TuSalud

7 Reglas para Videoadictos

¿Te preocupa si los videojuegos que usan tus hijos no son apropiados o cuánto tiempo pasan con ellos? Sigue estas recomendaciones de los expertos.

November 16, 2007 By Janirah Figueroa

Aunque existen pruebas de que los videojuegos violentos pueden ocasionar problemas de conducta en los niños, los investigadores reconocen que los juegos adecuados pueden tener algunos beneficios como desarrollar el pensamiento crítico, enseñarles a tomar riesgos calculados e incluso mejorar la agudeza visual. Para que tus hijos saquen provecho de los juegos, sigue estos consejos.

Presta atención a la clasificación que aparece en las cajas y adquiere los juegos indicados para la edad de tus hijos. Dos buenos sitios para investigar la clasificación de cualquier videojuego son www.esrb.org (en inglés) y www.pegi.info/es (en español e inglés), el cual sigue la clasificación europea.

Busca videojuegos que reten a los niños y que los haga utilizar estrategias y resolver problemas. Hay excelentes opciones educacionales. Spanishtoys.com (800.436.3449) ofrece juegos bilingües educativos de computadora apropiados para niños de todas las edades. Educational-freeware.com ofrece juegos gratis en español. Los fanáticos del fútbol americano pueden disfrutar del juego Madden NFL 08 en español para PlayStation 2 y Xbox 360, y también hay FIFA 08 para los fanáticos del fútbol (visita amazon.com y gamestop.com).

Juega con tus hijos para que te familiarices con el contenido de los videojuegos (sobre todo, cuando los acaban de comprar o rentar) y no permitas que tengan acceso a juegos violentos.

Coloca la consola o computadora en un lugar de la casa —como la sala— donde los puedas monitorear cuando jueguen solos.

Escoje juegos que sean para dos personas, para fomentar que los niños socialicen y se acostumbren a cooperar.

Pon reglas sobre cuánto tiempo pueden jugar diariamente. Diles que pueden hacerlo durante dos horas después de terminar la tarea o los fines de semana.

Explícale a tus hijos por qué estás en contra de los juegos violentos.

© 2026 Smart + Strong All Rights Reserved.
http://beta.docker.tusaludmag.com/article/7-reglas-para-videoadictos