



Facultad de Ciencias de la Salud

Licenciatura en Psicología

**Adicción a videojuegos, regulación emocional y expresividad emocional en adultos de entre
27 y 41 años residentes en AMBA**

Trabajo de Integración Final

Tutora: Ramírez, Verónica Adriana

Alumna: Ceres, Agustina - LU 1087196

Índice

Resumen.....	3
Abstract.....	3
Introducción.....	5
Objetivos	6
Objetivo general.....	6
Objetivos específicos.....	6
Hipótesis.....	6
Marco Teórico	7
Adicción a videojuegos.....	7
Regulación Emocional.....	8
Expresividad Emocional.....	9
Estado del Arte.....	10
Metodología.....	12
Diseño.....	13
Participantes.....	13
Instrumentos.....	14
Cuestionario sociodemográfico.....	14
Escala de adicción al juego (GASA; Lemmens et al., 2009) validada en España por Lloret Irlles et al. (2018).....	14
Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ; Gross & John, 2003), validado en Argentina por Pagano & Vizioli (2021).....	14
Escala de Expresividad Emocional (EES; Kring et al., 1994), validada en Argentina por Piemontesi (2012).....	15
Procedimiento	15
<i>Recolección de Datos</i>	15
Resultados	16
Análisis descriptivos.....	16
Análisis comparativos.....	17
Análisis correlacionales	18
Discusión.....	19

Limitaciones.....	22
Aportes y líneas futuras.....	23
Conclusión	24
Anexo.....	37
1. Consentimiento informado	37
2. Cuestionario Sociodemográfico.....	38
3. Escala de adicción al juego (GASA; Lemmens et al., 2009) validada en España por Lloret Irlés et al. (2016).....	41
4. Escala de Expresividad Emocional (EES; Kring et al., 1994) validada por Piemontesi (2012).....	42
5. Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ; Gross & John, 2003), validado en Argentina por Pagano y Vizioli (2021).....	43
6. Tabla de conversión de videojuego de preferencia a tipo de juego.....	44

Resumen

Los videojuegos son una de las principales formas de entretenimiento e interacción en el mundo. En Argentina, 19 millones de personas reportaron jugar videojuegos en 2021. El propósito del presente estudio fue describir y analizar la relación entre la adicción a videojuegos, la regulación y la expresividad emocionales en adultos entre 27 y 41 años, residentes en AMBA. Para esto, se recabó una muestra de 98 hombres y mujeres (43.9%) de entre 27 y 41 años ($M = 32.0$, $DE = 3.62$) que jugaran videojuegos y se administraron un cuestionario sociodemográfico y tres escalas para medir las variables de interés: Escala de adicción al juego (GASA), Cuestionario de Regulación Emocional, y Escala de Expresividad Emocional. Se comprobó que las técnicas utilizadas presentaron adecuadas medidas de confiabilidad mediante el cálculo de su alfa de Cronbach. Los resultados indicaron que, a mayor tiempo dedicado a jugar, mayores son los indicadores de adicción a videojuegos. No se hallaron diferencias significativas al realizar comparaciones por género o por frecuencia de juego, como se había planteado en las hipótesis. Estos resultados podrían explicarse debido a que todos los participantes presentaron similar cantidad de horas y frecuencia de juego. El presente estudio aporta información sobre el estudio de las variables mencionadas en población adulta, la cual representa un porcentaje importante de jugadores de videojuegos en el mundo, y ha sido muy poco estudiada, especialmente a nivel local. Por otro lado, este estudio también aportó información relevante sobre estas variables en población de mujeres, las cuales no suelen formar parte de las investigaciones de jugadores.

Palabras clave: Adicción a videojuegos, expresividad emocional, regulación emocional, millennials.

Abstract

Video games are one of the main forms of entertainment and interaction in the world. In Argentina, 19 million people reported playing video games in 2021. The purpose of this study was to describe and analyze the relationship between video game addiction, emotion regulation, and emotional expressiveness in adults between 27 and 41 years old, residents of AMBA. For this, a sample of 98 men and women (43.9%) between 27 and 41 years old ($M = 32.0$, $DE = 3.62$) who played video games and administered a sociodemographic questionnaire and three scales to measure the variables of interest: Game addiction scale (GASA), Emotional Regulation Questionnaire, and Emotional Expressiveness Scale. It was found that the techniques used presented adequate reliability measures by calculating their Cronbach alpha. The results indicated that the more time

spent playing, the higher the indicators of video game addiction. No significant differences were found when making comparisons by gender or by frequency of play, as had been proposed in the hypotheses. These results could be explained because all participants presented similar amount of hours and frequency of play. The present study provides information on the study of the variables mentioned in the adult population, which represents a significant percentage of video game players in the world, and has not been studied very much, especially at the local level. On the other hand, this study also provided relevant information on these variables in the female population, which are not usually part of player research.

Keywords: Video game addiction, emotional expressiveness, emotion regulation, millennials.

Introducción

Los orígenes del videojuego se remontan a cuando A. S. Douglas creó el juego “*Noughts and crosses*” (Tres en Raya) en 1952 (Belli & López Raventós, 2008). Hoy en día, 70 años después, el mundo se encuentra inmerso en la era digital, donde los videojuegos son una de las principales formas de entretenimiento e interacción en el mundo (Newzoo, 2022).

De acuerdo con Newzoo (2021), la mayor consultora dedicada al análisis del mercado de videojuegos, existen alrededor de 3.000 millones de usuarios de videojuegos en todo el mundo, lo cual representa cerca del 40 por ciento de la población mundial. Asimismo, señaló que la Argentina es el tercer mercado más importante de la región, con 19 millones de *gamers* o jugadores, representando el 43% de la población nacional.

La gran mayoría de los estudios sobre videojuegos se centra en niños y adolescentes. Esto se debe a que, a nivel generacional, existe mayor cantidad de jugadores en las generaciones más jóvenes, como las generaciones Alpha y Z. Sin embargo, se encontró que en la generación Millennial -que comprende a los nacidos entre 1981 y 1994-, el 83% de los consultados en un estudio participa en videojuegos o en actividades relacionadas a videojuegos (Newzoo, 2022).

El uso de videojuegos puede transformarse en problemático y afectar, incluso gravemente, distintas áreas de la salud de las personas. Numerosos estudios dan cuenta de los factores adictivos del abuso de videojuegos (Marengo et al., 2015), y de cómo esta práctica se relaciona con la regulación y la expresividad emocionales, entre otras variables, como la depresión, la alexitimia y la ansiedad (Bonnaire & Baptista, 2018; Yen et al., 2017).

Por su parte, la regulación emocional refiere a los procesos a través de los cuales un individuo toma decisiones e influye sobre sus propias emociones (Gross & John, 1998). Estos procesos incluyen la iniciación de las emociones, cómo se experimentan y cómo se expresan, es decir que implican la capacidad de modificar la experiencia emocional en función de las metas y las demandas del entorno (Eisenberg & Spinrad, 2004). Por otro lado, la expresividad emocional está íntimamente relacionada con la capacidad de socializar, regular emociones y adaptarse al entorno (Kring et al., 2014), por lo que puede pensarse que la expresividad emocional forma parte de las estrategias de regulación emocional de las personas (Gross & John, 2003).

Teniendo en cuenta lo mencionado previamente, en la presente investigación se pretenderá dar respuesta a la siguiente pregunta: ¿Cuál es la relación entre la adicción a videojuegos, la

regulación emocional y la expresividad emocional en los adultos de entre 27 y 41 años residentes en el Área Metropolitana de Buenos Aires (AMBA)?

Objetivos

Objetivo general

Describir y analizar la relación entre la adicción a videojuegos, la regulación y la expresividad emocionales, en una muestra conformada por hombres y mujeres de entre 27 y 41 años en el AMBA.

Objetivos específicos

1. Describir los patrones de adicción a videojuegos, y los niveles de regulación y expresividad emocional en la muestra especificada.
2. Explorar la existencia de diferencias en las variables mencionadas en función del principal momento de la semana dedicado a jugar videojuegos.
3. Comparar la adicción a videojuegos según género.
4. Correlacionar la adicción a videojuegos, los niveles de regulación y expresividad emocional con el tiempo semanal dedicado a jugar videojuegos.
5. Determinar si existe una relación estadísticamente significativa entre la adicción a videojuegos, la regulación y la expresividad emocionales en la muestra especificada.

Hipótesis

A continuación, se describen las hipótesis correspondientes a los objetivos de diferencia de grupos (Objetivo 3) y de correlación de variables (Objetivo 4 y Objetivo 5). No se plantean hipótesis para el objetivo descriptivo (Objetivo 1), ni para el objetivo exploratorio (Objetivo 2) por no encontrarse suficientes antecedentes para anticipar posibles resultados.

1. Los hombres presentarán mayor adicción a videojuegos y menor nivel de regulación y expresividad emocional que las mujeres.
2. Mayor cantidad de horas semanales de juego se corresponderán con una mayor adicción a videojuegos.
3. Las personas que presenten mayor adicción a videojuegos, presentarán menores niveles de regulación emocional y de expresividad emocional.

Marco Teórico

Adicción a videojuegos

Entre sus múltiples acepciones, se le llama videojuego a cualquier forma de software de entretenimiento que sea utilizado sobre alguna plataforma electrónica -por ejemplo, computadoras, o consolas- y que requiera de la participación de uno o varios jugadores conectados en un entorno físico o de red (Frasca, 2001).

Se ha estudiado que el éxito de los videojuegos en la actualidad está relacionado con la interacción psico-estructural de su diseño, y a que durante la última década se sumó un factor importante que ha sido el desarrollo tecnológico mediante el cual los videojuegos tienen cada vez mejores gráficos, sonido, y son más “realistas”. (Wood et al., 2004). Adicionalmente, la tendencia actual de los videojuegos ha mutado y no es más una mera forma de entretenimiento, sino también se posicionan como un medio de sociabilización, por ejemplo, mediante la experiencia de juego multiplayer online (múltiples jugadores en línea), siendo ésta es una de las principales motivaciones para su uso (Carbonell, 2014; Newzoo, 2021). Además, los juegos de computadora pueden proporcionar distracción o un escape de la preocupación y situaciones o sentimientos dolorosos, con beneficios tanto físicos como psicológicos (Griffiths, 2005).

Sin embargo, este “escapismo” como motivación para jugar conforma un riesgo para su adicción (Hilgard et al., 2013) y se ha demostrado que, durante la experiencia de juego, los usuarios pueden presentar una alteración de la conciencia temporal, estando en riesgo así de continuar jugando por un tiempo cada vez más prolongado, lo cual puede desencadenar en el desarrollo de un comportamiento adictivo (Hull et al., 2013).

