

Depresión juvenil y videojuegos. Revisión sistemática de literatura científica

Youth depression and videogames. Systematic review of scientific literature

Investigadores: Juan Cárdenas-Tapia, Fernando Pesántez-Avilés, Angel Torres-Toukouridis y Santiago Vintimilla
Universidad Politécnica Salesiana, Cuenca, Ecuador

CDID “Centro de Documentación, Investigación y Difusión de Psicología Científica”

Recibido: 8/Noviembre/2023

Aceptado: 20/Febrero2024

Resumen

Introducción: Este estudio pretende explorar la relación entre la depresión juvenil y el uso de videojuegos mediante la realización de una revisión sistemática de la literatura científica. Se destacan los posibles efectos positivos y negativos de los videojuegos en la salud mental, especialmente en relación con la depresión abarcando los diferentes enfoques y asociaciones entre videojuegos y depresión, incluidos sus efectos como causa, solución o factor bidireccional. **Objetivo:** determinar los patrones independientes de los tipos de depresión juvenil y los videojuegos y examinar el efecto y la asociación entre la depresión juvenil y los videojuegos. **Metodología:** se aplica un enfoque mixto de diseño basado en la revisión sistemática de literatura revisan 88 documentos provenientes de Web of Science, Scopus, Pubmed y Redalyc. **Resultados:** Los resultados del estudio demuestran que el 78% de estudios cuantitativos y 22 % de estudios cualitativos, 23 % refiere a un efecto positivo de los videojuegos al trastorno depresivo, 65 % efectos negativos y 12 % neutros. El 46% refiere al nivel social, 42 % al componente motivacional y 12 % al nivel cognitivo. **Conclusión:** se demuestra a una mejor comprensión de la relación entre los videojuegos y la depresión juvenil, informando futuras investigaciones y posibles intervenciones lúdicas.

Palabras clave: Depresión, videojuegos, salud mental, terapia, jóvenes.

¹Correspondencia remitir a: jcardenas@ups.edu.ec o fpesantez@ups.edu.ec o atorrest@ups.edu.ec o svintimilla@ups.edu.ec

²Correspondencia remitir a: revistacientificaureka@gmail.com o normacopparipy@gmail.com “Centro de Documentación, Investigación y Difusión de Psicología Científica”, de Asunción.

Abstract

Introduction: This study aims to explore the relationship between youth depression and video games by conducting a systematic review of the scientific literature. It highlights the possible positive and negative effects of video games on mental health, especially in relation to depression by covering the different approaches and associations between video games and depression, including their effects as a cause, solution or bidirectional factor. **Objective:** to determine the independent patterns of types of youth depression and video games and to examine the effect and association between youth depression and video games. **Methodology.** a mixed design approach based on systematic literature review was applied to review 88 papers from Web of Science, Scopus, Pubmed and Redalyc. **Results:** The results of the study show that 78 % of quantitative studies and 22% of qualitative studies, 23 % refer to a positive effect of video games on depressive disorder, 65 % negative effects and 12 % neutral. **Results:** 46 % refer to the social level, 42 % to the motivational component and 12% to the cognitive level. **Conclusion:** it shows a better understanding of the relationship between video games and juvenile depression, informing future research and possible recreational interventions.

Keywords: Depression, video games, mental health, therapy, youth

La depresión juvenil es un problema concurrente encauzado por una multiplicidad de factores biológicos, psicológicos y sociales (Chapi Mori, 2013), más aún ante la adversidad producida por la pandemia, la depresión en los jóvenes se incrementó generando una carga particular en su salud mental al enfrentarse a situaciones de incertidumbre y nuevos estresores externos (Deppe y Zapko-Wilmes, 2023).

De hecho, la depresión en los jóvenes es sumamente heterogénea pero su aparición puede servir de canal para otros trastornos psiquiátricos más amplios con alteraciones prolongadas del funcionamiento interpersonal, educativo y ocupacional, afectando así su desarrollo diario (Thapar et al., 2022).

Según Twenge (2020) el entorno tecnológico es una de las causas plausibles de la disminución del bienestar en los jóvenes, derivando de allí el consumo constante de videojuegos y redes sociales (Hankin y Griffith, 2023), surgiendo un debate sobre la depresión como flagelo constante e invisibilizado en los jóvenes y su relación con los videojuegos, la cual se resume en las siguientes interrogantes:

1. ¿Son los videojuegos una causa o una forma de terapia de la depresión juvenil?
2. ¿Qué tipo de enfoque científico se aborda en las investigaciones sobre depresión juvenil y videojuegos?
3. ¿Qué tipos de depresión se articulan en los estudios que contienen a los jóvenes y los videojuegos como objeto de estudio?

En definitiva, la siguiente investigación propende articular y responder los patrones, efecto y asociación entre la depresión juvenil y los videojuegos. a través de la sistematización de los estudios científicos previos con la finalidad de esclarecer el rol de los videojuegos dentro del contexto psicológico que abarca la depresión en los jóvenes.

Factores de riesgo implicados en la depresión juvenil

Como bien se comentó previamente, la depresión juvenil contiene una serie de factores que afectan directamente su incremento, entre los que se debe destacar tanto el elemento biológico como el social. Entre los factores biológicos se encuentra la influencia genética, en la que existe un aumento del riesgo de presentar depresión juvenil si tiene un familiar de primer grado con antecedente de depresión (Sullivan et al., 2000).

Otro factor es la presencia de anomalías del sistema nervioso central, ya sea con la falta del desarrollo de la corteza cerebral, o la disminución de la secreción de neurotransmisores (Drevets et al., 2008).

