

Videojuegos, e-sports y sedentarismo. ¿Una correlación positiva o negativa?

Video games, e-sports and sedentary lifestyle. Positive or negative correlation?

DOI: 10.34140/bjbv5n1-040

Recebimento dos originais: 20/12/2022

Aceitação para publicação: 02/01/2023

Pilar Aparicio-Chueca

Doctora en Administración de Empresas por la Universidad de Barcelona / Facultad de Economía y Empresa

Institución: Universidad de Barcelona / Facultad de Economía y Empresa

Dirección: Avd. Diagonal, 690; Barcelona, 08034 (España)

Correo electrónico: pilaraparicio@ub.edu

Sergio Rodríguez-Rodríguez

Doctor en Investigación y Técnicas de Mercado por la Universidad de Barcelona / Facultad de Economía y Empresa

Institución: Universidad de Barcelona / Facultad de Economía y Empresa

Dirección: Avd. Diagonal, 690; Barcelona, 08034 (España)

Correo electrónico: sergio.rodriguez@ub.edu

RESUMEN

El uso diario del tiempo puede considerarse un juego de suma cero. Por tanto, el tiempo dedicado a la realización de actividad física y al uso de las TIC puede ser considerado tiempo sustitutivo: si se dedica más tiempo a un tipo, el tiempo dedicado otras actividades se verá resentido.

La imagen estereotipada de los jugadores de videojuegos o los seguidores de e-sports se asocia a comportamientos sedentarios y hábitos poco saludables y alejados del mundo del deporte. Sin embargo, ¿es eso cierto? Para poder contrastar la hipótesis contactamos con la Asociación para la investigación de medios de comunicación (AIMC) y nos facilitaron datos de individuos de 14 o más años, residentes en hogares de España, obteniendo una muestra es de 9806 entrevistas en 2021.

El 33,99% de la población española mayor de 14 años practica deporte de forma semanal. Este porcentaje aumenta al 39,82% entre los jugadores de videojuegos y alcanza el 48,85% entre los seguidores de los e-sports. Estos porcentajes aumentan significativamente entre los jugadores y seguidores de videojuegos deportivos superando el 56% en ambos casos. Por tanto, se puede rechazar la idea de sedentarismo entre los jugadores de e-sports.

Para eliminar si este efecto viene condicionado por la variable edad de los individuos y no por su participación en videojuegos y e-sports, los resultados muestran cómo, para todos los cortes de edad, los porcentajes de individuos que practican deporte son superiores entre los jugadores o seguidores del mundo de los e-sports, rechazando la hipótesis inicial.

Palabras clave: e-sports, sedentarismo, actividad física, España

ABSTRACT

The daily use of time can be considered a zero sum game. Therefore, the time dedicated to carrying out physical activity and the use of ICT can be considered substitute time: if more time is dedicated to one type, the time dedicated to other activities will suffer.

The stereotyped image of video game players or e-sports fans is associated with sedentary behaviors and unhealthy habits and distanced from the world of sports. However, is that true? In order to test the hypothesis, we contacted the Association for Media Research (AIMC) and they provided us with data on

individuals aged 14 or over, residing in households in Spain, obtaining a sample of 9,806 interviews in 2021.

33.99% of the Spanish population over 14 years of age practices sport on a weekly basis. This percentage increases to 39.82% among video game players and reaches 48.85% among e-sports fans. These percentages increase significantly among players and fans of sports video games, exceeding 56% in both cases. Therefore, the idea of a sedentary lifestyle among e-sports players can be rejected.

In order to eliminate whether this effect is conditioned by the age variable of the individuals and not by their participation in video games and e-sports, the results show how, for all age groups, the percentages of individuals who practice sports are higher among players or fans of the e-sports world, rejecting the initial hypothesis.