Cuando las personas ven limitadas su calidad de vida y autonomía por la necesidad de dedicar una cantidad significativa de tiempo a jugar, se habla de un uso problemático, o dependencia. Esta dependencia se puede traducir en evitación de problemas, cambios en los estados de ánimo, pérdida de control, y victimización del usuario (Chamarro et al. 2014). También se han documentado diversos efectos psicológicos negativos como consecuencia de los juegos de computadora, que incluyen irritabilidad, ansiedad, problemas para dormir, aumento de la agresividad, depresión, y fobia social (Anderson & Bushman, 2001; Chumbley & Griffiths, 2006, Marengo et al., 2015, Wenzel et al., 2009). La Organización Mundial de la Salud (2018) reconoce que muchas personas en todo el mundo se involucran en videojuegos, de formas que se reconocen como comportamientos adictivos, pero por lo general no tienen consecuencias significativas para

la salud. Sin embargo, una pequeña proporción de personas involucradas en tales comportamientos pueden desarrollar trastornos debido a comportamientos adictivos asociados con deterioro funcional o angustia.

Desde una perspectiva psicopatológica, la adicción a videojuegos tiene características similares, pero también distintiva de otras adicciones (Marengo et al., 2015). Por ello, el DSM-5 incluye en sus diagnósticos de forma diferenciada el Trastorno de Juego por Internet (TJI), el cual es definido por el uso persistente y recurrente de internet para participar en juegos que provoca un malestar significativo en la salud del usuario (American Psychological Association, 2014).

Regulación Emocional

La regulación emocional refiere a los procesos a través de los cuales un individuo influye sobre sus propias emociones y las modifica (Gross & John, 1998). Esta habilidad beneficia al individuo en el contexto social mediante la activación de estrategias que colaboren en el ajuste de las dimensiones interna y externa, que, en caso de lograr mantenerlas equilibradas, lograría regularse emocionalmente (Brenner & Salovey, 1997). Gross y John (1998) se centran en dos estrategias principales utilizadas para regular las emociones. La primera, la reevaluación cognitiva, consiste en cambiar la forma de interpretar una situación para disminuir su impacto emocional. La segunda, la supresión, sucede más adelante en el proceso de generación de emociones, y, por el contrario, consiste en disminuir la expresión del comportamiento, pero no así la experiencia emocional. La supresión parece tener poco impacto en la experiencia emocional negativa, mientras que sí disminuye la experiencia emocional positiva. Por el contrario, la reevaluación cognitiva disminuye la experiencia y expresión de emociones negativas, mientras que aumenta la experiencia y expresión de emociones positivas. Esto, en el dominio social, conlleva consecuencias indeseables, ya que, al llevar a las personas a compartir menos de sus emociones positivas y negativas, desencadena en un menor apoyo social (Gross & John, 2003).

La regulación emocional, en tanto es una respuesta adaptativa, puede variar en cada individuo ya que las habilidades efectivas de regulación emocional son flexibles y se adaptan tanto al individuo como a la situación en cuestión (Vargas Gutiérrez & Muñoz-Martínez, 2013). Cuando un individuo experimenta dificultades para emplear alguna o todas estas habilidades de regulación, puede experimentar una desregulación emocional, lo cual puede llevar a intentos de controlar o suprimir las emociones no deseadas (Gratz & Roemer, 2004). Por su parte, los intentos excesivos

de regular las emociones negativas a través de la estrategia de supresión emocional pueden resultar en patologías (Gross, 1998; Hayes et al., 1996), al igual que la supresión de pensamientos no deseados, que también puede resultar contraproducente, pudiendo prolongar o agravar estados depresivos (Wenzlaff & Bates, 1998; Wenzlaff & Wegner 2000).

La supresión o evitación de una variedad de experiencias psicológicas, incluidos pensamientos, emociones, sensaciones, recuerdos e impulsos, se llama “evitación experiencial” (Hayes et al., 1996). Las personas que recurren a la evitación experiencial, es decir, que reprimen o evitan sus emociones de manera crónica, han demostrado tener un riesgo mayor de sufrir depresión (Wenzlaff & Wegner 2000) y trastornos de ansiedad, como son el trastorno de pánico (Barlow et al., 1989; Lissek et al., 2009) y el trastorno de estrés postraumático (Foa & Kozak 1986) que las personas que no lo hacen. Por otro lado, la preferencia por la interacción online (en lugar de cara a cara), a través de la regulación del estado de ánimo, ha emergido en la actualidad como un factor importante desencadenante en el uso desregulado de videojuegos (Haagsma., 2013).

Expresividad Emocional

La expresividad emocional puede definirse como la capacidad individual para comunicar estados emocionales a través de movimientos y gestos no verbales, ya sea faciales o corporales (Friedman et al., 1980). Darwin (1873) fue el primero en escribir un libro sobre la expresión de emociones en animales y en humanos, y afirmaba que las emociones evolucionaron porque eran adaptativas y permitían a los seres humanos sobrevivir y reproducirse.

Shariff & Tracy (2011) plantean un modelo de dos partes: la expresión de emociones como forma de adaptarse al medio (regulación fisiológica), y la expresión de emociones como forma de comunicarse socialmente. Estos autores retoman la idea de que las expresiones evolucionaron inicialmente como componentes faciales de la emoción general, y eventualmente sirvieron para preparar fisiológicamente al cuerpo para adaptarse y responder a los estímulos que provocan emociones. Otra teoría similar postula que las emociones tienen tres funciones principales: una función adaptativa, que consiste en ajustarse a las exigencias del entorno y prepararse para la acción; una función social, que facilita la comunicación; y una función motivacional, referente a la capacidad de direccionar de forma intencional la conducta (Reeve, 1994).

La habilidad de expresar emociones es relevante para el funcionamiento saludable de las personas, tanto en lo que respecta a sus estados psicológicos como a sus interacciones sociales

(Dobbs et al., 2007). Por esto, expresar emociones es de vital importancia para el funcionamiento adaptativo del ser humano, por lo cual además juega un rol central en la psicopatología (Akin et al., 2012). Además, está vinculada a la inteligencia emocional, que a su vez tiene que ver con cómo se modula la emoción (Barrett & Gross, 2001).

Cada emoción es única en el sentido de cómo se experimenta y se expresa, lo cual ayuda a conocer sobre los otros, sobre sus experiencias, a la vez que sirve para predecir su comportamiento y para promover una mejor interacción social. Asimismo, pueden ser generadas y reguladas de mejor o peor manera, lo cual va a delimitar el éxito adaptativo, o no, del individuo (Barrett & Gross, 2001).

Por otro lado, existen diferencias de género en la expresión de emociones para adultos, siendo los hombres menos expresivos que las mujeres (Christophe et al., 2009; Brody & Hall, 1993; Kring & Gordon, 1998). Si bien los hombres son menos expresivos, todo indica que sienten y se emocionan igualmente (o incluso más) que las mujeres, solo que tienden a reprimir o guardarse para sí esas emociones, en lugar de expresarlas debido a cuestiones culturales (Buck, 1977, 1984; Levenson et al., 1994). En una revisión, Chaplin (2015) propone un modelo bio-psico-social de desarrollo que estudie las diferencias de género en la expresividad emocional en la infancia, con la finalidad de comprender mejor el género y la emoción en la edad adulta y las posibles implicaciones de estos para el bienestar psicológico.

Estado del Arte

Se ha encontrado que la adicción a videojuegos se correlaciona positivamente con factores tales como ser hombre -encontrándose una razón de casi tres hombres por cada mujer jugadora patológica- (Chamarro et al., 2014; Fuster et al., 2012; Labrador et al., 2013; Wittek et al., 2015). Esto evidencia una prevalencia del género masculino en el diagnóstico de TJI (Leonhardt & Overå, 2021; Wardle et al., 2011).

En otros estudios, se evidenció una correlación positiva entre el tiempo dedicado a jugar y los niveles de adicción a videojuegos obtenidos (Bargeron & Hormes, 2017; Gentile et al., 2011; Hull et al., 2013; Hussain & Griffiths, 2009), y se halló en las personas que más jugaban evidencian de síndromes de abstinencia al dejar de jugar (Bargeron & Hormes, 2017) similares a los que existen en adicción a sustancias (Ko et al., 2009; Weiss, 2005). En este sentido, las personas con adicción a los videojuegos también poseen peor control cognitivo, memoria de trabajo, y capacidad

de toma de decisiones, similares a lo que sucede también con quienes son adictos a otras sustancias (Kuss et al., 2018). En otro estudio, el factor de riesgo más significativo para el TJI fue jugar más de 4 horas por día, ser hombre, y ser soltero; y los problemas para dormir, depresión, ideas suicidas, ansiedad, obsesiones/compulsiones y abuso de alcohol/sustancias aumentaron con el aumento del tiempo de juego (Wenzel et al., 2009).

El TJI también se correlaciona positivamente con tener dificultad para reconocer y expresar emociones, tener altos niveles de depresión y ansiedad (Andreassen et al., 2016; Bonnaire & Baptista, 2018; Gaetan et al., 2016), tener sentimientos de soledad e insatisfacción con la vida (Sarda et al., 2016), y tener irritabilidad, nerviosismo, sentimiento de agotamiento y bajo ánimo (Brunborg et al., 2013). Como se mencionó previamente, también se observaron diferencias de género en la expresión de emociones en adultos, donde los hombres resultaron ser menos expresivos que las mujeres. Si bien los hombres parecieran ser menos expresivos, algunos estudios indican que experimentan las emociones de la misma forma o incluso más que las mujeres, solo que tienden a reprimirlas debido a cuestiones culturales (McCormick & Shields, 2016).

Respecto a la regulación emocional, se estudiaron sus relaciones con la depresión, la ansiedad y la hostilidad en adultos jóvenes con TJI, comprobando que los sujetos con TJI tienen menor probabilidad de utilizar la estrategia de regulación emocional de reevaluación cognitiva y más probabilidades de recurrir a la supresión de sus emociones (Yen et al., 2017). Por otro lado, se ha encontrado evidencia de que la regulación emocional podría estar interviniendo en la aparición de un uso compulsivo de los videojuegos (Haagsma et al., 2013), y de que recurrir a utilizar las nuevas tecnologías como internet para regular los propios estados emocionales pueden conllevar con una menor auto-regulación (LaRose et al., 2003), ya que los individuos pueden verse tentados a pasar más tiempo jugando juegos online para aliviar síntomas de aburrimiento, soledad o ser una vía de escape para la realidad (Lee & LaRose, 2007). Así, el usuario puede incurrir en refugiarse en los videojuegos como estrategia de escapismo frente a emociones negativas, pudiendo incurrir así en su uso problemático (Blasi et al., 2019; Marchica et al., 2019, Wittek et al., 2015). Este escapismo en jugadores de videojuegos fue asociado con un deterioro en el bienestar psicológico general del individuo cuando recurre a jugar por este motivo (Goh & Copello, 2019). Los jugadores con TJI también se dedicaron a jugar para hacer más llevaderos los síntomas depresivos o de ansiedad (Laconi et al., 2017), lo que sugiere que jugar videojuegos de forma patológica podría ser considerado una estrategia de afrontamiento desadaptativa (Kardefelt-

Winther, 2014) o una estrategia disociativa (Schimmenti et al., 2012), y que los bajos niveles de regulación emocional son un factor de riesgo para el TJI (Estévez et al., 2017).