En cuanto a los factores sociales se relacionan mayormente a una exposición precoz al estrés la presión académica o incluso familiar (Meaney, 2001). Sumadas a las causas más comunes ya mencionadas, también la bibliografía especializada enfatiza las formas de prevención, particularmente, Werner (2012) expresan que el apoyo social y la actividad física son los reguladores principales de estado emocional incidiendo directamente en el estilo de vida de los jóvenes.

Impacto de los videojuegos en los jóvenes

Los juegos son actividades naturales, placenteras e innatas que permiten el desarrollo del infante y de los jóvenes, la repercusión positiva ha sido se encuentra suficientemente revisada por distintos autores que argumentan el aumento de la creatividad, la imaginación y la capacidad de adquisición de conocimiento (Adachi y Willoughby, 2017; Green y Kaufman, 2015; Ott y Pozzi, 2012) El factor más importante que se genera durante el juego son las experiencias variadas que pueden presentarse como, aprender a ganar y perder, aprender a autoconocerse y determinar las fortalezas y las debilidades de los jugadores (Granic et al., 2014); además, permite aplicar las reglas sociales, éticas y morales, junto con la integración de procesos de cooperación ayuda, autonomía e integración, junto con la expresión de los sentimientos (Villani et al., 2018).

En resumen, las actividades lúdicas han facilitado que los jóvenes tengan la posibilidad de generar relaciones interpersonales, lo que conlleva a una mejor comunicación e interacción; además se fortalecen actitudes comportamentales, valores, solidaridad, amistad y fomenta la resolución de conflictos (Rapp, 2018). Otro aspecto esencial que se adquiere con las actividades lúdicas es el desarrollo de la autoestima sobre todo en el hecho de expresarse para una adecuada comprensión de las conductas y formas propias de expresión (Vásquez y Cabrera; 2022). En definitiva, desde la noción general de los juegos se denotan una simetría con base a los beneficios y ventajas que estos producen en los jóvenes.

En cambio, dentro del contexto digital, se ha bifurcado la percepción hacia los videojuegos donde se conciben sus efectos nocivos incluso para la salud mental (Guzmán Cortés et al., 2022) abordándose desde umbrales patológicos producidos por el deseo del joven hacia la consecución del éxito, la creación de relaciones sociales y la inmersión en un entorno que difiere de la realidad (Lecardeur, 2013) degenerando en comportamientos adictivos que producen un empeoramiento de las relaciones interpersonales, retraimiento, ansiedad, depresión y falta de atención (Milani et al., 2018).

Dicha premisa se agrava aún más con la oferta masiva de videojuegos en plataformas móviles que actúan de catalizador hacia este tipo de comportamientos, reportándose un incremento de la depresión en adolescentes de sexo masculino (Wang et al., 2019).

Aunque a los juegos se les ha conferido una atribución causal asociada a trastornos depresivos, también se ha analizado su uso integrado en prevenciones e intervenciones eficientes para jóvenes con depresión (Ferrari et al., 2020) reduciendo los síntomas clínicos y superando las barreras físicas para los procesos de psicoterapia (Ruiz et al., 2022). Pese a que existe bibliografía científica donde igualmente se prescribe el uso de videojuegos para contrarrestar los efectos de la depresión, no existe una sistematización vinculada con precisión hacia los jóvenes, siendo este el principal objeto de estudio de esta investigación.

Objetivos

En el marco de esta investigación, se establece como **objetivo general** explorar la información bibliográfica sobre depresión juvenil y videojuegos. A partir de allí se busca organizar en dos **objetivos específicos**:

1. Determinar los patrones independientes de los tipos de depresión juvenil y los videojuegos.
2. Examinar el efecto y la asociación entre la depresión juvenil y los videojuegos.

Método

Se realiza un estudio de enfoque mixto, permitiendo obtener de las propiedades y características recurrentes de las investigaciones previas sobre la temática presentada. Complementariamente, el estudio se basa en la aplicación del diseño de revisión sistemática de literatura -SLR- comúnmente incorporada para sintetizar resultados, permitiendo la explicación general de teorías y patrones sobre un fenómeno concreto (Gough et al., 2017).

Diseño

A partir de allí y reconociendo la reciente publicación realizada por Gliosci y Barros-Pontes e Silva (2023) en el que se precisan solo 26 documentos relacionados con tratamientos de la depresión través de los videojuegos, la siguiente investigación busca profundizar en la depresión de los jóvenes como objeto de estudio, basándose en una revisión de literatura científica y complementando con un análisis bibliométrico que permitan conocer con mayor claridad la tendencia en este ámbito.

Bajo esta tesitura, la documentación sea la herramienta de recopilación de datos utilizada en este tipo de pesquisas, misma que se organizará en dos fases: la primera fase configurada bajo criterios de selección y la segunda mediante criterios de análisis.

Para la primera fase, los criterios de selección de los estudios se demarcan en la siguiente tabla 1, permitiendo conocer la base fundamental para la inclusión y exclusión de los documentos.

Tabla 1

<i>Criterios de selección de documentos</i>	
Criterio	Descripción de los criterios
Base de datos	<i>Web of Science</i> Science Citation Index Social Science Citation Index Emerging Source Citation Index <i>Scopus</i> Pubmed Redalyc
Tipos de publicación	Artículos científicos
Palabras de búsqueda	<depresión juvenil> AND <videojuegos> <youth depression> AND <videogames>
Intervalo de fecha	2000- julio 2023*
Idiomas	Inglés y español

Fuente: Elaboración propia

Procedimiento

En justificación de los criterios seleccionados, se debe manifestar que las bases de datos seleccionadas Web of Science y Scopus representan sustancialmente aquellas que mayor visibilidad poseen en el ámbito académico, incluyendo Pubmed debido a la aproximación de la pesquisa a las áreas de la salud. Por su parte, también fue seleccionada Redalyc, base de datos bibliográfica de mayor repercusión en español para extender así el muestreo hacia el contexto hispanohablante.

