

Universidad Andina del Cusco
Facultad de Ciencias de la Salud
Escuela Profesional de Psicología



Estilos de vida en usuarios de juegos en línea de la ciudad del Cusco

Tesis presentada por:

Bach. Vianet Nataly Peralta Puma

Para optar el título profesional de Psicóloga

Asesor: Mg. Eric Arenas Sotelo

Cusco – 2019

Dedicatorias

A Jesús, mi hermano, quien inspiró este estudio, permitiéndome
entrar en su mundo, conocerlo y darme cuenta de que quizás
lo juzgamos mal.

A Vita, mi madre, por su fortaleza y apoyo incondicional.

A Socorro, mi tía, por estar siempre pendiente de mí.

Y a Modesto, mi padre, por estar siempre conmigo,
dentro de sus posibilidades.

A todos esos talentos que son opacados
por prejuicios y pensamientos
conservadores.

Agradecimientos

A Aureliano, Luis, Standing, Rain, Lonely, Chugo, Newjag, Loco y Sky, quienes compartieron sus historias de vida, siendo así, protagonistas de esta investigación.

A mi asesor, Eric Arenas Sotelo, por mostrarme la belleza de la investigación cualitativa y acompañarme en este estudio, a él, gracias por la presión constante, paciencia y enseñanza.

A Saúl Gómez y Victoria Cavero, por sus aportes y sugerencias que ayudaron a que esta investigación concluya.

A los organizadores del IX Congreso Nacional de Estudiantes de Psicología – 2017 y a la Universidad Nacional Mayor de San Marcos – Lima, por brindar un espacio para compartir y exponer el proyecto de investigación, obteniendo así, aportes que enriquecieron el estudio.

Al Concurso de Cofinanciamiento de Proyectos de Investigación – 2017, organizado por la Dirección de Investigación de la Universidad Andina del Cusco, el cual me permitió culminar anticipada y satisfactoriamente esta investigación.

A los organizadores del X Congreso Nacional de Estudiantes de Psicología – 2018 y a la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga – Ayacucho, donde la investigación fue expuesta ante jurados nacionales e internacionales, obteniendo críticas que enriquecieron el estudio.

Y a todos los que formaron parte del proceso de este estudio, familia, scouts, docentes, amigas y amigos, infinitas gracias por escucharme y no permitir que me rinda.

Índice

Capítulo I: El problema	1
1.1 Planteamiento del problema	1
1.2 Formulación del problema	3
1.3 Objetivo de investigación	3
1.4 Justificación del problema	4
Capítulo II: Estado del conocimiento	6
2.1 Antecedentes	6
2.1.1 Antecedentes extranjeros	6
2.1.2 Antecedentes nacionales	8
2.2 Referenciales teóricos	11
2.2.1 Estilos de vida	11
2.2.2 Clasificación de los estilos de vida	12
2.2.3 Componentes de los estilos de vida	13
2.2.4 Juegos en línea	17
2.3 Categoría de estudio	17
Capítulo III: Método	19
3.1 Metodología	19
3.2 Unidad de estudio	20
3.3 Técnicas e instrumentos de recolección de información	21
3.4 Procedimiento de análisis de datos	23
3.5 Limitaciones	24
3.6 Aspectos éticos	24
Capítulo IV: Resultados y discusión	25
4.1 Salud y autocuidado	27
4.1.1 Actividad física	28
4.1.2 Hábitos de alimentación	29
4.1.3 Hábitos de sueño	31
4.1.4 Hábitos de higiene	33
4.2 Actividades cotidianas	34
4.2.1 Actividades académicas	34
4.2.2 Actividades laborales	37
4.2.3 Tiempo libre	40
4.3 Interacciones sociales	42

4.3.1 Relación de pareja	43
4.3.2 Relaciones amicales	45
4.3.3 Relaciones familiares	49
4.3.4 Estereotipos	52
4.4 Sentido de vida y comunidad	55
4.4.1 Profesionalismo	56
4.4.2 Sentido de pertenencia	59
4.4.3 Sentimientos y emociones	63
4.4.4 Motivación	66
Conclusiones	70
Sugerencias	72
Referencias bibliográficas	73
Apéndices	80
Apéndice A: Guía de entrevista	80
Apéndice B: Consentimiento Informado	82

Índice de tablas

Tabla 1	
<i>Características de los participantes</i>	21
Tabla 2	
<i>Estilos de vida</i>	26

Resumen

La presente investigación de tipo cualitativa, tiene el objetivo de conocer los estilos de vida de usuarios de juegos en línea de la ciudad del Cusco. Los participantes fueron 9 usuarios de juegos en línea en campo de batalla y con edades entre 18 y 26 años. Los criterios de inclusión fueron: ser usuario de juegos en línea por un mínimo de 3 años, aspirar a ser profesional o ya serlo y haber participado en campeonatos, torneos o partidas de exhibición. La recolección de datos se realizó a través de una entrevista semiestructurada, para luego analizar el estilo de vida de los usuarios a través del relato de su experiencia vivida. Los resultados son cuatro categorías que componen el estilo de vida; la primera categoría es salud y autocuidado, que incluye actividad física, hábitos de alimentación, hábitos de sueño y hábitos de higiene. La segunda categoría es actividades cotidianas, que abarca actividades académicas, actividades laborales y tiempo libre. La tercera categoría es interacciones sociales, la cual contiene la relación de pareja, relaciones amicales, relaciones familiares y estereotipos. Finalmente, la categoría de sentido de vida y comunidad, la cual cubre el profesionalismo, sentido de pertenencia, sentimientos y emociones, y motivación.

Palabras clave: Estilos de vida, usuarios, juegos en línea.

Abstract

The present qualitative research aims to know the lifestyles of users of online games in the city of Cusco. The participants were 9 users of online games on the battlefield and aged between 18 and 26 years. The inclusion criteria were: to be a user of online games for a minimum of 3 years, to aspire to be professional or to be and to have participated in championships, tournaments or exhibition games. The data collection was carried out through a semi-structured interview, to then analyze the lifestyle of the users through the story of their experience. The results are four categories that make up the lifestyle; The first category is health and self-care, which includes physical activity, eating habits, sleeping habits and hygiene habits. The second category is daily activities, which includes academic activities, work activities and free time. The third category is social interactions, which contains the couple relationship, friendship relationships, family relationships and stereotypes. Finally, the category of sense of life and community, which covers professionalism, sense of belonging, feelings and emotions, and motivation.

Keywords: Lifestyles, users, online games.

Introducción

En los últimos años, la comunidad de usuarios de juegos en línea se ha expandido por diversos factores. Se espera que este estudio constituya un aporte a la visibilización de los usuarios de juegos en línea, así como las distintas situaciones que los conllevan a modificar su estilo de vida para poder convertirse en profesionales de esta práctica.

El presente estudio está organizado en cuatro capítulos. En el primer capítulo se describe la problemática, pues se observó que los usuarios de juegos en línea de la ciudad del Cusco presentan alteraciones en las siguientes áreas de sus vidas: familiar, social, académica y personal. Por lo que el objetivo de investigación fue conocer a profundidad los estilos de vida de los usuarios que aspiran a ser profesionales dentro de esta área.

En el segundo capítulo se mencionan los antecedentes de estudio y se presenta una estructura teórica para el entendimiento del fenómeno de estudio, dando paso al estado del arte, finalizando con la conceptualización de la categoría de estudio, estilo de vida.

En el tercer capítulo, se describe la metodología cualitativa, utilizada en este estudio, la cual, desde un enfoque fenomenológico, permitió de manera detallada, conocer el estilo de vida de 9 usuarios, desde la perspectiva que cada uno tenía sobre su propia realidad. Además, la entrevista semiestructurada fue el instrumento que permitió recopilar la información necesaria para llegar al objetivo de investigación.

En el cuarto capítulo se describen los resultados y la discusión, basados en la construcción de cuatro categorías: salud y autocuidado, actividades cotidianas, interacciones sociales, y sentido de vida y comunidad. Se evidencia una constante modificación del estilo de vida, el cual oscila entre saludable y no saludable, concluyendo que los usuarios de juegos en línea presentan algunas alteraciones en su estilo de vida, y que, a pesar de ello, son capaces de reconocer sus necesidades y modificar su estilo de vida a saludable.

Capítulo I: El problema

1.1 Planteamiento del problema

El Internet en la actualidad es el medio más utilizado para la búsqueda de información y la construcción de vínculos interpersonales; su sistema de redes permite la interacción, expresión y colaboración entre usuarios ya sea de forma individual, grupal e incluso entre grandes organizaciones (Peña, como se citó en Sandoval, 2009).

Día a día, millones de personas se involucran en mundos virtuales para jugar en línea, en especial juegos masivos multijugador –juegos en los que participan gran cantidad de usuarios de forma simultánea a través de internet–. Estos juegos han tenido una gran expansión en los últimos años (Jux, 2014).

Pese a su alta difusión, existen pocas investigaciones sobre los juegos en línea. Los proyectos existentes abordan el tema desde la perspectiva del juego, es decir, el diseño del juego, las estrategias y tecnologías utilizadas, la descripción de los avatares –personaje virtual que el usuario de un juego escoge para representarse gráficamente–, etc. (Jux, 2014). A pesar de ello, no se investiga a los jugadores como personas que modifican su estilo de vida por dedicarse a jugar profesionalmente (Cuba, 2015).

A nivel internacional, los juegos en línea son considerados como una profesión; sin embargo, en algunos países latinoamericanos, como Perú, aún no se han constituido como tales. Las personas que inician en este campo son jóvenes y no se les suele reconocer como jugadores profesionales (García & Edgar, como se citó en Suarez, 2016). Esta actividad, no obstante,

altera la dinámica diaria de quienes la practican, evidenciándose así, cambios en su estilo de vida.

El estilo de vida comprende distintas categorías, pues se reflejan aspectos biológicos, psicológicos, sociales, culturales y filosóficos de cómo una persona vive su vida tanto a nivel personal como social (Gómez, 2005). Los usuarios que juegan continuamente presentan dificultades para relacionarse con otras personas; problemas académicos, vocacionales o laborales; complicaciones relacionadas con la salud por fumar gran cantidad de cigarrillos, realizar poco ejercicio físico, mantener una mala calidad de sueño y en casos extremos, problemas legales o muerte por cansancio o deshidratación (Billieux, Deleuze, Griffiths, Kuss, 2015; Lewis, 2016). Asimismo, presentan conductas agresivas, ansiedad y aislamiento de actividades sociales tanto a nivel familiar, escolar y laboral (Escobar y Salazar, 2015). Adicionalmente, se atribuyen a los usuarios de juegos en línea un conjunto de prejuicios y estereotipos que no se asemejan a la realidad, los cuales generan una imagen que la sociedad considera más negativa que positiva (Puente, 2015). Varios de estos problemas se han identificado también en usuarios peruanos (Cuba, 2015).

Sin embargo, los juegos en línea influyen también de una forma positiva, pues incrementan el nivel de auto confianza y liderazgo en los usuarios, mejorando su nivel de memoria y concentración (Escobar y Salazar, 2015). Asimismo, se incrementan las habilidades tanto en el área motora como en la cognitiva, lo que permite alcanzar un objetivo determinado (Leyva y Varela, 2016). Los jóvenes descubren en este estilo de vida un motivo para practicar lo que más les gusta: batallar por grupos, sentirse satisfechos por haber ganado y haber puesto al límite sus habilidades físicas y emocionales (Cuba, 2015).

En la ciudad del Cusco, los deportes electrónicos no han pasado desapercibidos. Las fuentes de la siguiente información son informales, pues se encuentran en blogs, *fanpages* y páginas web que la comunidad de usuarios ha creado. Pese a la informalidad de los datos,

ofrecen una visión del estado actual de los usuarios en la ciudad del Cusco. Se encuentra así que, actualmente existen torneos que ofrecen como premio una suma de dinero, tales como “Dota Cusco League” organizada por la comunidad de usuarios de Cusco, “Info Gamer” organizada por la Facultad de Ingeniería informática y de sistemas de la Universidad nacional San Antonio Abad del Cusco y “Dota Raymi” organizada por el Instituto Khipu, Se percibió así, que los adolescentes y jóvenes de la ciudad, aprovechan esta oportunidad para conseguir un sustento económico e incluso ser profesionales siendo un jugador en línea. Sin embargo, se observó que estos jóvenes deben lidiar con la actitud de su familia frente a la decisión de querer ser un jugador profesional; algunos dejan de estudiar, de alimentarse bien y de dormir lo suficiente; asimismo se notó una alteración en las relaciones sociales y en la conducta, pues los usuarios mienten o roban para poder jugar. Todos estos factores influyen en el estilo de vida de los usuarios y paralelamente en su salud mental, pues se llega a generar estrés, depresión, ansiedad, alteración de sueño, malos hábitos de alimentación, poco ejercicio físico, etc.

Es por todo esto que la presente investigación busca conocer cómo son los estilos de vida que presentan los usuarios de juegos masivos multijugador en línea profesionales o en proceso a serlo.

1.2 Formulación del problema

Se ha establecido la siguiente pregunta de investigación para guiar el ámbito en el que se desarrolló este estudio: ¿cómo son los estilos de vida de los usuarios de juegos en línea de la ciudad del Cusco?

1.3 Objetivo de investigación

Conocer los estilos de vida de los usuarios de juegos en línea de la ciudad del Cusco.

1.4 Justificación del problema

La presente investigación se realizó durante los años 2017 y 2019, primeramente, porque en el Perú son escasas las investigaciones desde la psicología que busquen entender el fenómeno de los juegos en línea, aun cuando se acepta que el uso de estos es cada vez mayor en la población de adolescentes y jóvenes (Arnao, Falla & Jiménez, 2011). Esta situación genera desconocimiento sobre el estilo de vida de los usuarios, derivando así, en críticas negativas y prejuicios.

El presente estudio alienta a elaborar más investigaciones con la población de los usuarios de juegos en línea. Así, en el área de psicología experimental se podría observar el aprendizaje y los distintos conflictos en la motivación de los jugadores, los psicólogos sociales abarcarían las categorías de la competencia social de los jugadores, los psicólogos comunitarios analizarían el sentido de comunidad dentro de un espacio virtual y los psicólogos clínicos se interesarían en las estructuras de personalidad de los jugadores (Barroso, 2003).

En nuestra sociedad aún existe la duda de cómo es posible ganar dinero y ser profesional a través de los juegos por internet (Torres, 2014). Es así, que esta investigación brinda a la sociedad información más detallada de cómo es que viven los usuarios y que estilos de vida llevan para poder convertirse en jugadores profesionales, pretendiendo lograr la visibilización de esta comunidad, con la característica particular de aspirar a ser profesional o ya serlo, integrada en la comunidad de usuarios de juegos en línea en general.

Por otro lado, en la sección III del Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales, en el apartado de afecciones que necesitan más estudio, se encuentra el Trastorno de juego por internet (Asociación Americana de Psiquiatría, 2014). En consecuencia, conocer los estilos de vida de los usuarios de juegos en línea permitirá contrastar si estos se ajustan a los

criterios diagnósticos propuestos en el manual; considerando que aún no ha sido reconocido como una adicción, pues requiere más investigación.

La investigación no solo contribuye al conocimiento académico, sino también a la mejora de técnicas para las distintas intervenciones, pues para responder la pregunta planteada usaremos la información que la persona nos brinde a través de su discurso (Giraudó, s/f.). Y es por ello que para ahondar más en los estilos de vida de estos usuarios se utilizó la entrevista semiestructurada, la cual, a través de preguntas abiertas, permite que la persona exprese con sus propias palabras la percepción que tiene de su vida y la visión de su realidad.

Por último, para estudiar adecuadamente a la población, la presente investigación sugiere partir del enfoque fenomenológico, el cual de acuerdo con Álvarez-Gayou (2009) se basa en la experiencia personal, la cual se presenta a partir de las relaciones con objetos, personas, acontecimientos y situaciones. Así, el mundo construido a partir de la experiencia vivida es esencial en la fenomenología. Es por esto que la metodología utilizada es importante, pues permite una visión más amplia del fenómeno estudiado, disminuyendo la atribución de estereotipos a los usuarios y permitiendo un mejor abordaje al momento de tratar con los jóvenes.

Capítulo II: Estado del conocimiento

2.1 Antecedentes

2.1.1 Antecedentes extranjeros

Encontramos a Troncoso (2016) quien realizó un estudio titulado E-Sports: Evolución y Tratamiento en los medios. El caso League of Legends de la Universidad de Sevilla. El problema de investigación está relacionado con la revisión del contexto en el que se da el fenómeno de los deportes electrónicos, unas manifestaciones sociales que ocurren alrededor de los videojuegos multijugador en línea, donde las relaciones con el resto de jugadores son fundamentales. La investigación cualitativa longitudinal se realizó bajo la técnica sociológica de estudio de caso usando como muestra al videojuego más jugado en el mundo League of Legends con el fin de analizar la relación existente entre los deportes electrónicos y la comunicación. El estudio llegó a la conclusión de que los deportes electrónicos han experimentado un gran desarrollo en el área del entretenimiento, un fenómeno que no ha pasado desapercibido para los medios de comunicación. Asimismo, menciona que en el caso de League of Legends, las redes sociales son ideales a la hora de desarrollar estrategias de comunicación y, en este sentido, Riot Games ha logrado generar un discurso que atrae al receptor participativo y activo de hoy, un usuario que siente la necesidad de participar en la construcción del mensaje y al que la empresa invita a convertirse en autor-creador de las novedades del propio videojuego.

Por otro lado, Rosas y Siegel (2011) realizaron un estudio de Promoción de salud y estilos de vida saludables en jóvenes universitarios: “Hacia un curriculum integral”. El problema de investigación va en torno a la modificación de los estilos de vida poco saludables en estudiantes universitarios, a través de un trabajo integral centrado en el autocuidado y la práctica habitual de actividad física. La investigación de tipo cuantitativo cuasi experimental tuvo como población a un grupo de 45 estudiantes que se inscribieron a la asignatura optativa durante el segundo semestre del 2010, “Promoción de Salud y Estilos de Vida Saludable”, de la Universidad Austral de Chile con el fin de promover en estudiantes universitarios la adopción de factores protectores de la salud, a través de la comprensión, conocimiento y compromiso de prácticas que ayuden al desarrollo de estilos de vida saludables. La metodología de trabajo consistió en el desarrollo de tres módulos desglosados en un taller semanal con una duración de dos horas pedagógicas donde se conjugó la adquisición de conceptos básicos a través de dinámicas que propicien un aprendizaje activo por parte del estudiante en relación a la adquisición de estilos de vida saludables. En los resultados se observó un alto porcentaje de estudiantes con sobrepeso y obesidad, lo que resulta alarmante ya que es un factor de riesgo para adquirir enfermedades crónicas como las cardiovasculares, diabetes tipo 2, enfermedades del aparato locomotor y algunos cánceres, concluyendo así que los estilos de vida de la población en estudio son poco saludables y que a largo plazo podrán conducir a desarrollar alguna de las enfermedades ya mencionadas.