En otro estudio, los individuos que reportaron niveles bajos de autorregulación tendieron a reportar niveles significativamente más altos de adicción a videojuegos en el futuro, y aquellos individuos que regularon activamente tanto el momento como la cantidad de tiempo de juego (a través del autocontrol y la autoevaluación) informaron niveles significativamente más bajos de uso problemático futuro que sus contrapartes, por lo cual la regulación podría considerarse un factor predictor de esta patología (Collins et al., 2012; Seay & Kraut, 2007).

Las personas con TJI presentan dificultades para expresar emociones y niveles bajos de estrategias adaptativas de regulación emocional (Ahmed et al., 2022). También se halló que las dificultades de regulación emocional y la impulsividad correlacionaron positivamente con el trastorno de juego, abuso de videojuegos y sintomatología psicológica disfuncional (Estévez et al., 2021; Muñoz Mendiola et al., 2017). En otro estudio se ha buscado determinar si la regulación emocional media entre el juego patológico, el abuso de Internet y de videojuegos, y la aparición de síntomas psicológicos, encontrándose que existe una relación positiva y significativa entre estas variables de manera general. Asimismo, se encontró que la regulación emocional media de manera total y/o parcial en la aparición de sintomatología disfuncional en jóvenes y adolescentes que tienen problemáticas en estas conductas impulsivas (Estévez Gutiérrez et al., 2014).

Respecto de la expresividad emocional y su asociación con el juego, Gaetan et al. (2016) encontraron que los usuarios de videojuegos que juegan con mayor frecuencia expresan menos sus emociones, presentan mayores niveles de alexitimia y tienen más dificultad para ser emocionalmente reactivos. Esto podría deberse a que la conducta adictiva alivia la desregulación emocional asociada a la alexitimia (Stasiewicz et al., 2012, Bonnaire et al., 2017). Por su parte, Guerrero-Vaca et al. (2020) realizaron un estudio enfocado en la regulación emocional y la expresividad emocional en personas con adicción al juego, condición similar al TJI (Fauth-Bühler & Mann, 2017). Este estudio arrojó que las personas con adicción al juego poseen menor regulación emocional, y que los puntajes de expresividad emocional en el grupo que no sufrió nunca adicción al juego eran más cercanos a los de los pacientes en remisión, que a los de los pacientes que aun padecían esta patología.

Metodología

Diseño

Para el presente estudio se realizará un diseño no experimental, descriptivo-correlacional, de corte transversal (Hernández Sampieri et al., 2014).

Participantes

La muestra fue no probabilística e intencional (Hernández Sampieri et al., 2014), y estuvo compuesta por hombres y mujeres, de entre 27 y 41 años, residentes en AMBA. Los criterios de inclusión consistieron en que se sean usuarios de videojuegos durante, por lo menos, los últimos 6 meses, que tengan entre 27 y 41 años y que residan en AMBA. Por el contrario, se excluyeron aquellos casos que no posean nacionalidad argentina, que cuenten con diagnóstico psicopatológico y/o psiquiátrico, y que consuman psicofármacos de forma regular.

Se entrevistó a un total de 132 personas, de las cuales se excluyeron 8 por no poseer nacionalidad argentina, 19 por contar con algún diagnóstico psicológico/psiquiátrico o porque tomaban psicofármacos regularmente, y 7 por jugar videojuegos hace menos de 6 meses. La muestra final fue de 98 participantes (43.9% mujeres) de entre 27 y 41 años $M = 32.0$ ($DE = 3.62$). El 54.1% de la muestra residía en CABA. En relación con la situación de pareja actual, el 49% de la muestra correspondía a personas solteras, el 31.6% reportaron estar en pareja, el 10.2% casados, un 6.1% en concubinato y el 3.1% reportaron estado civil divorciado. En cuanto al máximo nivel de estudios alcanzados, el 39.8% de la muestra se encontraba cursando el nivel universitario, el 30.6% reportó haber completado sus estudios de grado y 14.3% tener el nivel secundario completo. En cuanto a la ocupación, el 76% de la muestra estuvo conformada por trabajadores *full-time*, el 11% por trabajadores *part-time*, y 6.1% fueron estudiantes.

Se indagó por el motivo por el cual jugaban, siendo los principales motivos “Disfrute/Diversión” (32.7%) y “Entretenimiento” (43.9%). Además, se contempló todo tipo de plataforma dedicada a jugar, especialmente PC (42.9%), PlayStation (25.5%) y Celular (22.4%). Respecto del tiempo dedicado a jugar, la frecuencia media de juego fue de 1.9 veces por semana ($DE = 0.947$), donde el 41.8% que juega entre 1 y 2 veces por semana. El promedio de horas diarias dedicadas a jugar arrojó una media de 2.10 horas por usuario ($DE = 1.413$). Respecto el momento del día, el 53.1% reportó jugar de lunes a viernes por la noche, el 40.8% los fines de semana ya sea de día o de noche, mientras que el 6.1% restante reportó jugar de lunes a viernes durante el día. Entre los videojuegos más utilizados se encontraron los del tipo FPS (16.3%), luego los de

Simulación/Fútbol (14.3%) seguido de los géneros Simulación, RPG, Estrategia y Lógica con 8.2% cada uno. La información completa sobre los videojuegos más utilizados se encuentra en el Anexo 6.

Instrumentos

Los participantes completaron un cuestionario sociodemográfico y una serie de instrumentos psicométricos en base a las variables evaluadas. Se detallan a continuación los cuestionarios que respondieron los participantes, en el orden de presentación.

Cuestionario sociodemográfico

Se confeccionó un cuestionario *ad hoc* para indagar variables sociodemográficas relevantes para el presente estudio, tales como sexo, edad, lugar de residencia, tiempo y frecuencia de juego, entre otras. El cuestionario completo puede verse en Anexos.

Escala de adicción al juego (GASA; Lemmens et al., 2009) validada en España por Lloret Irlés et al. (2018)

La Escala GASA comprende siete ítems que evalúan sintomatología de adicción a los videojuegos, a partir de experiencias ocurridas durante los últimos seis meses. Todos los ítems se responden en una escala Likert de cinco puntos, que oscila desde 1 = *nunca*, hasta 5 = *muy a menudo*, pudiendo obtenerse una puntuación global de 7 a 35. Aunque la GASA fue inicialmente diseñada para uso con adolescentes, se ha utilizado para individuos de un amplio rango de edad (14 a 90 años; Festl et al., 2013), siempre presentando adecuados niveles de confiabilidad (Alfa de Cronbach mayores a .80). Para el presente estudio se calculó el Alfa de Cronbach, el cual arrojó un valor de $\alpha = .784$, por lo cual se consideró que el mismo presentó una adecuada confiabilidad.

Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ; Gross & John, 2003), validado en Argentina por Pagano & Vizioli (2021)

La validación argentina está conformada por 10 reactivos que permiten la autoevaluación de dos estrategias de RE: la reevaluación cognitiva (6 ítems) y la supresión expresiva (4 reactivos). El cuestionario se responde mediante una escala Likert de 7 puntos, que va de 1 = *Totalmente en desacuerdo* a 7 = *Totalmente de acuerdo*. El cuestionario fue validado en una muestra compuesta por 250 adultos entre 18 y 63 años residentes en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires y en el

Conurbano Bonaerense, arrojando niveles adecuados de confiabilidad y validez con $\alpha = .79$ para reevaluación cognitiva y $\alpha = .73$ para supresión expresiva. En el presente estudio, los valores de confiabilidad fueron $\alpha = .717$ para reevaluación cognitiva, y $\alpha = .819$ para supresión expresiva. Todas las medidas de confiabilidad se consideraron aceptables.

Escala de Expresividad Emocional (EES; Kring et al., 1994), validada en Argentina por Piemontesi (2012)

La validación argentina es una escala unidimensional y está compuesta 17 ítems (ej. “*La gente puede darse cuenta de mis emociones*”), de los cuales 11 están codificados inversamente (ej. “*Aunque esté experimentando fuertes sentimientos, no los expreso exteriormente*”). Los participantes deben responder el grado de acuerdo en que los ítems los describen en una escala Likert de seis puntos (1 = *Falso*, 6 = *Cierto*). La adaptación de la Escala de Expresividad Emocional (EEE) al español en una muestra de universitarios argentinos ha brindado adecuadas propiedades psicométricas, que hacen factible su uso en la población local. Adicionalmente, se realizó un análisis del Alfa de Cronbach para evaluar la validez interna de la escala utilizada en el presente estudio, y el resultado fue $\alpha = .919$ por lo cual este instrumento presentó una adecuada confiabilidad en la muestra especificada.

Procedimiento

Recolección de Datos

El procedimiento de recolección de datos se llevó a cabo por medio de la herramienta digital *Google Forms*. El formulario constó de un consentimiento informado, que detalló el carácter confidencial y voluntario del estudio, el uso para fines académicos de los datos, así como los criterios de inclusión de los participantes. Seguidamente, se presentaron los respectivos instrumentos de evaluación. Para la distribución de los citados formularios se utilizó un conglomerado de redes sociales: WhatsApp, Instagram y Facebook. Todos los procedimientos presentados siguieron las normas éticas propuestas por la *American Psychological Association* (1992).

Análisis de Datos

En primer lugar, se realizó un análisis descriptivo de las variables de interés (i.e. cálculo de media, desvío, y valores mínimos y máximos) (Objetivo 1) y se chequearon los supuestos necesarios para los análisis propuestos (Kolmogorov-Smirnov, para evaluar la normalidad de las variables, y Levene para analizar la homocedasticidad entre los grupos a comparar). A continuación, se compararon las variables de interés en función de los grupos de género (i.e. masculino, femenino) (Objetivo 3), y principal momento de juego durante la semana (i.e. de lunes a viernes durante el día, de lunes a viernes por la noche, durante el fin de semana, ya sea durante el día o la noche) (Objetivo 2). Se utilizó la prueba *U* de Mann-Whitney para comparar los grupos de género y la prueba Kruskal-Wallis para las comparaciones en función del momento principal de juego durante la semana. Por último, se analizó la presencia de correlaciones significativas entre las variables de interés y con el tiempo semanal dedicado a jugar videojuegos, a partir del coeficiente ρ de Spearman (Objetivos 4 y 5). Para todos los análisis descriptivos e inferenciales se utilizó el programa estadístico Jamovi, en su versión 2.2.5. El nivel de significación se fijó en .05.