Por su parte, se admitió toda tipología de documentación publicada con el fin de abarcar la mayor cantidad de publicaciones posibles con el operador booleano “AND”: <depresión juvenil> AND <videojuegos>; <youth depression> AND <videogames>.

Seguidamente, para el intervalo temporal procedió a establecer 2000 como fecha de inicio debido a que en dicho año, se presentó como un hito para la industria de los videojuegos siendo el comienzo de la formalización de la industria emergiendo un espectro heterogéneo de contenido creativo (Keogh, 2019) la fecha final ha sido julio 2023 como límite actual. Aún más para extender la información, se buscó en inglés y español obteniendo los siguientes resultados (Tabla 2).

Tabla 2

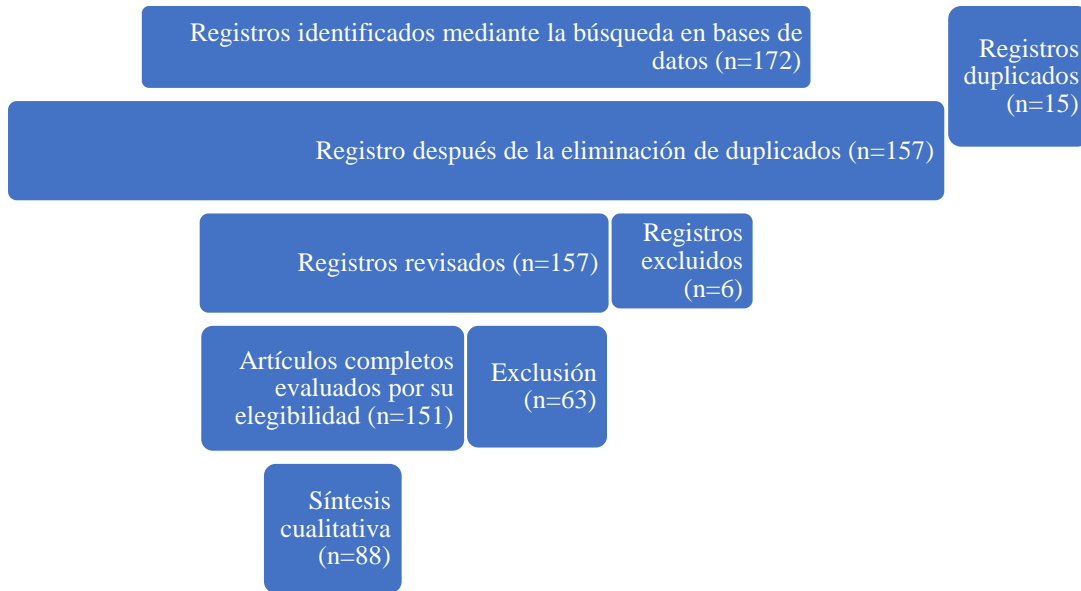
<i>Número de publicaciones en base de datos</i>	
Base de datos	N° de publicaciones
Web of Science	18
Scopus	10
Pubmed	30
Redalyc	114
Total:	172

Fuente: Datos obtenidos de Web of Science, Scopus y Pubmed.

Teniendo en cuenta los 58 artículos se realizó una criba a partir de diagrama Prisma-P de Shamseer et al. (2015) con el fin de filtrar duplicados y aquellos documentos que no cumplieran con los criterios previos de selección, obteniendo los siguientes resultados (Figura 1).

Figura 1

Diagrama de flujo entre depresión juvenil y videojuegos



Fuente: Realizado a partir de a partir de Shamseer et al. (2015)

Las investigaciones seleccionadas tuvieron un proceso de cribado subdividido en 3 fases. Para la primera fase se eliminaron las publicaciones triplicadas tanto en Scopus, Web of Science y Pubmed, los artículos triplicados son: Romer et al. (2013), Swansburg et al. (2021), Wasserman (2016), Zhu et al. (2023), Zhang et al. (2022), Zink *et al.* (2020), Zink et al. (2019), Complementariamente, el artículo de Shakun (2022) solo se encuentra por duplicado en Scopus y Web of Science, cabe mencionar que los documentos presentados en Redalyc no estaban triplicados ni duplicados en ninguna otra base de datos.

La segunda fase del cribado fue revisar el idioma de los documentos ya que por defecto en la primera revisión se incluyeron documentos que contenían en resumen en inglés o español pero el contenido del texto en portugués o ruso. La eliminación contó con 6 documentos, manteniendo un subtotal de 151 documentos.

En el tercer y último cribado, se establecieron dos parámetros para filtrar documentos, entre ellos fueron: limitar a los artículos vinculados exclusivamente a revistas de ciencias de la salud y psicología, en añadido, en los filtros de Pubmed se permite establecer rango directo de edad, siendo adolescentes entre 13 a 18 años el rango de edad del muestreo en los artículos seleccionados. Después de esta primera criba se obtuvo un total de 88 artículos para su revisión.

Tomando en consideración los 88 artículos totales para este estudio, se establece como una cantidad de publicaciones promedio en comparación de otras investigaciones que aplican revisión sistemática de literatura científica sobre salud, para muestra, el trabajo de Ohlwein et al. (2019) con 85 estudios originales. Reconociendo que el número establecido de artículos vislumbra una pertinencia significativa, se presentan los siguientes criterios de análisis que permitirán la exploración de patrones de los artículos seleccionados:

1. Enfoque y diseño del estudio: Abarca tanto el enfoque organizado en cualitativo, cuantitativo o mixto. En los diseños se presentan los siguientes: exploratorios, descriptivos, explicativos, revisiones sistemáticas previas, estudios de caso, etnografías o análisis narrativos (Hernández-Sampieri et al., 2014).
2. Aproximación de los videojuegos a la depresión: Este criterio se organiza en dos dimensiones, la primera referida al tipo de efecto y al tipo de asociación. Respecto al tipo de efecto se encuentra positiva, negativa o neutra, para el tipo de asociación se orienta hacia los videojuegos como una causa de la depresión, los videojuegos como una solución a la terapia o los videojuegos con un rol bidireccional de causa-efecto. (Rodríguez-Rodríguez y García Padilla, 2021).
3. Finalidad de los videojuegos en el contexto del trastorno depresivo: Si bien existen multiplicidad de tipologías de videojuegos, esta categoría se orienta hacia propósito del videojuego: cognitivo, motivacional, emocional o social (Halbrook et al., 2019).