Y por último Marco y Choliz (2013) realizaron un estudio titulado Tratamiento cognitivo-conductual en un caso de adicción a Internet y videojuegos. El problema de investigación está relacionado con el uso inadecuado o excesivo del internet, de los videojuegos, incluso del teléfono celular, lo cual conlleva a generar una adicción denominada adicción tecnológica y a despertar un alarmante problema social, también enfatiza que el fenómeno de los videojuegos todavía necesita ser investigado ya que por el momento solamente

ha dado lugar a diversos debates. La investigación recurrió al análisis de un caso de un joven de 22 años quien afirma tener una adicción a un juego de computadora, el objetivo es presentar una propuesta de tratamiento cognitivo-conductual para la adicción a Internet y videojuegos. El tratamiento se desarrolló a lo largo de 19 semanas con dos seguimientos, haciendo uso de dos entrevistas semiestructuradas, un autoregistro estándar y los siguientes instrumentos: Cuestionario de autoevaluación de ansiedad Estado-Rasgo, Test de dependencia de videojuegos; Inventario de depresión de Beck, Escala de impulsividad y el Inventario de alianza terapéutica y teoría del cambio. En los resultados se observó que desde la primera sesión hay una disminución en frecuencia y duración, desde la sexta semana el joven no experimentaba pérdida de control ni impulsividad para reducir sensaciones desagradables, en la octava y novena semana se produjo una recaída dándose un aumento de la conducta de juego y un estado emocional negativo, sin embargo, en las siguientes sesiones se volvió a producir una mejoría. Al finalizar se observaron cambios clínicamente significativos ya que hubo mejora en el estado de ánimo del sujeto de estudio, desapareció la sensación de culpa, fue capaz de estudiar en casa y hacer trabajos en la computadora sin necesidad de jugar, mejoro también la actitud y el autocontrol.

2.1.2 Antecedentes nacionales

Primeramente, encontramos a Flores (2015) que realizó un estudio sobre la Representación social de las interacciones sociales en un videojuego en línea por usuarios adultos jóvenes de la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas. El problema de investigación está relacionado a la comprensión de los fenómenos sociales que se dan en estos espacios virtuales al reconocer elementos importantes de la relación entre los usuarios como la representación de las interacciones en los distintos espacios del juego, el significado establecido a las relaciones en un grupo dentro del juego, las cualidades de las relaciones interpersonales que se dan mientras juegan, entre otras. La investigación de tipo cualitativa fenomenológica

estuvo conformada por 21 participantes hombres residentes de la ciudad de Lima, con edades entre 20 y 34 años, con el fin de explorar la representación social existente de las interacciones sociales que ocurren en el espacio del juego en un grupo de adultos jóvenes usuarios del juego virtual World of Warcraft. Para ello se aplicó una primera etapa de entrevistas semiestructuradas, y posteriormente encuestas virtuales para recaudar la información, la cual muestra a nivel cultural una representación negativa de los videojuegos, afectando el acercamiento de los usuarios al juego y las primeras interacciones en este. No obstante, la estructura del medio los conduce a tener que relacionarse con otros. La permanente comunicación permitirá que la representación de estas interacciones sea reevaluada. De esta forma, estas relaciones pueden llegar a ser representadas como fuentes de gratificación para el usuario, de acuerdo a las características particulares que presentan las diferentes áreas del juego.

Por otro lado, Vallejos y Capa (2010) realizaron una investigación titulada Video juegos: Adicción y factores predictores de la Universidad Nacional Federico Villareal. El problema de investigación evalúa la forma en la que están relacionados la funcionalidad familiar y los estilos interactivos con la adicción a los videojuegos en los adolescentes, así como las consecuencias que genera la adicción a los juegos en la asertividad, agresividad y rendimiento académico. La investigación de diseño no experimental o *ex-post-facto*, de tipo correlacional tuvo como población a 4954 adolescentes de ambos sexos, con edades entre los 11 y 18 años cumplidos al momento de la evaluación, que se encontraban cursando entre primero y quinto año de secundaria en 6 colegios estatales de un distrito de Lima Metropolitana, con el fin de ofrecer un modelo explicativo de la adicción a los videos juegos en la población adolescente, en términos de los factores predisponentes de dicha problemática, así como los efectos que genera en el plano psicológico y escolar. Se utilizó una Ficha Socio-demográfica, instrumento que permitió recabar datos socio-demográficos, tipo de familia e información referente al rendimiento académico y la Escala para problemas de adicción a videojuegos. Los

resultados de la investigación muestra que el 85% de la muestra estudiada reporta practicar los videojuegos, siendo los varones quienes juegan más que las mujeres, así mismo se halló que existe una correlación moderada entre el uso del videojuegos y las variables relacionadas como el funcionamiento familiar, toma de decisiones, comportamiento agresivo y rendimiento académico, donde podemos observar que hay una relación inversa entre funcionamiento familiar y el uso del videojuegos, es decir, a menor funcionamiento familiar mayor uso del videojuego; igualmente con la toma de decisiones y el rendimiento académico, concluyéndose que a menor toma de decisiones apropiadas mayor uso de los videojuegos, y por último si hay mayor uso de los videojuegos hay problemas en el rendimiento académico.

Finalmente, Huanca (2011) realizó un estudio de la Influencia de los juegos de internet en el comportamiento de los adolescentes de la ciudad de Puno. Tuvo como objetivo principal identificar y explicar los factores que influyen y efectos que ocasionan en la personalidad de los adolescentes de la ciudad de Puno la participación en los juegos de internet en las diferentes cabinas públicas. La investigación es descriptiva y explicativa: pues se orientó a recolectar informaciones relacionadas al estado real de los actores adolescentes en función a las percepciones que tienen sobre su participación en los juegos de internet. Asimismo, es explicativa porque permitió brindar un nivel de valoración a la relación de padres e hijos. La población fue de 6395 adolescentes y el tamaño de la muestra fue de 276 adolescentes internautas de las diferentes zonas de la ciudad de Puno. Para la recolección de información se empleó una encuesta que fue elaboración propia del investigador, se validó el instrumento de recolección de datos y se capacitó a los encuestadores para la aplicación del instrumento a los adolescentes en las diferentes zonas donde se encuentran las cabinas públicas de internet. En los resultados se deduce que los adolescentes concurren al internet por el factor personal debido a que los adolescentes se refugian en los juegos de red, para divertirse y otras veces para mitigar la soledad que tienen. El factor intrafamiliar también influye para que los adolescentes

participen en los juegos de red, los motivos por los que participan son la falta de calor fraternal, mala relación entre padres e hijos y la ausencia de los padres; la frecuencia con que concurren por este factor es 20.3%. Esto se debe a que existe mucha incompreensión por parte de los agentes de la familia, con el trato a los adolescentes, ya que es una etapa muy delicada en que se desarrolla. También se vio que los juegos que tienen más impacto son Conter strike, debido a que tienen un buen número de mensajes que permiten la solidaridad que cada día fortalecen su forma de vida, y Gunbound debido a que tiene alto contenido de violencia, pero sus gráficos son muy pacíficos. Los juegos que no tienen fuerte impacto son WarCraft y Gunz, esto nos demuestra que no todos los juegos tienen el mismo impacto, debido a su contenido desde lo político, la economía, nutrición, sexo, amor, la violencia, la guerra, deportes, etc. La investigación concluye en que la participación frecuente de los adolescentes en los juegos de internet, influye y genera efectos negativos en la personalidad y en el comportamiento cotidiano de los adolescentes. Los factores que influyen en los adolescentes de la ciudad de Puno a entrar a internet, son principalmente los factores personales, otro sector importante de los adolescentes concurren al internet por falta de afecto fraternal, incompreensión y por la influencia de los amigos. La participación constante de los adolescentes en los juegos de internet genera efectos y cambios negativos. En su forma de hablar conlleva al uso de jergas y palabras indecentes, en su forma de escribir abreviaturas populares no oficiales, en la forma de vestir atuendos de otro contexto.

2.2 Referenciales teóricos

2.2.1 Estilos de vida

Según Palomares (2014) el estilo de vida se construye a partir de preferencias e inclinaciones básicas del ser humano, producto de la interacción entre componentes genéticos, neurobiológicos, psicológicos, socioculturales, educativos, económicos y medioambientales.

Asimismo, indica que el estilo de vida es un conjunto de comportamientos que desarrollan las personas, las cuales pueden ser saludables o dañinas para la salud.

2.2.2 Clasificación de los estilos de vida

Los estilos de vida se clasifican en dos grupos: Estilos de vida saludables y estilos de vida no saludables. Este último es denominado estilo de vida libre por Oblitas (2004).

2.2.2.1 Estilos de vida saludables. El Ministerio de Salud (2009) define al estilo de vida saludable como los procesos sociales, las tradiciones, los hábitos, conductas y comportamientos de los individuos y grupos de población que conllevan a la satisfacción de las necesidades humanas para alcanzar el bienestar.

Díaz (2005) y Palomares (2014) se apoyan en la definición de la Organización Mundial de la Salud (OMS), y definen los estilos de vida saludables como una forma de vida que disminuye el riesgo de enfermarse o morir a temprana edad, mejorando la salud y permitiendo disfrutar más aspectos de la vida. Además, recalcan que la salud no es sólo la ausencia de enfermedad, pues también es un estado de bienestar físico, mental y social.

Oblitas (2004) también se apoya en el trabajo de la OMS, cuyo objetivo principal es la promoción de estilos de vida saludables. Las define como comportamientos que implican no fumar, consumir alimentos saludables, abstinencia de alcohol, participación en deportes y ejercicio regular, mantenimiento de un bajo índice de masa corporal, etc.

2.2.2.2 Estilos de vida no saludables. Son los hábitos y comportamientos que llevan las personas en contra de su salud y en contra de la mejora de su calidad de vida, destruyendo así su aspecto biológico, psicológico y social, llevándolo a pérdidas físicas y en sí, de su integridad personal (López, 2009).

2.2.3 Componentes de los estilos de vida

2.2.3.1 Hábitos relacionados con los estilos de vida

2.2.3.1.1. Hábitos de alimentación. Gómez (2005) dice que para llevar un estilo de vida saludable es necesario tener una alimentación adecuada, caracterizada por una dieta balanceada con elementos nutritivos esenciales como minerales, vitaminas, proteínas, etc. Controlando la ingesta de grasas y carbohidratos y evitando comer excesivamente.

Oblitas (2004) dice que la dieta y el control de peso son conductas relacionadas con los estilos de vida, pues se ha identificado que el hábito de permanecer bastante tiempo frente a un televisor aumenta el riesgo de padecer obesidad en un 30%, es por ello que recomienda disminuir las grasas animales, consumo de azúcar, harinas refinadas y alcohol, y aumentar el consumo de leche, papas y especialmente verduras, frutas y alimentos con alto contenido de fibra, comer tranquilo y varias veces al día también evitará enfermedades como diabetes, cáncer, caries dentales, etc.

2.2.3.1.2 Hábitos de sueño. Dormir es sinónimo de salud, descansar es indispensable para mantener el cuerpo y la mente en buen estado durante todo el día, lo adecuado para una persona joven es dormir entre ocho horas y media y nueve horas cada noche, para reponer la energía gastada durante el día (Velázquez, 2013).

Gómez (2005) afirma que la satisfacción y la duración del sueño, así como la necesidad de dormir están relacionados con un estilo de vida saludable, sin embargo, existen problemas de sueño y dificultad para dormir como el despertar precoz, insomnio, problemas en la continuidad del sueño, etc., también se da el uso de píldoras o psicofármacos para dormir, siendo las benzodiazepinas las más usadas. Por ello, las personas que duermen menos de 6 horas presentan cansancio durante el día y malestar emocional.

2.2.3.1.3 Ejercicio físico. Realizar una actividad física moderada, habitual y frecuente es la forma más apropiada para prevenir el desarrollo de patologías físicas como aterosclerosis o hipertensión; y psicológicas como ansiedad, estrés, agresividad o situaciones depresivas. Además, produce sensación de bienestar, mejora la autopercepción y la autoestima, y con esto la mejora de relaciones interpersonales (Balaguer y Castillo, 2002). No obstante, se encuentra que los usuarios de juegos en línea suelen reemplazar las actividades físicas por el sedentarismo (CEDRO, 2012).

2.2.3.1.4 Hábitos de higiene y autocuidado. Según el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, 2005) la higiene conserva la salud y previene enfermedades. Esta se clasifica en higiene personal, la cual incluye higiene de la piel, axilas, pies, genitales y boca; la higiene ambiental, la cual verifica las condiciones sanitarias en las que se encuentra el sujeto y la higiene de los alimentos, la cual evita enfermedades o incluso la muerte por consumo de alimentos en malas condiciones.

Gómez (2005) dice que la propia imagen se mantiene a través del aseo personal y la adecuación del vestuario y que esto no solo favorece a la autoestima sino también que debe ser usado como medida de protección de la salud, pues incluye el lavarse las manos antes de comer y después de hacer uso de los servicios higiénicos, higiene bucodental, etc.

2.2.3.1.5 Consumo de sustancias. Ponte (2010) recomienda evitar el consumo de alcohol y drogas, ya que estas sustancias pueden dar origen a problemas sociales, laborales y de salud, generando así adicciones y diferentes clases de cánceres, enfermedades del aparato respiratorio, cardiopatía isquémica, enfermedades cerebrovasculares, etc.

El uso de drogas ilegales (heroína, cocaína, marihuana, etc.) y legales (alcohol, tabaco y drogas de prescripción) es un fenómeno que ha adquirido gran importancia. Estas circunstancias son una fuente de problemas de salud, pues no solo son el origen de distintas

enfermedades, sino que también el consumo excesivo de estas sustancias puede producir un comportamiento antisocial y con ello accidentes o lesiones. Como causas de tipo psicológico más destacadas para el consumo de alcohol están la necesidad de reducir la ansiedad, conflictos en las relaciones interpersonales, baja autoestima y estrés (Oblitas, 2004).

2.2.3.2 La actividad laboral y académica. Díaz (2005) menciona que la relación que exista entre: persona-trabajo, ambiente-persona influyen en la calidad de vida, pues cuando las necesidades no se satisfacen, se da un desequilibrio en la forma y manera en que se asumen los estilos de vida y estos se reflejan en el trabajo. Por otro lado, Gómez (2005) dice que el trabajo define la madurez en las personas, pues al terminar la etapa de la adolescencia, una carrera laboral afecta al bienestar y a la satisfacción de la persona.

Los usuarios de juegos en línea que quieren ser profesionales, en ocasiones abandonan la vida académica e intentan establecer un negocio, el cual con el tiempo es difícil de mantener (Cuba, 2015).

De acuerdo con los datos proporcionados por la compañía de Riot Games -compañía creadora de algunos videojuegos-, el 85% de los jugadores tienen entre 16 y 30 años, de los cuales el 90% son hombres y el 60% de estos posee alguna carrera universitaria (Riot Games, como se citó en Giménez, 2015).

2.2.3.3 Ocio y tiempo libre. Gómez (2005) señala que las actividades de ocio poseen gran importancia pues son un modo de relajación ante la presión de la familia, el hogar o el trabajo. Estas pueden ser activas, por ejemplo, deportes, montañismo, ir al cine o a un restaurante o pasivas como leer un libro, ver televisión u otras. Su selección va a depender del interés personal, modo de afrontar el estrés y amistades con intereses comunes.

2.2.3.4 Relaciones sociales. Las experiencias interpersonales directas contribuyen a un buen desarrollo de habilidades sociales, pues la capacidad de mantener relaciones positivas con los demás es un componente fundamental en la vida de las personas. También ayuda al aumento de fuertes sentimientos de empatía y afecto por otros seres humanos, sentimiento de intimidad, y deseo de dar orientación y guía a otros. (Oblitas, 2004).

2.2.3.4.1 La familia. La influencia de la familia es esencial para la adopción del estilo de vida. Es por ello que si existe poca accesibilidad a los padres y una carente comunicación la persona será vulnerable a relaciones conflictivas, conductas antisociales o de riesgo (Rodrigo *et al.*, 2003).

Es importante resaltar el rol de la familia, pues los estilos de vida se forman a lo largo de la vida de una persona, producto del proceso de aprendizaje ya sea por imitación o asimilación, de patrones familiares u otros grupos sociales (Sanabria-Ferrand, Gonzalez, Urrego, 2007).

Asimismo, los padres y madres de familia son quienes en primera instancia deben de buscar ayuda inmediata si observan que el estilo de vida de sus hijos no es saludable y su salud mental está en riesgo, además de impulsarles a realizar otro tipo de actividades relacionadas con el deporte, el arte o la música (Villanueva, 2014).

2.2.3.4.2 La pareja. En esta área debemos de recalcar el sexo seguro ya que millones de jóvenes contraen infecciones de transmisión sexual como gonorrea, herpes o SIDA, así como embarazos no deseados. Esta situación es, especialmente negativa en adolescentes pues se ha encontrado que a largo plazo presentarán problemas con ellos mismos, con su futuro hijo, sus padres, sus amigos, y con los servicios sanitarios y educativos (Oblitas, 2004).

2.2.3.4.3 Las amistades. La salud de las personas está afectada por todo lo que hay a su alrededor; no sólo las influencias medioambientales, sino también su relación con otras personas (Ponte, 2010).

2.2.4 Juegos en línea

Los juegos en línea son espacios virtuales que, con ayuda del internet, permiten interactuar con personas de distintas partes del mundo, a través de sistemas de chat que proporcionan una comunicación abierta entre jugadores (Rojas, 2015). De esta forma, un jugador interactúa con un mundo completamente distinto, con sus propias reglas y su propia cultura (Guerra y Appel, 2006).

2.2.4.1 Juegos masivos multijugador en línea. Los juegos masivos multijugador en línea son juegos en los que concurren gran número de jugadores al mismo tiempo a través de internet. A diferencia de otros juegos, este no tiene fin, pues los usuarios deben de cumplir con objetivos dados para avanzar dentro del juego. El componente social cumple un rol esencial dentro del juego, ya que este motiva a las personas a jugar y es por ello que los usuarios invierten gran parte de su tiempo para alcanzar dichos objetivos (Jux, 2014).

2.2.4.1.1 Juegos masivos en campo de batalla. Los juegos en campo de batalla se dan en un mapa sencillo donde se aprecia la lucha de dos equipos de 5 personas cada uno e intentan destruir la base enemiga. Se considera a este tipo de juego como el dominante dentro de los juegos en línea, debido a la cantidad de usuarios y a la popularidad de los juegos, tales como Dota 2, League of Legends, Heroes of the Storm, entre otros (Jux, 2014).

2.3 Categoría de estudio

El concepto de estilos de vida, según Gómez (2005), es cómo una persona vive su vida tanto a nivel personal como social. Esto la hace multidimensional ya que se reflejan aspectos biológicos, psicológicos, sociales, culturales, y filosóficos.

Según Ponte (2010) el estilo de vida se refiere a los hábitos, conductas, actividades y decisiones de una persona frente a numerosas situaciones en las que el ser humano se desarrolla en sociedad, o en su quehacer diario, y estas son susceptibles a ser modificados.

Finalmente, De la Torre y Tejada (2007) señalan que en toda persona existe una serie de preferencias básicas, las cuales se muestran en las actuaciones de la vida cotidiana, en las decisiones laborales, en las relaciones sociales y en los procesos de aprendizaje y creación. Todos estos son impulsos que conforman un estilo personal de relacionarnos con el mundo exterior; a lo cual se denomina estilo de vida.

De esta manera entendemos a estilos de vida como un fenómeno multidimensional, en el que se aprecian componentes biológicos, pues los estilos de vida están relacionados con la salud de las personas y el grado de control que ellos tienen para mantenerse saludables o no; psicológicos, ya que el estilo de vida integra valores, pensamientos, sentimientos, etc. con el objetivo de dar un significado personal y un modo particular de existir; sociales, pues las relaciones interpersonales, los medios de comunicación y la sociedad generan un patrón de conductas y hábitos que a la vez influyen en la salud de las personas; culturales, ya que el comportamiento de las personas es influenciado por el contexto ideológico-cultural; filosóficos, puesto que cada persona tiene una visión de su vida incluyendo a esto normas morales que condicionan cierto tipo de estilos de vida; educativos y medio ambientales, los que generan un determinado comportamiento de una persona tanto individual como colectivamente. Asimismo, los estilos de vida son comportamientos que están aptos a ser modificados ya que pueden ser saludables o perjudiciales para la salud.

