

Influencia de la práctica de videojuegos en la construcción de la imagen corporal

The Influence of Playing Video Games in the Construction of Body Image

Reyes Gutiérrez G,* Barragán Solís A.**

** Maestrante en Antropología Física por la Escuela Nacional de Antropología e Historia. ** Profesora Investigadora ENAH-INAH. Miembro del Cuerpo Académico Diversidad biosocial contemporánea. ENAH-CA-2. Maestra en Antropología Física. ** Maestra en Antropología Física. Escuela Nacional de Antropología e Historia.(ENHA). Instituto Nacional de Antropología e Historia. (INAH). México.*

Correspondencia: G. Reyes Gutiérrez. Correo electrónico: puerto_infionito@yahoo.com.mx.

Recibido: 22-08-11 Aceptado: 29-11-11

RESUMEN

Objetivo: Conocer la influencia que ejerce la práctica con videojuegos en la imagen corporal y en la cognición de un grupo de videojugadores. **Material y Métodos:** Estudio cualitativo etnográfico de tres salas de videojuegos. Aplicación de 72 encuestas y 8 entrevistas a profundidad para obtener datos cuantitativos y cualitativos sobre la práctica con videojuegos como experiencia lúdico-corporal. **Resultados:** El 83% de los videojugadores percibe su cuerpo más hábil y rápido y el 57% más fuerte; el 96% dijo que los videojuegos ayudan a la concentración y agilidad mental; el 91% dijeron que mejora la creatividad y la sensibilidad y el 44% dicen que ayuda a estimular la habilidad y la coordinación motriz. **Conclusiones:** Los usuarios de videojuegos implican toda su corporalidad, expresan emociones y sienten un conjunto de sensaciones corporales que confluyen en experiencias placenteras. Para que la experiencia lúdica tenga sentido hay que involucrarse de lleno y recorrer con cuerpo y mente esos escenarios donde la condición corporal se intensifica virtualmente.

Palabras clave: Videojuegos, Imagen corporal, Cognición.

ABSTRACT

Objective: Know the influence practice with video games in body image and the cognition of a group of videogamers. **Materials and methods:** Qualitative Ethnographic of three rooms of video games. Application of 72 surveys and 8 interviews at depth to obtain quantitative and qualitative data on the practice with video games as a recreational-bodily-experience. **Results:** 83 per cent of videogamers perceived their body more skillful and fast and 57% more strong; 96% said that video games help concentration and mental agility; 91 per cent said that it improves creativity and sensitivity and 44% say that it helps to stimulate the ability and motor coordination. **Conclusions:** users of video games involve all its corporeality, expressing emotions and feel a outfit of bodily sensations that converge --

on pleasurable experiences. For recreational experience to be meaningful must involve full and go with body and mind those sets where the body condition intensifies virtually.

Key words: Videogames, Body image, Cognition.

Introducción

El juego influye en la formación de la imagen corporal. Para Aguado¹ la imagen que nuestra mente se forma del propio cuerpo y tiende a modificarse constantemente por las acciones en el mundo externo. El juego, ejerce influencia en las habilidades psicomotoras, en la capacidad cognitiva, y en la capacidad intelectual para la resolución de problemas. Moreno² señala que la actividad lúdica activa las energías psicomotoras, incentiva la imaginación, la percepción, la fantasía, la creatividad y supone la participación generando el sentimiento de “ser parte” mientras “se es otro”. Por su parte, Cabrera³ piensa que mientras juega, el niño construye su diferencia, mientras se apropia de su cuerpo y de su lenguaje: se apropia de la vida y de la realidad. Para Piaget⁴ el juego es parte sustancial en la evolución mental, corporal, motriz y social de los niños.

El juego no sólo es un canal de expresión del ser humano, sino que es una vía por la cual se desarrollan y adquieren las principales competencias de las diferentes dimensiones de su desarrollo. Lizárraga⁵ argumenta que el hombre satisface apetencias a través del juego, de correr, de saltar, etc., las cuales se reflejan en comportamientos vitales que son necesarios para el reconocimiento de sí mismo y del entorno. Experiencias útiles que al momento de llevarlas a cabo conllevan un *disfrute experiencial*.