Los 3 criterios mencionados buscan prescribir tanto los tipos de estudio, tipos de depresión, tipos de juego y aproximación entre videojuegos y depresión dentro del grupo etario de jóvenes, permitiendo de ese modo compendiar las coocurrencias de la información evidenciada en las 88 publicaciones.

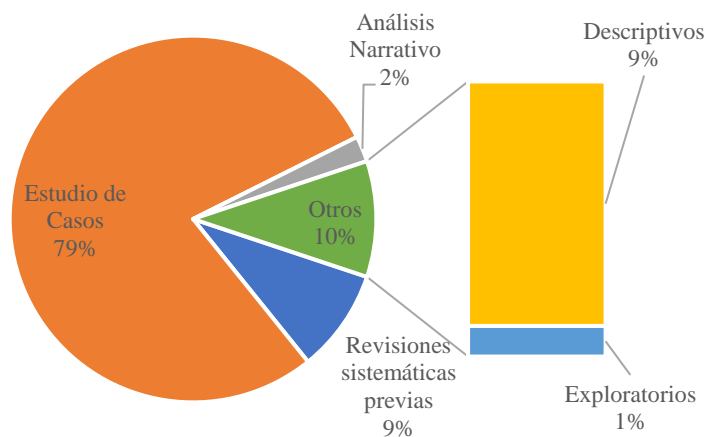
Resultados

Respecto al tipo de enfoque y diseño del estudio, se resalta que se utilizaron 69 estudios de tipo cuantitativo y 19 estudios cualitativos para el análisis.

Según el tipo de diseño, se evidenció un 79% de los estudios fueron estudios de caso, el 9% de los estudios restantes fueron producto de revisiones sistemáticas previas, 9% de estudios descriptivos, 2% de análisis narrativo y el 1% de estudios exploratorios (Figura 2).

Figura 2

Tipo de diseño de investigación



Fuente: Elaboración propia

En cuanto al tipo de vinculación entre videojuegos y depresión obtenido en la revisión de los 88 estudios de la muestra, se evidenció que en 20 publicaciones representadas por el 23% de los artículos, los videojuegos desencadenaron un efecto positivo respecto a la depresión sirviendo del proceso terapéutico, mientras que el 65% - 57 publicaciones- de los estudios determinó la presencia de efectos negativos, esto significa que si el adolescente presenta factores de riesgo para depresión, el uso de los mismos desencadenará el aumento de síntomas patológicos (Figura 3).

Respecto a los efectos positivos representado por 23% de los estudios indica el aumento de la motivación, reducción de la ansiedad, aumento de las relaciones interpersonales e intrapersonales, aumento de las capacidades cognitivas, aumento del rendimiento académico y reducción de síntomas de adicción a los videojuegos. Más aún, los videojuegos simples y fáciles de usar en poco tiempo ayudan en mejorar las áreas de ansiedad, estrés y aumenta el estado de ánimo de los jóvenes que presentan depresión (Pine et al., 2020).

Aunque previamente se evidenció que el diagnóstico más fiable de ansiedad y depresión es con la utilización de juegos de realidad virtual en los videojuegos sirviendo para el tratamiento de la ansiedad y depresión (Baghaei et al., 2021). Otro estudio de esta muestra evidencia que los videojuegos estimulan a nivel del sistema de recompensa de nuestro cerebro (Ruiz et. al. 2022).

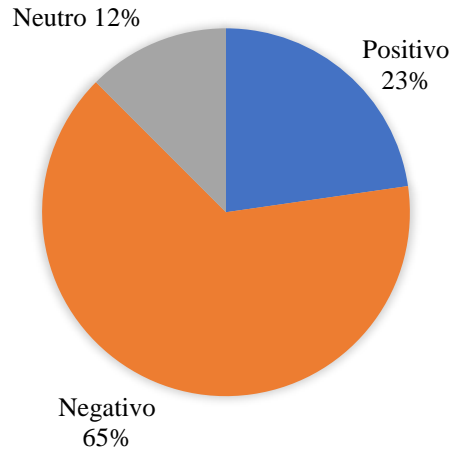
Profundizando en los efectos negativos de los videojuegos, varios estudios han determinado que los videojuegos incrementan la ansiedad y los síntomas depresivos (Boubeta et al. 2015; Echeburúa y de Corral. 2010; Zhu et. al. 2023); aunque se ha determinado que, por las características propias del adolescente, presenta problemas conductuales y mayor consumo de alcohol, aumentando así las conductas adictivas.

Otros estudios de casos han determinado que los adolescentes con depresión juvenil que usan videojuegos inducen a la presencia de ideaciones suicidas, conductas autolesivas, presencia de conductas agresivas y conductas inadecuadas (Byrne et al., 2023; Buja et al., 2022; Coyne et. al., 2023; Zhu et. al., 2023).

Otro punto relevante es la presencia de problemas conductuales asociado con los trastornos del comportamiento, e incluso, disminución de la autoestima (Shakun et al., 2022; Yildiz et al., 2023).