Resultados

Análisis descriptivos

En la Tabla 1 se presentan los resultados de los análisis descriptivos de las variables de interés. La variable Expresividad fue la de mayor puntaje ($M=62.18$, $DE=16.96$), con un mínimo de 26 y un máximo de 102. Respecto de la Regulación Emocional, la Reevaluación Cognitiva presentó una media de 25.06 ($DE=7.60$) y la Supresión Expresiva de 13.56 ($DE=5.63$). Por último, se encuentra la Adicción a Videojuegos ($M=13.45$, $DE=4.62$), con un mínimo de 7 y un máximo de 31.

Tabla 1

Análisis descriptivo de las variables

Variable	<i>M</i>	<i>DE</i>	<i>Mín</i>	<i>Máx</i>	Shapiro-Wilk	
					<i>W</i>	<i>p</i>
Expresividad	62.18	16.96	26	102	0.987	0.450
Reevaluación Cognitiva	25.06	7.60	6	41	0.986	0.374
Supresión Expresiva	13.56	5.63	4	26	0.966	0.012
Adicción a videojuegos	13.45	4.62	7	31	0.918	<.001

Análisis comparativos

Respecto de la comparación por género, no se encontraron diferencias estadísticamente significativas en las variables estudiadas ($p > .05$) (Tabla 2).

Tabla 2
Comparación de las variables de interés por género

Variable	Hombres ($n = 55$)		Mujeres ($n = 43$)		U	p
	M	DE	M	DE		
Expresividad	60.27	18.61	64.63	14.42	1020	.244
Reevaluación Cognitiva	25.73	7.18	24.21	8.11	1055	.363
Supresión Expresiva	13.53	5.56	13.60	5.67	1173	.946
Adicción a videojuegos	13.09	4.12	13.91	5.19	1105	.577

Respecto del objetivo de comparación según momento del día que juega, se dividió a la muestra en tres grupos: quienes juegan de lunes a viernes durante el día, quienes juegan de lunes a viernes durante la noche y quienes juegan los fines de semana, ya sea de día o de noche. Únicamente se encontraron diferencias significativas en la dimensión reevaluación cognitiva de la variable regulación emocional (Tabla 3).

Tabla 3
Comparación de las variables de interés por momento del día que juega

	χ^2	gl	p
Adicción a videojuegos	2.34	2	.310
Reevaluación Cognitiva	9.13	2	.010*
Supresión Expresiva	3.49	2	.175
Expresividad	2.53	2	.283

El análisis *pos hoc* arrojó que las diferencias se presentaron entre quienes juegan de lunes a viernes durante la noche y quienes juegan durante el fin de semana ($U = -4.310$, $p = .007$) (Tabla

4). Específicamente, quienes juegan lunes a viernes durante la noche ($M = 27.0, DE = 7.80$) presentan mayores niveles de reevaluación cognitiva que quienes juegan los fines de semana ya sea durante el día o por la noche ($M = 22.6, DE = 6.88$) (Figura 1).

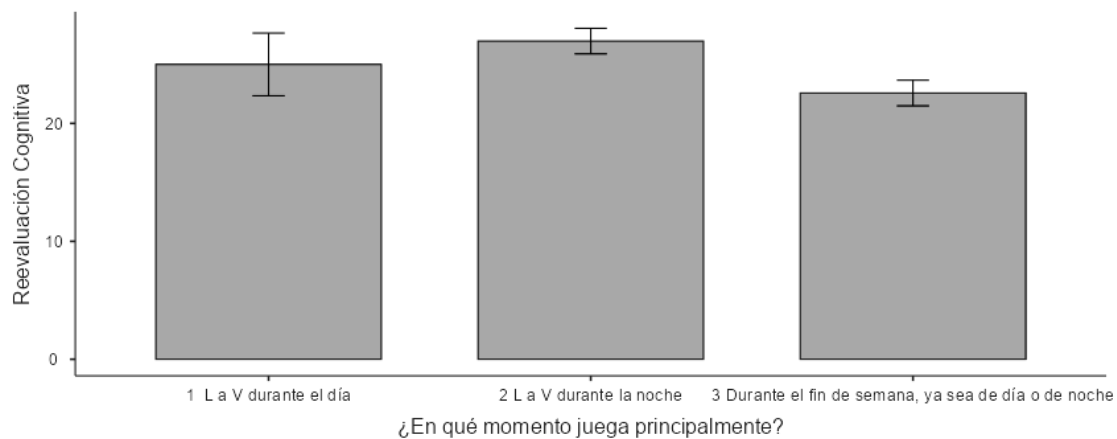
Tabla 4

Análisis pos hoc de la variable reevaluación cognitiva

Pares de comparación		<i>W</i>	<i>p</i>
L a V durante el día	L a V durante la noche	0.759	.853
L a V durante el día	Durante el fin de semana, ya sea de día o de noche	-1.017	.752
L a V durante la noche	Durante el fin de semana, ya sea de día o de noche	-4.310	.007

Figura 1

Niveles de reevaluación cognitiva de acuerdo con el momento del día que juega



Análisis correlacionales

Se encontró una correlación positiva y moderada entre la adicción a videojuegos y el tiempo promedio diario dedicado a jugar ($\rho = .415, p < .001$), y una correlación inversa y moderada entre la supresión expresiva y la expresividad ($\rho = -.657, p < .001$). En la tabla 4 se presenta la tabla de correlación de variables.

Tabla 4*Análisis correlacional de las variables de interés*

Variabes	<i>Adicción a videojuegos</i>	<i>Reevaluación Cognitiva</i>	<i>Supresión Expresiva</i>	<i>Expresividad</i>
Adicción a videojuegos	—			
Reevaluación Cognitiva	.045	—		
Supresión Expresiva	.157	.050	—	
Expresividad	-.100	.097	-.657***	—
Promedio de horas diarias de juego	.415***	-.096	.064	-.129

Nota. *** $p < .001$

Discusión

La presente investigación tuvo como objetivo describir y analizar la relación entre la adicción a videojuegos, la regulación emocional y la expresividad emocional en adultos de entre 27 y 41 años de AMBA. Se encontró que, a mayor tiempo dedicado a jugar, mayores niveles de adicción a videojuegos. Adicionalmente, no se encontraron diferencias estadísticamente significativas en la comparación de variables por género, ni entre las variables de expresividad emocional y regulación emocional, y el tiempo promedio semanal dedicado a jugar. A continuación, se discutirá cada uno de estos resultados en función de los objetivos propuestos.

En primer lugar, respecto del objetivo descriptivo, los resultados de expresividad emocional mostraron un nivel cercano al promedio. Según la interpretación de los resultados de la escala (Piemontesi, 2012), la media obtenida se encontró cercana a los valores esperados tanto para hombres como para mujeres. En relación con el análisis descriptivo de regulación emocional, la media más alta se pudo observar en reevaluación cognitiva, la cual es una estrategia adaptativa de la regulación emocional, mientras que en la dimensión supresión emocional, que es una estrategia de afrontamiento desadaptativa (Aldao & Nolem-Hoeksema, 2012), el puntaje fue más bajo. Estos resultados están en línea con estudios previos que indicaban que mayor edad, mayor reevaluación cognitiva como estrategia para regular las emociones (Schirda et al., 2016). Por otro lado, los valores de adicción a videojuegos también obtuvieron una media baja. Lemmens (2009) al crear la escala propuso como criterio de adicción, que los participantes que respondieran al menos 4 preguntas con un mínimo de 3 (“A veces”) pueden presentar problemas de adicción (Lemmens et

al., 2009). En esta investigación, 15 personas de las 98 encuestadas obtuvieron puntajes acordes a estos criterios y tan solo 1 de todos ellos puntuó en más de 3 en todas las preguntas. Esto podría deberse al tamaño de la muestra, ya que la prevalencia mundial de la adicción a los videojuegos es del 3.05%, pudiendo disminuir hasta el 1.96% si se consideran estudios con criterios rigurosos de muestreo aleatorio y estratificado (Stevens et al., 2020). Adicionalmente, en líneas generales la población que hace uso de videojuegos reporta hacerlo puramente por recreación, con apenas un 2% que manifiesta hacer un uso problemático (Mentzoni et al., 2011), lo cual coincide con los resultados del presente estudio, en el cual el 93% de la muestra respondió motivos del estilo entretenimiento, disfrute, socializar, relajación. La baja cantidad de horas diarias de juego ayudaría a comprender las puntuaciones bajas en los valores de adicción obtenidos, ya que la característica predominante para desarrollar un trastorno por adicción es, entre otros factores, el uso de los videojuegos por 8-10 horas diarias en promedio, o más, por día (Paulus et al, 2018).

Respecto del objetivo exploratorio según momento del día que juega, únicamente se encontraron diferencias significativas entre la reevaluación cognitiva entre quienes juegan de lunes a viernes durante la noche y quienes juegan durante el fin de semana. Cabe recordar que el presente objetivo se planteó a modo exploratorio, por lo que no cuenta con hipótesis asociada, por la falta de antecedentes que estudien este aspecto de las conductas de juego. En la presente tesis se halló que las personas que juegan de lunes a viernes durante la noche puntuaron más alto, por lo cual recurrirían más a estrategias adaptativas de regulación emocional que las personas que juegan los fines de semana. En este sentido, las personas con dificultades para regular emociones, o que recurren a estrategias desadaptativas como la supresión expresiva, a menudo se involucran en un comportamiento desadaptativo para escapar de sus emociones, lo que genera riesgos de trastornos adictivos (Williams, 2012). Esto llevaría a pensar que los resultados obtenidos podrían indicar un mayor riesgo de uso problemático en los usuarios que juegan los fines de semana.

Por otro lado, se comparó la adicción a videojuegos según género, con la hipótesis de que los hombres presentarían mayor adicción a videojuegos y menor nivel de regulación y expresividad emocional que las mujeres. Los resultados encontrados no arrojaron diferencias significativas entre hombres y mujeres en ninguna de las variables. En primer lugar, esto podría explicarse debido a que ambos grupos presentaron similar cantidad de horas y frecuencia de juego. Por otro lado, la comparación por género de la regulación emocional, los resultados coinciden con un estudio de jugadores de WoW (World of Warcraft) de entre 18 y 67 años, donde no se encontraron diferencias

significativas en las dificultades de regulación emocional entre hombres y mujeres usuarios de videojuegos (Blasi et al., 2019). En cuanto a la expresividad emocional, los resultados podrían deberse a que la escala aplicada es una escala autoadministrada. En este sentido, hay evidencia de que si bien se percibe a las mujeres como más expresivas que los hombres, cuando se evalúa la percepción de la experiencia emocional interna de cada uno, se han registrado escasas diferencias entre ellos (Fabes & Martin, 1991).