Keywords: e-sports, sedentary lifestyle, physical activity, Spain

1 INTRODUCCIÓN

Existen estudios que analizan la relación entre el tiempo dedicado a la tecnología con salud, tanto física como psíquica, tanto en jóvenes como en adultos (Diepenmaat, Van der Wal, De Vet, & Hirasing, 2006; Castellana, M., Sánchez-Carbonell, X., Graner, C., & Beranuy, M., 2007; Zhang, 2012; Chaput, LeBlanc, Goldfield, & Tremblay, 2013; Golpe, Isomma, Gómez y Rial, 2017; Chacón, Zurita, Castro, Espejo, Martínez & Pérez, 2017; Muñoz-Miralles, R., Ortega-González, R., Batalla-Martínez, C., López-Morón, M. R., Manresa, J. M., & Torán-Monserrat, P., 2014).

El uso diario del tiempo puede considerarse un juego de suma cero que es constante e igual para todos en todas partes (Hägerstrand, 1970). Por tanto, el tiempo dedicado a la realización de actividad física y al uso de las TIC puede ser considerado tiempo sustitutivo: si se dedica más tiempo a un tipo, el tiempo dedicado otras actividades se verá resentido.

Vandelandotte, Sugiyama, Gardiner, & Owen, afirmaron que el uso de Internet y los ordenadores provocaban comportamientos cada vez más sedentarios en el tiempo libre de las personas, impactando de forma negativa en los resultados de salud. Robinson, Kestnbaum, Neustadt & Alvarez en el 2002, analizan tiempos de dedicación a cada una de las actividades diarias y cómo el uso y tiempo dedicado a internet afecta al resto de actividades. Comparan dos grupos de individuos, y mediante la equivalencia funcional¹, encuentra disminuciones constantes en el uso de la televisión y los tiempos de sueño entre los usuarios de Internet, pero, en cambio, no hay disminuciones constantes en la lectura u otras actividades, como por ejemplo el deporte.

Investigaciones posteriores sobre el uso del tiempo más centradas en los jóvenes encontraron que el uso extensivo de computadoras e Internet estaba asociado con ciertas prioridades de tiempo libre (Vilhelmson & Thulin, 2008; Kwan, Dijst & Schwanen, 2007; Thulin y Vilhelmson, 2017; Raghavendra, Olsson, Sampson, Mcinerney & Connell 2012; Majamäki & Hellman, 2016). Los adolescentes que usaban

¹ La hipótesis de "equivalencia funcional" se utilizó para explicar la influencia de la televisión en la vida cotidiana y social de las personas y otras formas de pasar el tiempo. Y se ha trasladado su forma de estudio para explicar la influencia de las TIC en las mismas variables.

mucho tiempo TIC pasaban más tiempo en casa y solos y, dedicaban menor tiempo a viajes y recreación al aire libre. El tiempo dedicado a socializar con otras personas, practicar deportes y recreación al aire libre, y la lectura disminuyeron significativamente durante el período. Los resultados indicaron que Internet estaba entrelazada en una cultura creciente de ocio y entretenimiento que se basaba principalmente en el hogar y era individualizada.

Idénticas evidencias se constatan en un reciente estudio de Thulin & Vilhelmson (2019) donde se encuentra que, especialmente los fines de semana, el uso intensivo de TIC generalmente se asocia con un tiempo relativamente menor dedicado a deportes y recreación al aire libre y viajes de ocio. Además, los fines de semana, los usuarios intensivos de internet pasan menos tiempo socializando sin conexión y mirando televisión.

Evidentemente, la pandemia ha aumentado el tiempo dedicado a los juegos electrónicos -tanto en jóvenes como en adultos- así como el interés de las marcas en participar de estos eventos (Sanahuja et al., 2021).

2 METODOLOGÍA

La imagen estereotipada de los jugadores de videojuegos o los seguidores de eSports los asocia con comportamientos propios de los *hikikomori* japoneses. Individuos sedentarios de hábitos poco saludables y alejados del mundo del deporte. Nuestra hipótesis de partida es que dicho arquetipo no se ajusta a la realidad.