La práctica con videojuegos además de ser un medio de esparcimiento, permite el desarrollo de potencialidades como la imaginación, la fantasía, la creatividad, la abstracción, y es una vía donde las sensaciones, las percepciones y las emociones encuentran un espacio para manifestarse al interior y al exterior del cuerpo. Los videojuegos con sus ambientes simulados ayudan a involucrar los sentidos y ofrecen experiencias corporales distintas, que sumadas a las necesidades de los individuos que las utilizan, configuran el sentido de esta práctica cultural.

Los videojuegos contienen los cuatro aspectos que Caillois⁶ observa en los juegos: *competencia, azar, simulacro y vértigo*. Existe una competencia evidente contra la máquina y los obstáculos que interpone el videojuego. El azar junto con las habilidades cognitivas y motoras hacen ganar o perder al jugador. En el simulacro se intuyen las conductas, en los gestos psicomotores y en las sensaciones intangibles que significan algo para el individuo. El vértigo es la sensación placentera que invade a los participantes al experimentar situaciones virtuales como: competencias deportivas, guerras en el espacio o combates contra monstruos.

Diego Levis⁷ dice que una consola de videojuegos propone actitudes psicológicas distintas, pulsiones rapidísimas, implicación total en un mundo super programado, aceptación de las imágenes realistas que se ofrecen y que están hechos a la medida de la subjetividad de cada uno, personalizados al extremo y capaces de modificarse por el movimiento del jugador.

Por su parte, para Le Breton,⁸ el estar frente a la pantalla de un videojuego, convierte a un individuo en un ser que está temporalmente fuera del espacio y del tiempo y esto implica según el autor, la sustracción del cuerpo, sin perder el estremecimiento de las sensaciones fuertes, de los vértigos, de las sensorialidades reducidas, pero intensas, del despegue, de la liberación, de la fatiga.

Sobre las habilidades empleadas para jugar videojuegos, Marks⁹ señala que las capacidades sensomotoras como la coordinación ojo-mano son importantes para el uso de videojuegos, y señala además, que al estar dotados de movimiento en tiempo real, se hace indispensable la rapidez psico-corporal para resolver algunos obstáculos propios de los videojuegos. La naturaleza laberíntica de los juegos de video, los pasadizos secretos, la presencia de enemigos, las diversas percepciones espaciales y temporales, las persecuciones y escapatorias, las alteraciones del terreno o espacio de juegos, son contingencias que se van presentando durante el juego y el usuario tiene que hacerles frente a través de un proceso de observación y aprendizaje (cognición). Es posible que la fascinación por los videojuegos, en parte, se deba a este proceso de transformación de la casualidad en orden, a través de la experiencia y de la inducción.

En este trabajo se investigó el efecto que ejercen los videojuegos en la imagen corporal, así como la influencia que producen en las habilidades motoras y cognitivas de un grupo de videojugadores. El interés se centró en obtener información de tipo cuantitativo y cualitativo sobre la práctica con videojuegos, además de los aspectos perceptivos sobre el cuerpo y las potencialidades cognitivas desde un enfoque experiencial de quienes se entregan cotidianamente a este tipo de entretenimiento tecno-lúdico.

Material y métodos

Investigación cualitativo-interpretativa que se realizó entre el 1 de julio de 2007 y el 12 de enero de 2008, se procedió a efectuar un estudio etnográfico en las salas de videojuegos *Moy* y *Fons* ubicadas en el Municipio de Coacalco, Estado de México y en la sala de videojuegos “en línea” *Monkey* de la colonia Roma del Distrito Federal. El objetivo fue conocer los escenarios donde se llevaba a cabo este tipo de prácticas y comprender la cotidianidad de sus actores en estos espacios. Se interpretaron las dinámicas de esta práctica desde el particular enfoque de los actores, con apoyo en los recorridos de campo, la observación y la entrevista.

Se aplicaron encuestas para obtener datos generales -que facilitaron la caracterización de la población de estudio- en estas se recolectaron datos generales como: *sexo, edad, lugar de nacimiento, lugar de residencia, grado escolar, tiempo que tenían utilizando los videojuegos, tiempo empleado para jugar, juegos favoritos, con quién juegan, sensaciones y percepciones corporales que experimentan al jugar, habilidades cognitivas y psicomotoras que se potencializan en la práctica*. Durante el trabajo de campo se aplicaron en total 72 encuestas.