Figura 3

Tipo de efecto de los videojuegos en la depresión



Fuente: Elaboración propia

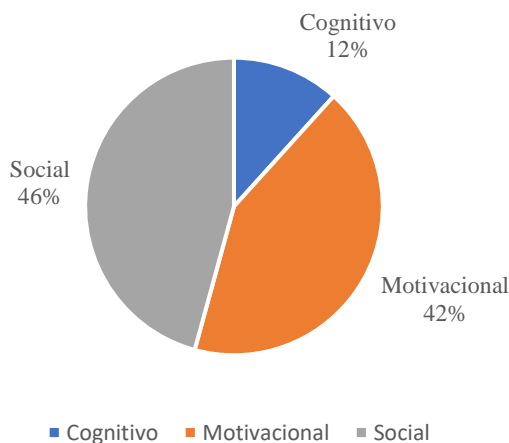
Tomando en consideración el propósito de los videojuegos en el contexto vinculado al trastorno depresivo, se ha organizado en los siguientes efectos: cognitivo, motivacional y social constando en primera instancia que a nivel cognitivo únicamente el 12% de los estudios tienen relación con este nivel reflejando que los videojuegos actúan de terapia produciendo una mejoría de las habilidades cognitivas y en el rendimiento académico (Anguera et al., 2023; Garcia-Naveira et. al., 2018; Govender et. al., 2015; Li et. al., 2023); sin embargo y en contraposición el exceso del uso de los videojuegos puede presentar alteración del sueño, con posterior alteración del rendimiento académico (Kenney y Gortmaker. 2017; Zhang et. al., 2022).

En relación con el efecto motivacional, el 42% de los artículos menciona su correspondencia. Este dato es importante, puesto que los síntomas depresivos exhiben una baja autoestima y una disminución de la capacidad de motivación, lo cual, es acorde a la literatura científica revisada existe un aumento de riesgo de presentar comportamientos inadecuados y disminución de la motivación, junto con una disminución del sentido a la vida, ausencia de responsabilidad, competitividad y autonomía (Fraser et al., 2023; Gómez et. al., 2023; Kaya et. al., 2023; Shi et al., 2023).

A nivel social, se evidencia que el 46% de los estudios detallan efectos a nivel de las relaciones interpersonales e intrafamiliares. Los efectos negativos a nivel social que frecuentemente se presentan son los problemas de relación intrapersonales e interpersonales; además, se suele generar conductas agresivas, comportamientos inadecuados, incompatibilidad y aislamiento social (Llorens et al., 2023; Nazligul et. al., 2023; Sánchez- Slack et al., 2022). Sin embargo, existen efectos positivos que pueden presentarse, como: mejoría de relaciones intrafamiliares e interpersonales (Ballard y Spencer, 2023).

Figura 4

Niveles de efecto de los videojuegos en el trastorno depresivo



Fuente: Elaboración propia

Discusión

Esta investigación destaca los posibles efectos positivos y negativos de los videojuegos en la salud mental, especialmente en relación con la depresión. Se reconoce que los videojuegos pueden tener efectos tanto beneficiosos como perjudiciales para las personas, y que es importante comprender la relación específica entre los videojuegos y la depresión juvenil.

A partir de allí y al revisar los 88 documentos se abarcan los diferentes enfoques y asociaciones entre videojuegos y depresión, se exploran los efectos de los videojuegos como causa, solución o factor bidireccional en relación con la depresión, reconociéndose que los videojuegos pueden servir como una forma de escapismo y proporcionar una sensación de logro y motivación, lo que puede ser beneficioso para las personas que experimentan depresión. Sin embargo, el juego excesivo también puede provocar aislamiento social, bajo rendimiento académico y exacerbación de los síntomas depresivos. Precisando, los videojuegos pueden servir como mecanismo de afrontamiento y proporcionar una sensación de diversión y logro, aliviando potencialmente los síntomas depresivos. Por otro lado, el juego excesivo puede provocar retraimiento social, dificultades académicas y un mayor riesgo de desarrollar o agravar la depresión.

En resumidas cuentas y más allá del extenso debate existente sobre la correlación entre la depresión juvenil y los videojuegos, se debe organizar en 3 indicadores que sirvieron de criterios de análisis de los 88 documentos revisados. El primer indicador enfocado en la metodología, el 78% de los son de enfoque cuantitativo y 22% de estudios cualitativos, esto implica que la mayoría de los estudios responden a análisis de tipo descriptivo estadístico que permite presentar resultados significativos sobre esta línea de estudio.

El segundo indicador referido al efecto evidenciado de los videojuegos con la depresión juvenil, en el 65% predomina una visión negativa hacia los videojuegos, siendo la premisa para generar comorbilidades y efectos contraproducentes para la salud mental de los jóvenes, mientras que solo el 23% refiere a sus efectos positivos hacia intervenciones terapéuticas para alivianar consecuencias de trastornos. En cuanto a los distintos niveles que pueden producir los efectos de los videojuegos, se denota un efecto directo en el ámbito social (46%) y motivacional (42%), menos a nivel cognitivo (42%) estos datos demuestran una asociación directa de sus efectos con las relaciones interpersonales, seguido de un efecto referido a la emoción, autoestima y competitividad, por último, las habilidades cognitivas como memoria, atención, lenguaje, creatividad y planificación son las menos estudiadas dentro de este contexto.

Conclusiones, sugerencias y limitaciones

En definitiva, este estudio contribuye a una mejor comprensión de la relación entre los videojuegos y la depresión juvenil, destacando la necesidad de un enfoque equilibrado en el uso de los videojuegos como posible intervención contra la depresión. Es importante tener en cuenta las diferencias individuales, como la edad, el sexo y los hábitos de juego, a la hora de evaluar el impacto de los videojuegos en la salud mental.

