

# VideoJuegos

Los juegos (off-line y on-line) deben ser adquiridos y utilizados en función de su contenido y edad para la que han sido diseñados

La palabra JUEGO indica ocio, pero que se trate de un juego no quiere decir que no pueda producir efectos peligrosos para nuestros hijos.



## Riesgo

- Exponer a nuestros hijos a contenidos inapropiados para su edad.
- Banalizar diferentes aspectos de la vida al "aprenderlos" en un entorno irreal o virtual.
- Confundir realidad con ficción, especialmente en lo referente a los efectos de sus acciones. "Pensar que la vida es como un juego" en el que hay vidas infinitas.
- Frustración y ansiedad por "pasar niveles". Incapacidad para ser pacientes. Este efecto implica pensar siempre en la siguiente etapa sin disfrutar de la actual.



## Efectos

- Impaciencia
- Adicción
- Ansiedad, comportamiento compulsivo
- Aislamiento
- Falta de concentración
- Agresividad
- Confusión entre realidad y ficción (incluso en los efectos de sus acciones)



## Qué hacer

- Validar la idoneidad de los juegos para nuestros hijos en función de su edad y el tipo de contenido de dichos juegos. Hacerlo consultando la escala PEGI que aparece en los juegos
- Mantenerse firme incluso ante regalos de familiares o amigos.
- Probar con ellos el contenido de cada juego al inicio.



## Buenas prácticas

- Comprar con ellos o aprobar previamente la idoneidad de los juegos consultando la escala PEGI
- Definir tiempo de juego limitado. No permitir que los juegos hagan el papel de "nanny"
- Negociar el tiempo de uso como premio y no dejar que lo establezcan los menores