También se realizaron entrevistas en profundidad entre el 20 de junio de 2007 y el 26 de enero de 2008 a ocho videojugadores expertos sobre el uso y las representaciones del cuerpo en la práctica con videojuegos, las cuales permitieron recolectar información de corte cualitativo. Puesto que este trabajo se inserta dentro de las investigaciones de tipo *cualitativo-interpretativo*, las entrevistas a pro---

fundidad fueron pertinentes para recolectar con mucha flexibilidad la información desde las propias palabras de los actores.

Entre marzo y septiembre del año 2007 se capturaron en el programa *Excel de Office 2007* las encuestas y se hizo el análisis de los datos recolectados. También se transcribieron íntegramente las entrevistas a profundidad que se grabaron en cintas magnetofónicas y tuvieron una duración de cinco horas aproximadamente, de estas resultaron más de 200 páginas de transcripción. Entre octubre de 2008 y abril de 2009 se realizaron fichas de cada una de las entrevistas para separarlas por categorías y temas, algunas de las categorías resultantes fueron: *las sensaciones corporales que se experimentan al jugar; las emociones que se experimentan con los videojuegos; sobre el aprendizaje, la imaginación y la creatividad en la práctica con juegos de video*. En el análisis de las entrevistas, se acotaron las ideas centrales en cuadros descriptivos susceptibles de ser interpretados desde otros puntos de vista. Cabe señalar que en las anotaciones del diario de campo, se plasmaron las observaciones de cada día de trabajo, además se tuvo la oportunidad de grabar 30 minutos de video mientras los videojugadores ponían en práctica sus habilidades corporales y cognitivas para jugar de manera eficaz en cada una de las sesiones de videojuegos.

Resultados

En este artículo se presentan dos de las 31 tablas que resultaron de la descripción y análisis de las encuestas. Aparecen las que tenían relación con la influencia del uso de videojuegos en la percepción e imagen corporal y las habilidades cognitivas de los videojugadores.

Las percepciones corporales durante en el juego.

El 83% de los informantes dijeron percibir su cuerpo muy hábil, ligero y relajado; un 57% explicó que lo sentía muy fuerte, grande y poderoso; para el 60% la percepción fue de bienestar corporal y el 30.5% se sentía pesado, lento, tenso o débil mientras jugaba, esto último se debe quizá al esfuerzo y concentración que generan fuerte tensión en el cuerpo mientras están jugando. Como podemos darnos cuenta, hay una intensificación virtual del cuerpo durante esta práctica tecno-lúdica. Cada encuestado dio más de una respuesta a esta pregunta. (Ver tabla I).

Tabla I. Las percepciones corporales

VIDEOSALAS						
COMO PERCIBEN SU CUERPO	Moy	Fons	Monkey	Entre vistados	Total	%
<i>Más fuerte, grande, poderoso.</i>	12	14	11	4	41	57
<i>Más hábil, veloz, ligero, relajado.</i>	25	22	8	5	60	83.3
<i>Más tenso, pesado, lento, débil.</i>	6	5	6	5	22	30.5
<i>Más relajado y bienestar corporal.</i>	17	10	8	8	43	60

Fuente: Encuestas aplicadas en 2007-2008

Habilidades que se desarrollan

Prácticamente la totalidad de los informantes (95.8%) consideraron que los videojuegos favorecen el desarrollo de cualidades mentales como la concentración, la memoria, la agilidad mental y la inteligencia. El 91.6% dijo que con la práctica se desarrollan: sensibilidad, imaginación creatividad y fantasía; el 44.4% hizo referencia a que se adquieren habilidades corporales y motrices así como cierta seguridad corporal. Estos datos me recuerdan a lo dicho por Marks mencionado párrafos arriba (Ver tabla II).

Tabla II. Habilidades que se desarrollan.

