se suele asumir, y a pesar de que los efectos de los videojuegos sobre aspectos cognitivos y psicosociales han sido ampliamente estudiados, sorprende la falta de consenso en la literatura respecto del predominio de efectos beneficiosos o negativos. Además, la mayoría de las investigaciones se han centrado en adultos y universitarios, existiendo muy poca información sobre su impacto en la cognición de niños y adolescentes. Para abordar esta brecha, realizamos una revisión sistemática sobre los efectos de los videojuegos en personas menores de 18 años, considerando también su posible transferencia a otros ámbitos de la vida. Tras un proceso de filtrado, analizamos 54 estudios y hallamos que ciertos videojuegos mejoran funciones cognitivas como la atención, la memoria, las funciones ejecutivas, la toma de decisiones, habilidades matemáticas y el rendimiento académico. Sin embargo, otros juegos populares se asocian con mayor agresividad, conductas de riesgo y una disminución del comportamiento prosocial. Muchos de estos videojuegos con efectos negativos son actualmente los más jugados a nivel mundial. Dado el tiempo que los jóvenes pasan frente a las pantallas, comprender su influencia en el desarrollo cognitivo es fundamental.

Palabras clave

Juego - Entrenamiento cognitivo - Transferencia - Infancia - Adolescencia

ABSTRACT

DO VIDEO GAMES BENEFIT YOU? EXPLORATORY REVIEW ON THE TRAINING AND TRANSFER OF COGNITIVE AND PSYCHOSOCIAL ASPECTS OF COMMERCIAL VIDEO GAMES IN CHILDREN AND ADOLESCENTS

Video games are extremely popular, especially among adolescents. Contrary to common assumptions-and despite the extensive research on their cognitive and psychosocial effects-there is a surprising lack of consensus in the literature regarding whether their impact is predominantly beneficial or harmful. Moreover, most studies have focused on adults and college students, with limited evidence available on their effects in children and adolescents. To address this gap, we conducted a systematic review on the effects of video games in individuals under 18 years of age, also considering the potential transfer of these effects to other areas of life. After a thorough screening process, we analyzed 54 studies and found that certain video games enhance cognitive functions such as attention, memory, executive functions, decision-making, mathematical skills, and academic performance. However, other popular games were associated with increased aggression, risk-taking behaviors, and reduced prosocial behavior. Notably, many of the games linked to negative outcomes are currently among the most widely played worldwide. Given the substantial amount of time young people spend in front of screens, understanding their influence on cognitive development is essential.

Keywords

Game - Cognitive training - Transfer - Childhood - Adolescence

BIBLIOGRAFÍA

- Bavelier, D., Green, C. S., Han, D. H., Renshaw, P. F., Merzenich, M. M., & Gentile, D. A. (2011). Brains on video games. *Nature Reviews Neuroscience*, 12(12), 763-768.
- Choi, E., Shin, S. H., Ryu, J. K., Jung, K. I., Kim, S. Y., & Park, M. H. (2020). Commercial video games and cognitive functions: video game genres and modulating factors of cognitive enhancement. *Behavioral and Brain Functions*, 16(1), 2.
- Diamond, A. (2013). *Annual review of psychology*, 64, 135-168.
- Fleming, M. J., & Rick Wood, D. J. (2001). Effects of violent versus non-violent videogames on children's arousal, aggressive mood, and positive mood. *Journal of Applied Social Psychology*, 31(10), 2047-2071. <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.2001.tb00163.x>
- Foley, L., & Maddison, R. (2010). Use of active video games to increase physical activity in children: a (virtual) reality? *Pediatric exercise science*, 22(1), 7-20.
- Granic, I., Lobel, A., & Engels, R. C. (2014). The benefits of playing video games. *American Psychologist*, 69(1), 66.
- Green, C. S., & Seitz, A. R. (2015). The impacts of video games on cognition (and how the government can guide the industry). *Policy Insights from the Behavioral and Brain Sciences*, 2(1), 101-110.
- Holguin Alvarez, J., Taxa, F., Flores Castañeda, R., & Olaya Cotera, S. (2019). Proyectos educativos de gamificación por videojuegos: desarrollo del pensamiento numérico y razonamiento escolar en contextos vulnerables. *EDMETIC, Revista de Educación Mediática y TIC*, 9(1), 80-103. <https://doi.org/10.21071/edmetic.v9i1.12222>
- Jaeggi, S. M., Buschkuhl, M., Jonides, J., & Shah, P. (2011). Short-and long-term benefits of cognitive training. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 108(25), 10081-10086.
- Nation, M., Crusto, C., Wandersman, A., Kumpfer, K. L., Seybolt, D., Morrissey-Kane, E., & Davino, K. (2003). What works in prevention: Principles of effective prevention programs. *American psychologist*, 58(6-7), 449.
- Pronk, N. P. (2021). Neuroplasticity and the role of exercise and diet on cognition.
- Rideout, V. J., Foehr, U. G., & Roberts, D. F. (2010). Generation M2: Media in the lives of 8-to 18-year-olds. *Henry J. Kaiser Family Foundation*.
- Vladisauskas, M., Belloli, L., Miguel, M., Cabral, D., Nin, V., Shalom, D., Fernández-Slezak, D., Goldin, A. (2021). Measuring Executive Functions with a computerized software: results for unsupervised interventions". Article in preparation.
- Vogel Ciernia, A., Laufer, B. I., Dunaway, K. W., Mordaunt, C. E., Coulson, R. L., Totah, T. S., ... & Yasui, D. H. (2018). Experience-dependent neuroplasticity of the developing hypothalamus: integrative epigenomic approaches. *Epigenetics*, 13(3), 318-330.
- Wang, X., & Covey, T. J. (2020). Neurophysiological indices of the transfer of cognitive training gains to untrained tasks. *Neurobiology of learning and memory*, 171, 107205.