Capítulo III: Método

3.1 Metodología

La presente investigación se trabajó bajo la metodología cualitativa, la cual busca obtener un conocimiento directo de la vida social de las personas, donde la investigadora ve el ambiente, los grupos y las personas como un todo, es decir, como un sistema amplio e integrado. Asimismo, esta metodología permite estudiar a las personas en el contexto de su pasado y de las situaciones en las que se encuentran con el fin de llegar a conocerlas individualmente y experimentar de manera detallada las perspectivas que tienen de la realidad (Álvarez-Gayou, 2009). Además, esta metodología está unida a un sentido subjetivo, el cual constituye la experiencia humana y explica en qué sentido es producido por la vida social de las personas y sus diferentes espacios sociales (Gonzales Rey, 2006). De esta manera la investigadora indagó el pasado, el presente y las visiones que tienen del futuro estos jugadores, intentando comprender de manera detallada a través de las experiencias relatadas, la percepción que tienen los usuarios de juegos en línea sobre su estilo de vida.

La investigación se llevó a cabo desde el enfoque de la fenomenología, pues ésta realiza la percepción de la experiencia vivida de las personas y sus relaciones con objetos, otras personas, hechos y circunstancias (Álvarez-Gayou, 2009). Este enfoque permitió entender el fenómeno social desde la propia perspectiva de la persona, incluyendo así cómo experimenta el mundo y la realidad que percibe (Taylor y Bodgan, 1987). Además, la fenomenología enfatiza la experiencia subjetiva, pues busca entender cómo las personas definen su mundo en base a la interpretación de significados que le dan a su experiencia y cómo actúan en

consecuencia (Herrera, 2008). Así, este enfoque fue útil para obtener información a través del discurso de los usuarios, ya que estos relataron su experiencia vivida, sus relaciones con otras personas, hechos y situaciones. De esta manera se pudo comprender y conocer el estilo de vida desde la propia perspectiva de las personas.

3.2 Unidad de estudio

Los participantes fueron 9 jóvenes entre 18 y 26 años, con residencia en la ciudad del Cusco. Son usuarios de juegos en línea en campo de batalla como Dota 2, Heroes of the Storm, League of Legend u otros. Los criterios de inclusión a considerar fueron los siguientes: ser un usuario de cualquiera de los juegos antes mencionados por un mínimo de 3 años; aspirar a ser profesional, o ya formar parte de un equipo profesional; y haber participado en campeonatos, torneos o partidas de exhibición.

Es necesario mencionar que la razón por la cual se eligió trabajar con usuarios de juegos en línea en campo de batalla, es que este género es considerado actualmente como el dominante dentro de los juegos en línea, debido a la gran cantidad de usuarios y a la popularidad de los juegos como Dota 2, League of Legends, Heroes of the Storm, entre otros (Jux, 2014).

El tipo de muestreo que se utilizó fue intencional y homogéneo, el cual consiste en la selección de una pequeña muestra de características semejantes, con la finalidad de ahondar en la especificidad de un grupo social, donde la investigadora selecciona a los participantes más adecuados para llegar al objetivo de investigación (Izcara, 2014). Además, su uso la técnica de bola de nieve, donde un informante clave recomendó contactar con los demás participantes quienes contaban con información beneficiosa para la investigación (Patton, 1990).

A continuación, se presenta una tabla con las características de las personas que participaron en este estudio, cuyos nombres, por razones de privacidad, fueron reemplazados por seudónimos que los participantes escogieron.

Tabla 1

Características de los participantes

Seudónimo	Edad	Ocupación	Estado civil	Juego al que se dedica	Tiempo que lleva jugando	Tiempo que juega a la semana
Aureliano	20	Estudiante (Ciencias de la comunicación)	soltero	Dota 2	4 años	40 horas
Chugo	24	Ingeniero civil	soltero	Dota 2	5 años	50 horas
Loco	19	Estudiante (Contabilidad)	soltero	Dota 2	6 años	10 horas
Lonely	20	Estudiante (Psicología)	soltero	Dota 2 Warcraft	7 años	20 horas
Luis	25	Estudiante (Ciencias de la comunicación)	soltero	Dota 2	6 años	4 horas
Newjag	26	Estudiante (Ingeniería eléctrica)	soltero	Heroes of the storm	11 años	20 horas
Rain	20	Estudiante (Psicología)	soltero	Dota 2	4 años	30 horas
Sky	25	Trabajador en un internet	conviviente	Dota 2 World of Warcraft	9 años	35 horas
Standing	19	Estudiante (ingeniería industrial)	soltero	Dota 2	4 años	25 horas

3.3 Técnicas e instrumentos de recolección de información

La técnica que se usó para la recolección de datos fue la entrevista, y el instrumento fue la guía de entrevista semiestructurada (apéndice A), la cual se caracteriza por ser una conversación directa, y con un objetivo, entre la investigadora y el participante, donde este último expresa con sus propias palabras las perspectivas respecto a su vida, experiencias y acontecimientos (Taylor y Bodgan, 1987). La entrevista semiestructurada, permite combinar

preguntas abiertas y cerradas disponibles al cambio, y que el entrevistado pueda opinar sobre el tema sin adecuarse a la pregunta formulada (Souza, Ferreira y Gómez, 2012).

La guía de entrevista semiestructurada permitió recoger la información sobre los estilos de vida en los usuarios de juegos en línea. La guía estuvo dividida en tres partes, la primera constaba de una conversación inicial y de la recolección de datos generales; en la segunda parte se formularon las preguntas para obtener información sobre el fenómeno de estudio; y la tercera parte consistió en el cierre de la entrevista. Para su ejecución, se coordinó con cada uno de los participantes para ver su disponibilidad de tiempo. Cada entrevista duró de 30 a 60 minutos aproximadamente y fueron grabadas en formato de audio, previo consentimiento del entrevistado.

Las entrevistas semiestructuradas se ejecutaron hasta llegar a la saturación de información, momento en el que los testimonios de los participantes no proporcionaban nuevos conocimientos, pues la información era repetitiva o semejante (Flick, 2007).

Para brindarle mayor sustento a la investigación, el instrumento de recolección de datos atravesó distintos procesos de revisión y validación. Por ejemplo, se realizó la validación por juicio de expertos, el cual según Escobar y Cuervo (2008) es una técnica de validez basada en la opinión de profesionales expertos en el tema y que pueden emitir testimonios, evidencias, juicios y valores a las preguntas, reactivos o ítems del instrumento. Dado esto, los expertos para la validación de este instrumento fueron tres profesionales nacionales con formación académica en la Universidad San Martín de Porres, Universidad Nacional Federico Villareal y Universidad Andina del Cusco. Los tres, con conocimiento en el tema a investigar, revisaron y aportaron en la construcción de la guía de entrevista. Un segundo método de validación fue la aplicación de entrevistas piloto a dos jóvenes con características similares a la unidad de estudio; además de

una práctica de entrevista con pares académicos. Estos dos últimos procesos permitieron efectuar ajustes y afinar la guía de la entrevista semiestructurada.

3.4 Procedimiento de análisis de datos

Para llevar a cabo la investigación, se dio el primer contacto con los posibles participantes a través de redes sociales, donde se les explicó en qué consistía la investigación y las características de los participantes. Después de que cada uno de ellos accediera a colaborar con la investigación, se estableció fecha, hora y lugar para realizar la entrevista semiestructurada. Antes de realizar la entrevista, se explicó a cada participante el objetivo de la investigación, así como su forma de participación y la metodología a utilizarse, concluyendo con la aceptación y firma del consentimiento informado.

Las entrevistas semiestructuradas se realizaron entre los meses de setiembre y noviembre del año 2017; fueron registradas en formato de audio y en un cuaderno de campo.

Ya finalizada la recolección de información, se transcribieron las grabaciones de las entrevistas usando el programa de Microsoft Word. La información cualitativa de las entrevistas fue analizada y sistematizada en el programa informático Atlas.ti. 7.5.4. Empleando, en primera instancia, una codificación abierta, donde se analizaron los datos línea por línea, asignando códigos e identificando categorías dentro de los límites del fenómeno de estudio. Luego, se empleó una codificación axial, donde las categorías y subcategorías se relacionan entre sí, buscando encontrar una explicación (Álvarez-Gayou, 2009).

Posteriormente, el análisis de los datos fue validado mediante dos procesos. Primero, a través de la dependencia interna, la cual consistió en presentar la investigación a pares académicos, investigadores y profesionales con conocimiento en el tema, esperando que estos lleguen a generar temas y conclusiones similares. Después, se inició un proceso de credibilidad, donde los hallazgos de la investigación fueron presentados a los participantes y estos

reconocieron que la información se aproximaba verdaderamente a lo que ellos sienten y piensan (Salgado, 2007).

3.5 Limitaciones

Como primera limitación se tiene la cantidad reducida de estudios acerca del fenómeno de los juegos en línea y la categoría de estudio de estilos de vida, lo cual dificultó la sistematización de las investigaciones previas para fundamentar el estado del arte.

Como segunda limitación está el paradigma cualitativo de la investigación pues según Guba y Lincoln (2002) la ciencia ha dado más importancia a la cuantificación, y debido a esto se tiene la idea de que los datos cuantitativos son los que tienen más calidad y validez al momento de hacer un estudio.

Y como última limitación fue la procedencia de algunas fuentes de información provenientes de blogs, *fanpages*, videos de YouTube y portales web informales, las cuales contienen información importante pero no son puramente académicas. Este factor limitó el modo de referenciar las fuentes.

3.6 Aspectos éticos

Cada participante fue debidamente informado de la intención del estudio y su participación dentro de este. Por ello se elaboró el documento del Consentimiento Informado (apéndice B) en el cual se especifican las distintas características de la investigación para que la persona pueda decidir si desea participar o no. En el documento se indica que la información que ellos brinden solo será usada por la investigadora y el asesor de investigación, que los resultados serán expuestos en la sustentación de la investigación y que el anonimato de los participantes será resguardado con el uso de seudónimos, aclarando que los usuarios eligieron el seudónimo que los representa en la investigación. Cabe recalcar también, que la investigadora tomó una posición de respeto, libre de prejuicios y autenticidad frente a los participantes.

Capítulo IV: Resultados y discusión

En esta sección, se describen los resultados obtenidos en este estudio sobre estilos de vida en usuarios de juegos en línea profesionales o en el proceso a serlo. Así, se han identificado cuatro categorías en los estilos de vida estos usuarios, las que presentan un abordaje holístico, pues se desarrollan ámbitos personales y sociales. Además, se observa una serie de cambios a nivel personal que influyen en la constante modificación de su estilo de vida, y con esto, una realidad desconocida en la sociedad actual, la cual será explicada desde la psicología.

Por cuestión de orden y estructura, los datos presentados en esta sección están organizados secuencialmente; sin embargo, es necesario mencionar que la información está interrelacionada, pues las subcategorías se encuentran vinculadas unas con otras.

Se reconocieron cuatro categorías: la primera es salud y autocuidado, abarca las subcategorías de actividad física, hábitos de alimentación, hábitos de sueño y hábitos de higiene; la segunda categoría son las actividades cotidianas, con las subcategorías de actividades académicas, actividades laborales y tiempo libre; la tercera categoría son las interacciones sociales, comprende las subcategorías de relación de pareja, relaciones amicales, relaciones familiares y estereotipos; y finalmente la cuarta categoría denominada sentido de vida y comunidad, con las subcategorías de profesionalismo, sentido de pertenencia, sentimientos y emociones, y motivación.

En la tabla 2 se presenta las cuatro categorías del estilo de vida reconocidas por los usuarios, cada una acompañada por una breve descripción. En la primera columna, se muestran

las cuatro categorías antes mencionadas y sus definiciones; en la segunda columna, están las subcategorías acompañadas también de una breve conceptualización. En la tercera columna, se encuentran algunas citas textuales, evidenciando así la forma en que ellos perciben su estilo de vida.

Tabla 2

Estilos de vida

Categorías	Subcategorías	Cita de la Subcategoría
Salud y Autocuidado: Son todos aquellos hábitos y conductas relacionados a los cuidados que posee el usuario para brindarse a sí mismo un estado de bienestar físico y psicológico. Estos pueden ser saludables y no saludables, así como modificables. Se muestra además una autocrítica hacia los hábitos que son dañinos para su salud.	Actividad física: Actividades que el usuario realiza para llevar una vida activa y así regular el estado físico y psicológico que le produce el juego. Asimismo, se dan percepciones de cuan importantes son estas actividades.	“Hacer deporte es como desestresarte porque la mayor parte del tiempo paras sentado, estas ahí y es incómodo, entonces salir a correr es como que todo tu cuerpo está libre, es muy genial y lo veo muy necesario” (Rain, 20 años).
	Hábitos de alimentación: Es el conjunto de conductas repetitivas y automatizadas que ejecuta el usuario en relación a su alimentación.	“Porque por jugar no se come, o sea, estaba tan concentrado en el juego que se me olvidaba de comer, entonces, siempre hay señoras que vienen siempre al internet y te ofrecen comida y compras eso, por más feo que esté, comes” (Sky, 25 años).
	Hábitos de sueño: Es el conjunto de conductas repetitivas y automatizadas que ejecuta el usuario en relación a sus horas de descanso.	“Dormía unas 10 horas u 11 horas, porque cuando juegas ya en un ámbito profesional es muy cansado [...] tenía que acostumbrarme a jugar al nivel de los profesionales porque había mucha competencia, así que tenía que descansar bien” (Lonely, 20 años).
	Hábitos de higiene: Es el conjunto de conductas repetitivas y automatizadas que ejecuta el usuario en relación al autocuidado de su higiene e imagen corporal.	“Al inicio, como todo chico, yo me arreglaba para salir, pero llegó un punto donde solo iba a jugar dota y me ponía cualquier cosa, buso o lo que sea y me iba al internet... y creo que ya se me hizo mala costumbre de no arreglarme para salir...” (Standing, 19 años).
Actividades Cotidianas: Conjunto de responsabilidades y quehaceres que el usuario ejecuta en su vida diaria	Actividades académicas: Actividades orientadas al proceso de enseñanza – aprendizaje, estas se dan en el contexto universitario.	“Una de mis principales obligaciones es acabar la carrera universitaria, que la he descuidado por los videojuegos [...] hubo un tiempo donde deje de asistir a la universidad por irme a jugar, y eso afecta pues, bastante” (Newjag, 26 años).
	Actividades laborales: Actividades que impliquen remuneración económica, ya sea de forma independiente o bajo la relación de empleador – empleado.	“Empecé a trabajar en un internet, atendía allí y el dueño me daba horas libres para jugar a parte de la paga, entonces aproveche y jugué, mejoré mi nivel, trabajaba 6 horas y jugaba otras 6 diario” (Rain, 20 años).
	Tiempo libre: Periodo de tiempo que el usuario dispone para ejecutar actividades de su interés y que no estén relacionadas con obligaciones laborales, académicas o profesionales.	“A veces cuando pierdo, me frustro, entonces salgo a caminar un poco para que se me pase o sino voy con mis perros y me pongo a jugar con ellos. Siempre es bueno

Interacciones

Sociales: Acciones, reacciones y relaciones del usuario enmarcadas en situaciones sociales de distinta índole.

Relación de pareja: Vínculo afectivo entre el usuario y otra persona. Se puede dar la relación como noviazgo, convivencia o matrimonio.

Relaciones amicales: Vínculos establecidos dentro del círculo de amigos. Estos pueden ser otros usuarios del juego o externos a él.

Relaciones familiares: Vínculos que el usuario establece con su familia, así como la importancia e influencia de esta al momento de seguir la línea profesional

Esteriotipos: Conjunto de ideas y actitudes negativas atribuidas por la sociedad a los usuarios y a su estilo de vida.

Sentido de Vida y Comunidad:

Propósitos que el usuario planea cumplir en su vida. Estos son compartidos con un grupo de usuarios en constante transformación, que en su interrelación generan pertenencia, identidad social y conciencia de sí como comunidad.

Profesionalismo: Son todas aquellas características como experticia en el juego, habilidades adquiridas, reconocimiento por la comunidad y remuneración económica, que distinguen a los usuarios profesionales de los no profesionales.

Sentido de pertenencia: Son aquellas características que el usuario reconoce en sí mismo y genera identidad en la comunidad profesional, distinguiéndolo del resto de usuarios no profesionales.

Sentimientos y emociones: Conjunto de reacciones y estados de ánimo que presenta el usuario al vivir las experiencias de un jugador profesional.

Motivación: Es la determinación que impulsa al usuario a alcanzar ciertos objetivos propuestos por él mismo en el área del juego.

tener tiempos libres a parte de los que tengo para jugar” (Loco, 19 años).

“Mi señora recién ahora me entiende, conoce al equipo, me apoya y me deja jugar las 5 horas que necesito jugar y normal, todo bien” (Sky, 25 años).

“Se siente bien cuando juegas con personas que te agradan, con tus amigos generalmente. Yo creo que es importante que te entiendas con ellos, para entenderse dentro del juego también, pues ya son un equipo” (Standing, 19 años)

“Ser futbolista, para mi familia, es muy diferente a ser un gamer o soñar con algo que nadie va a entender. Ellos tienen un pensamiento muy antiguo y si hubiera decidido jugar futbol, ahí sí habría tenido todo su apoyo” (Aureliano, 20 años).

“Se rumora que los doteros se internan en un internet con Cuates y Cifrut todo el día, al menos en mi caso no es cierto. A mí me pagaban y comía a mis horas, no había problema con eso” (Rain, 20 años).

“De alguna manera me di cuenta recién en el camino de que era un buen jugador y que cumplía con las características de ser un jugador profesional” “ (Newjag, 26 años).

“Somos un grupo de 5 personas que queremos aspirar a algo profesional, en la comunidad ya hay mucha gente que ya nos conoce porque les gusta nuestra manera de jugar” (Newjag, 26 años).

“Cuando estoy jugando y alguien me interrumpe, siento mucha ira y a veces la transmito a otras personas, llego al punto de que grite o reniegue y esté con ese carácter todo el día” (Loco, 19 años).

“Esa era mi principal motivación, ser mejor que los demás, sobre todo en el Cusco” (Chugo, 24 años).

4.1 Salud y autocuidado

Es definido por los usuarios como aquellos hábitos y conductas relacionadas con el cuidado a sí mismos, para tener un estado de bienestar físico y psicológico. Dentro de esta categoría se plantean cuatro subcategorías: actividad física, hábitos de alimentación, hábitos de sueño y hábitos de higiene. Es importante resaltar que los usuarios hacen un ejercicio de

autocrítica, reconociendo los hábitos que son dañinos para su salud; por tanto, estas cuatro subcategorías se presentan en los usuarios de forma saludable y no saludable, siendo conscientes de los hábitos que llevan, reconociendo su importancia y posteriormente decidiendo si los modifican o no.

A continuación, se presentará cada subcategoría con su respectiva explicación.

4.1.1 Actividad física

Esta subcategoría fue definida por los usuarios como las actividades que ellos practican para llevar una vida activa y así poder regular el estado físico y psicológico que genera el juego en ellos. Durante los entrenamientos los usuarios comentaron que permanecen gran cantidad de horas sentados, además las distintas situaciones que se dan dentro del juego como perder un torneo o estar en desacuerdo con alguien del equipo, también produce en ellos estrés o ansiedad, lo cual altera el estado de bienestar psicológico y emocional, en conjunto, su salud mental.

