

INFANCIA, ADOLESCENCIA Y BIENESTAR DIGITAL

Una aproximación desde la salud, la convivencia y la responsabilidad social

Estudio Cualitativo





Infancia, adolescencia y bienestar digital. Una aproximación desde la salud, la convivencia y la responsabilidad social.
Estudio cualitativo. Elaborado por UNICEF España, Universidad de Santiago de Compostela, Consejo General de Ingeniería en Informática y Entidad Pública Empresarial Red.es.

Citar como:

Gómez, P., Andrade, B., Guadix, I., Suárez, F., Rodríguez, F.J., Márquez, J.M. y Rial, A. (2025). *Infancia, adolescencia y bienestar digital. Una aproximación desde la salud, la convivencia y la responsabilidad social. Estudio cualitativo*. Madrid: UNICEF España, Universidad de Santiago de Compostela, Consejo General de Ingeniería en Informática y Entidad Pública Empresarial Red.es

DOI: <https://doi.org/10.30923/IABDC202510>
ISBN: 978-84-09-79214-6

Portada:

© UNICEF/UN0715032/Le Lijour

*El contenido de esta publicación refleja la opinión de los autores y autoras y no necesariamente las políticas ni las opiniones de UNICEF España, Universidad de Santiago de Compostela, Consejo General de Ingeniería en Informática y la Entidad Pública Empresarial Red.es. Nada de lo contenido en este documento debe interpretarse como un respaldo de estas entidades a organizaciones, empresas u otros actores específicos.



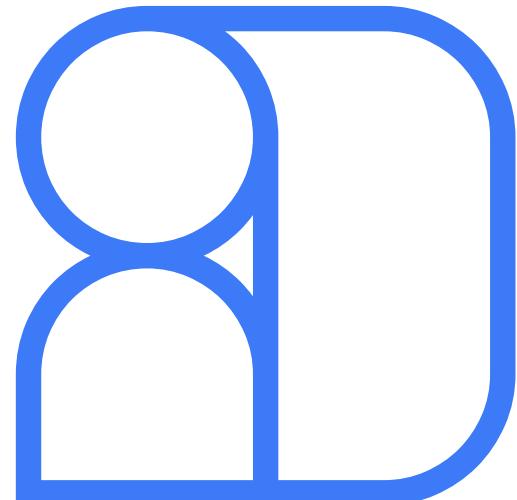
INFANCIA, ADOLESCENCIA Y BIENESTAR DIGITAL

Una aproximación desde la salud, la convivencia y la responsabilidad social

Agradecimientos

Queremos expresar nuestro sincero agradecimiento a todas las personas e instituciones que han hecho posible este estudio. A las Consejerías de Educación y gobiernos autonómicos, al Ministerio de Educación, Formación Profesional y Deportes y sus direcciones provinciales, al profesorado y a las familias, por su compromiso y colaboración activa. A los equipos de los comités autonómicos de UNICEF España, de Red.es, de la USC y del CCI por su dedicación y apoyo constante en el desarrollo del proceso. Al equipo asesor científico y a las personas expertas, por su valiosa orientación y conocimiento. Y, sobre todo, a los niños, niñas y adolescentes que han participado voluntariamente, respondiendo con responsabilidad a los cuestionarios y aportando sus voces y opiniones, fundamentales para comprender mejor sus realidades y construir políticas más justas y eficaces. Gracias por contribuir con generosidad y entusiasmo a este esfuerzo colectivo.

AUTORÍA



Infancia, adolescencia y bienestar digital.

Estudio cualitativo elaborado por UNICEF España, Universidad de Santiago de Compostela, Consejo General de Ingeniería en Informática y la Entidad Pública Empresarial Red.es.

Dirección científica:

Antonio Rial Boubeta (Universidad de Santiago de Compostela)
Joël Billieux (University of Lausanne)

Coordinación UNICEF España:

Belén Andrade Pérez
Ignacio Guadix García

Coordinación Consejo General de Ingeniería en Informática de España (CGII):

Fernando Suárez Lorenzo
Francisco Javier Rodríguez (Universidad de Vigo)

Coordinación Entidad Pública Empresarial Red.es:

Juan Miguel Márquez Fernández

Con la colaboración de:

Rosa Díaz Moles
Álvaro Fernández Theotonio
José Julio Fernández Rodríguez
Arancha García Lozano
Patricia Gómez Salgado
Joaquín González Cabrera
Pilar González Nieto
Jesús Herrero Poza
Iraida Ledesma Cantero
Juan Manuel Machimbarrena Garagorri
Abel Nogueira López
Rafael Pichel Mira
Sandra Sanmartín Feijoo
José Antonio Seco Arnegas

