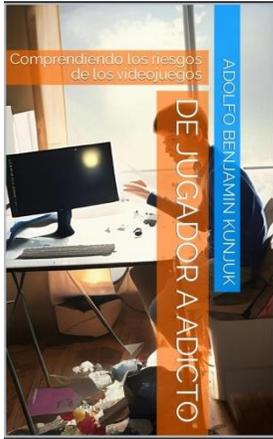


## RESEÑA BIBLIOGRÁFICA

**Dra. Sonia Carolina Ramírez**

[carolina.ramirez@sanmartin.edu.co](mailto:carolina.ramirez@sanmartin.edu.co)



### **DE JUGADOR A ADICTO: COMPRENDIENDO LOS RIESGOS DE LOS VIDEOJUEGOS**

Escrito por Adolfo Benjamin Kunjuk en el 2023, esta obra aporta una temática interesante y actual, en la cual se desarrollan contenidos que sirven para apalancar un proceso motivador, para aquellas personas adictas a los videojuegos.

De acuerdo con el prologuista del libro, en los últimos años los videojuegos se han convertido en una forma popular de entretenimiento en todo el mundo. A medida que la tecnología ha avanzado, los videojuegos han evolucionado para ser más realistas y envolventes que nunca. Sin embargo, para algunas personas, los videojuegos pueden convertirse en una adicción que afecta su salud física y mental, el rendimiento académico y laboral, al igual las relaciones personales.

En correspondencia con lo expuesto, el libro tiene como objetivo proporcionar una comprensión profunda de la adicción a los videojuegos y ofrecer soluciones prácticas para aquellos que buscan superar esta adicción. Mencionando algunas medidas que se pueden tomar para prevenir la adicción a los *videojuegos*, como la educación sobre el uso adecuado de los *videojuegos*, la promoción de actividades alternativas, la limitación del tiempo, entre otros.

Como conclusión se puede señalar: El libro se enfoca en la problemática de la adicción a los videojuegos y su impacto en la vida de las personas, desarrollando su contenido de la siguiente manera: Introducción, donde se explica que es la adicción a los videojuegos y por qué es un problema. Las causas de la adicción a los videojuegos, consecuencias físicas y psicológicas de la adicción a los videojuegos. De igual forma, el tratamiento y prevención de la adicción a los videojuegos.

Asimismo, en sus contenidos, hace especial referencia al teletrabajo, planteando que la nueva modalidad virtual trae consigo una nueva forma de concebir la educación, conllevando, entre otras cosas, a la suspensión de la actividad docente desde una perspectiva presencial y dando lugar a una nueva alternativa de trabajo a través de diferentes plataformas online, conociéndose con el término de teletrabajo.