Asimismo, los usuarios mencionan que ejercen esfuerzo cognitivo durante el juego, ya que este implica realizar actividades que exigen atención, memoria, análisis y control. Los usuarios son conscientes de lo que pasa con su cuerpo y con su salud.

Las actividades físicas me hacen una persona sana porque me distraen de la presión que a veces jugar profesionalmente me causa, es divertido salir a montar bicicleta, despejar mi mente y no pensar en el juego ni en el equipo o en los entrenamientos que tenemos o en los torneos que se vienen, me aleja de ese estado (Newjag, 26).

En este sentido, los usuarios son capaces de optar por alguna actividad que regule su estado físico y psicológico, como practicar ciclismo, básquetbol, fútbol, o ir al gimnasio. Estas actividades permiten a los usuarios regular el estado de su cuerpo al momento de jugar profesionalmente, evitando que su salud se perjudique, pues esta práctica demanda a los

usuarios estar sentados alrededor de 5 a 8 horas diarias, sin alimentarse ni descansar correctamente. Asimismo, que lidiar con victorias y fracasos dentro del juego, así como desacuerdos con el equipo, estas situaciones producen en los usuarios, estrés y ansiedad, lo cual afecta a su salud mental. Lo encontrado se relaciona con lo planteado por el Ministerio de Salud (2013), el cual indica que el ejercicio físico mejora la función mental, la memoria, la rapidez, la sensación de bienestar y produce una estabilidad en la personalidad caracterizada por el optimismo, la euforia y la flexibilidad mental. Es así que los usuarios encuentran el equilibrio de bienestar físico, mental y social, logrando mejorar el estado de su salud mental, además que su cuerpo se encuentra más saludable, por lo tanto, obtienen mejor rendimiento en los entrenamientos.

4.1.2 Hábitos de alimentación

Esta subcategoría es definida por los usuarios como el conjunto de actividades cotidianas y conscientes que llevan a cabo en relación a su alimentación, pues pueden escoger, comer y emplear distintos alimentos o dietas. Estas conductas pueden ser saludables o no saludables, y aunque suelen ser estables en el tiempo, pueden presentar variaciones a lo largo de los meses y años.

Si bien la alimentación es un factor de suma importancia para la salud, pues permite que el cuerpo tenga la suficiente energía para concretar actividades a ejecutar durante el día, los resultados de este estudio muestran que durante los primeros años dedicándose a los juegos en línea, los usuarios refieren que desatendían su alimentación, haciendo que esta no tenga la importancia necesaria en el cuidado de su salud.

Ya, en mi época de vicioso, paraba 12 o 13 horas sentado frente a una computadora.

Comíamos pizzas, empanadas, lo que vendía el internet, a veces papitas, gaseosas, de

vez en cuando, si es que había plata, salchipapas, pero no era siempre, más era hacerle hora al estómago (Chugo, 24).

Esto contribuye a las consecuencias funcionales del trastorno de juego por internet presentado por la Asociación Americana de Psiquiatría (2014), la cual menciona que el comportamiento de juego compulsivo tiende a desplazar las actividades sociales, escolares y familiares. Sin embargo, se observa que los hábitos de alimentación saludables también son desplazados, pues los usuarios reconocen que en una etapa de su vida y al inicio de la preparación para conseguir experticia en el juego, mantuvieron hábitos de alimentación no saludables. Asimismo, se atribuyen el calificativo de *vicioso*, el cual hace referencia al estilo de vida no saludable que llevaron en sus primeros años de juego. En las categorías de interacciones sociales y sentido de vida y comunidad, desarrolladas más adelante, se identifican otros calificativos como *adicto* y *vago*. Estos calificativos son construidos socialmente y las personas los utilizarán para englobar a toda la comunidad de jugadores. Del mismo modo, se encuentra una similitud en los alimentos que consumían durante sus horas de juego, describiéndolos como alimentos que estaban más próximos a ellos y que no les tomaba mucho tiempo consumirlos. Se observa también un aplazamiento en las horas adecuadas para alimentarse, además que el factor económico juega un papel muy importante, pues la gran parte del tiempo preferían invertir el dinero en más horas de juego que en alimentos saludables.

Con el paso del tiempo y posterior al reconocimiento y aceptación de los malos hábitos de alimentación, los usuarios comenzaron a ver por conveniente modificar su estilo de vida con hábitos más saludables, pues notan que su cuerpo se siente mejor y pueden tener un mejor rendimiento en el juego.

Cuando entré a lo pro [profesional], empecé a tener hábitos buenos; un buen desayuno, un almuerzo y una cena. No me descuidaba tanto al comer, pero si tenía dificultad para

comer a mis horas, pues los entrenamientos eran por la noche por el cambio de horario de mi equipo. Pero si me alimentaba bien y era necesario pues la diferencia entre jugar pro y jugar por jugar es que mentalmente te exige y te cansa más (Newjag, 26).

Es aquí donde se observa que los usuarios modifican su estilo de vida de acuerdo a las necesidades de su cuerpo, mejorando sus hábitos de alimentación y con esto su rendimiento en el juego. Asimismo, los usuarios se desligan de la comunidad de jugadores, que por lo general son reconocidos por la sociedad con los calificativos ya antes mencionados (adictos, vagos), y forman la comunidad de usuarios profesionales. En este punto se da la primera característica: los usuarios profesionales de juegos en línea son capaces de reconocer un estilo de vida no saludable y modificarlo a saludable para obtener mejor rendimiento en el juego, dándose así la diferenciación entre ellos, como jugadores profesionales, y un jugador inexperto.

4.1.3 Hábitos de sueño

Esta subcategoría es definida por los usuarios como el conjunto de actividades cotidianas y automatizadas que ellos ejecutan en relación a sus hábitos de sueño. Estas conductas pueden ser saludables o no saludables, y aunque suelen ser estables en el tiempo, pueden presentar variaciones a lo largo de los meses y años. Es así que en el estudio se encontró que los hábitos de sueño en los usuarios presentan alteraciones, pues sus horarios de sueño y vigilia no son constantes.

En si lo que hacía era jugar en las noches a partir de las 4pm hasta las 6 u 8 de la mañana del día siguiente y luego dormía y así estaba mi horario. A los 6 meses ya de hacer eso, fui subiendo el MMR, que es el sistema de emparejamiento de media (Lonely, 20)

Los usuarios reconocen tener malos hábitos de sueño, ya que el ciclo de sueño está alterado, durmiendo durante el día y jugando por la noche. Al dormir durante el día, no pueden realizar las otras actividades que les competen, como cumplir con el horario de alimentación,

ejecutar sus responsabilidades académicas o laborales, o interrelacionarse con familiares y amigos. La principal razón para llevar malos hábitos de sueño es subir el nivel dentro del juego, lo cual favorece al reconocimiento por la comunidad y al emparejamiento con usuarios del mismo nivel, los cuales generalmente son internacionales. En relación con lo expuesto, Jux (2014) menciona que los usuarios tienen que invertir gran cantidad de tiempo en los juegos para conseguir los objetivos que este propone, como subir al máximo nivel. Esto implica que los usuarios tengan menos horas de descanso. Además, que el objetivo a cumplir dentro del juego les otorga a estos una naturaleza casi infinita, lo que hace que los usuarios no pierdan fácilmente el interés por jugar, pues el juego no tiene un final establecido y es decisión propia del usuario cuando dejar de jugar.

Después de conseguir un buen nivel, formar parte de un equipo profesional y empezar a entrenar, los usuarios reconocen que su cuerpo necesita descanso por el esfuerzo que exige jugar a un nivel profesional.

Siempre es bueno darse un descanso para ti, incluso como jugador profesional no jugamos todos los días de la semana, a veces nos damos 2 días o 3 días de descanso porque pues, exige, mentalmente nos exige, incluso cuando terminamos de jugar un torneo, al día siguiente nos damos libre (Newjag, 26).

Jugar implica realizar actividades que exigen gran nivel de concentración, análisis, memoria y coordinación óculo – manual, estas actividades agotan al usuario. Es por ello que ya estando en un equipo profesional, y con la colaboración de un entrenador que está pendiente de ellos, todos optan para llegar a un acuerdo y programar días de descanso, que convendrá a cada uno de los usuarios, pues ellos son conscientes de que, si no descansan, no rinden, y si no rinden, el equipo fracasa.

Por el nivel que los usuarios profesionales tienen dentro del juego, el emparejamiento del sistema con otros usuarios o su propio equipo son de otro país, por lo que es complicado encajar los horarios de entrenamiento.

Descansar a tus horas es importante, pero lo complicado en los videojuegos es que por la noche, aparte de que tienes una línea buena, te toca con jugadores de otros países, así que la mayoría de los jugadores buenos están en las madrugadas, y tienes que compensar en las mañanas el sueño que no tuviste por la noche. Por eso es que la mayoría se inclina a jugar en las madrugadas que en el día (Luis, 25)

Actualmente los usuarios refieren conocer la importancia de las horas de sueño. Si bien ellos las cumplen, la dificultad se presenta en las horas del día que ocupan para descansar, pues influye mucho la diferencia horaria entre países. Entrenar durante la noche y descansar durante el día, perjudica a los usuarios en otras actividades que también deben de cumplir, como las actividades académicas, que estará mejor desarrollada en la siguiente categoría.

4.1.4 Hábitos de higiene

Esta subcategoría es definida por los usuarios como el conjunto de actividades repetitivas y automatizadas que ellos ejecutan en relación a sus hábitos de higiene. Estas conductas pueden ser saludables o no saludables, y aunque suelen ser estables en el tiempo, pueden presentar variaciones a lo largo de los meses y años.

Los usuarios reconocen haber tenido malos hábitos de higiene personal, en especial al inicio de su trayectoria como jugadores profesionales, *“En los inicios no te preocupas por tu aspecto, o sea, no piensas más que en el juego, estas totalmente descuidado, prácticamente no te miras a un espejo, te podrás asear, pero es lo de menos”* (Luis, 25). Al igual que con la alimentación, el cuidado del aseo personal y la autoimagen son desplazados por el juego, haciendo que pierdan importancia para el usuario.

Al ingresar a la línea profesional y tener que estar más tiempo sentados frente al computador, su propio cuerpo registra la necesidad de asearse, *“Me bañaba tres o cuatro veces a la semana, ni bien me despertaba, como estaba sentado también, sudaba a veces porque estaba muy abrigado y me escocía el cuerpo, me tenía que bañar. Si me cuidaba en ese aspecto”* (Lonely, 20). Los usuarios empiezan a tomar consciencia de lo que su cuerpo necesita para estar bien, pues al dedicarse profesionalmente al juego, su cuerpo necesita estar cómodo y en estado óptimo para poder rendir de forma satisfactoria.

4.2 Actividades cotidianas

Estas han sido definidas por los usuarios como aquellas actividades o quehaceres que realizan día a día, como asistir a la universidad, ir al trabajo, cuidar de las mascotas, hablar con amigos, pasear con la familia, entre otros. Sin embargo, estas actividades se caracterizan por no estar necesariamente relacionadas con el juego.

Dentro de esta categoría se plantean tres subcategorías: actividades académicas, actividades laborales y tiempo libre.

4.2.1 Actividades académicas

Las actividades académicas son definidas por los usuarios como aquellas actividades orientadas al proceso de enseñanza – aprendizaje. Estas se dan en el contexto universitario, pues ellos ingresan a estudiar una carrera universitaria, donde adquieren nuevos conocimientos y desarrollan nuevas habilidades, lo cual les permitirá conectarse con su campo laboral y su entorno social.

Se evidencia que, al inicio de la trayectoria como usuarios de juegos en línea, perciben la actividad académica como un deber más que una decisión, pues mencionan que, tanto para sus padres como para la sociedad en general, es necesario estudiar una carrera universitaria.

Antes ingresar a la universidad, mis padres me decían que no debía de jugar, pero cuando entré a la universidad, su perspectiva cambió totalmente. Me aceptaron y solo me decían “ya tú ves lo que haces con tu vida, ahora ya estás en la universidad, estás estudiando” (Luis, 25).

Ser estudiante universitario, sin importar si a los usuarios les agrada o no la carrera que estudian, se percibe como un deber o una responsabilidad que es necesario cumplir para evitar ser juzgados por la sociedad. De igual manera, contar con una carrera universitaria es una manera de satisfacer los deseos de sus padres, pues los usuarios refieren que sus padres tienen el ideal de que tener estudios universitarios les asegurará un futuro exitoso, o al menos les permitirá contar con un trabajo estable para así tener una calidad de vida promedio. La noción general es que los usuarios no lograrán dicha estabilidad y beneficios si se dedican solamente a jugar, pues nada asegura un buen futuro en esa área. Todo esto genera presión en los usuarios, pues tienen que tomar decisiones que a largo plazo influirán en su futuro.

Estando ya en la universidad, surge el conflicto entre continuar con la carrera universitaria o dedicarse al juego y tener la posibilidad de empezar una línea profesional en esta área. Es así que se van dando las alteraciones en el área académica.

Avancé bien hasta el quinto semestre, de ahí deje la universidad y me dedique solo al juego durante año y medio. Durante tres semestres todo era juego, o sea me matriculaba asistía el primer mes y de ahí pedía dispensa de estudios. Solo me dediqué a jugar, estaba en otras, no estaba concentrado (Chugo, 24).

Adentrados en este conflicto, los usuarios se sienten confundidos, no tienen orientación ni idea de qué decisión tomar y asisten de manera irregular a la universidad. Ocupan el tiempo jugando, y se observa que el juego que se da dentro de esta etapa, es un juego sin control y sin finalidad. En este sentido, el usuario se ajusta a uno de los criterios diagnósticos propuesto por

la Asociación Americana de Psiquiatría (2014), la cual indica que el usuario ha puesto en peligro o perdido una oportunidad educativa debido a su participación en juegos por internet. Sin embargo, el usuario logra ser consciente de ese juego sin control, pues llega a distinguir que, si no juega con un fin, y el juego interrumpe con su responsabilidad como estudiante universitario, no es lo adecuado. Además, atribuye el juego sin una finalidad como característica de un usuario común y no de un jugador profesional, *“Hace años estaba estudiando una carrera y la dejé por jugar, pero no por jugar profesionalmente, sino porque el juego me gustaba demasiado. Ese tiempo de mi vida era adicto a jugar, no a jugar profesionalmente, sino simplemente a jugar”* (Newjag, 26).

De esta manera, se pueden evidenciar dos tipos de juego. El juego por diversión, el cual es simplemente jugar, sin una finalidad y con la posibilidad de alterar ciertas áreas de la vida, en este caso el área académica, donde se convierte en un juego sin control y no saludable. Y el juego profesional, el cual implica entrenamiento, refuerzo de habilidades, construcción de estrategias, trabajo en equipo, comunicación efectiva, planteamiento de objetivos y metas a largo plazo. Reforzando este hallazgo, Barroso (2003) plantea que, las personas reconocen un punto de inflexión en relación al juego; donde existe una línea que separa el simple entretenimiento (muchas veces social), de una obsesión descontrolada (individual), además que las personas atraviesan por una pérdida de control sobre sus capacidades mentales y psicológicas básicas. Igualmente, Kopp (2015) plantea que el juego como vicio es un tiempo inútil, y es peligroso cuando se realiza como la única actividad de interés, desplazando actividades como la escuela o la universidad.

No obstante, después de reconocer el tipo de juego que viene desarrollando el usuario, este logra entender que es necesaria una organización en su estilo de vida.

Ahorita estoy estudiando ciencias de la comunicación y te juro que es muy difícil porque estoy al pendiente de mis notas, de estudiar, y también de jugar, pero si puedo hacerlo porque me gustan ambas cosas. Además, todo lo que he estado aprendiendo en la universidad lo estoy aplicando a los videojuegos, es una carrera bien amplia (Luis, 25).

Es así que los usuarios deciden optar por alguna de las alternativas: continuar y culminar la carrera universitaria, dedicarse únicamente a su preparación para ser un jugador profesional o encontrar la forma de integrar ambas actividades que, notoriamente, requieren de más esfuerzo, pero son logradas con éxito. De esta forma, el usuario vuelve a encontrarle un sentido a su vida, donde puede desempeñarse como jugador en línea y vincular esta actividad con su carrera universitaria. Asimismo, logra disminuir los juicios generados por la sociedad, llegando a un acuerdo con su familia al demostrarles que puede tener una buena calidad de vida sin necesidad de dejar de jugar. Esto se relaciona con lo planteado por Kopp (2015), quien señala que mientras el juego sea compatible con otras áreas de la vida del jugador como el trabajo, estudio, deporte o relaciones por fuera del juego, este no será un problema.

4.2.2 Actividades laborales

Esta subcategoría es definida por los usuarios como aquellas actividades que implican remuneración económica, ya sea de forma independiente o bajo la relación empleador – empleado.

Una forma de constatar que una actividad laboral sea rentable es la posibilidad de generar ingresos económicos. Al inicio de la trayectoria de los usuarios, la primera oportunidad que se presenta para obtener dinero jugando, se muestra de manera informal, es decir, realizando apuestas contra otros equipos durante campeonatos o torneos.

Se nos ocurrió la idea de armar un campeonato en vacaciones de medio año, pusimos 100 soles en la bolsa, y era creo que 20 soles por inscripción por equipo, también se

cobraba 2 soles por entrada. Ganamos 3 juegos seguidos, 100 soles para nosotros, esa experiencia se sintió muy bien (Loco, 19).

Los usuarios encuentran una forma de ganar dinero jugando y se dan cuenta de que pueden obtener algún beneficio, pues saben que son buenos en el juego, ya que tienen un alto nivel y dominan rápidamente las estrategias a utilizar. Es así que encuentran la forma más sencilla para obtener ingresos económicos, realizan torneos en los que apuestan una suma de dinero, convocan a varios equipos y el mejor se lleva el premio, y no solamente es el dinero apostado, sino que también existen espectadores que pagan entrada al evento, ellos también son usuarios a quienes les interesa observar las partidas.

Cuando los usuarios ya ingresan al mundo de lo profesional, los ingresos económicos incrementan, pues los eventos ya son formales y de mayor categoría, ya sea nacional o internacional. Incluso, para algunos de los usuarios, el factor económico es una motivación extrínseca (la cual será desarrollada en la categoría de Sentido de vida y comunidad) pues obtienen dinero y otros beneficios, desempeñándose en una actividad que les agrada y en la que son buenos.

Con mi equipo profesional participé en torneos grandes, acá en Perú como la Masgamer y el Gamer Sport Perú en la temporada 5, el cual ganamos. De ahí saqué mucho dinero, me pagaban bien, me depositaban mediante cuentas. Y esa era una de las razones por las que jugaba también, me gustaba ganar dinero, me motivaba (Lonely, 20).

De esta forma, se identifica una característica más de los usuarios profesionales, ellos deben de pertenecer a un equipo profesional, participar en eventos reconocidos y generar un ingreso económico por ganarlos. Asimismo, el hecho de ganar dinero, motiva a algunos usuarios a seguir jugando, entrenar y ser mejores, pues mientras más buenos sean en el juego, más éxito tendrá en los torneos y mayores serán sus ingresos económicos.