El estudio también subraya la importancia de promover hábitos de juego saludables y de proporcionar orientación y apoyo adecuados a las personas en riesgo de depresión o que la padecen. Esto incluye educar a los padres, cuidadores y profesionales de la salud mental sobre los beneficios y riesgos potenciales de los videojuegos, así como aplicar estrategias para promover el juego responsable y controlar el uso excesivo.

Entre los obstáculos evidenciados se encontró la revisión de 88 artículos ya que comúnmente las revisiones de literatura científica contienen un rango menor al revisado. Esta decisión fue apoyada por los autores debido a que la muestra seleccionada abordaba directamente la situación de los videojuegos y la depresión juvenil, de igual manera, otra de las limitaciones que se consiguió durante el análisis fue la inclusión de publicaciones sobre depresión juvenil-videojuegos vinculadas a la pandemia, algunos de ellos fueron excluidos ya que trataban el tema de depresión como un elemento coyuntural y superficial.

Aunque el estudio contiene hallazgos significativos para la comunidad académica, todavía existen cuestiones que deben ser abordadas en futuras investigaciones como el uso de la gamificación, dado que la misma no responde a criterios de diseño propiamente de los videojuegos sino de experiencias lúdicas con elementos de juegos incorporados, asimismo debería profundizarse hacia el otro extremo de rango de edad referido a los adultos mayores utilizando los mismos criterios de selección y de análisis.

Referencias

- Adachi, P. J. y Willoughby, T. (2017). The link between playing video games and positive youth outcomes. *Child Development Perspectives*, 11(3), 202-206. <https://doi.org/10.1111/cdep.12232>
- Anguera, J. A., Rowe, M. A., Volponi, J. J., Elkurdi, M., Jurigova, B., Simon, A. J., Anguera-Singla, R., Gallen, C. L., Gazzaley, A. y Marco, E. J. (2023). Enhancing attention in children using an integrated cognitive-physical videogame: A pilot study. *NPJ Digital Medicine*, 6(1), 65. <https://doi.org/10.1038/s41746-023-00812-z>
- Baghaei, N., Chitale, V., Hlasnik, A., Stemmet, L., Liang, H. N. y Porter, R. (2021). Virtual Reality for Supporting the Treatment of Depression and Anxiety: Scoping Review. *JMIR Mental Health*, 8(9), e29681. <https://doi.org/10.2196/29681>
- Ballard, M. E. y Spencer, M. T. (2023). Importance of Social Videogaming for Connection with Others During the COVID-19 Pandemic. *Games and Culture*, 18(2), 251–264. <https://doi.org/10.1177/15554120221090982>
- Buja, A., Sperotto, M., Genetti, B., Vian, P., Vittadello, F., Simeoni, E., ... y Baldo, V. (2022). Adolescent gambling behavior: a gender oriented prevention strategy is required? *Italian Journal of Pediatrics*, 48(1), 1-9. <https://doi.org/10.1186/s13052-022-01309-3>
- Byrne A., Vasileiros S. y Lee-Kannis D. (2022). Problematic gaming: the role of desire thinking, metacognition, and the Proteus Effect. *Behaviour & Information Technology*, 42(10), 1453-1465. <https://doi.org/10.1080/0144929X.2022.2081092>
- Chapi Mori J. (2013). Características de la depresión en la adolescencia. *Revista Digital EOS Perú* (1)1, 1-7.
- Coyne, S. M., Warburton, W., Swit, C., Stockdale, L. y Dyer, W. J. (2023). Who is Most at Risk for Developing Physical Aggression After Playing Violent Video Games? An Individual Differences Perspective From Early Adolescence to Emerging Adulthood. *Journal of Youth and Adolescence*, 52(4), 719–733. <https://doi.org/10.1007/s10964-023-01739-0>

- Deppe, M. y Zapko-Willmes, A. (2023). Youth Depression Symptoms During COVID-19. *Zeitschrift für Psychologie*, 231(2), 126-136. <https://doi.org/10.1027/2151-2604/a000521>
- Drevets, W. C., Price, J. L. y Furey, M. L. (2008). Brain Structural and Functional Abnormalities in Mood Disorders: Implications for Neurocircuitry Models of Depression. *Brain Structure and Function*, 213(1-2), 93-118. <https://doi.org/10.1007/s00429-008-0189-x>
- Echeburúa, E. y de Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*, 22(2), 91-95. <https://doi.org/10.20882/adicciones.196>
- Ferrari, M., McIlwaine, S. V., Reynolds, J. A., Archie, S., Boydell, K., Lal, S., ... y Iyer, S. N. (2020). Digital game interventions for youth mental health services (gaming my way to recovery): protocol for a scoping review. *JMIR research protocols*, 9(6), e13834. <https://doi.org/10.2196/13834>
- Fraser R; Slattery J. y Yakovenko I. (2023). Escaping through video games: Using your avatar to find meaning in life. *Computers in Human Behavior*, 144, 107756. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2023.107756>.
- Gliosci, R. y Barros Pontes e Silva, T. (2023). Therapeutic Interventions with Videogames in Treatments for Depression: A Systematic Review. *Games for Health Journal*, 12 (2). <https://doi.org/10.1089/g4h.2022.0094>
- Gómez-Cambronero, Á., Casteleyn, S., Bretón-López, J., García-Palacios, A., y Mira, A. (2023). A smartphone-based serious game for depressive symptoms: Protocol for a pilot randomized controlled trial. *Internet Interventions*, 32, 100624. <https://doi.org/10.1016/j.invent.2023.100624>
- Gough, D., Oliver, S. y Thomas, J. (2017). *An introduction to Systematic Reviews*. Sage
- Govender, M., Bowen, R. C., German, M. L., Bulaj, G. y Bruggers, C. S. (2015). Clinical and Neurobiological Perspectives of Empowering Pediatric Cancer Patients Using Videogames. *Games for Health Journal*, 4(5), 362–374. <https://doi.org/10.1089/g4h.2015.0014>
- Granic, I., Lobel, A. y Engels, R. C. (2014). The benefits of playing video games. *American Psychologist*, 69(1), 66-78. <https://doi.org/10.1037/a0034857>
- Green, G. y Kaufman, J. C. (2015). *Video games and creativity*. Academic Press.