Respecto del primer objetivo correlacional, donde se planteó la hipótesis de que mayor cantidad de horas semanales de juego se corresponderían con una mayor adicción a videojuegos. El resultado fue una correlación positiva entre tiempo dedicado a jugar y los niveles adicción a videojuegos obtenidos, comprobándose así la hipótesis formulada. Esto coincide con estudios previos donde se hallaron correlaciones positivas entre estas dos variables (Gentile et al., 2011; Hull et al., 2013; Peters & Malesky, 2008). De acuerdo con Hull et al. (2013), el efecto anímico que provoca la exposición prolongada a videojuegos tiene características adictivas y va generando tolerancia, con lo cual el usuario necesita cada vez más horas para satisfacer su necesidad de jugar, pudiendo desencadenar síndrome de abstinencia al querer detenerse o disminuir la cantidad de tiempo de juego. Dichos síntomas forman parte de los criterios diagnósticos que plantea el DSM-V para el TJI (American Psychological Association, 2014). En otro estudio, se arribó a la conclusión de que, si bien no es el único factor para desencadenar un TJI, la cantidad de tiempo dedicada a jugar es un indicador significativo en los casos con adicción, ratificando a esta variable como un predictor de riesgo de adicción (Gentile et al., 2011). En el presente estudio, la relación entre adicción y tiempo dedicado a jugar encontrada fue moderada al igual que en el estudio de Peters y Malesky (2008), lo cual podría deberse a los niveles bajos de adicción que obtuvo la muestra obtenida.

Con relación al segundo objetivo correlacional, se planteó la hipótesis de que las personas que presenten mayor adicción a videojuegos presentarán menores niveles de regulación emocional y de expresividad emocional. Sin embargo, solo se encontró una correlación inversa entre la supresión emocional y la expresividad emocional, pero ninguna con la cantidad de horas promedio de juego diario, por lo que no se corroboró la hipótesis para este objetivo. Esto podría deberse a que, si bien se encuestó a usuarios frecuentes de videojuegos, los niveles de adicción encontrados en la muestra fueron bajos. En estudios precedentes, las personas tenían niveles de adicción más altos que los de esta investigación (Guerrero-Vaca et al., 2020). Además, si bien en estudios

previos, las personas con trastorno de videojuego mostraron tener menor probabilidad de utilizar la estrategia de regulación emocional de reevaluación cognitiva y más probabilidades de recurrir a la supresión de sus emociones (Yen et al., 2017), en el caso de jugadores que no presentan uso problemático o patológico -como es el caso de la muestra del presente estudio-, los videojuegos podrían incluso contribuir en la regulación de sus emociones (Villani et al., 2018).

Limitaciones

Cabe aclarar que la presente investigación presenta algunas limitaciones, las cuales se discuten a continuación. En primer lugar, la mayoría de las investigaciones e instrumentos que se han diseñado para medir la adicción a videojuegos son destinados principalmente a niños y adolescentes (Gentile, 2009; Lemmens et al. 2009; Pardo et al, 2017; Rosenkranz et al., 2017), ya que son considerados más vulnerables a desarrollar adicción a videojuegos (Griffiths & Wood, 2000). Esto genera dificultades para interpretar los resultados de las investigaciones con adultos y podría explicar la discrepancia de los resultados de la presente investigación con otras, debido a la diferencia de edad de la muestra.

Por otro lado, en la población argentina, generalmente los hombres juegan más videojuegos a comparación con las mujeres (Bastián, 2021), lo cual dificultó la recolección de la muestra para que los grupos estuvieran más balanceados y tener resultados más fiables. Si bien se logró balancear la muestra, en general el tamaño final resultó ser bastante pequeño ya que además de su difícil recolección, hubo un porcentaje significativo (25%) de casos excluidos. Es posible que este muestreo dirigido haya sido también motivo por el cual se muestreó individuos con bajo nivel de uso de videojuegos (poca frecuencia y pocas horas), por lo cual sería interesante plantear estudios similares de mayor alcance, en una muestra mayor y más heterogénea, para evaluar cómo se comportan las variables de adicción a videojuegos, regulación emocional y expresividad emocional en personas que juegan más horas.

Otra limitación para ampliar los análisis descriptivos y comparativos fue no contar con un grupo de no jugadores, o grupo control. Esto permitiría comparar los niveles en las variables psicológicas estudiadas y comprender mejor la relación entre todas las variables.

Finalmente existen muy pocos estudios que estudian la adicción a videojuegos de acuerdo con el tipo de videojuego consumido, aunque se sabe que algunos géneros tienden a ser más adictivos que otros (Elliott et al., 2012; Holtz & Appel, 2011). Por este motivo, se piensa que la

variedad de videojuegos en la muestra obtenida también podría haber influenciado en los resultados.

Aportes y líneas futuras

A diferencia de estudios precedentes, el presente estudio se centró en población adulta, la cual se ha demostrado que representa un porcentaje importante de jugadores de videojuegos en el mundo y en Argentina (Newzoo, 2021), y ha sido muy poco estudiada a la fecha, especialmente a nivel local. En este sentido, este estudio aportó información sobre este rango etario poco estudiado hasta la actualidad.

Algo similar sucede con respecto al género. Este estudio permitió contrastar que, aunque estadísticamente probado alrededor de la mitad de los usuarios de videojuegos en el mundo son mujeres, existe una brecha a nivel local (Bastian, 2021) que continúa posicionando a las mujeres jugadoras como un nicho en Argentina. En la bibliografía consultada muchas veces se dejan de lado muestras de mujeres (Billieux et al., 2011; Fuster et al., 2014) o no se estudian en profundidad por dificultad en acceder a la muestra. Sin embargo, en las estadísticas mundiales cada vez más mujeres juegan y cumplen un rol significativo en el mundo del *gaming* (Newzoo, 2022). Por lo cual otro aporte de este estudio fue el de incorporar a este segmento de la población.

En la bibliografía consultada no se observaron estudios que se centren en el momento del día en que juegan las personas, por lo cual este estudio provee un primer acercamiento exploratorio para el análisis de los constructos psicológicos en función del momento del día en que juegan las personas. Esto no solo aporta nuevas nociones sobre esta variable, sino también la plantea como variable de interés, abriendo así la posibilidad de considerarla en investigaciones futuras.

Otro punto de interés resultó ser el nivel de exclusiones debido a diagnósticos psicológicos y/o psiquiátricos de la muestra obtenida. Esto da la pauta de la potencial relación entre estos diagnósticos y la adicción a videojuegos, y lo cual podría tenerse en cuenta como puntos para articular o incluir en futuras investigaciones.

Como líneas futuras, se sugiere a los profesionales de psicología, realizar estudios complementarios, incluyendo también investigaciones desde un paradigma cualitativo, con la finalidad de ampliar la información respecto al uso actual de videojuegos de los adultos en Argentina. Como se pudo comprobar en la bibliografía citada, los adultos también juegan y es importante poder aportar nueva información sobre cómo lo hacen y las posibles causas y

consecuencias en la salud mental que puedan tener en caso de uso problemático. Asimismo, realizar este tipo de investigaciones en poblaciones más amplias y diversas, para dar mayor sostenibilidad a los resultados permitiría estructurar más adecuadamente futuras investigaciones al respecto. Finalmente, sería interesante continuar estudiando los componentes adictivos de los videojuegos no sólo para tener en cuenta al momento de desarrollar videojuegos, sino también para facilitar el diagnóstico y tratamiento en casos de uso problemático.

Conclusión

Para concluir, el presente estudio puede considerarse entre las primeras aproximaciones para a la caracterización de los adultos que juegan videojuegos en AMBA, debido a que existen muy pocos estudios similares para esta población y rango etario. Si bien siguiendo el objetivo general de la investigación no se logró evidenciar si la adicción a videojuegos se correlaciona con la regulación y expresividad emocional, esto se debe principalmente a los bajos niveles de adicción a videojuegos reportados en la muestra. Por lo cual las hipótesis se pudieron corroborar parcialmente. No obstante, esta tesis presenta aportes valiosos respecto de la caracterización de la muestra, la incorporación de una población y rango etario poco estudiado, y con un enfoque original el cual incluye variables no consideradas en estudios precedentes, como es el caso de la función del día en que juegan las personas.

Para finalizar, como se menciona en el marco teórico, el uso de videojuegos es un fenómeno creciente en el mundo y en la región, y su potencial adictivo es una temática que resulta necesaria abordar desde una perspectiva de promoción y prevención de la salud mental. El estudio de la adicción a videojuegos y su definición como patología es relativamente nueva en la comunidad científica, por lo cual es necesario continuar realizando investigaciones para aportar valor a esta temática, y continuar ahondando en los diversos aspectos de la salud mental que se pueden llegar a ver implicados en los usuarios.

Referencias bibliográficas

- Ahmed, G. K., Abdalla, A. A., Mohamed, A. M., & Mohamed, L. A. (2022). Relation between internet gaming addiction and comorbid psychiatric disorders and emotion avoidance among adolescents: A cross-sectional study. *Psychiatry Research*, *312*, 114584. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2022.114584>
- Akin, A., Satıcı, S. A., Arslan, S., Akin, U., & Kayis, A. R. (2012). *The validity and the reliability of the Turkish version of the Subjective Vitality Scale (SVS)*. En 4° World Conference on Educational Sciences.
- Aldao, A., & Nolen-Hoeksema, S. (2012). When are adaptive strategies most predictive of psychopathology? *Journal of Abnormal Psychology*, *121*(1), 276-281. <https://doi.org/10.1037/a0023598>
- American Psychological Association. (1992). Ethical principles of psychologists and code of conduct. *American Psychologist*, *47*(12), 1060-1073.
- American Psychiatric Association. (2014). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales DSM-5*. Editorial Médica Panamericana.
- Andreassen, C. S., Billieux, J., Griffiths, M. D., Kuss, D. J., Demetrovics, Z., Mazzoni, E., & Pallesen, S. (2016). The relationship between addictive use of social media and video games and symptoms of psychiatric disorders: A large-scale cross-sectional study. *Psychology of Addictive Behaviors*, *30*(2), 252-262. <https://doi.org/10.1037/adb0000160>.
- Bargeron, A. H., & Hormes, J. M. (2017). Psychosocial correlates of internet gaming disorder: Psychopathology, life satisfaction, and impulsivity. *Computers in Human Behavior*, *68*, 388-394. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.11.029>
- Barlow, D. H., Craske M. G., Cerny, J. A., & Klosko, J. S. (1989). Behavioral treatment of panic disorder. *Behavior Therapy*, *20*(2), 261-282. [https://doi.org/10.1016/S0005-7894\(89\)80073-5](https://doi.org/10.1016/S0005-7894(89)80073-5)
- Barrett, L. F., & Gross, J. J. (2001). Emotional intelligence: A process model of emotion representation and regulation. En T. J. Mayne & G. A. Bonanno (Eds.), *Emotions: Current issues and future directions* (pp. 286-310). Guilford Press.
- Bastián, L. (2021). *Censo Esports 2021 DEVA*. Departamento de Formación e Investigación Científica. <https://www.deva.org.ar/articulosinvestigacion2/Art23/>