HABILIDADES	VIDEOSALAS					%
	Moy	Fons	Monkey	Entrevistados	Total	
La concentración, la memoria, la agilidad mental, la inteligencia.	29	21	11	8	69	95.8
La sensibilidad, la imaginación, la creatividad, la fantasía.	28	19	11	8	66	91.6
La habilidad y la seguridad corporal, la coordinación motriz.	10	14	3	5	32	44.4

Fuente: Encuestas aplicadas en 2007-2008

El análisis de las entrevistas a profundidad (Tabla III) muestra dos categorías relativas al efecto que produce la práctica con videojuegos en la percepción corporal y en la cognición de los usuarios de videojuegos, las frases fueron tomadas literalmente tal como lo señalaron los entrevistados.

Las sensaciones corporales

Durante el juego se experimentan una diversidad de sensaciones corporales como: *tensión muscular, vacío en el estómago, sudoración, cansancio, fatiga y temblor corporal*. Hay otra serie de sensaciones más específicas como el mareo, el vértigo, escalofríos, tensión nerviosa, relajación corporal, ardor de ojos, entumecimiento de los dedos, etcétera. Todas estas sensaciones corporales fueron buscadas por los videojugadores, ellos jugaban para sentir placer, para tener estímulos, para moverse, expresarse y sentir satisfacción en general. El hecho de que los videojuegos presenten estímulos visuales y sonoros de manera continua los impulsa a adentrarse en estas aventuras lúdicas.

Sobre la cognición, la imaginación y la creatividad

Para los jugadores, los videojuegos son como un cuento que hay que experimentar adentrándose en él para desarrollarlo libremente, la historia se vuelve fantástica en la mente de cada quien y hay libertad para experimentarla con las habilidades motoras y cognitivas de cada uno. Hay una libertad de posicionarse virtualmente en el cuerpo de tal o cual personaje y libertad para crear mundos y mi-

misiones. La mayoría de los juegos no son lineales y permiten posibilidades de acción que conectan con la parte emotiva, lo cual permite fantasear y proyectar la personalidad. El jugador debe desplegar su creatividad, su agilidad mental, su concentración para ir superando obstáculos, para descifrar el enigma de la escena-laberinto¹⁰. (Tabla IV).

Tabla III. Las sensaciones corporales

Hombres	Mujeres
<i>Tensión corporal y estrés.</i> <i>La parte visual te puede causar una especie de vértigo.</i> <i>Vacío en el estómago cuando sientes que vas cayendo.</i> <i>Mi cuerpo se relaja.</i> <i>Hay juegos que te cansan, físicamente te agotas.</i> <i>Psicológicamente sientes la presión como si tuvieras un pendiente.</i> <i>Sientes ansiedad.</i> <i>Puede ser desesperación general.</i> <i>Se siente hueco el estómago.</i> <i>Sensación de escalofrío.</i> <i>Yo siento mucho temblor y me gusta sentir cada vez más.</i>	<i>Se siente adrenalina en la competencia, mucha intensidad.</i> <i>Primero estoy relajada y hay sensación de bienestar,</i> <i>El movimiento da satisfacción.</i> <i>Siento en el pecho palpitaciones, tensión, sudoración.</i> <i>Se sienten nervios, adrenalina.</i> <i>La piel la percibo como si tuviera frío o.</i> <i>Se tensan los músculos cuando estoy enojada o preocupada en el juego.</i> <i>Me tiemblan las piernas.</i> <i>Incertidumbre.</i> <i>Hay reacciones físicas: sudor, tensión muscular.</i> <i>Me arden los ojos.</i>

Fuente: Entrevistas aplicadas en 2007-2008

Tabla IV. Sobre la cognición, la imaginación y la creatividad.

Hombres	Mujeres
<i>Son como un cuento, una telenovela, una película.</i> <i>Son una historia que puedes manejar libremente.</i> <i>Es una historia fantástica que existe en tu mente.</i> <i>En los videojuegos usas tu imaginación para adentrarte en la historia.</i> <i>Más que despertarte la imaginación, tú la usas o usas tu creatividad para jugar lo mejor posible.</i>	<i>Hay mucha fantasía, ciencia ficción.</i> <i>Creas tu súper héroe, creas tu cuerpo.</i> <i>Hay libertad de construir tu mundo, tu misión, tu juego.</i> <i>Cada vez hay más líneas abiertas que te permiten explorar e imaginar.</i> <i>Son mundos fantásticos que te hacen vivir y emocionarte, sufrir.</i> <i>Hay bastante creatividad.</i>