- Guzmán Cortés, J. A., Sánchez-Betancourt, J. T., Meneses López, N., Feliciano Hernández, V. y Ruiz Reyes, V. (2022). Diferencias en la atención sostenida en jóvenes universitarios con distintos niveles de uso de smartphone. *Interdisciplinaria*, 39(2), 23-36. <http://dx.doi.org/10.16888/interd.2022.39.2.2>
- Halbrook, Y. J., O'Donnell, A. T. y Msetfi, R. M. (2019). When and how video games can be good: A review of the positive effects of video games on well-being. *Perspectives on Psychological Science*, 14(6), 1096-1104. <https://doi.org/10.1177/1745691619863807>
- Hankin, B. L. y Griffith, J. M. (2023). What Do We Know About Depression Among Youth and How Can We Make Progress Toward Improved Understanding and Reducing Distress? A New Hope. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 1-24. <https://doi.org/10.1007/s10567-023-00437-4>
- Hernández-Sampieri, R., Fernández-Collado, C. y Baptista-Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación*. McGraw Hill
- Kaya, A., Türk, N., Batmaz, H. y Griffiths, M. D. (2023). Online Gaming Addiction and Basic Psychological Needs Among Adolescents: The Mediating Roles of Meaning in Life and Responsibility. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 1–25. <https://doi.org/10.1007/s11469-022-00994-9>
- Kenney, E.L. y Gortmaker, S.L. (2017). United States Adolescents' Television, Computer, Videogame, Smartphone, and Tablet Use: Associations with Sugary Drinks, Sleep, Physical Activity, and Obesity. *The Journal of Pediatrics*, 182, 144–149. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jpeds.2016.11.015>
- Keogh, B. (2019). From aggressively formalised to intensely in/formalised: Accounting for a wider range of videogame development practices. *Creative Industries Journal*, 12(1), 14-33. <https://doi.org/10.1080/17510694.2018.1532760>
- Lecardeur, L. (2013). Psychopathologie du jeu multi-joueurs en ligne. *Annales Médico-psychologiques, Revue Psychiatrique*, 171 (8), 579-586. <https://doi.org/10.1016/j.amp.2013.06.011>
- Milani, L., La Torre, G., Fiore, M., Grumi, S., Gentile, D. A., Ferrante, M., ... y Di Blasio, P. (2018). Internet gaming addiction in adolescence: Risk factors and maladjustment correlates. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 16, 888-904. <https://doi.org/10.1007/s11469-017-9750-2>

- Meaney, M. J. (2001). Maternal care, gene expression, and the transmission of individual differences in stress reactivity across generations. *Annual Review of Neuroscience*, 24(1), 1161-1192. <https://doi.org/10.1146/annurev.neuro.24.1.1161>
- Nazligul, M.D., Yilmaz, A.E. y Griffiths, M.D. (2023). Gaming Addiction and Exercise Addiction: To What Extent Are They The Same or Different In Terms of Emotional Abuse and/or Emotional Neglect Etiologies?. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 21(1), 145–164. <https://doi.org/10.1007/s11469-021-00585-0>
- Ohlwein, S., Kappeler, R., Kutlar Joss, M., Künzli, N. y Hoffmann, B. (2019). Health effects of ultrafine particles: a systematic literature review update of epidemiological evidence. *International Journal of Public Health*, 64, 547-559. <https://doi.org/10.1007/s00038-019-01202-7>
- Ott, M. y Pozzi, F. (2012). Digital games as creativity enablers for children. *Behaviour & Information Technology*, 31(10), 1011-1019. <https://doi.org/10.1080/0144929X.2010.526148>
- Pine, R., Fleming, T., McCallum, S. y Sutcliffe, K. (2020). The Effects of Casual Videogames on Anxiety, Depression, Stress, and Low Mood: A Systematic Review. *Games for Health Journal*, 9(4), 255–264. <https://doi.org/10.1089/g4h.2019.0132>
- Rapp, A. (2018). Social game elements in world of warcraft: Interpersonal relations, groups, and organizations for gamification design. *International Journal of Human-Computer Interaction*, 34(8), 759-773. <https://doi.org/10.1080/10447318.2018.1461760>
- Rodríguez-Rodríguez, M. y García Padilla, F. M. (2021). El uso de videojuegos en adolescentes. Un problema de Salud Pública. *Enfermería Global*, 20(62), 557-591. <https://doi.org/10.6018/eglobal.438641>
- Romer, D., Bagdasarov, Z. y More, E. (2013). Older versus newer media and the well-being of United States youth: results from a national longitudinal panel. *Journal of Adolescent Health*, 52(5), 613-619. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2012.11.012>