- Belli, S., & López Raventós, C. (2008). Breve historia de los videojuegos. *Athenea Digital. Revista de Pensamiento e Investigación Social*, 14, 159-179. <https://doi.org/10.5565/rev/athenead/v0n14.570>.
- Blasi, M. D., Giardina, A., Giordano, C., Coco, G. L., Tosto, C., Billieux, J., & Schimmenti, A. (2019). Problematic video game use as an emotional coping strategy: Evidence from a sample of MMORPG gamers. *Journal of Behavioral Addictions*, 8(1), 25-34. <https://doi.org/10.1556/2006.8.2019.02>
- Brenner, E. M., & Salovey, P. (1997). Emotion regulation during childhood: developmental, interpersonal, and individual considerations. En P. Salovey & D. J. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence* (pp.168-192). BasicBooks.
- Brody, L. R., & Hall, J. A. (1993). Gender and emotion. En M. Lewis & J. M. Haviland (Eds.), *Handbook of emotions* (pp. 447-460). Guilford Press.
- Brunborg, G. S., Mentzoni, R. A., Melkevik, O. R., Torsheim, T., Samdal, O., Hetland, J., Andreassen S. C., & Pallesen, S. (2013). Gaming Addiction, Gaming Engagement, and Psychological Health Complaints Among Norwegian Adolescents. *Media Psychology*, 16(1), 115-128. <https://doi.org/10.1080/15213269.2012.756374>
- Bonnaire, C., Barrault, S., Aïte, A., Cassotti, M., Moutier, S., & Varescon, I. (2017). Relationship between pathological gambling, alexithymia and gambling type. *American Journal on Addictiction*, 26(2), 152-160. <https://doi.org/10.1111/ajad.12506>
- Bonnaire, C., & Baptista, D. (2018). Internet gaming disorder in male and female young adults: The role of alexithymia, depression, anxiety and gaming type. *Psychiatry Research*, 272, 521-530. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.12.158>.
- Buck, R. (1977). Nonverbal communication of affect in preschool children: Relationships with personality and skin conductance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 4, 225-236. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.35.4.225>
- Buck, R. (1984). *The communication of emotion*. The Guilford Press.
- Carbonell, X. (2014). La adicción a los videojuegos en el DSM-5. *Adicciones*, 26(2), 91-95. <https://doi.org/10.20882/adicciones.10>

- Chamarro, A., Carbonell, X., Manresa, J. M., Muñoz-Miralles, R., Ortega-Gonzalez, R., Lopez-Morron, M. R., Batalla-Martinez, C., & Toran-Monserrat, P. (2014). El Cuestionario de Experiencias Relacionadas con los Videojuegos (CERV): Un instrumento para detectar el uso problemático de videojuegos en adolescentes españoles. *Adicciones*, 26(4), 303-311. <https://doi.org/10.20882/adicciones.31>.
- Chaplin, T. M. (2014). Gender and Emotion Expression: A Developmental Contextual Perspective. *Emotion Review*, 7(1), 14-21. <https://doi.org/10.1177/1754073914544408>
- Chappell, D., Eatough, V., Davies, M. N. O., & Griffiths, M. (2007). EverQuest—it's just a computer game, right? An interpretative phenomenological analysis of online gaming addiction. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 4, 205-216. <https://doi.org/10.1007/s11469-006-9028-6>
- Christophe, V., Antoine, P., Leroy, T., & Delelis, G. (2009). Évaluation de deux stratégies de régulation émotionnelle : la suppression expressive et la réévaluation cognitive. *Revue Européenne de Psychologie Appliquée/European Review of Applied Psychology*, 59(1), 59-67. <https://doi.org/10.1016/j.erap.2008.07.001>
- Chumbley, J., & Griffiths, M. (2006). Affect and the Computer Game Player: The Effect of Gender, Personality, and Game Reinforcement Structure on Affective Responses to Computer Game-Play. *CyberPsychology & Behavior*, 9(3), 308-316. <https://doi.org/10.1089/cpb.2006.9.308>
- Collins, E., Freeman, J., & Chamarro-Premuzic, T. (2012). Personality traits associated with problematic and non-problematic massively multiplayer online role playing game use. *Personality and Individual Differences*, 52(2), 133-138. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2011.09.015>
- Darwin, C. (1873). *The expression of emotions in animals and man*. Alianza.
- Dobbs, J. L., Sloan, D. M., & Karpinski, A. (2007). A psychometric investigation of two self-report measures of emotional expressivity. *Personality and Individual Differences*, 43(4), 693-702. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2007.01.010>
- Eisenberg, N., & Spinrad, T. L. (2004) Emotion-related regulation: sharpening the definition. *Child Development*, 75(2), 334-339. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2004.00674.x>

- Elliott, L., Golub, A., Ream, G., & Dunlap, E. (2012). Video Game Genre as a Predictor of Problem Use. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, *15*(3), 155-161. <https://doi.org/10.1089/cyber.2011.0387>
- Estévez, A., Jáuregui, P., & Macía L. (2021) Perfiles de jugadores con trastorno de juego en función de la impulsividad y regulación emocional. *Psicología Conductual*, *29*(3), 681-697. <https://doi.org/10.51668/bp.8321310s>
- Estévez, A., Jáuregui, P., Sánchez-Marcos, I., López-González, H., & Griffiths, M. D. (2017). Attachment and emotion regulation in substance addictions and behavioral addictions. *Journal of Behavioral Addictions*, *6*(4), 534-544. <https://doi.org/10.1556/2006.6.2017.086>.
- Estévez Gutiérrez, A., Herrero Fernández, D., Sarabia Gonzalvo, I., & Jáuregui Bilbao, P. (2014). El papel mediador de la regulación emocional entre el juego patológico, uso abusivo de Internet y videojuegos y la sintomatología disfuncional en jóvenes y adolescentes. *Adicciones*, *26*(4), 282-290. <http://doi.org/10.20882/adicciones.26>
- Fauth-Bühler, M., & Mann, K. (2017). Neurobiological correlates of internet gaming disorder: similarities to pathological gambling. *Addictive Behaviors*, *64*, 349-356. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2015.11.004>.
- Fabes, R. A., & Martin, C. L. (1991). Gender and age stereotypes of emotionality. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *17*, 532-540. <https://doi.org/10.1177/0146167291175008>
- Festl, R., Scharnow, M., & Quandt, T. (2013). Problematic Computer Game Use among Adolescents, Younger and Older Adults. *Addiction*, *108*, 592-599. <https://doi.org/10.1111/add.12016>.
- Frasca, G. (2001). *Videogames of the Oppressed: Videogames as a Means for Critical Thinking and Debate* [Tesis de Maestría]. Escuela de Literatura, Comunicación y Cultura, Instituto de Tecnología de Georgia.
- Friedman, H. S., Prince, L. M., Riggio, R. E., & DiMatteo, M. R. (1980). Understanding and assessing nonverbal expressiveness: The Affective Communication Test. *Journal of Personality and Social Psychology*, *39*(2), 333-351. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.39.2.333>.

- Foa, E. B., & Kozak, M. J. (1986). Emotional processing of fear: Exposure to corrective information. *Psychological Bulletin*, 99(1), 20-35. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.99.1.20>
- Fuster, H., Chamarro, A., Carbonell, X., y Vallerand, R.J. (2014). Relationship between Passion and Motivation for Gaming in Massively Multiplayer Online Role-Playing Games. *Cyberpsychology, Behavior, & Social Networking*, 17, 292-297. <https://doi.org/10.1089/cyber.2013.0349>
- Fuster, H., Oberst, U., Griffiths, M., Carbonell, X., Chamarro, A., & Talarn, A. (2012). Motivación psicológica en los juegos de rol online: un estudio de jugadores españoles del World of Warcraft. *Anales de Psicología / Annals of Psychology*, 28(1), 274-280. Recuperado a partir de <https://revistas.um.es/analesps/article/view/140752>
- Gaetan, S., Bréjard, V., & Bonnet, A. (2016). Video games in adolescence and emotional functioning: Emotion regulation, emotion intensity, emotion expression, and alexithymia. *Computers in Human Behavior*, 61, 344-349. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.03.027>.
- Gentile, D. A., Choo, H., Liau, A., Sim, T., Li, D., Fung, D., & Khoo, A. (2011). Pathological Video Game Use Among Youths: A Two-Year Longitudinal Study. *PEDIATRICS*, 127(2), e319-e329. <https://doi.org/10.1542/peds.2010-1353>
- Goh, C., Jones, C., & Copello, A. (2019). A further test of the impact of online gaming on psychological wellbeing and the role of play motivations and problematic use. *Psychiatric Quarterly*, 90(4), 747-760. <https://doi.org/10.1007/s11126-019-09656-x>
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26, 41-54. <https://doi.org/10.1023/B:JOBA.0000007455.08539.94>
- Guerrero-Vaca, D., Granero, R., Fernández-Aranda, F., Mestre-Bach, G., Martín-Romera, V., Mallorquí-Bagué, N., Mena-Moreno, T., Aymamí, N., del Pino-Gutiérrez, A., Gómez-Peña, M., Moragas, L., Agüera, Z., Vintró-Alcaraz, C., Lozano-Madrid, M., Menchón, J. M., Tárrega, S., Munguía, L., & Jiménez-Murcia S. (2020). Explicit and Implicit Emotional Expression in Gambling Disorder Measured by a Serious Game: A Pilot Study. *Journal of Gambling Studies*, 37, 467-481. <https://doi.org/10.1007/s10899-020-09945-2>.

