

## Adicción a los videojuegos

En los últimos años, los videojuegos para celulares se han vuelto una forma muy popular de entretenimiento. Sin embargo, su uso excesivo puede generar adicción, especialmente entre los adolescentes. Muchos jóvenes pasan horas jugando, dejando de lado sus estudios, el sueño y la convivencia familiar. Los expertos advierten que esta adicción afecta la concentración, provoca ansiedad y puede causar aislamiento social. No se trata de eliminar los videojuegos, sino de aprender a usarlos con responsabilidad. Jugar con moderación y tener horarios definidos puede ayudar a mantener un equilibrio saludable entre el ocio y las demás actividades.

### I. Selecciona la respuesta correcta:

1. ¿Cuál es el tema principal del texto?
  - a) Los tipos de videojuegos más populares
  - b) Los efectos del uso excesivo de videojuegos en el celular
  - c) La historia de los videojuegos
  - d) Los beneficios de los videojuegos
2. ¿Qué recomiendan los expertos sobre el uso de los videojuegos?
  - a) Que se eliminen totalmente
  - b) Que se juegue con moderación y horarios definidos
  - c) Que los adolescentes jueguen libremente
  - d) Que se aumente el tiempo de juego

II. Arrastra la idea y ubícala debajo de la imagen que corresponda según algunas consecuencias de la adicción a los videojuegos.







Dolor en articulaciones

Alteraciones del sueño

Los jóvenes pasen menos tiempo con su familia

Problemas de visión

III. Une cada concepto de la columna A con la descripción correcta de la columna B

Columna A

Columna B

Pasar más de 4 horas al día jugando

Problemas de concentración en la escuela

Priorizar juegos sobre tareas o responsabilidades

Alteraciones del sueño

Uso excesivo durante la noche

Aislamiento social

Juegos con recompensas constantes

Dependencia emocional del juego