- Ruiz, M., Moreno, M., Girela-Serrano, B., Díaz-Oliván, I., Muñoz, L. J., González-Garrido, C. y Porras-Segovia, A. (2022). Winning The Game Against Depression: A Systematic Review of Video Games for the Treatment of Depressive Disorders. *Current Psychiatry Reports*, 24(1), 23–35. <https://doi.org/10.1007/s11920-022-01314-7>
- Sánchez-Llorens, M., Marí-Sanmillán, M. I., Benito, A., Rodríguez-Ruiz, F., Castellano-García, F., Almodóvar, I. y Haro, G. (2023). Personality traits and psychopathology in adolescents with videogame addiction. Rasgos de personalidad y psicopatología en adolescentes con adicción a videojuegos. *Adicciones*, 35(2), 151–164. <https://doi.org/10.20882/adicciones.1629>
- Shakun, E. U., Lanovaya, A. M. y Fadeeva, E. V. (2022). Addiction And Problematic Internet Use Among Girls and Young Women: Prevalence, Main Features And Measures (A Review Of Russian Studies). *Counseling Psychology and Psychotherapy*, 30(2), 45–66.. <https://doi.org/10.17759/cpp.2022300204>
- Shamseer, L., Moher, D., Clarke, M., Ghersi, D., Liberati, A., Petticrew, M., ... y Stewart, L. A. (2015). Preferred reporting items for systematic review and meta-analysis protocols (PRISMA-P) 2015: elaboration and explanation. *Bmj*, 349. <https://dx.doi.org/10.1136/bmj.g7647>
- Shi, Y., Tang, Z., Gan, Z., Hu, M. y Liu, Y. (2023). Association Between Family Atmosphere and Internet Addiction Among Adolescents: The Mediating Role of Self-Esteem and Negative Emotions. *International Journal of Public Health*, 68, 1605609. <https://doi.org/10.3389/ijph.2023.1605609>
- Slack, J. D., Delfabbro, P. y King, D. L. (2022). Toward a delineation of the differences between high engagement and problem gaming. *Addictive Behaviors Reports*, 16, 100462. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2022.100462>
- Sullivan, P. F., Neale, M. C. y Kendler, K. S. (2000). Genetic Epidemiology of Major Depression: Review and Meta-Analysis. *American Journal of Psychiatry*, 157(10), 1552-1562. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.157.10.1552>
- Swansburg, R., Hai, T., MacMaster, F. P. y Lemay, J. F. (2021). Impact of COVID-19 on lifestyle habits and mental health symptoms in children with attention-deficit/hyperactivity disorder in Canada. *Paediatrics & Child Health*, 26(5), e199-e207. <https://doi.org/10.1093/pch/pxab030>

- Thapar, A., Eyre, O., Patel, V. y Brent, D. (2022). Depression in young people. *The Lancet*, 400(10352), 617-631 [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(22\)01012-1](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(22)01012-1)
- Twenge, J. M. (2020). Why increases in adolescent depression may be linked to the technological environment. *Current Opinion in Psychology*, 32, 89-94. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2019.06.036>
- Vásquez Delgado, L. E. y Cabrera Constain, V. A. (2022). Los juegos lúdico-cooperativos, como una estrategia favorable para las relaciones personales entre estudiantes. *Revista Unimar*, 40(1), 54–75. <https://doi.org/10.31948/Rev.unimar/unimar40-1-art3>
- Wasserman, D. (2016). Review of health and risk-behaviours, mental health problems and suicidal behaviours in young Europeans on the basis of the results from the EU-funded Saving and Empowering Young Lives in Europe (SEYLE) study. *Psychiatria Polska*, 50(6), 1093-1107. <https://doi.org/10.12740/pp/66954>
- Villani, D., Carissoli, C., Triberti, S., Marchetti, A., Gilli, G. y Riva, G. (2018). Videogames for emotion regulation: a systematic review. *Games for Health Journal*, 7(2), 85-99. <https://doi.org/10.1089/g4h.2017.0108>
- Wang, J. L., Sheng, J. R. y Wang, H. Z. (2019). The association between mobile game addiction and depression, social anxiety, and loneliness. *Frontiers in Public Health*, 7, 247. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2019.00247>
- Werner, E. E. (2012). What can we learn about resilience from large-scale longitudinal studies? In M. Ungar (Ed.), *The social ecology of resilience* (pp. 91–105). Springer.
- Yildiz Durak, H., Haktanir, A. y Saritepeci, M. (2023). Examining the Predictors of Video Game Addiction According to Expertise Levels of the Players: The Role of Time Spent on Video Gaming, Engagement, Positive Gaming Perception, Social Support and Relational Health Indices. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 1–26. <https://doi.org/10.1007/s11469-023-01073-3>
- Zhang, J. L., Zhou, N., Song, K. R., Zou, B. W., Xu, L. X., Fu, Y., ... y Zhang, J. T. (2022). Neural activations to loss anticipation mediates the association between difficulties in emotion regulation and screen media activities among early adolescent youth: A moderating role for depression. *Developmental Cognitive Neuroscience*, 58, 101186. <https://doi.org/10.1016/j.dcn.2022.101186>

- Zhang, J. L., Zhou, N., Song, K. R., Zou, B. W., Xu, L. X., Fu, Y., Geng, X. M., Wang, Z. L., Li, X., Potenza, M. N., Nan, Y. y Zhang, J. T. (2022). Neural activations to loss anticipation mediates the association between difficulties in emotion regulation and screen media activities among early adolescent youth: A moderating role for depression. *Developmental Cognitive Neuroscience*, 58, 101186. <https://doi.org/10.1016/j.dcn.2022.101186>
- Zhu, X., Griffiths, H., Xiao, Z., Ribeaud, D., Eisner, M., Yang, Y. y Murray, A. L. (2023). Trajectories of Screen Time across Adolescence and Their Associations with Adulthood Mental Health and Behavioral Outcomes. *Journal of Youth and Adolescence*, 52(7), 1433-1447. <https://doi.org/10.1007/s10964-023-01782-x>
- Zink, J., Belcher, B. R., Kechter, A., Stone, M. D. y Leventhal, A. M. (2019). Reciprocal associations between screen time and emotional disorder symptoms during adolescence. *Preventive Medicine Reports*, 13, 281-288. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2019.01.014>
- Zink, J., Ebrahimian, S., Belcher, B. R. y Leventhal, A. M. (2020). Reciprocal associations between depression and screen-based sedentary behaviors in adolescents differ by depressive symptom dimension and screen-type. *Journal of Affective Disorders*, 263, 39-46. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.11.130>