A pesar de ello, los usuarios descubrieron otras formas de generar ingresos económicos sin tener que abandonar el juego en su totalidad. Lo más accesible fue trabajar en cabinas de internet, desempeñándose en el área de atención al cliente. *“Empecé a trabajar en un internet, atendía allí y el dueño me daba horas libres para jugar a parte de la paga, entonces aproveché y jugué, mejoré mi nivel, trabajaba 6 horas y jugaba otras 6 diario”* (Rain, 20). La proximidad del internet y la computadora, dan al usuario más oportunidad para seguir entrenando y aumentar su nivel dentro del juego. Es así que se discrepa con Barroso (2003), quien dice que la frustración laboral y la falta de oportunidades vitales conducen a las personas a debilidades emocionales, haciéndolos propensos a caer en un juego sin control. En el caso de los entrevistados se observa lo contrario, ya que van descubriendo trabajos que tienen relación con el juego, y por esa razón, no impiden su preparación para ser profesionales de juegos en línea.

Dentro de esta subcategoría, se evidencia un empeño por parte de los usuarios para desarrollar más actividades laborales formales, incluso descubren otras áreas en las que pueden laborar sin que impliquen necesariamente jugar. Este descubrimiento se da gracias a las experiencias acumuladas durante la trayectoria que recorren para convertirse en jugadores profesionales, tales como haberse internado en una casa de entreno con un equipo profesional, y haber compartido ideas y experiencias con profesionales involucrados en los juegos en línea.

Antes, la única manera de generar dinero era la posibilidad de ganar un torneo. Pero tuve la oportunidad de estar en una gaming house y aprendí bastante. Ahora los dueños de los internets quieren trabajar conmigo, ya sea organizando eventos o haciendo publicidad, y yo feliz porque recibo dinero por hacer cosas relacionadas al juego (Luis, 25).

Generar estos espacios para laborar hace que la comunidad de los usuarios de juegos en línea se expanda y se haga más conocido, pues la publicidad es exhibida en las redes sociales,

así como los eventos que son transmitidos en vivo. Al igual que con la carrera profesional, los usuarios encuentran la forma de fusionar el juego con las actividades laborales. De este modo, demuestran a la sociedad en general que el mundo de los juegos en línea puede ofrecer actividades rentables, ya sea siendo un jugador, instructor, organizador de eventos o haciendo publicidad.

4.2.3 Tiempo libre

Esta subcategoría es definida por los usuarios como un periodo de tiempo que ellos disponen para ejecutar actividades de su interés y que no estén relacionadas con obligaciones laborales, académicas o profesionales.

Al inicio de la trayectoria como usuario de juego en línea, el juego formaba parte del tiempo libre, pues no implicaba ninguna responsabilidad. *“El primer año todavía no jugábamos para ser profesionales, más lo hacíamos por diversión, como un pasatiempo”* (Chugo, 24). El usuario percibe el juego como pasatiempo, no como algo profesional, pues solamente juega para divertirse y pasar tiempo con sus amigos.

Cuando el usuario ya forma parte de lo profesional, reconoce y hace una distinción entre jugar por ocio y jugar como entrenamiento. *“Actualmente los días que tengo libres, si es que no tengo nada en la universidad, la puedo pasar jugando en casa, lo que es jugar de forma no profesional, o sea, jugar dándome un tiempo de ocio”* (Newjag, 26). Nuevamente se evidencian los tipos de juego que puede ejercer un usuario (juego por diversión y juego profesional). En este caso, un juego solo por diversión, donde no se requiere esfuerzo ni activar las capacidades que jugar profesionalmente se exige, como análisis, memoria, atención, concentración, coordinación óculo – manual, etc.

Por otro lado, los usuarios reconocen la necesidad de tener tiempos libres que no estén relacionados con el juego, pues esto es favorable para llevar un estilo de vida saludable y para rendir bien durante el juego.

Lo que hago ahora para relajarme, es salir en la noche con mis perros a correr un rato, un descanso de 20 minutos, y durante ese tiempo nada de dota, nada de clases, nada de nada, es para mí con mis perros, entonces es un tiempo libre, lo he sabido manejar así más o menos... (Rain, 20).

Los usuarios indican que hubo un cambio en sus tiempos libres, pues antes su tiempo libre iba en relación al juego, ya sea jugando solo o estando en las cabinas de internet jugando con los amigos. En este sentido, los usuarios en la etapa previa a ser profesionales, calzan en uno de los criterios diagnósticos propuesto por la Asociación Americana de Psiquiatría (2014), la cual indica que el usuario pierde interés por aficiones o entretenimientos, con la excepción de los juegos por internet. Sin embargo, actualmente los usuarios son conscientes de que jugar ya no forma parte del tiempo libre, pues ahora el juego exige más de ellos haciendo que se agoten. Es por ello que los usuarios reconocen la importancia de tener un tiempo libre que les permita desatender por un momento el juego y hacer otras actividades que también sean de su agrado.

Asimismo, los usuarios son conscientes de la importancia de los tiempos libres en su estilo de vida, pues reconocen que el no contar con tiempo para distraerse, podría alterar sus relaciones interpersonales y otras áreas de su vida.

Para mí son muy importantes porque si te metes mucho al juego, te olvidas de tu entorno, vives en una burbuja y descuidas cosas que sabes que son importantes. O sea, si yo en mis tiempos libres me dedicaría a jugar de lleno, pues me sentiría mal al momento de

dormir porque no habría aprovechado mi día, sabiendo que tenía el día libre (Newjag, 26).

De esta forma, los usuarios logran reconocer en ellos la existencia pasada de un juego sin control y no saludable, pues este es dañino para su persona y sabe que, si se dedica totalmente al juego, descuidará otras áreas de su vida como las relaciones interpersonales, causando aislamiento, lo cual implicaría problemas con la familia, amigos, actividades académicas y/o laborales. Esto se relaciona con lo planteado por Barroso (2003), pues menciona que el excesivo tiempo libre es equivalente a la soledad, lo cual es usado, por muchas personas, como excusa para dedicarlo a jugar. Sin embargo, luego de que el usuario evalúa las consecuencias que traería mantener un juego sin control, como el aislamiento, organiza su estilo de vida para darse un tiempo libre, el cual le permite descansar del juego y realizar otras actividades que no estén relacionadas con esta práctica.

4.3 Interacciones sociales

Según lo definido por los usuarios, todo lo que se da dentro de la sociedad repercute de manera significativa en ellos, teniendo en cuenta que las interacciones sociales son todas aquellas acciones, reacciones y relaciones de los usuarios enmarcadas en situaciones sociales de distinta índole. Se tiene así que las acciones son aquellos actos que se ejecutan con un determinado fin; las reacciones como las conductas dadas en forma de respuesta ante determinados estímulos y las relaciones como aquellas conexiones y vínculos que el usuario va a establecer.

Es así que dentro de esta categoría se plantean cuatro subcategorías: relación de pareja, relaciones amicales, relaciones familiares y estereotipos.

4.3.1 Relación de pareja

Esta subcategoría es definida como aquella relación basada en vínculos afectivos entre cada uno de los usuarios y otra persona, dándose esta relación como noviazgo, convivencia o matrimonio.

Los usuarios perciben la relación de pareja como poco relevante, pues les es complicado mantener una relación y al mismo tiempo, prepararse para jugar profesionalmente.

Si tuve una enamorada, pero lo malo es que estaba muy apartado de ella porque paraba mucho tiempo en los juegos, no podía contestarle el celular porque estaba en medio de la partida, no le prestaba la mayor atención posible y realmente no me sentía conforme, es por eso que le corté (Luis, 25).

Varios usuarios comentaron que tuvieron la experiencia de estar en una relación de pareja. Sin embargo, estas relaciones no funcionaron por diversos factores como: no dedicarle el tiempo suficiente a la pareja, pues su prioridad era jugar; sentimiento de reemplazo de la pareja por el juego y falta de comprensión por la pareja hacia la decisión del usuario en querer dedicarse a la línea profesional.

Es así que los usuarios prefieren restarle importancia a la relación de pareja, tomando como decisión no tener una, y en caso de que la tengan, no compartirlas las ideas y metas que ellos tienen respecto a emprender una carrera profesional en los juegos en línea.

Le dije que juego y que participo en torneos... pero exclusivamente de ser profesional no, nunca toqué el tema, porque tal vez me decía que “no... mejor estudia”, o sea, ya me adelantaba a su respuesta, así que solo le decía que estaba jugando y nada más (Luis, 25).

Al igual que la idea que los padres tienen por la importancia de los estudios universitarios, la pareja también tiene este ideal, de que es mejor estudiar que dedicarse a jugar, pues el estudio es una actividad productiva y los juegos no lo son. Es por ello que los usuarios notan que la pareja tiene una opinión más negativa que positiva de los usuarios de juegos en línea. En este sentido, los usuarios prefieren no compartir los objetivos y planes que tienen a futuro, pues refieren que serán juzgados.

Asimismo, existe una etapa en la trayectoria de los usuarios donde se acepta haber llevado un juego no saludable, pues reconocen que la relación de pareja no funcionó por no haber tenido control sobre el juego, dándose una alteración significativa en esta área de su vida.

Yo ya estaba muy metido en esto, entonces esta persona decidió alejarse de mi vida, y yo no me di cuenta de lo que ella valía, pues estaba cegado por la adicción. Después ya me di cuenta de lo que perdí, cuando dejé de ser adicto y comencé a ver un poco más la realidad, ahí recién me di cuenta... (Newjag, 26).

Es así que los usuarios identifican una etapa en su vida donde llevaron un juego sin control y logran reconocer que no fue saludable. En sus propias palabras lo denominan *adicción*, pues indican que es un tipo de juego que afecta de manera negativa en sus vidas, en este caso en su relación de pareja. En esta etapa, el usuario encaja en uno de los criterios diagnósticos propuestos por la Asociación Americana de Psiquiatría (2014), la cual indica que el usuario continúa con el uso excesivo de los juegos por internet a pesar de saber los problemas psicosociales asociados. En este sentido, los usuarios están tan involucrados con el juego sin ninguna finalidad, que pierden la conexión con la realidad y lo que pasa alrededor de ellos, perdiendo gran parte de contacto humano, pues no solamente la relación de pareja pierde importancia, también se observa esta alteración en la relación con la familia y con los amigos, los cuales serán desarrollados en las siguientes subcategorías.

Luego de reconocer el juego sin control, replantear los objetivos del juego e ingresar a la línea profesional, los usuarios construyen un ideal en cuanto a la pareja. Ellos buscan a alguien que los entienda, que los motive a ser mejores, que respeten su tiempo y espacio y que les brinde el apoyo necesario en lo que más les apasiona, jugar.

El hecho de que ella también juegue hace que me entienda, le gusta verme jugar, y es genial. Cuando juego con equipos fuertes ella está mirando como juego, y eso me da mucha confianza, además que respeta mi espacio... se siente bien tener alguien así, alguien que acepta lo que hago y le gusta lo que hago (Rain, 20).

Actualmente la población de mujeres usuarias de juego en línea ha incrementado, y se puede dar el caso de que los usuarios encuentren a una pareja que también juegue, no necesariamente en el ámbito profesional, pero que juegue por diversión. Alguien así logra comprender de mejor manera al usuario, pues tiene conocimiento de cómo es el mundo de los juegos en línea.

4.3.2 Relaciones amicales

Esta subcategoría es definida por los usuarios como aquellos vínculos establecidos dentro del círculo de amigos, además que es una de las más significativas para ellos, pues hacen una distinción entre los amigos dentro del juego, denominados también amigos virtuales, amigos al otro lado de la pantalla o simplemente el equipo; y los amigos fuera del juego, ya sean compañeros de colegio, universidad o de la misma zona geográfica donde el usuario vive.

Antes de desarrollar la percepción de los amigos de adentro y fuera del juego, es necesario mencionar que los amigos son el nexo entre el usuario y su primer contacto con el juego. Asimismo, los amigos son influyentes al momento de decidir entrar al mundo de lo profesional y motivarse entre ellos para lograr sus objetivos, pues lo primero que se evidencia es que el usuario busca amigos que tengan las mismas metas y objetivos.

Mis amigos del colegio se conocieron con mis amigos de la universidad, con los que jugaba Dota, y ellos también comenzaron a jugar. También jugábamos otros juegos como Conter Strike, Left For Death y Empires. Yo lo hacía más por pasar tiempo con mis amigos, como ya éramos un grupo, para seguir creciendo como grupo y si podíamos aspirar a más, mejor. El juego fortaleció la amistad con mis compañeros de equipo... (Chugo, 24)

Si bien el usuario se dedica a un solo juego en particular en la línea profesional, esto no impide que pueda participar en otros juegos a modo de pasatiempo. En este sentido, compartir tiempo con los amigos toma importancia en la vida de los usuarios, pues es con ellos con quienes se puede jugar, compartir ideas, formar un equipo, y juntos proponerse metas y empezar la carrera en los juegos en línea. Además, construir y fortalecer esos vínculos de amistad, así como crecer junto con el equipo, es para algunos usuarios una motivación para seguir en los juegos en línea. Esto se relaciona con lo propuesto por Kopp (2015), quien indica que el juego fomenta oportunidades para generar nuevas relaciones, además menciona que, en un determinado nivel del juego, es casi imprescindible agruparse con otros jugadores para alcanzar las metas propuestas, ya que individualmente no podrían ser alcanzadas.

Por otro lado, dependiendo de la actitud que los amigos muestren hacia los intereses de los usuarios, los diferencian en dos grupos: los amigos que los comprenden y los que no. *“Hay diferentes puntos de vista, personas que te dicen ‘no, tienes que estudiar, el Dota solo es un pasatiempo’ y otros que te dicen ‘sí, tienes un buen nivel, dedícate más tiempo a esto, lo estás haciendo bien’”* (Luis, 25). Nuevamente los usuarios reconocen que no todas las personas tienen una idea positiva de los juegos en línea, pero que también existen personas que tienen más conocimiento y pueden ofrecerles su apoyo, así como compartir ideas con ellos. En base a esta comprensión, llegan a establecer sus círculos de amigos y personas allegadas.

Ahora, exploraremos la percepción que los usuarios tienen de los amigos fuera del juego, los amigos de la universidad, colegio o que viven cerca de su domicilio, pero que no comparten sus ideales, objetivos y pasión.

Actualmente mis amigos saben que me dedico a jugar y saben a dónde quiero llegar, entonces cuando les digo que no podré asistir a clase por algún torneo, ellos me ayudan en la universidad y eso me gusta, porque de alguna manera sé que hay gente que me apoya y comprende (Newjag, 26).

Los usuarios refieren que, al inicio, los vínculos con estos amigos son débiles, pues pocos son los que entienden lo que a los usuarios les apasiona, y el resto solo los juzga por la idea generalizada que se tiene de los usuarios de juegos en línea. Sin embargo, luego de compartir sus ideas, generan un cambio en este círculo de amigos que hace que estos los comprendan y los apoyen más. Asimismo, el usuario logra organizarse para pasar tiempo con ellos y llevar a cabo otras actividades que tengan en común.

Por otro lado, están los amigos dentro del juego, el equipo, amigos que se encuentran al otro lado de la pantalla, ellos comparten los mismos ideales, metas y pasión con el usuario. Esto genera un vínculo más fuerte con este círculo, así como mayor capacidad de confianza, comprensión y comunicación en equipo.

La confianza que hay en mi equipo actual es buena, es como llegar y saludar a un amigo bien cercano; y es agradable porque los 5 piensan igual que yo y tenemos la misma meta, son como los amigos que uno quiere en la vida, son personas que hacen que no me sienta tan solo en ese mundo... (Newjag. 26)

Los usuarios se sienten más comprendidos cuando interactúan con personas que tienen los mismos ideales y sueños que ellos, a pesar de que estas personas no sean vistas físicamente,

sino a través de una representación gráfica dentro del juego, el usuario tiene la certeza de que detrás de la pantalla hay una persona que tiene una experiencia de vida similar a la de él, esto hace que el usuario sienta una fuerte conexión con ellos. Esto se relaciona con lo que proponen Guerra y Appel (2006) quienes dicen que la interacción social de los jugadores llega a ser semejante a la relación con amigos en la vida real, pero se logra mayor nivel de afinidad a causa de la similitud de intereses, desde el mismo hecho de coincidir en la elección del videojuego.

En este contexto, al hacer contacto con otras personas de diferente ciudad o nacionalidad, los usuarios se encuentran con una realidad diferente a la de ellos como usuarios de juegos en línea, pues en otros países los usuarios reciben el apoyo, no solamente de sus amigos, sino de la familia e incluso del estado, lo cual permite a los usuarios poder cumplir con sus metas sin tener que lidiar con prejuicios contruidos por la sociedad, ya que la idea de los juegos en línea en otros países no es tan negativa como en el Perú.

He estado en un equipo de Chile donde uno de los integrantes era neurólogo, yo no me lo creía, pero después te das cuenta de que detrás de un monitor hay gente que ha podido cumplir sus metas y aun así ha sabido organizarse para darse tiempo para el videojuego, y eso es algo que pocas personas saben encontrar, un equilibrio entre lo que es correcto y lo que te gusta (Newjag, 26).

Los usuarios refieren que en otros países los usuarios de juegos en línea tienen más apoyo, además que durante las partidas intercambian conversaciones y hablan sobre ellos, de cómo les ha ido en el día o a que otras actividades se dedican a parte de jugar y descubren que no solamente son usuarios, sino que son profesionales como médicos, fisicoculturistas, docentes universitarios, incluso padres de familia, que pudieron organizar su estilo de vida para hacer también algo que les apasiona. Es en este contexto que los usuarios aprovechan para

rescatar estas cualidades y fortalecer los vínculos con ellos para seguir aprendiendo a organizarse y poder encontrar un equilibrio en su vida personal.

4.3.3 Relaciones familiares

Esta subcategoría es definida por los usuarios como los vínculos que establecen con su familia. Las relaciones familiares también son las más significativas para los usuarios, pues como se pudo ver en la subcategoría de actividades académicas, la familia tiene considerable influencia e importancia en el usuario al momento de seguir la línea profesional.

La familia, a través de sus propios medios y experiencias, logra informarse acerca de los usuarios de juegos en línea. Sin embargo, esta información es generalizada y no es suficiente para comprender a los usuarios que aspiran a ser profesionales en esta área.

Mi mamá es psicóloga y también enseña en un instituto donde ve muchos jóvenes que truncan su vida por enviciarse con el juego, pero ellos si se envician y no logran nada, están años jugado y no ganan ni un sol con eso, por eso mi mamá se hizo la idea de que el Dota lleva más a un lado negativo (Lonely, 20).

Existe una comunidad de usuarios de juegos en línea, que se dedican a una gran diversidad de juegos. Sin embargo, dentro de esta comunidad, existe un grupo pequeño que es conformado por los usuarios que quieren dedicarse a ser profesionales en esta área. En este sentido, la sociedad en general, y en especial los padres de los usuarios, solo logran identificar las características de la comunidad más grande, de usuarios que no obtienen ningún beneficio con el juego y presentan características negativas que son englobadas bajo el término de *vicio*.

Y nuevamente resalta la existencia de una etapa en la vida del usuario donde hubo un juego sin control, y la principal manifestación fue el aislamiento, *“Cuando me aleje porque estaba muy enviciado, toda mi familia se alejó de mí, me sentía totalmente solo, no tenía el*

apoyo ni de mis papás ni de las personas que creía que me iban a apoyar” (Newjag, 26). El no tener el apoyo de su familia hace que el usuario genere sentimientos como la soledad, lo cual genera un aislamiento total de la familia y un bajo desempeño en el juego, desencadenando así un juego sin control, donde jugar se convierte en un recurso para mitigar la soledad y no para lograr objetivos. Esto último se relaciona con lo planteado por Huanca (2011), pues indica que los motivos por los que participan en los juegos en red son la falta de calor fraternal, mala relación entre padres e hijos y la ausencia de los padres; mencionando que esto se debe a que existe mucha incomprensión por parte de los agentes de la familia en el desarrollo de los adolescentes y jóvenes. Además, la Asociación Americana de Psiquiatría (2014) plantea en uno de sus criterios diagnósticos el uso de los juegos por internet para evadir o aliviar un afecto negativo, como sentimientos de indefensión, soledad, culpa, confusión, ansiedad, etc.