Fuente: Entrevistas aplicadas en 2007-2008

Discusión

Barragán¹¹ propone que el cuerpo es cuerpo vivido, percibido, cuerpo experiencial y señala que la experiencia corporal constituye significaciones donde se dan sentido a las diversas prácticas humanas. Así entonces, en las expresiones y sensaciones corporales de los usuarios que usan video-

juegos, se encuentra el sentido de los hechos vividos durante estas experiencias simuladas. La búsqueda de sensaciones placenteras, la experiencia activa para resolver la aventura y la implicación corporal son rasgos que nos hablan de la influencia de esta práctica lúdico-experencial en distintos niveles del ser humano como la imagen corporal y el desarrollo de habilidades cognitivas.

La búsqueda de una diversión en donde se pueda jugar tomando el control, es la clave para que los videojuegos sean tan atractivos como medio de “disfrute corporal”. No se concibe el uso de los videojuegos con actitudes pasivas, para que la experiencia lúdica funcione hay que involucrarse de lleno y posicionarse en esas regiones ilusorias, recorrer con cuerpo y mente esos escenarios cargados de seducción.

Con esta investigación se pretende ayudar a entender cómo la imagen corporal de los que se entregan a la práctica con videojuegos se ve influida por esta “experiencia corporal del simulacro”.¹² La plasticidad de la conducta humana le permite desplegar una variedad de comportamientos, algunos de los cuales podrían calificarse de desmesurados, en la actividad lúdica con videojuegos se ejemplifican claramente algo de esta desmesura, desbordante de alegría y placer, este espacio tecno-lúdico, es entonces, un campo donde el ser humano puede experimentar una intensificación virtual poniendo en juego toda su corporeidad.

Finalmente, este universo lúdico y tecnológico es un espacio alterno, que aunque virtual, permite al videojugador expresarse e implicarse profundamente con toda su corporeidad en la aventura que sugiere la pantalla del videojuego, surgiendo así, sentidos individualizados para esta práctica cultural, al fin y al cabo, como dijo Buytendijk¹³, el hombre necesita pan y juego, pan para crecer y existir y juego para vivir y sentir esa existencia.

Referencias

1. Aguado Vázquez J. Cuerpo humano e imagen corporal. Notas para una antropología de la corporeidad. México DF: UNAM-IIA; 2004.
2. Moreno I. El juego y los juegos. Buenos Aires: Lumen. 2005.
3. Cabrera P. El juego y la subjetividad en el niño. En: Ramos Ramírez JL. Coordinador. Juego, educación y cultura. México DF: ENAH. 1999. p. 9-22.
4. Piaget J. La formación del símbolo en el niño. Imitación, juego y sueño. 8ª ed. México DF: FCE; 1984.
5. Lizárraga Cruchaga X. El percibir, el sentir y el hacer. En: Rafael Pérez Taylor, Compilador. Aprender-comprender la antropología. México DF: Compañía Editorial Continental; 2000. p. 67-85.
6. Caillois R. Los juegos y los hombres. La máscara y el vértigo. México DF: FCE; 1967.
7. Levis D. Los videojuegos: un fenómeno de masas. España: Editorial Paidós; 1997.
8. Le Breton D. Adiós al cuerpo. Una teoría del cuerpo en el extremo contemporáneo. México: La Cifra Editorial; 2007.
9. Marks Greenfield P. El niño y los medios de comunicación. Los efectos de la televisión, video-juegos y ordenadores. España: Serie Bruner, Ediciones Morata; 1999.
10. Gubern Román. Del bisonte, a la realidad virtual. España: Editorial Anagrama; 1996.
11. Barragán Solís A. La experiencia del dolor crónico [Tesis de Doctorado]. México: INAH-SEP, México; 2005.
12. Reyes Gutiérrez G. La experiencia corporal del simulacro. Usos y representaciones del cuerpo en la práctica cotidiana con videojuegos, [Tesis de licenciatura en Antropología Física]. México: INAH-SEP; 2010.
13. Buytendijk FJJ. El Juego y su significado. El Juego en los hombres y en los animales como manifestación de impulsos vitales. España: Revista de Occidente; 1935.