- Griffiths M. (2005). Video games and health. *BMJ*, *331*, 122-123. <https://doi.org/10.1136/bmj.331.7509.122>
- Gross, J. J., & John, O. P. (1998). Mapping the domain of emotional expressivity: Multi-method evidence for a hierarchical model. *Journal of Personality and Social Psychology*, *74*, 170-191. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.74.1.170>
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, *85*(2), 348-362. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>
- Gross, J. J., & Levenson, R. W. (1997). Hiding feelings: The acute effects of inhibiting negative and positive emotion. *Journal of Abnormal Psychology*, *106*(1), 95-103. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.106.1.95>
- Haagsma, M. C., Caplan, S. E., Peters, O., & Pieterse, M. E. (2013). A cognitive-behavioral model of problematic online gaming in adolescents aged 12–22 years. *Computers in human Behavior*, *29*(1), 202-209. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2012.08.006>
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson K. G. (1999). *Acceptance and Commitment Therapy: An Experiential Approach to Behavior Change*. Guilford.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6° Ed.). McGraw-Hill.
- Hilgard, J., Engelhardt, C., & Bartholow, B. (2013). Individual differences in motives, preferences, and pathology in video games: the gaming attitudes, motives, and experiences scales (GAMES). *Frontiers in Psychology*, *4*, 608. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2013.00608>
- Holtz, P., & Appel, M. (2011). Internet Use and Video Gaming Predict Problem Behavior in Early Adolescence. *Journal of Adolescence*, *34*(1), 49-58. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2010.02.004>
- Hull, D., Williams, G. & Griffiths, M. (2013). Video game characteristics, happiness and flow as predictors of addiction among video game players: a pilot study. *Journal of Behavioral Addictions*, *2*(3), 145-152. <https://doi.org/10.1556/JBA.2.2013.005>
- Hussain, Z., & Griffiths, M. D. (2009). Excessive use of Massively Multi-Player Online Role-Playing Games: A Pilot Study. *International Journal of Mental Health and Addiction*, *7*, 563-571. <https://doi.org/10.1007/s11469-009-9202-8>

- Lloret Irlés, D., Gomis, R. M., Campos, J. C. M., & González, S. T. (2018). Validación española de la Escala de Adicción a Videojuegos para Adolescentes (GASA). *Atención Primaria, 50*(6), 350-358. <https://doi.org/10.1016/j.aprim.2017.03.015>.
- Kardefelt-Winther, D. (2014). A critical account of DSM-5 criteria for internet gaming disorder. *Addiction Research & Theory, 23*(2), 93-98. <https://doi.org/10.3109/16066359.2014.935350>
- King, L. A., & Emmons, R. A. (1990). Conflict over emotional expression: Psychological and physical correlates. *Journal of Personality and Social Psychology, 58*(5), 864-877. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.58.5.864>
- King, D. L., Haagsma, M. C., Delfabbro, P. H., Gradisar, M., & Griffiths, M. D. (2013). Toward a consensus definition of pathological video-gaming: A systematic review of psychometric assessment tools. *Clinical Psychology Review, 33*(3), 331-342. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2013.01.002>
- Ko, C. H., Liu, G. C., Hsiao, S., Yen, J. Y., Yang, M. J., Lin, W. C., Yen, C. F., & Chen, C. S. (2009). Brain activities associated with gaming urge of online gaming addiction. *Journal of Psychiatric Research, 43*(7), 739-747. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2008.09.012>
- Kring, A. M., & Gordon, A. H. (1998). Sex differences in emotion: Expression, experience, and physiology. *Journal of Personality and Social Psychology, 74*, 686-703. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.74.3.686>
- Kring, A. M., Smith, D. A., & Neale, J. M. (1994). Individual differences in dispositional expressiveness: Development and validation of the Emotional Expressivity Scale. *Journal of Personality and Social Psychology, 66*(5), 934-949. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.66.5.934>
- Kuss, D. J., Pontes, H. M., & Griffiths, M. D. (2018). Neurobiological correlates in internet gaming disorder: A systematic literature review. *Frontiers in Psychiatry, 9*, 166. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2018.00166>
- Labrador, F., Villadangos, S., Crespo, M., & Becoña, E. (2013). Desarrollo y validación del cuestionario de uso problemático de nuevas tecnologías (UPNT). *Anales de Psicología, 29*, 836-847. doi:10.6018/analesps.29.3.159291

- Laconi, S., Pirès, S., & Chabrol, H. (2017). Internet gaming disorder, motives, game genres and psychopathology. *Computers in Human Behavior*, 75, 652-659. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.06.012>
- LaRose, R., Lin, C. A., & Eastin, M. S. (2003). Unregulated Internet Usage: Addiction, Habit, or Deficient Self-Regulation? *Media Psychology*, 5(3), 225-253. https://doi.org/10.1207/s1532785xmep0503_01
- Lee, D., & LaRose, R. (2007). A socio-cognitive model of video game usage. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 51, 632-650. <https://doi.org/10.1080/08838150701626511>
- Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2009). Development and validation of a game addiction scale for adolescents. *Media Psychology*, 12(1), 77-95. <https://doi.org/10.1080/15213260802669458>
- Leonhardt, M., & Overå, S. (2021). Are There Differences in Video Gaming and Use of Social Media among Boys and Girls?—A Mixed Methods Approach. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(11), 6085. <https://doi.org/10.3390/ijerph18116085>
- Levenson, R. W., Carstensen, L. L., & Gottman, J. M. (1994). Influence of age and gender on affect, physiology, and their interrelations: A study of long-term marriages. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 56-68. <https://doi.org/10.3390/ijerph1811608510.1037/0022-3514.67.1.56>
- Lissek, S., Rabin, S. J., McDowell, D. J., Dvir, S., Bradford, D. E., Geraci, M., Pine, S., & Grillon, C. (2009). Impaired discriminative fear-conditioning resulting from elevated fear responding to learned safety cues among individuals with panic disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 47(2), 111-118. <https://doi.org/10.3390/ijerph1811608510.1016/j.brat.2008.10.017>
- Marengo, L., Nuñez, L. H., Coutinho, T. V., Leite, G. R., & Rivero, T. S. (2015). Gamer o adicto? Revisión narrativa de los aspectos psicológicos de la adicción a los videojuegos. *Neuropsicología Latinoamericana*, 7(3), 1-12. <https://doi.org/10.5579/nrl.2015.0266>

- Marchica, L. A., Mills, D. J., Keough, M. T., Montreuil, T. C., & Derevensky, J. L. (2019). Emotion regulation in emerging adult gamblers and its mediating role with depressive symptomology. *Journal of Affective Disorders*, 258, 74-82. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.07.078>
- Mentzoni, R. A., Brunborg, G. S., Molde, H., Myrseth, H., Skouveroe, K. J. M., Hetland, J., & Pallesen, S. (2011). Problematic video game use: estimated prevalence and associations with mental and physical health. *Cyberpsychology, Behaviour, and Social Networking*, 14, 591-596. <https://doi.org/10.1089/cyber.2010.0260>
- McCormick, K., & Shields, S. (2016). Gender and emotion. En H. Miller (Ed.), *The SAGE encyclopedia of theory in psychology* (pp. 354-355). SAGE Publications, Inc. <https://doi.org/10.4135/9781483346274.n122>
- Muñoz Mendiola, J., Gregori Coronado, J., Abad, J., & Bretón-López, J. (2017). La regulación emocional e impulsividad y su relación con el juego patológico. *Ágora de salud*, IV, 247-255. <https://doi.org/10.6035/AgoraSalut.2017.4.26>
- Newzoo (2021). *Newzoo Generation's Report: How different generations engage with game*. <https://newzoo.com/insights/trend-reports/newzoos-generations-report-how-different-generations-engage-with-games>
- Newzoo (2022). *Newzoo Consumer Insights Report: How Consumers Are Engaging with Games in 2022*. <https://newzoo.com/insights/trend-reports/how-consumers-are-engaging-with-games-in-2022>
- Organización Mundial de la Salud (2018). *Addictive Behaviour*. https://www.who.int/health-topics/addictive-behaviour#tab=tab_1
- Pagano, A. E., & Vizioli, N. A. (2021). Adaptación del Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ) en población adulta de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires y el Conurbano Bonaerense. *Revista Psicodebate: Psicología, Cultura y Sociedad.*, 21(1), 18-32. <http://doi.org/10.18682/pd.v21i1.3881>
- Paulus, F., Ohmann, S., Von Gontard, A., & Popow, C. (2018). Internet Gaming Disorder in Children and Adolescents: A Systematic Review. *Developmental Medicine & Child Neurology*, 60(7), 645-659. <https://doi.org/10.1111/dmcn.13754>

- Peters, C. S., & Malesky, L. A. (2008). Problematic Usage Among Highly-Engaged Players of Massively Multiplayer Online Role Playing Games. *CyberPsychology & Behavior, 11*(4), 481-484. <https://doi.org/10.1089/cpb.2007.0140>
- Piemontesi, E. S. (2012). Validación de la Escala de Expresividad Emocional en una muestra de Universitarios Argentinos. *Suma Psicológica, 19*(1), 59-68.
- Reeve, J. (2014). *Understanding motivation and emotion*. John Wiley & Sons
- Sarda, E., Bègue, L., Bry, C., & Gentile, D. (2016). Internet Gaming Disorder and Well-Being: A Scale Validation. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 19*(11), 674-679. <https://doi.org/10.1089/cyber.2016.0286>.
- Seay, A. F., & Kraut, R. E. (2007). Project massive. *Proceedings of the SIGCHI Conference on Human Factors in Computing Systems*. <https://doi.org/10.1145/1240624.1240749>
- Schimmenti, A., Guglielmucci, F., Barbasio, C., & Granieri, A. (2012). Attachment disorganization and dissociation in virtual worlds: A study on problematic Internet use among players of online role playing games. *Clinical Neuropsychiatry: Journal of Treatment Evaluation, 9*(5), 195-202.
- Schirda, B., Valentine, T. R., Aldao, A., & Prakash, R. S. (2016). Age-related differences in emotion regulation strategies: Examining the role of contextual factors. *Developmental Psychology, 52*(9), 1370-1380. <https://doi.org/10.1037/dev0000194>
- Shariff, A. F., & Tracy, J. L. (2011). What Are Emotion Expressions For? Current Directions in *Psychological Science, 20*(6), 395-399. <https://doi.org/10.1177/0963721411424739>
- Stasiewicz, P. R., Bradizzan, C. M., Gudleski, G. D., Coffey, S. F., Schlauch, R. C., Bailey, S. T., Bole, C. W., & Gulliver, S. B. (2012). The relationship of alexithymia to emotional dysregulation within an alcohol dependent treatment sample. *Addictive Behaviors, 37*(4), 469-476. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2011.12.011>
- Stevens M. W., Dorstyn D., Delfabbro P. H., & King D. L. (2020) Global prevalence of gaming disorder: A systematic review and meta-analysis. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry, 55*(6), 553-568. <https://doi.org/10.1177/0004867420962851>