Para poder contrastar la hipótesis contactamos con la Asociación para la investigación de medios de comunicación (AIMC) que con carácter anual y desde el año 2003 lleva a cabo el proyecto AIMC Marcas.

El universo objeto de estudio son los Individuos de 14 ó más años residentes en hogares de España a excepción de Ceuta y Melilla. La muestra anual es de 9806 entrevistas en 2021. Afijación proporcional por zonas geográficas, hábitat, rol familiar, sexo, edad, índice socioeconómico y tamaño de hogar. La técnica de la entrevista es tanto postal como online. Mediante un cuestionario autoadministrado, en el caso postal entregado en papel, y devuelto por envío postal. En 2021 fueron 5.181 entrevistas. Mientras que el cuestionario online autoadministrado fue cumplimentado en 2021 por 4.625 entrevistas.

En la base de datos se ha definido los siguientes segmentos no excluyentes: individuos que juegan a videojuegos; individuos juegan a videojuegos de deporte; individuos que siguen e-sports (algún tipo de competición profesional de videojuegos/eSports) e individuos que siguen e-sports de género deportivo.

3 RESULTADOS Y CONCLUSIONES

De los 41 millones de habitantes que hay en España, hay un 40% que juega a videojuegos ya sea online o offline en dispositivos como consolas, PCs o móviles. Los seguidores de e-sports son un 2% del

total. Mientras que los jugadores a videojuegos tienen una distribución por edades que abarca desde los 14 años a los 54 (el 81% de los jugadores están en este rango de edad), en el caso de los seguidores de las competiciones de e-sports el perfil es más joven, el 77% tiene menos de 35 años.

En la tabla 1 se recoge el porcentaje de individuos que practican semanalmente algún deporte según su edad. De esta forma se observa que el 33,99% de la población española mayor de 14 años practica deporte de forma semanal. Este porcentaje aumenta al 39,82% entre los jugadores de videojuegos y alcanza el 48,85% entre los seguidores de los e-sports. Estos porcentajes aumentan significativamente entre los jugadores y seguidores de videojuegos deportivos superando el 56% en ambos casos.

Tabla 1: Porcentaje de población que practica deportes semanalmente.

	% de individuos que practican deporte semanalmente
Pob +14	33,99
Jugadores de videojuegos	39,82
Seguidores de los e-sports	48,85
Jugadores de videojuegos (Género Deporte)	56,48
Seguidores de los e-sports (Género Deporte)	56,16

Fuente: AIMC Marcas 2011. AIMC.

Para analizar si este efecto viene determinado por la variable edad de los individuos y no por su participación en videojuegos y e-sports, se puede observar en la tabla 2 se puede observar como para todos los cortes de edad los porcentajes de individuos que practican deporte son superiores entre los jugadores o seguidores del mundo de los e-sports. Por ejemplo, el 49,53% de la población de entre 14 a 19 años practica deportes semanalmente, porcentaje que alcanza el 52,94% entre los jugadores de videojuegos de dichas edades y aumenta hasta el 63,95% entre los seguidores de los e-sports.

Tabla 2: Porcentaje de población que practica deportes semanalmente por edades

% Horizontales	Pob +14	Jugadores de videojuegos	Seguidores de los e-sports
<i>Total</i>	33,99	39,82	48,85
14 a 19	49,53	52,94	63,95
20 a 24	48,66	50,49	47,75
25 a 34	44,68	46,45	52,98
35 a 44	38,90	39,32	40,60
45 a 54	33,86	34,48	43,78
55 a 64	27,92	29,12	27,22
65 a 74	22,11	25,49	19,15
75 y más	18,21	24,29	23,51

Fuente: AIMC Marcas 2011. AIMC.

Las líneas de futuro será realizar un análisis multivariante para conocer si estos resultados están causados por variables como género, edad, estatus socioeconómico, ...