Construida la idea de que los juegos solo influirán de manera negativa en los usuarios, los padres dan prioridad a actividades consideradas como más importantes, como las académicas, llegando a la conclusión de que estudiar es lo más importante.

Mi familia piensa que lo que hago es una pérdida de tiempo, y no los culpo, la sociedad es la que les ha hecho creer eso [...] Quizás si yo habría tenido el apoyo de mis padres ahorita sería un jugador con una solvencia económica estable y haciendo lo que me gusta, pero no puedo porque tengo que luchar con ellos, conmigo y con los deberes que tengo que hacer, como estudiar y terminar la universidad (Newjag, 26).

Los padres apoyan a sus hijos cuando estos estudian, ya sea en una universidad, un instituto o en cualquier otro centro que les asegure un buen futuro. Pero retiran todo su apoyo cuando los usuarios deciden ser profesionales de juegos en línea. Esto ocurre porque los padres, basados en el poco conocimiento que tienen a cerca de los juegos en línea, les cuesta creer que alguien puede generar ingresos y tener éxito dedicándole tiempo a un juego. Asimismo, los

usuarios indican que la actitud de sus padres hacia su carrera es muy significativa, pues si contaran con el apoyo de sus padres, podrían lograr sus objetivos con mayor facilidad.

Sabiendo que los padres consideran que el juego es negativo para la vida de los usuarios de juegos en línea, algunos de los usuarios toman la decisión de no comentarles los planes que tienen. *“Mis papás nunca supieron que jugaba profesionalmente, más yo lo hice sin que ellos sepan. No les dije que quería ser profesional, es más, ellos sabían que jugaba, pero creían que era solo un pasatiempo”* (Chugo, 24). Como sucede en la relación de pareja, los usuarios prefieren no comentarles los planes que ellos tienen a sus padres, pues la idea que ellos tienen a cerca de los juegos en línea es más negativa que positiva, en consecuencia, comentarles la decisión que ellos piensan tomar, generaría molestia en sus padres y con esto posibles conflictos familiares. Es por ello que, para evitar las consecuencias negativas, los usuarios renuncian a sus proyectos y continúan con sus deberes como hijos, los cuales son estudiar, terminar la carrera universitaria y conseguir un trabajo estable. Cumplidos estos deberes pueden hacer lo que ellos decidan, pues el deseo de los padres, de tener un hijo profesional y con un título universitario, ya está satisfecho.

A pesar de que los padres estén convencidos de que los juegos en línea no son nada provechosos para la vida de los usuarios, aparecen otros miembros de la familia, quienes si les brindan apoyo, pues estos ven y entienden que sí hay formas de aprovechar el juego.

Mi hermana era la pesimista, y fue su esposo quien entendió primero lo que yo quería hacer. Le expliqué detalladamente cómo funcionaba el juego y cómo se generaban los ingresos, también le dije que me iba bien en la universidad porque supe organizar mi tiempo, él comprendió y su forma de pensar cambió (Rain, 20).

Cuando los usuarios explican cómo se desarrollan dentro del juego y los logros que han obtenido, los demás logran comprenderlos. A veces se da el caso de que hermanos mayores

pasaron por la misma situación pero que no tuvieron el apoyo que ellos necesitaron de su familia y no pudieron cumplir con sus aspiraciones. Estos hermanos mayores, que también pueden ser primos, tíos, cuñados u otros miembros de la familia, muestran empatía hacia los usuarios, ofreciéndoles su comprensión y apoyo.

Cuando al menos un miembro de la familia logra comprender al usuario, se da un cambio en los demás miembros, pues la información dada inicialmente por el usuario se transmite. “A veces me sentía triste porque había perdido un torneo o una final y ella venía y me decía ‘ya pues, sigue practicando’ y eso que venga de mi mamá, pues me subía bastante la autoestima” (Rain, 20). Los padres logran comprender que, si los hijos se organizan, podrán ser responsables también con los deberes a cumplir; asimismo los padres podrán percatarse de los ingresos económicos y el respaldo brindado por otros familiares hacia sus hijos. Cuando los usuarios reciben la comprensión y el apoyo de sus padres, los niveles de confianza y autoestima incrementan, lo cual influye en ellos al momento de jugar, pues se sienten seguros de sí mismos y no entran en conflicto por estar jugando y sentir que sus padres no están de acuerdo con ellos.

4.3.4 Estereotipos

Esta subcategoría es definida como el conjunto de ideas y actitudes negativas atribuidas por la sociedad hacia los usuarios de juegos en línea y a su estilo de vida.

La comunidad de los usuarios de juegos en línea es tan amplia y diversa que la sociedad se basa en el poco conocimiento que puede obtener y construyen calificativos negativos como *adicto*, *vago* o *vicioso*. Estos calificativos engloban a todos los usuarios, haciendo que la sociedad los reconozca únicamente de esta forma. Esto se encuentra en concordancia con Barroso (2003), quien plantea que el etiquetamiento social y los estigmas sociales conllevan a la condición de invisibilidad, sentimientos de rechazo y marginalidad de los jugadores en general.

Muchas personas dicen que por jugar Dota eres un adicto y no siempre se cumple en todos. Hay personas que son adictas y hay otras que lo toman como una forma de vivir y solo está en el hecho de saber controlarlo o no (Loco, 19).

Los usuarios de juegos en línea que aspiran a ser profesionales en esta área se dan cuenta de que ellos no cumplen con los calificativos negativos (adicto, vago o vicioso) que la sociedad ha construido para englobar a todos los usuarios de juegos en línea. Además, los entrevistados indican que juegan con control, es decir, organizando su tiempo para cumplir con todas sus responsabilidades, ya sean laborales, académicas o familiares; jugar con control también implica mantener hábitos saludables y con esto, un cuerpo saludable.

En este sentido, los usuarios refieren sobre la existencia de jugadores que calzan en el calificativo de *viciosos*, pues llevan un juego sin control, con hábitos no saludables y con alteración en sus responsabilidades. *“Es necesario que la gente sepa diferenciar entre alguien que se dedica y alguien que es vicioso, pues es muy diferente, y que no se dejen llevar por los prejuicios que la misma sociedad les ha hecho creer”* (Rain, 20). Los usuarios conocen una serie de prejuicios que se generan acerca de ellos. Prejuicios como “todos los usuarios son adictos”, “todos los usuarios solo están en el internet comiendo cuates y cifrut”, “todos los usuarios son unos vagos”.

Tan extensa es la imagen negativa que se ha generado en la sociedad, que los usuarios que son profesionales de juegos en línea, o aspiran serlo, tienen una fuerte necesidad de diferenciarse de los demás usuarios a los que denominan *adictos*, buscando que la gente aprenda a reconocerlos y que entiendan que no todo usuario es *adicto* o *vicioso*. Esto se relaciona con lo encontrado por Jux (2014) quien sostiene que la comunidad de usuarios es tan amplia que integra a usuarios expertos e inexpertos, donde los usuarios inexpertos presentan conductas

criticables y esto genera un efecto de bola de nieve, pues se implica a los usuarios expertos, convirtiendo a toda la comunidad en un ente tóxico.

La sociedad tiene fuerte impacto en los usuarios, pues además de calificativos, se construyen ideas que colocan en una situación difícil a los usuarios, pues ellos no saben si lo que están haciendo está bien o está mal.

El entorno social influye mucho en lo que quieres hacer, la gente creía que estaba loco porque me dedicaba a esto y me decían “eso no te va a traer plata, es una pérdida de tiempo” y es mucha gente la que piensa así, y eso a mí a un comienzo me afectaba emocionalmente porque no sabía si lo que estaba haciendo era lo correcto o no (Newjag, 26).

Como ya se describió en la subcategoría de relaciones familiares, la sociedad construye la idea de que dedicarse a los juegos en línea no será nada provechoso para los usuarios, pues se cree que no existe forma de obtener remuneración económica. Por lo tanto, los usuarios estarían perdiendo su tiempo, pues podrían estar estudiando o trabajando para asegurarse un futuro estable. De esta forma, los usuarios se ven afectados emocionalmente, pues se generan pensamientos recurrentes de saber si lo que están haciendo es lo correcto o no, si realmente están perdiendo el tiempo o no y si realmente valdrá todo el esfuerzo que ellos están invirtiendo. Lo expuesto tienen relación con la propuesta de Barroso (2003), quien menciona que la estigmatización del “vicioso”, construida por la sociedad, genera sensaciones de culpa que desgastan psicológicamente y genera un malestar en las personas que los conducen a continuar jugando.

Sin embargo, los usuarios que aspiran a ser profesionales se sienten tan agobiados con los prejuicios, que ellos mismos se disponen a afrontarlos y a continuar con sus planes. Pues,

así como existen personas que se guían por los prejuicios, también existen personas que tienen más conocimiento acerca del mundo de los juegos en línea y apoyan a los usuarios.

Algunas personas me dicen que no podré lograrlo y que estoy perdiendo mi tiempo, pero en sí el que está viviendo todo eso soy yo y me da igual lo que digan los demás, porque también hay personas que me animan y me dicen que siga adelante, me felicitan por mi juego o por el torneo que he ganado (Luis, 25).

A pesar de que aún sigan existiendo personas que piensan que el juego es una pérdida de tiempo, los usuarios afrontan todas las críticas, prejuicios, opiniones negativas y demás. Pues indican que también hay personas que apoyan la posibilidad de tener un futuro estable dedicándose a los juegos en línea, y no solamente como jugador, sino también como entrenador de un equipo, dirigiendo una casa de entreno, haciendo transmisiones o retransmisiones, u organizando eventos. Este reconocimiento, de saber que los juegos en línea pueden tener un impacto positivo en la vida de los usuarios, siempre y cuando se lleve un estilo de vida organizado y control sobre el juego, permitirá deconstruir los estereotipos establecidos por la sociedad.

4.4 Sentido de vida y comunidad

Esta categoría es definida por los usuarios como el conjunto de propósitos que ellos planean cumplir en su vida. Estos propósitos son compartidos con un grupo de usuarios en constante transformación, que en su interrelación generan pertenencia, identidad social y conciencia de sí como comunidad. Respecto a la pertenencia, indican que los usuarios forman parte de la comunidad de usuarios de juegos en línea que son profesionales; a la identidad social, mencionan que los usuarios identifican el lugar que tienen dentro de esta comunidad; y a la conciencia de sí como comunidad, donde se reconocen entre ellos como usuarios de juegos en

línea, pues se generan vínculos, sentimientos compartidos y la sensación de formar parte de un grupo.

Es así que dentro de esta categoría se plantean cuatro subcategorías: profesionalismo, sentido de pertenencia, sentimientos y emociones, y motivación.

4.4.1 Profesionalismo

En esta subcategoría los usuarios identifican aquellas características que distinguen a los usuarios profesionales de los no profesionales, características como experticia en el juego, habilidades adquiridas, reconocimiento por la comunidad y remuneración económica.

Los usuarios empiezan su trayectoria como un usuario común, que considera al juego como un pasatiempo, actividad que realiza solo por diversión. Sin embargo, durante este proceso, los usuarios se dan cuenta que son mejores en el juego que el resto de usuarios, pues logran comprender la dinámica del juego más rápido y consecuentemente obtienen un nivel más alto que los demás.

Me di cuenta de que era diferente a los demás, porque aprendía muy rápido, a diferencia de otros con los que jugaba en línea, captaba más rápido las cosas y mi nivel mejoraba demasiado, de la nada empecé a ver también partidas profesionales de otros y eso me motivaba a ser como ellos (Aureliano, 20).

Los usuarios comentan que se dan cuenta de que son buenos en el juego, pues consiguen un nivel alto con facilidad, y comprenden más rápido la dinámica de juego, los roles y funciones de cada héroe y los movimientos a emplear con el teclado y el mouse. Con esto, su sentido de competitividad va incrementando, pues el hecho de que suban de nivel hace que el sistema del juego los empareje con jugadores de mayor nivel también. Es así que los usuarios van conociendo mejores jugadores y esto desencadena una motivación, pues aspiran a ser igual o

mejor que ellos. Esto se relaciona con lo propuesto por Giménez (2015), quien dice que los jugadores de ligas más altas son quienes presentan mayor habilidad, pues han ganado mayor número de partidas; a diferencia de aquellos que se encuentran en ligas más bajas, quienes presentan dificultad para seguir mejorando y creciendo en el juego. De esta manera, se da una diferencia entre ambos tipos de jugadores, pues los mismos profesionales informan que uno debe de ser capaz de ver sus propias fallas para poder crecer.

De esta forma, el usuario se desprende de la idea de que el juego es solo un pasatiempo, pues sabe que es mejor que los demás y que puede obtener beneficio, entonces empieza a dedicarle más horas al juego, incluso observando jugadas de usuarios profesionales. *“Es mucha dedicación, no es solo jugar, es estudiarlo en sí, centrarte mucho en el juego, ver partidas de otros profesionales y así es como mejoras, pero inicialmente debes de tener el talento del juego”* (Luis, 25). Los usuarios comentan que inicialmente uno debe de ser bueno en el juego para decidirse por emprender en la línea profesional. Luego es necesario dedicarle horas al juego, no solo jugando, sino también estudiando el juego, es decir, observar y analizar partidas de otros jugadores, y analizar también sus propias partidas para ver en qué están fallando y así, poder mejorar.

Es entonces que los usuarios ganan experticia dentro del juego, se hacen conocidos dentro de la comunidad y empiezan a llegar ofertas de pertenecer a un equipo profesional para participar en eventos competitivos como torneos nacionales e internacionales.

Cuando llegue a un equipo profesional teníamos un psicólogo, el dueño, un coach y un manager, eran los 4 que estaban vigilándonos, cuidando de nosotros afuera del juego, nos ayudaron mucho, sobre todo el psicólogo, porque si no estás preparado mentalmente, fuera o dentro del juego, no vas a rendir bien pues, y el coach que nos hacía analizar los juegos para mejorar también (Aureliano, 20).

Los equipos profesionales de juegos en línea cuentan con un personal especializado que está al pendiente de los usuarios. El personal normalmente está conformado por un coach (entrenador) que se encarga de entrenar a los jugadores y ayudarlos a desarrollar habilidades como velocidad en la reacción, coordinación óculo – manual y estrategias dentro del juego, así como trabajo en equipo, toma de decisiones y comunicación. También está el manager (representante) quien se encarga de conseguir patrocinadores para el equipo, estos son quienes apoyan económicamente al equipo al momento de participar en eventos que involucren viajes a otras ciudades o países. Asimismo, algunos equipos profesionales cuentan con personal de la salud, como psicólogos, médicos o nutricionistas, pues recientemente se ha observado que los usuarios deben de encontrarse saludables tanto a nivel físico como psicológico para que puedan rendir bien durante el juego y los entrenamientos.

La comunidad de usuarios profesionales de juegos en línea ha crecido notablemente en los últimos años. Esto se debe a que se han desarrollado distintas formas de hacer carrera dentro del juego, pues, así como se descubrieron distintas actividades laborales relacionadas con el juego, también existen distintas formas de llegar a un equipo profesional. Una de las formas es que convoquen al usuario y se interne con el equipo en una casa de entreno para ver si se entiende con los demás usuarios y está al nivel de ellos. Otra de las formas, la cual es más empleada cuando el equipo es de otro país, es que el usuario por decisión propia, se presente a un equipo, el cual realiza un proceso de selección para decidir si aceptan o no al usuario.

Como yo era bueno, decidí buscar por mi propia parte un equipo, hice el casting en algunos equipos, todos me recibían, pero yo me daba cuenta que el equipo era malo, yo era muy bueno para el equipo, entonces decidí salirme de varios porque no daban el nivel que yo requería para armar algo grande con ellos (Newjag, 26).

Conforme el nivel y la experticia de los usuarios aumentan, sus expectativas también lo hacen. Aspiran a más, dejan a los equipos locales o nacionales y empiezan a buscar equipos internacionales. Cuando se presentan al equipo, es necesario que los usuarios presenten su historial como jugadores, es decir los equipos en los que han estado y los eventos en los que han participado, también deben de presentar su disponibilidad de tiempo y los requisitos que el equipo al que estén presentándose les solicitan. El proceso de selección consiste en verlos jugar en línea, si al equipo le agrada como jugador, lo aceptan.

4.4.2 Sentido de pertenencia

En esta subcategoría se identifican aquellas características que los usuarios reconocen en sí mismos y genera identidad en la comunidad profesional, distinguiéndolos del resto de usuarios no profesionales.

Los usuarios que son profesionales de juegos en línea, o aspiran a serlo, no toman al juego como un pasatiempo, pues el juego tuvo un fuerte impacto en sus vidas.

Desde que acabé la secundaria me sentía muy inútil porque no era bueno casi en nada, y de repente apareció el Dota y le dio sentido a mi vida. Ahora, como he llegado tan lejos, sigo pensando igual, que el Dota ha sido, y sigue siendo lo que marcó mi vida (Aureliano, 20).

En el caso de los entrevistados, el juego es percibido de una forma diferente. A la mayoría, el juego les dio sentido a sus vidas, pues encontraron una actividad en la que podían desenvolverse bien y sobresalir jugando. Asimismo el juego les permitió expandir sus expectativas y sus ideas, pues ellos inicialmente tenían la idea de que una persona tiene que terminar una carrera universitaria para poder ser feliz o tener estabilidad económica, y ahora saben que siendo un buen jugador también pueden llegar a tener una solvencia económica estable, añadiendo que el juego también les permitió reforzar habilidades como la toma de

decisiones y la solución de conflictos, habilidades que los usuarios reconocen que no solamente las aplican al momento de jugar, sino en su vida diaria. Acotando a esto último, Guerra y Appel (2006) mencionan que las habilidades que los usuarios desarrollan al momento de jugar, suelen ser aplicables a las interacciones sociales en la vida real. Es por estos aspectos que los usuarios generan un vínculo hacia el juego, identificándose así con él y con la comunidad de usuarios de juegos en línea. Lo encontrado se relaciona y refuerza lo planteado por Jux (2013), quien dice que el componente colaborativo es fundamental ya que se juega en equipos, además que el juego permite que los usuarios se relacionen entre sí, formando comunidades y agregando amigos.

El sentido de pertenencia dentro de la comunidad se va reforzando cuando los usuarios ya tienen una posición específica dentro del juego al cual llaman rol, cuando han participado en eventos y los han ganado y son reconocidos e idolatrados por usuarios comunes. *“O sea, veía pues a Mikhawa y a Iwo, y a otros jugadores muy buenos que los he conocido, y ahora último que conocí a Cósmico y formamos el equipo de Cusco Boys”* (Sky, 25). Dentro de la ciudad del Cusco, los usuarios se reconocen entre ellos, saben quiénes son buenos, en que equipos han estado, en que internet entrenan, etc.