- Vargas Gutiérrez, R., & Muñoz-Martínez, A. (2013). La regulación emocional: Precisiones y avances conceptuales desde la perspectiva conductual. *Psicología USP*, 24(2), 225-240.
- Villani, D., Carissoli, C., Triberti, S., Marchetti, A., Gilli, G., & 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>
- Wardle, H., Moody, A., Griffiths, M., Orford, J., & Volberg, R. (2011). Defining the online gambler and patterns of behaviour integration: Evidence from the British Gambling Prevalence Survey 2010. *International Gambling Studies*, 11(3), 339-356. <https://doi.org/10.1080/14459795.2011.628684>
- Weiss, F. (2005). Neurobiology of craving, conditioned reward and relapse. *Current Opinion in Pharmacology*, 5(1), 9-19. <https://doi.org/10.1016/j.coph.2004.11.001>
- Wenzel, H. G., Bakken, I. J., Johansson, A., Götestam, K. G., & Øren, A. (2009). Excessive computer game playing among Norwegian adults: self-reported consequences of playing and association with mental health problems. *Psychological Reports*, 105(3 Pt 2), 1237-1247. <https://doi.org/10.2466/PR0.105.F.1237-1247>
- Wenzlaff, R. M., & Wegner, D. M. (2000). Thought suppression. *Annual Review of Psychology*, 51, 59-91. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.51.1.59>
- Wenzlaff, R. M., & Bates, D. E. (1998). Unmasking a cognitive vulnerability to depression: How lapses in mental control reveal depressive thinking. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(6), 1559-1571. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.75.6.1559>
- Williams, A. D., Grisham, J. R., Erskine, A., & Cassidy, E. (2012). Deficits in emotion regulation associated with pathological gambling. *British Journal of Clinical Psychology*, 51(2), 223-238. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8260.2011.02022.x>
- Witek, C. T., Finserås, T. R., Pallesen, S., Mentzoni, R. A., Hanss, D., Griffiths, M. D., & Molde, H. (2015). Prevalence and predictors of video game addiction: A study based on a national representative sample of gamers. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 14, 672-686. <https://doi.org/10.1007/s11469-015-9592-8>

- Wood, R. T. A., Griffiths, M. D., Chappell, D., & Davies, M. N. O. (2004). The Structural Characteristics of Video Games: A Psycho-Structural Analysis. *CyberPsychology & Behavior*, 7(1), 1-10. <https://doi.org/10.1089/109493104322820057>
- Yen, J.-Y., Yeh, Y.-C., Wang, P.-W., Liu, T.-L., Chen, Y.-Y., & Ko, C.-H. (2017). Emotional Regulation in Young Adults with Internet Gaming Disorder. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(1), 30. <https://doi.org/10.3390/ijerph15010030>

Anexo

1. Consentimiento informado

El presente trabajo está destinado a hombres y mujeres adultos, de entre 27 y 41 años, que vivan en AMBA y usen videojuegos. Los datos obtenidos son anónimos, confidenciales y serán utilizados con fines meramente académicos. Dicha investigación tiene como objetivo recolectar muestras para el trabajo de integración final de la carrera de Licenciatura en Psicología. La colaboración es voluntaria y consiste en completar 3 cuestionarios. Ante cualquier duda pueden contactar a: aceres@uade.edu.ar.

Desde ya, muchas gracias,

Atentamente, Agustina Ceres - LU 1087196

Acepto con conformidad

Sí No

2. Cuestionario Sociodemográfico

1. Edad: _____

2. Nacionalidad:

Argentina

Otra

3. Género:

Mujer

Hombre

No binario

Otro: _____

Prefiere no contestar

4. Estado Civil:

Soltero/a

Casado/a

En concubinato

Divorciado/a

Viudo/a

En pareja

5. Lugar de residencia:

CABA

GBA

6. Máximo nivel de estudios alcanzado:

Primario incompleto

Primario completo

Secundario incompleto

Secundario completo

Terciario incompleto

Terciario completo

Universitario incompleto

Universitario completo

Otro: _____

7. Ocupación:

- Estudiante
- Trabajador/a part-time
- Trabajador/a full-time
- Ninguna
- Otra: _____

8. ¿Actualmente consume psicofármacos de forma regular?

- No
- Sí ¿Cuál? _____

9. ¿Posee algún diagnóstico de enfermedad psicológica o psiquiátrica?

- No
- Sí ¿Cuál? _____

10. ¿Hace cuanto juega videojuegos?

- Menos de 6 meses
- Mas de 6 meses
- No Juego

11. ¿Con qué frecuencia juega videojuegos semanalmente (Lunes a Domingo)?

- Entre 1 y 2 veces por semana
- Entre 3 y 5 veces por semana
- Entre 6 y 7 veces por semana

12. ¿Cuántas horas juega por día en promedio los días de semana (Lunes a Domingo)? _____

10. ¿En qué momento juega principalmente?

- De lunes a viernes durante el día
- De lunes a viernes por la noche
- Durante el fin de semana, ya sea durante el día o la noche

11. ¿Qué dispositivo que utiliza para jugar la mayor parte del tiempo?

- Celular
- Tablet

- PC
- XBOX
- PlayStation
- Otro ¿Cuál? _____

12. ¿Por qué motivo juega? (Seleccione el que mejor se ajuste)

- Entretenimiento
- Disfrute/Diversión
- Relajación
- Aliviar el estrés
- Socializar
- Mejorar los reflejos, la concentración y la atención
- Aliviar la depresión
- Otro motivo: ¿Cuál? _____

13. ¿A qué videojuego le dedica más tiempo? _____

3. Escala de adicción al juego (GASA; Lemmens et al., 2009) validada en España por Lloret Irlles et al. (2016)

Durante los últimos 6 meses usted:(señale con una X la opción adecuada):

Nº	PREGUNTA	NUNCA	RARA VEZ	A VECES	A MENUDO	MUY A MENUDO
1	¿Piensa en jugar durante el día?					
2	¿Ha aumentado el tiempo que dedica a jugar?					
3	¿Juega para olvidarse de la vida real?					
4	¿Otras personas han intentado que reduzca el tiempo que dedica al juego?					
5	¿Se ha sentido mal cuando no ha podido jugar?					
6	¿Se ha peleado con otros (por ejemplo, familiares, amigos,) por el tiempo que dedica al juego?					
7	¿Ha descuidado otras actividades importantes (por ejemplo, la escuela, el trabajo, los deportes) para jugar?					

4. Escala de Expresividad Emocional (EES; Kring et al., 1994) validada por Piemontesi (2012)

	Falso		Neutro		Cierto	
1 Me considero a mi mismo emocionalmente expresivo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2 La gente me considera una persona emotiva.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3 Guardo mis sentimientos para mí mismo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4 A menudo se me considera indiferente hacia los demás.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5 La gente puede darse cuenta de mis emociones.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6 Muestro mis emociones a las otras personas.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7 No me gusta dejar que las otras personas vean como me siento.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8 Soy capaz de llorar delante de otras personas.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9 Incluso si me siento muy emocionado, no dejo que los otros vean mis sentimientos.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10 Las otras personas no lo tienen fácil para observar lo que siento.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11 No soy muy expresivo emocionalmente.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12 Incluso cuando experimento fuertes sentimientos, no los expreso externamente.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13 No puedo ocultar la forma en que me siento.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14 Las otras personas creen que soy muy emocional.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15 No expreso mis emociones a las otras personas.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16 La forma en que me siento es diferente de como los otros piensan que me siento.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17 Mantengo mis sentimientos dentro de mí.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

5. Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ; Gross & John, 2003), validado en Argentina por Pagano y Vizioli (2021)

		Desacuerdo		Neutral		Acuerdo	
1	Cuando quiero sentir más una emoción positiva (por ejemplo, alegre o divertido), modifico lo que pienso sobre ello.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2	Trato de mantener ocultos mis sentimientos.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3	Cuando quiero sentir menos una emoción negativa (por ejemplo, tristeza o enfado), modifico lo que pienso sobre ello.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4	Cuando estoy sintiendo emociones positivas, tengo cuidado de no expresarlas.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5	Cuando hago frente a una situación estresante, pienso en ella de una manera que me ayude a mantener la calma.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6	Controlo mis emociones no expresándolas.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7	Cuando quiero sentir más una emoción positiva, cambio la manera de pensar sobre esa situación.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8	Controlo mis emociones cambiando la manera de pensar sobre la situación en la que me encuentro.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9	Cuando estoy sintiendo emociones negativas, me aseguro de no expresarlas.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10	Cuando quiero sentir menos una emoción negativa, cambio la manera de pensar sobre esa situación.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

6. Tabla de conversión de videojuego de preferencia a tipo de juego.

Videojuego de preferencia	Tipo de juego	Cantidad
FIFA	Simulación/Fútbol	8
Candy Crush	Lógica	7
Call of Duty	FPS	6
League of Legends	MOBA	4
Valorant	FPS	4
Assassin's creed	Aventura/Acción	2
Clash Royal	Estrategia	2
Counter-Strike Global offensive	FPS	2
Dead By Daylight	Supervivencia multijugador	2
God Of War	Aventura/Acción	2
Rayman	Acción	2
Rocket League	Simulación/Fútbol	2
Sims 4	Simulación	2
Stardew Valley	Simulación	2
Stray	Aventura	2
7 days to die	FPS	1
Age of Empires 2: The Conquerors	Estrategia	1
Apex Legends	FPS	1
Aventura, Futbol	Simulación/Fútbol	1
Buscaminas	Lógica	1
Call of Duty Mobile	FPS	1
Clash of clans	Estrategia	1
De competencia	Competencia	1
De preguntas y respuestas	Preguntas y respuestas	1
Decoración de casas	Simulación	1
Diablo3	RPG	1
Disco Elysium	RPG	1
Dragon Ball Z: Dokkan Battle	Acción	1
Efootball	Simulación/Fútbol	1
Elden ring	RPG	1
Estrategia	Estrategia	1
Euro truck simulador 2	Simulación	1
Flash royal	Estrategia	1
Forza horizon 5	Carreras	1
Genshin Impact	RPG	1
Ghost recon	Acción	1
Helldivers	Shooter cooperativo	1
Hollow Knight	Aventura/Acción	1
Juegos de armar granjas	Simulación	1
juegos singleplayer con historia	RPG	1
Jumper	Puzzle	1
Halo	FPS	1
Life is strange	Aventura	1

Minecraft y fall guys	Construcción	1
Ninguno en particular	Otro	1
Ninguno en particular, juego diferentes juegos hasta finalizarlos	Otro	1
Outer wilds	Aventura/Acción	1
PES	Simulación/Fútbol	1
Pokemon go	Realidad aumentada	1
Pokemon Trading Card Game Online	Competencia	1
Pubg mobile	Acción	1
Red Dead Redemption 2	Aventura/Acción	1
Scrabble Go aplicación para el celu	Puzzle	1
Shooter RPG	RPG	1
Stardew Valley	Simulación	1
Tetris	Puzzle	1
TFT	Estrategia	1
The division 2	RPG	1
The Ssum	Chat	1
The Witcher Wild Hunt	RPG	1
Toy blast	Puzzle	1
UFC 4. FIFA.	Simulación/Fútbol	1
World of Warships	Acción	1
X	Estrategia	1