REFERENCIAS

- Carbonell, X., Fúster, H., Chamarro, A., & Oberst, U. (2012). Adicción a internet y móvil: una revisión de estudios empíricos españoles. *Papeles del psicólogo*, 33(2), 82-89.
- Castellana Rosell, M., Sánchez-Carbonell, X., Graner Jordana, C., & Beranuy Fargues, M. (2007). El adolescente ante las tecnologías de la información y la comunicación: Internet, móvil y videojuegos. *Pap. psicol*, 196-204.
- Chacón Cuberos, R., Zurita Ortega, F., Castro Sánchez, M., Espejo Garcés, T., Martínez Martínez, A., & Pérez Cortés, A. J. (2017). Motivational climate in sport and its relationship with digital sedentary leisure habits in university students. *Saúde e Sociedade*, 26(1), 29-39.
- Chaput, J. P., LeBlanc, A. G., Goldfield, G. S., & Tremblay, M. S. (2013). Are active video games useful in increasing physical activity and addressing obesity in children?. *JAMA pediatrics*, 167(7), 677-678.
- Diepenmaat, A. C. M., Van der Wal, M. F., De Vet, H. C. W., & Hirasing, R. A. (2006). Neck/shoulder, low back, and arm pain in relation to computer use, physical activity, stress, and depression among Dutch adolescents. *Pediatrics*, 117(2), 412-416.
- Golpe, S., Isoma Folgar, M., Gómez Salgado, P. y Rial Boubeta, A. (2017). Uso problemático de Internet y adolescentes: el deporte sí importa. *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (31), 52-57.
- Hägerstrand, T. (1970). Tidsanvändning och omgivningsstruktur. *Statens offentliga utredningar*, 14, 4.
- Kwan, M. P., Dijst, M. J., & Schwanen, T. (2007). The interaction between ICT and human activity-travel behavior. *Transportation research. Part A, policy and practice*, 41(2), 121-124.
- Majamäki, M., & Hellman, M. (2016). “When sense of time disappears”—Or does it? Online video gamers’ time management and time apprehension. *Time & Society*, 25(2), 355-373.
- Muñoz-Miralles, R., Ortega-González, R., Batalla-Martínez, C., López-Morón, M. R., Manresa, J. M., & Torán-Monserrat, P. (2014). Acceso y uso de nuevas tecnologías entre los jóvenes de educación secundaria, implicaciones en salud. Estudio JOITIC. *Atención Primaria*, 46(2), 77-88.
- Raghavendra, P., Olsson, C., Sampson, J., Mcinerney, R., & Connell, T. (2012). School participation and social networks of children with complex communication needs, physical disabilities, and typically developing peers. *Augmentative and alternative communication*, 28(1), 33-43.
- Sanahuja-Peris, G., Mut Camacho, M. ., & Balado-Albiol, M.-C. (2021). El afianzamiento de los e-sports en pandemia, una oportunidad para las marcas. *Revista Prisma Social*, (34), 165–186. Recuperado a partir de <https://revistaprismasocial.es/article/view/4345>
- Thulin, E., & Vilhelmson, B. (2017). Mobile phones: Transforming the everyday social communication practice of urban youth. In *The Reconstruction of Space and Time* (pp. 137-158). Routledge.
- Thulin, E., & Vilhelmson, B. (2019). More at home, more alone? Youth, digital media and the everyday use of time and space. *Geoforum*, 100, 41-50.
- Vandelanotte, C., Sugiyama, T., Gardiner, P., & Owen, N. (2009). Associations of leisure-time internet and computer use with overweight and obesity, physical activity and sedentary behaviors: cross-sectional study. *Journal of medical Internet research*, 11(3), e28.

Vilhelmson, B., & Thulin, E. (2008). Virtual mobility, time use and the place of the home. *Tijdschrift voor economische en sociale geografie*, 99(5), 602-618.

Zhang, W. (2012). The influence of sports about internet addiction on teenagers' health in different dimensions. In *Knowledge Discovery and Data Mining* (pp. 739-744). Springer, Berlin, Heidelberg.