Sin embargo, los usuarios de juegos en línea que son profesionales o aspiran a serlo, critican a la comunidad de jugadores, local y nacional, pues mencionan que la comunidad en el Perú y en Cusco, es tóxica. La denominan así por las actitudes que los usuarios no profesionales muestran al jugar. *“Los norteamericanos te hablan sobre como es el juego, te apoyan, te enseñan y te guían, no son como los típicos peruanos o cusqueños que cuando juegas mal se descontrolan y te insultan, eso quita las ganas de jugar”* (Aureliano, 20). En relación a esto, Huanca (2011) indica que la participación constante en los juegos de internet genera efectos y cambios negativos en los jóvenes, pues su forma de hablar lleva al uso de jergas y lisuras, y su

forma de escribir contiene abreviaturas populares no oficiales. Adicionalmente, Huanca (2011) describe a la comunidad de usuarios tóxica, pues la mayoría presenta actitudes agresivas y vulgares al momento de jugar, insultando a los demás usuarios, produciendo así efectos negativos, pues en vez de que se ayuden como equipo y solucionen los conflictos, los usuarios pierden el deseo de jugar y mejorar. Asimismo, Moncada y Chacón (2012) indican que el factor edad no permite a los usuarios ser buenos ganadores o perdedores, por lo cual terminan agrediendo verbalmente a otros jugadores; estas reacciones generan un impacto en el desarrollo emocional y la vida cotidiana del jugador. Además, Jux (2014) plantea que la toxicidad de la comunidad se debe al gran tamaño de esta y a la integración de usuarios inexpertos, pues los usuarios expertos ya han formado parte de otras comunidades de videojugadores donde ellos mismos establecen códigos de conducta y normas éticas que son asumidas y respetadas, además que los usuarios son conscientes de las consecuencias negativas que para ellos podría tener un mal comportamiento. Es así que, los usuarios prefieren formar parte de equipos internacionales, pues en otros países la comunidad no es tóxica, es más bien lo contrario, los usuarios de otros países motivan a los integrantes de su equipo, les ofrecen ayuda, los guían y los calman para posteriormente mostrarles en que han fallado y logren corregir sus errores.

El sentido de pertenencia vuelve a fortalecerse aún más cuando los usuarios encuentran un equipo que tenga los mismos objetivos que ellos, y se genera un vínculo entre los integrantes del equipo. Además, los usuarios se dan cuenta de que los demás comparten la misma pasión que ellos por el juego.

Tengo pasión por la compañía llamada Blizzard, porque he crecido con sus videojuegos.

A la edad de 13 años ya escuchaba de sus juegos, y seguir en esa comunidad durante 12 años es bonito, es bonito ver cómo crece, ver como gente de mi edad de 26, 30 o 35

años disfrutaran de estos videojuegos como yo lo hago. Es bonito que de alguna manera haya gente que ame lo que tú amas hacer (Newjag, 26).

Los usuarios, mucho antes de ingresar al mundo profesional de los juegos en línea, ya habían contactado con otro tipo de juegos, lo cual genera pasión y un fuerte vínculo con los juegos. Actualmente, saber que son buenos dentro de un juego en específico, que pueden obtener beneficio de ello, y que existen personas con la misma forma de pensar alrededor de todo el mundo, son aspectos que hacen que los usuarios se identifiquen más con la comunidad y que quieran aportar al crecimiento y reconocimiento de esta. Asimismo, se observa que la comunidad trasciende a lo territorial, ya que los usuarios, al establecer vínculos con otros usuarios que se encuentran en otro país, no requiere estrictamente verlos físicamente, es más, estos usuarios pueden tener más significancia que las personas que si se encuentran próximas físicamente a los usuarios.

A pesar de que los usuarios se sientan identificados con la comunidad de jugadores, deben de enfrentar distintas situaciones con los equipos a los que pertenecen, pues cuando los usuarios alcanzan un buen nivel dentro del juego, van en busca de equipos que estén a su nivel también. Es por ello que los equipos no son estables, pues conforme los usuarios van ganando más experiencia, dejan a sus equipos en busca de otros más reconocidos. *“Es como formar una familia de 5 y que los 5 queramos llegar a algo, pero otra vez nos deshicimos porque uno se fue a estudiar al extranjero, otro decidió irse a otro equipo porque le ofrecieron más dinero”* (Newjag, 26). Los usuarios esperan encontrar un equipo que tengan los mismos objetivos que ellos; sin embargo, se dan cuenta de que cada usuario tiene sus prioridades y sus propias metas, impulsados por distintas motivaciones, como el desarrollo profesional, prioridad por la familia o el factor económico.

4.4.3 Sentimientos y emociones

Esta subcategoría es definida como el conjunto de emociones, reacciones y estados de ánimo que presentan los usuarios al vivir las experiencias de un jugador profesional.

Antes de ingresar a la línea profesional, los usuarios se encuentran en la etapa de juego sin control, les es muy difícil controlar sus emociones, especialmente cuando pierden una partida. *“Cuando juego muy bien, me pongo feliz y lo dejo, pero cuando no, tengo esa frustración en la cabeza y no puedo dejarlo así, tengo que reivindicarme conmigo mismo”* (Loco, 19). Existen diferentes situaciones que hacen que los usuarios lleven un juego sin control, donde la sensación más característica es la frustración. Estas situaciones pueden ser: interrupción del juego, mal juego (a nivel personal) o derrota de la partida (a nivel de equipo). Los juegos en línea, por naturaleza, no se pueden detener, es necesario que la partida termine para poder desprenderse del computador; cuando los usuarios se encuentran jugando y repentinamente reciben alguna indicación, como el momento de almorzar, ayudar en alguna tarea de la casa o responder el celular, ellos se sienten frustrados, pues no pueden detener el juego, y esta característica no es conocida por las personas que tienen escasos conocimientos acerca de los juegos en línea. Cuando los usuarios sienten que no han dado un buen juego, también sienten frustración y continúan jugando hasta sentirse satisfechos de su juego. Por último, cuando juegan en equipo y los usuarios sienten que han dado un buen juego, pero perdieron porque los demás del equipo no rindieron bien, también se frustran, pues el nivel como equipo baja y los usuarios no pueden ganar la partida por sí mismos. Esto se relaciona con Cuba (2015), quien menciona que las emociones recurrentes de un jugador en línea son tensión, nerviosismo, cansancio, decepción, frustración y desahogo

En el momento en que los usuarios se van dando cuenta de que son buenos en el juego, mencionan que su pasión por el juego se muestra cuando existe un reconocimiento hacia ellos

y se da una descarga de todas las emociones negativas que cargaban antes de empezar una partida.

El juego aporta para que te sientas bien, te podría decir que es una pasión porque cuando hay varias personas que reconocen que eres bueno jugando, te sientes tan bien contigo mismo que tratas de que esa sensación se mantenga, te hace sentir tan feliz que te hace olvidar de todos tus problemas, así estés estresado, frustrado o triste, juegas y parece que te liberas (Loco, 19).

Cuando otras personas reconocen la habilidad de los usuarios en el juego, ellos sienten que son buenos en esta práctica y que los demás se pueden dar cuenta de ello. Es así que los usuarios sienten felicidad al ser reconocidos, esa sensación es agradable para ellos, por lo tanto, quieren que esa sensación se mantenga. Existe una relación entre la felicidad originada por el reconocimiento y el juego, es así que cuando los usuarios tienen emociones negativas como frustración o tristeza, ponen en práctica el juego, pues además del agrado de jugar, consideran que son buenos y serán reconocidos.

Cuando los usuarios ya se encuentran en la línea profesional, jugando ya en un equipo profesional en una casa de entreno con un instructor, patrocinadores y gente invirtiendo en ellos, sienten presión y con esto, estrés y frustración.

Yo estaba teniendo un nivel de estrés bastante elevado porque me presionaba, pues ellos [los patrocinadores] estaban invirtiendo en mí y yo no mostraba buenos resultados. Trataba de salir de esa presión y solo me enfocaba en ganar, el juego perdía todo su sentido porque jugaba con temor a perder y eso era lo más feo (Luis, 25).

Cuando el equipo profesional tiene patrocinio de marcas reconocidas, es importante que los usuarios ganen las partidas y sean reconocidos por toda la comunidad, pues eso beneficia a

los patrocinadores. Encontrar gente que esté dispuesta a invertir en usuarios que recién están emergiendo como profesionales es difícil. Por esto se sienten presionados, pues deben de mostrar buenos resultados, sino las personas y las marcas dejaran de invertir en ellos. En este sentido, los usuarios presentan estrés, pues saben que, si no tienen el apoyo de los patrocinadores, tendrán menos oportunidades para desarrollarse en el mundo profesional y de cumplir sus metas.

Asimismo, cuando los usuarios ya se encuentran en un equipo profesional y participan en torneos de gran magnitud como The International, Blizzard Copa América o Masgamers, generan sentimientos y emociones dependiendo de los resultados que obtienen en el torneo.

Cuando terminó la temporada el equipo decayó, porque podíamos haber ganado, pero no lo hicimos, entonces emocionalmente ya no éramos los mismos, algunos tenían la autoestima baja, ya no jugaban de la misma manera y personalmente, tampoco me sentía cómodo porque es un juego donde importa mucho la presencia de los 5 jugadores, que los 5 estén bien anímicamente porque si uno está mal nos va a afectar a toditos (Newjag, 26).

Los usuarios de juegos en línea sienten frustración cuando pierden en competencias importantes y más si estas habrían significado reconocimiento en su carrera como profesionales de juegos en línea. También se puede presentar baja autoestima y pérdida de motivación, pues el perder significa que están fracasando en una práctica en la que ellos creían ser buenos, y fracasando también como equipo, pues en el juego, el estado físico y psicológico de los integrantes, así como la interrelación entre ellos es importante.

En este sentido, cuando los usuarios no cuidan su salud, y en consecuencia no rinden bien en el juego, también se sienten frustrados, pues el equipo funciona si todos se encuentran en buen estado. *“Que te enfermes un día ya afecta mucho al equipo porque no entrenas bien y*

eso crea a veces enojo en ellos y obviamente enojo en ti porque te frustra como jugador, es algo que trato de evitar” (Newjag, 26). Los usuarios entonces, cuando ya se encuentran en la línea profesional, son conscientes de que su salud es muy importante para lograr sus metas y objetivos, por lo tanto, modifican su estilo de vida para encontrarse en buen estado físico y psicológico.

Por otro lado, los usuarios también sienten euforia y felicidad, en especial cuando ganan algún torneo importante o clasifican a torneos de gran magnitud. *“Cuando clasificamos a la WCA, no lo podíamos creer, me acuerdo que ellos lloraban de la emoción y yo también, todos nos escuchábamos y felicitábamos por el micro, fue genial”* (Rain, 20). Cuando los usuarios ganan, sienten que las horas de sueño asignadas a practicar, las críticas negativas afrontadas, la contraposición de su familia y amigos, y todo el tiempo invertido, finalmente tiene sentido y merecen el esfuerzo; asimismo encuentran la posibilidad de demostrar a los demás que sí se puede tener un futuro exitoso en los juegos en línea.

4.4.4 Motivación

Esta subcategoría es entendida por los usuarios como la determinación que los impulsa a alcanzar ciertos objetivos propuestos por ellos mismos en el área del juego.

La motivación, para cada uno de los usuarios es personal, cada uno tiene su propio impulso para ser profesionales en los juegos en línea. Es así que dentro del estudio se encontraron cuatro ideas principales en los usuarios que funcionan como motivación: Demostrar a los demás que los usuarios sí pueden lograr sus objetivos, formar un equipo estable con el que puedan llegar a torneos de gran magnitud, la remuneración económica y formalizar el desarrollo de los juegos en línea.

Demostrar, a la sociedad en general, que los usuarios de juegos en línea que aspiran a ser profesionales pueden alcanzar sus metas es una de sus principales motivaciones.

Yo decidí ser profesional para demostrarle a mi ex enamorada que se estaba equivocando, porque me decía “con el Dota no vas a llegar a nada”, quería demostrarle que el Dota era más que un simple vicio y tenía tanta motivación que pude superarme (Aureliano, 20).

Los usuarios profesionales de juegos en línea, durante toda su trayectoria, han tenido que lidiar con comentarios negativos y con prejuicios que se originaron a causa de la imagen que dan los usuarios comunes, quienes solo ven el juego por diversión y que no lo controlan, afectando así su salud y distintos aspectos de su vida como los sociales y académicos. Es por ello que una de las principales motivaciones es demostrar a la sociedad que la imagen negativa que se tiene de todos los usuarios de juegos en línea, no los engloba a ellos, ya que ellos no cumplen con las características de un usuario común. Los usuarios profesionales tienen planes a futuro, objetivos y metas que desean cumplir, y para alcanzarlas se mantienen motivados con la idea de demostrar a todos aquellos que los juzgaron, ya sea familia, pareja o amigos, que sí pudieron obtener beneficio del juego y que cumplieron el deseo de hacer una línea profesional en esa área. Esto se relaciona con McClelland (citado en Chang, 2010) quien habla sobre la motivación del logro, la cual consiste en que la persona desea tener éxito y se impone metas a alcanzar.

Participar en torneos de gran magnitud, es también una de las motivaciones de los usuarios, pues así obtendrán reconocimiento por la práctica que ellos van desarrollando y los logros que van teniendo. *“Me motiva que cuando tienes una buena partida, hay personas que te felicitan y eso se siente bien, mi meta a corto plazo es participar en torneos nacionales y a largo plazo sería participar en el The International”* (Standing, 19). Para la mayoría de los usuarios que practican Dota2, su máxima meta es participar en The International, que es el torneo a nivel mundial para usuarios de dicho juego. Sin embargo, para lograr esa meta deben

de contar con un equipo estable y comprometido. *“Los 5 pensábamos igual, todos teníamos ese mismo sueño de llegar arriba, fue ahí cuando sentí que eran como mi familia y esa sensación me motivó más”* (Aureliano, 20). En este sentido, los usuarios se sienten motivados cuando tienen un equipo donde los integrantes tienen el mismo objetivo, que es participar en torneos de gran magnitud. De esta forma, los integrantes del equipo trabajan para lograr un objetivo en común. Esto motiva al usuario, puesto que siente el apoyo de más personas y también la posibilidad de lograr con más rapidez el objetivo de llegar a un torneo internacional. De igual forma, McClelland (citado en Chang, 2010) habla sobre la motivación de filiación, la cual consiste en la necesidad de formar parte de un grupo, y donde la persona da más importancia a las interacciones sociales.

Dentro de los nueve usuarios que participaron en este estudio, solamente para uno de ellos, el factor económico era un aspecto significativo. *“Lo más significativo que trajo el Dota para mí fue el dinero, porque hasta después de dejar de jugar, empecé a ver otra forma de ganar plata en Dota, que era vendiendo cuentas de alto nivel”* (Lonely, 20). Se puede observar la presencia del factor económico en todos los usuarios, pero la percepción de este aspecto es distinta para cada uno de ellos. En este caso, la remuneración económica es una motivación para él, pues ganar dinero era lo que más le gustaba de ser un usuario de juego en línea, y era lo que le motivaba a seguir dentro de la comunidad de usuarios, pues como lo menciona, encontró otra forma de ganar dinero sin necesidad de jugar profesionalmente.

Finalmente, los usuarios se pudieron dar cuenta que la comunidad de jugadores, al menos en el Perú, es informal, pues se tiene poco conocimiento a cerca de ellos, de sus vidas y de sus carreras. Es por ello que también se presenta como motivación la idea de formalizar a la comunidad de jugadores y presentarlos formalmente a la sociedad, para que esta tenga más conocimiento y sepa realmente quienes son los usuarios.

Mi plan es empezar desde lo más bajo, con escolares, orientarlos, decirles qué es lo bueno y qué es lo malo de los videojuegos, mostrarles cual es la vida de un jugador, y también enseñar a los padres. Yo quiero formalizarlos, cambiar la mentalidad que tienen los demás, intentar que lo tomen como algo serio, hacer una liga formal y que todos se comprometan (Luis, 25).

Los usuarios se sienten motivados por el crecimiento y el desarrollo que han tenido los juegos en línea en los últimos años, les motiva ver a gente que ha crecido junto con los juegos y que han generado la misma pasión que ellos. Es por eso que sus metas están basadas en formalizar a esta comunidad, deconstruir las ideas negativas que tiene la sociedad y continuar con el crecimiento y la visibilización de los jugadores. Los usuarios se sienten motivados a compartir sus historias de vida y todos los conocimientos adquiridos en su trayectoria a través de talleres o foros. Empezar brindando información a los niños, quienes son los más próximos a la tecnología, y realizar un trabajo con los padres para que puedan orientarlos y así mitigar la imagen negativa que actualmente se tiene de los usuarios de juegos en línea. En relación a esto, McClelland (citado por Chang, 2010) presenta la motivación de poder, la cual se basa en influir a otras personas y grupos para obtener reconocimiento por parte de ellas.

Conclusiones

En relación con lo encontrado, se llega a las siguientes conclusiones:

Primera.- Se identificaron dos tipos de estilo de vida en los usuarios de juegos en línea: Estilo de vida saludable, se caracteriza por llevar un juego controlado, donde los usuarios organizan sus actividades y esta práctica no atenta contra su salud ni otras áreas de su vida. Estilo de vida no saludable, cuando el usuario pierde el control del juego y se dan alteraciones en distintas áreas de la vida.

Segunda.- En cuanto a la categoría de salud y autocuidado; si bien al inicio de su trayectoria, los usuarios presentaban hábitos poco saludables; al ingresar a la línea profesional, modifican su estilo de vida, mejorando sus hábitos de higiene y alimentación. Además, optan por alguna actividad física que regule el estado de su cuerpo, evitando que su salud se perjudique. Adicionalmente, existe alteración en los hábitos de sueño, pues los usuarios prefieren descansar durante el día y entrenar por la noche, lo cual perjudica en el cumplimiento de otras responsabilidades.

Tercera.- En cuanto a la categoría de actividades cotidianas; aparte de ser remunerados económicamente por participar en eventos formales y de mayor categoría, los usuarios encuentran otras actividades laborales dentro de los juegos en línea que también ofrecen rentabilidad. Asimismo, los usuarios reconocen la necesidad de tener un tiempo libre, donde se sientan cómodos al realizar actividades que no estén relacionadas con el juego. Por último, existe alteración en las actividades académicas, en consecuencia, los usuarios optan por: continuar y culminar la carrera universitaria, dedicarse únicamente a su preparación para ser un jugador profesional o encontrar la forma de integrar ambas actividades.

Cuarta.- En cuanto a la categoría de interacciones sociales; construir y fortalecer las relaciones con los amigos, la familia y la pareja toma gran significancia en la vida de los

usuarios. Sin embargo, cuando los vínculos están basados en prejuicios, falta de apoyo y comprensión, emergen sentimientos negativos, lo cual provoca alteraciones y desencadena un juego sin control. Finalmente, la sociedad ha construido estereotipos para los usuarios de juegos en línea, englobándolos bajo calificativos negativos, lo cual provoca que sean reconocidos únicamente de esta forma; es por ello que tienen la necesidad de que la gente aprenda a diferenciarlos de los demás usuarios.

Quinta.- En cuanto a la categoría de sentido de vida y comunidad, se identifican las siguientes características para distinguir a los usuarios profesionales: experticia en el juego, habilidades adquiridas, reconocimiento por la comunidad, remuneración económica y la pertenecía a un equipo profesional con personal médico, de entrenamiento y patrocinio. También, los usuarios generan sentido de pertenencia e identidad con el juego y con la comunidad profesional; pues el juego tiene fuerte impacto en sus vidas. Asimismo, se evidencia en los usuarios, sensaciones y emociones, tanto negativas como positivas, dependiendo de la experiencia que estén viviendo en torno al juego. Por último, se encontraron cuatro motivaciones: demostrar a la sociedad que los usuarios si pueden lograr sus objetivos, formar un equipo estable con el que puedan llegar a torneos de gran magnitud, la remuneración económica y formalizar el desarrollo de los juegos en línea.

Sexta.- Se destaca un aporte significativo extraído de los resultados. En este estudio, se identificó que los participantes, en determinados periodos de sus vidas, presentaron 4 de los 9 criterios que propone El Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales para diagnosticar el Trastorno de juego por internet. A pesar de haber presentado estas alteraciones, estando en la línea profesional, los usuarios son capaces de reconocer un estilo de vida no saludable y lo modifican a saludable para obtener mejor rendimiento y llevar un juego controlado.

Sugerencias

Primera.- Queda pendiente continuar con investigaciones que aporten mayor información sobre el tema, tanto aspectos favorables como también las dificultades que implica conocer el estilo de vida de los usuarios de juegos en línea del país. Dado que la comunidad de usuarios de juegos en línea es tan amplia y diversa, el grupo conformado por los usuarios que quieren dedicarse a ser profesionales en esta área pretenden distinguirse de los usuarios principiantes o inexpertos, pues ellos no presentan las características negativas construidas por la sociedad.

Segunda.- Los resultados de este estudio difícilmente pueden ser generalizables, pues pertenecen a la vivencia particular de cada usuario; por eso, existe la necesidad de seguir investigando otras realidades y poblaciones particulares, lo cual permitirá generar diversas nociones que enriquezcan la discusión y comprensión sobre esta temática.

Tercera.- En cuanto a la psicología, la construcción de las categorías de los estilos de vida puede contribuir a la propuesta de políticas y acciones que impliquen ocuparse de la salud de manera integral desde el Estado. En este sentido, se podrían considerar estas categorías en instrumentos y programas de prevención e intervención en salud mental. Brindando principalmente, soporte profesional a usuarios que lo requieran y presenten dificultad para llevar un juego controlado.

Referencias bibliográficas

- Álvarez-Gayou, J. (2009). *Como hacer investigación cualitativa: Fundamentos y metodología*. México D.F.: Paidós. Recuperado de <http://www.derechoshumanos.unlp.edu.ar/assets/files/documentos/como-hacer-investigacion-cualitativa.pdf>
- Arnao, J., Falla, G., & Jiménez, A. (2011). *Los juegos en línea en adolescentes y jóvenes. Un estudio cuanti - cualitativo descriptivo y analítico en jóvenes del Perú*. Lima: Centro de Información y Educación para la Prevención del Abuso de Drogas (CEDRO). Recuperado de <https://es.scribd.com/document/142276610/Los-Juegos-en-Linea-en-Adolescentes-y-Jovenes>
- Asociación Americana de Psiquiatría. (2014). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales*. (5ª ed.). Madrid: Editorial Médica Panamericana.
- Balaguer, I. & Castillo, I. (2002). *Estilos de vida en la adolescencia*. Valencia, España: Promolibro. Recuperado de http://www.uv.es/icastill/documentos/2002.BalaguerCastillo_ActFisica_Ej_Dxt.pdf
- Barroso, C. (2003). *Las bases sociales de la ludopatía*. (Tesis de postgrado). Universidad de Granada, España.
- Billieux, J.; Deleuze, J.; Griffiths, M. & Kuss, D. (2015). *Internet Gaming Addiction: The Case of Massively Multiplayer Online Role-Playing Games*. Lovaina la Nueva, Bélgica: Universidad Católica de Lovaina.
- Centro de escritura Javeriano (Ed.). (2013). *Normas APA*. Cali, Colombia: Pontificia Universidad Javeriana. Recuperado de: <http://portales.puj.edu.co/ftpcentroescritura/Recursos/Normasapa.pdf>
- Centro de Información y Educación para la Prevención del Abuso de Drogas – CEDRO (2012). *Juego en Red en el Perú*. Recuperado de

<http://www.cedro.org.pe/drogasglobal/index.php/adicciones/dependencias-a-medios-virtuales/27-juegos-online>

- Chang, A. (2010). *Estudio de la motivación laboral y el conocimiento de la necesidad predominante según la teoría de las necesidades de McClelland, en los médicos del Hospital Nacional Arzobispo Loayza*. (Tesis de postgrado). Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Perú. Recuperado de http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/2513/Chang_ya.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Cuba, A. (2015). *El ocaso de un gamer peruano*. Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas. Lima, Perú. Recuperado de <http://repositorioacademico.upc.edu.pe/upc/handle/10757/344523>
- De la Torre, S. & Tejada, J. (2007). *Estilos de vida y aprendizaje universitario*. Revista Iberoamericana de Educación. (44), pp.101-131.
- Díaz, C. (2005). *Estilos de vida y satisfacción laboral*. (Tesis de postgrado). Universidad Complutense de Madrid, España.
- Escobar, J & Cuervo, A. (2008). *Validez de contenido y juicio de expertos: una aproximación a su utilización*. Avances en medición, vol.6, pp. 27 – 36. Recuperado de http://www.humanas.unal.edu.co/psicometria/files/7113/8574/5708/Articulo3_Juicio_de_expertos_27-36.pdf
- Escobar, J. & Salazar, A. (2015). *Juegos en línea y sus consecuencias psicosociales en las personas que frecuentan el cyber “meganeth” de Riobamba, periodo abril-septiembre 2013*. (Tesis de pregrado). Universidad Nacional de Chimborazo, Ecuador. Recuperado de <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/1042/1/UNACH-EC-PSC.CLIN-2015-0023.pdf>

- Flores, R. (2015). *Representación social de las interacciones sociales en un videojuego en línea por usuarios adultos jóvenes*. (Tesis de pregrado). Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas.
- Flick, U. (2007). *Introducción a la investigación cualitativa*. (2da Ed.). Madrid: Ediciones Morata.
- Fondo de Naciones Unidas para la Infancia - UNICEF (2005). *Los hábitos de higiene*. Venezuela. Recuperado de <https://www.unicef.org/venezuela/spanish/HIGIENE.pdf>
- Giménez, D. (2015). *Autoeficacia percibida en League of Legends*. (Tesis de pregrado). Universidad Jaime I, España. Recuperado de http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/137467/TFG_2014_gimenezD.pdf?sequence=1
- Giraudó, N. (Sin fecha). *¿Cómo leer un estudio que va más allá de los números?: Investigación cualitativa*. Evidencia en atención primaria, vol. 5 (2), pp. 60 – 62. Recuperado de <http://www.foroaps.org/files/cualitativo.pdf>
- Gómez, M. (2005). *Operativización de los estilos de vida mediante la distribución del tiempo en personas mayores de 50 años*. (Tesis de postgrado). Universidad de Granada, España.
- Gonzales Rey, F. (2006). *Investigación cualitativa y subjetividad*. Guatemala: Oficina de Derechos Humanos del Arzobispado de Guatemala. Recuperado de http://www.odhag.org.gt/pdf/R_INVESTIGACION%20CUALITATIVA.pdf
- Guba, E. & Lincoln, Y. (2002). *Paradigmas en competencia en la investigación cualitativa*. Sonora, México: Colegio de Sonora. Recuperado de http://www.ustatunja.edu.co/cong-civil/images/curso/guba_y_lincoln_2002.pdf

- Guerra, L. & Appel, A. (2006). *Habilidades y competencias sociales en juegos en línea*. Universidad Técnica Federico Santa María. Valparaíso, Chile. Recuperado de https://www.inf.utfsm.cl/~guerra/publicaciones/Habilidades_y_Competicencias_Sociales_en_Juegos_en_Linea3.pdf
- Herrera, J. (2008). *La investigación cualitativa*. Recuperado de <https://juanherrera.files.wordpress.com/2008/05/investigacion-cualitativa.pdf>
- Huanca, F. (2011). Influencia de los juegos de internet en el comportamiento de los adolescentes de la ciudad de Puno. *Revista de Investigación en Comunicación y Desarrollo*, 2(2), 37-44.7
- Izcara, S. (2014). *Manual de Investigación Cualitativa*. México D.F.: Fontamara
- Jux, A. (2014). *Análisis de la expansión transmedia y la figura del prosumidor en los juegos MMO: El caso de League of Legends*. (Tesis de postgrado). Universidad de Alicante. Alicante, España. Recuperado de <https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/41282/1/TFM-Ana-Alicia-Jux-Buendia.pdf>
- Kopp, J. (2015). Resumen de tesis de licenciatura: Un estudio del juego entre los jugadores de juegos de rol masivos en línea (MMORPG). *Ludicamente*, 4(7).
- Lewis, M. (2016). *Massively Multiplayer Online Roleplaying Gaming: Motivation to Play, Player Typologies, and Addiction*. (Electronic Thesis or Dissertation). Ohio State University. Recuperado de <https://etd.ohiolink.edu/>
- Leyva, J. & Varela, J. (2016). *El videojuego League of Legends y su efecto en memoria de trabajo visual y solución de problemas*. (Tesis de pregrado). Universidad del Rosario, Colombia. Recuperado de <http://repository.urosario.edu.co/bitstream/handle/10336/12723/Leyva%26Varela%20El%20videojuego%20League%20of%20Legends%20y%20su%20efecto%20en%20m>

[emoria%20de%20trabajo%20visual%20y%20soluci%C3%B2n%20de%20problemas%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y](#)

López, P. (2009). *Actividad física para la salud*. España: Universidad de Murcia Recuperado de <http://hdl.handle.net/10201/5151>

Marco, C. & Choliz, M. (2013). *Tratamiento cognitivo-conductual en un caso de adicción a Internet y videojuegos*. Universidad de Valencia, España.

Ministerio de Salud. (2009). *Promoción de las y los Adolescentes*. Perú: MINSA. Recuperado de <http://www.minsa.gob.pe/portal/portal2.asp?Servicios/SuSaludEsPrimero/Adolescente/adolescente.asp>

Ministerio de salud. (2013). *Red nacional para la promoción de la actividad física*. Perú: MINSA. Recuperado de <https://minsa.gob.pe/portada/Especiales/2013/activate/actividadfisica.html>

Moncada, J & Chacón, Y. (2012). El efecto de los videojuegos en variables sociales, psicológicas y fisiológicas en niños y adolescentes. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (21), pp. 43-49.

Oblitas, L. (2004). *Psicología de la salud y calidad de vida*. México D.F., México: Thomson Learning.

Palomares, L. (2014). *Estilos de vida saludables y su relación con el estado nutricional en profesionales de la salud*. (Tesis de postgrado). Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas.

Patton, M. (1990). *Qualitative evaluation and research methods*. Beverly Hills, CA: Sage.

Ponte, M. (2010). *Estilo de vida de los estudiantes de enfermería, según año de estudio de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos*. (Tesis de pregrado). Universidad Nacional Mayor de San marcos, Perú.

- Puente, H. (2015). *Interacción, performatividad y sociabilidad en espacios de juego en red: el caso de los jugadores españoles de género rol, (DIABLO III)*. (Tesis de postgrado). Universidad Complutense de Madrid, España. Recuperado de <http://eprints.ucm.es/29988/1/T36037.pdf>
- Rodrigo, M.; Máiquez, M.; García, M.; Mendoza, M.; Rubio, A.; Martínez, A.; Martín, J. (2003). Relaciones padres-hijos y estilos de vida en la adolescencia. *Psicothema*, vol. 16, pp. 203-210.
- Rojas, J. (2015). *Los juegos en línea: posibilidades y desafíos*. Universidad de San Buenaventura. Medellín, Colombia. Recuperado de http://bibliotecadigital.usb.edu.co/bitstream/10819/4010/1/Juegos_Linea_Desafios_Rojas_2015.pdf
- Rosas, H. & Siegel, P. (2011). *Promoción de salud y estilos de vida saludables en jóvenes universitarios: "Hacia un curriculum integral"*. (Tesis de pregrado). Universidad Austral de Chile.
- Salgado, A. (2007). Investigación cualitativa: diseños, evaluación del rigor metodológico y retos. *Liberabit*, 13, pp. 71-78.
- Sanabria-Ferrand, P.; Gonzalez, L.; Urrego, D. (2007). *Estilos de vida saludable en profesionales de la salud colombianos: Estudio exploratorio*. *Med*, vol. 15 (2), pp. 207-217. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/med/v15n2/V15n2a08.pdf>
- Sandoval, J. (2009). *Comunicación interpersonal en un entorno virtual. El caso del videojuego World of Warcraft, a través de usuarios del mismo, entre agosto y noviembre de 2009*. (Tesis de Pregrado). Universidad de la Frontera, Chile.

- Souza, M.; Ferreira, S. & Gomes, R. (2012). *Investigación social: Teoría, método y creatividad*. Buenos Aires, Argentina. (2da Ed.): Lugar Editorial.
- Suarez, E. (2016). *Características culturales y conductuales que motivan el consumo en adultos jóvenes colombianos de aditamentos de pago en el videojuego gratuito online (e-sport) League of Legends*. Institución Universitaria Politécnico Grancolombiano. Bogotá, Colombia: Ilumno.
- Taylor, S. & Bodgan, R. (1987). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación: la búsqueda de significados*. Mexico D.F: Paidós.
- Torres, C. (2014). *Los e – sports en el Perú*. Recuperado de <https://prezi.com/deuxdj9v101/los-e-sports-en-el-peru/>
- Troncoso, J. (2016). *E-Sports: Evolución y Tratamiento en los medios. El caso League of Legends*. (Tesis de pregrado). Universidad de Sevilla, España.
- Velázquez, S. (2013). *Programa institucional de actividades de educación para una vida saludable*. México D.F., México: Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo. Recuperado de https://www.uaeh.edu.mx/docencia/VI_Lectura/licenciatura/documentos/LECT103.pdf
- Vallejo, M. & Capa, W. (2010). *Video juegos: adicción y factores predictores*. Revista Unife, (18), pp.103–110. Recuperado de <http://www.unife.edu.pe/pub/revpsicologia/miguelvallejos.pdf>
- Villanueva, A. (2014, 10 de enero). Adicción a los videojuegos: riesgos y consecuencias en adolescentes. *RPP Noticias*. Recuperado de <http://rpp.pe/lima/actualidad/adiccion-a-los-videojuegos-riesgos-y-consecuencias-en-adolescentes-noticia-661018>

Apéndices

Apéndice A: Guía de entrevista

Parte I

Buenos días, mi nombre es Vianet Nataly Peralta Puma. Soy alumna de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Andina del Cusco. Me encuentro realizando una investigación, que lleva como título *Estilos de vida en usuarios de juegos en línea de la ciudad del Cusco*, los usuarios deben aspirar a ser jugadores profesionales y haber participado en algún campeonato, torneo o partida de exhibición formando parte de un equipo profesional.

Por lo tanto, me gustaría poder conversar contigo para poder localizar las características más importantes del estilo de vida que llevas, teniendo como experiencia tu preparación para ser un jugador profesional.

Primero empezaremos con algunos datos generales para que yo pueda saber un poco más de ti.

Datos generales

- Nombre:
- Edad:
- Sexo:
- Ocupación:
- Estado civil:
- Juego al que se dedica:
- Tiempo que lleva jugando:
- Horas que juega a la semana:

Parte II

Ahora, para continuar te voy a hacer preguntas con respecto a que estilo de vida llevas al ser un usuario que aspira a ser profesional en los juegos en línea. Si bien busco que me des una determinada información, tienes la total libertad de agregar lo que tu desees y comentar algo que se te ocurra en el momento, así llevaremos una conversación libre entre los dos. Entonces, podrías contarme sobre tu experiencia en el juego ¿Cómo comenzaste a practicarlos? ¿Cuáles fueron tus experiencias en el primer año jugando? y ¿Cómo así decidiste convertirte en un jugador profesional?

Categorías:

- **Hábitos relacionados al estilo de vida**
 - ¿Podrías describir cómo es tu alimentación, que es lo que consumes y en qué momento?
 - ¿Cómo influye el juego tus hábitos alimenticios?
 - Para ti ¿Cuán importante es dormir? ¿Alguna vez sentiste la necesidad de interrumpir o reducir tus horas de sueño por jugar? Si es así, ¿Cuáles son las razones para que lo hagas?

- ¿Cómo te sientes cuando realizas alguna actividad física o deporte distinto al juego? ¿Cómo aportan estos a tu vida?
- Desde que empezaste a jugar, ¿Percibes que el cuidado por tu aspecto físico ha incrementado o ha disminuido? ¿A qué crees que se debe esto?
- **Actividades cotidianas**
 - Aparte del juego ¿Cuáles son las responsabilidades con las que tienes que cumplir?
 - ¿Cómo afecta el hecho de convertirte en jugador profesional en tu trabajo y/o universidad?
 - ¿Cómo te sientes cuando tienes que interrumpir una sesión de juego por una obligación o responsabilidad?
 - Podrías explicarme ¿Cómo ocupas tus tiempos libres?
- **Relaciones sociales (familia, pareja y amigos)**
 - Cuéntame, ¿Cómo es tu relación con tu familia? ¿Qué opina tu familia de que quieras ser un jugador profesional?
 - ¿Cómo es tu relación con tus amigos? ¿Qué opinan tus amigos de que quieras ser un jugador profesional?
 - Si tienes pareja, ¿Cómo es tu relación con él/ella?

Parte III

Bueno, para ir cerrando, piensa en la persona que eras cuando empezaste a jugar ¿Qué es lo que cambio en ti? ¿Cómo sientes que es el impacto de los juegos en línea en tu vida? Y mi última pregunta es ¿Qué te motiva a seguir jugando?

Después de escuchar tu relato, me parece muy interesante todo lo que me cuentas. Antes de terminar, ¿Deseas agregar algún comentario más a esta entrevista?... Bueno, entonces eso sería todo, muchas gracias por tu colaboración.

Apéndice B: Consentimiento Informado

Estimado (a) participante:

Mi nombre es Vianet Nataly Peralta Puma, soy alumna de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Andina del Cusco, me encuentro realizando una investigación, que lleva como título *Estilos de vida en usuarios de juegos en línea de la ciudad del Cusco*, los usuarios deben de aspirar a ser jugadores profesionales y haber participado en algún campeonato, torneo o partida de exhibición formando parte de un equipo profesional.

El propósito del estudio es conocer más acerca del estilo de vida de los usuarios de juegos en línea, para ello me gustaría que me concedas aproximadamente una hora de tu tiempo para llevar a cabo una entrevista en donde conversaremos sobre distintos temas referidos a las actividades que realizas dentro del juego y en tu día a día.

Si decides participar, toda la información será trabajada de manera confidencial haciendo uso de seudónimos y tu participación es completamente voluntaria, por lo que puedes retirarte en cualquier momento del proceso. Además, con el fin de facilitar el análisis posterior de los datos, la entrevista será grabada en formato de audio. La información recogida será utilizada únicamente con fines académicos y las grabaciones serán desechadas al término de la investigación.

Por ser esta una investigación de pregrado, deberá de ser sustentada por lo que los resultados serán expuestos. Sin embargo, sus datos personales serán manejados sólo por el investigador y asesor con la única función de estudiar la información brindada.

Puede dejar la investigación cuando usted lo desee si es que presenta alguna incomodidad, o no este conforme con el proceso. El firmar este consentimiento no la obliga a participar si usted no lo cree conveniente.

Si deseas participar en la presente investigación, por favor firma a continuación. Una copia se quedará contigo y la otra la guardaré yo.

Yo, _____ después de haber sido informado de las características del estudio de *Estilos de vida en usuarios de juegos en línea de la ciudad del Cusco*, acepto participar de forma voluntaria. Por su parte, el investigador se compromete a mantener la confidencialidad de la información recogida y que los resultados obtenidos serán utilizados únicamente para fines académicos.

Fecha: _____

Firma del participante

DNI:

Firma de la investigadora

Vianet Nataly Peralta Puma