Índice

01	INTRODUCCIÓN	06
	EL PROYECTO	08
	¿POR QUÉ UNA APROXIMACIÓN CUALITATIVA?	09
02	OBJETIVOS y METODOLOGÍA	10
03	RESULTADOS	23
	GRUPOS FOCALES	24
	• la voz adolescente	25
	• el temor parental	39
	• la visión del profesorado	51
	• la conjunción de perspectivas	60
	• propuestas	62
	ENTREVISTAS EN PROFUNDIDAD	67
	• personas expertas nacionales	68
	• personas expertas internacionales	93
04	CONCLUSIONES	118
05	REFERENCIAS	124

01

INTRODUCCIÓN



INTRODUCCIÓN

Garantizar el bienestar de los niñas, niños y adolescentes en los entornos digitales plantea en la práctica desafíos complejos. Los riesgos asociados en relación con la tecnología en la infancia no son una novedad. Ya en 2014, la Organización Mundial de la Salud (*World Health Organization, 2014*) llamó la atención sobre el uso excesivo de Internet, ordenadores y *smartphones*, considerándolo un problema de salud pública. Su uso temprano, intensivo y sin acompañamiento tiene repercusiones en el desarrollo infantil (*Christakis & Hale, 2025*) que invitan a considerar el tema como una cuestión de salud pública, y más cuando su escala y diversidad se han multiplicado en los últimos años.

El mundo *online* aúna entretenimiento y socialización en un entorno diseñado para captar nuestra atención, activar nuestro sistema de recompensa, y hacernos perder, en ocasiones, la noción del tiempo de conexión. Una *tablet* o un *smartphone* supone una ventana abierta a contenidos enriquecedores, divertidos y estimulantes para la infancia y la adolescencia, pero también a discursos de odio y contenidos violentos, machistas, sexistas, racistas o xenófobos, capaz de moldear con suma facilidad sus actitudes y sus valores. Los videojuegos o las redes sociales son excelentes canales

para la creación de lazos afectivos y de pertenencia grupal, pero también son escenario de dinámicas de poder y violencia, pudiendo traducirse en situaciones de ciberacoso o de violencia de género digital. La exposición y comparación constante con las imágenes retocadas e hipersexualizadas de otros puede afectar a la aceptación del propio cuerpo y la autoestima, y el acceso precoz a contenidos pornográficos llega incluso a impactar en la vivencia de su sexualidad. El uso de las tecnologías digitales supone un coste de oportunidad, por lo que determinados patrones de uso pueden llegar a repercutir en su salud general (influyendo en estilos de vida, la higiene del sueño, el sedentarismo, etc.), así como en el bienestar emocional y la salud mental.

Por ello, el acceso a Internet se reconoce ya como un derecho habilitante, esencial para ejercer otros derechos fundamentales. El Comité de los Derechos del Niño de Naciones Unidas, en su Observación General nº 25 (2021), subraya que los entornos digitales deben diseñarse y gestionarse de forma que en ellos puedan desarrollarse de forma integral, considerando como guía el interés superior de la infancia y la adolescencia y el necesario equilibrio entre los ámbitos de acceso, protección, educación y participación infantil.



EL PROYECTO



En España, más del 90% de la ciudadanía manifiesta inquietud ante los riesgos a los que se enfrentan los niños y las menores en los entornos digitales (*European Commission, 2025*). Para poder implementar mecanismos adecuados de prevención y respuesta frente a los retos de los entornos digitales es necesario poder entenderlos con precisión.

Por ello, desde UNICEF España, la Universidad de Santiago de Compostela (USC), el Consejo General de Colegios de Ingeniería Informática (CCII) y la Entidad Pública Empresarial Red.es dependiente del Ministerio para la Transformación Digital y la Función Pública, hemos realizado tres informes concebidos como una herramienta integral para acercarse a la vida de niñas, niños y adolescentes en los entornos digitales. El primero de ellos ha sido un estudio cualitativo con grupos focales y entrevistas en profundidad en el que se han examinado las opiniones de todas las partes interesadas: familias, adolescentes, profesionales y personas expertas. El segundo ha sido un estudio cuantitativo en el que se recoge la visión de miles de docentes. El tercero ha sido una macroencuesta a casi 100.000 niñas, niños y adolescentes en la que se reflejan sus hábitos y experiencias en un mundo digital.

El informe que se presenta a continuación se corresponde con los resultados del primer estudio y amplía el alcance del estudio realizado por UNICEF, USC y CCII, en 2021 sobre el *Impacto de la Tecnología en la Adolescencia*, orientado a explorar las percepciones y actitudes de los diferentes grupos de interés. El informe se estructura en cuatro apartados. En primer lugar, se establecen los objetivos del estudio. Seguidamente, el apartado de metodología detalla el diseño técnico de la investigación. El bloque central del informe presenta los resultados del estudio cualitativo, agrupados en dos grandes bloques: los resultados de los grupos focales con adolescentes, docentes y familias, y los resultados de las entrevistas en profundidad con personas expertas. El documento se cierra con un apartado de conclusiones, donde se sintetizan los hallazgos más relevantes del estudio.

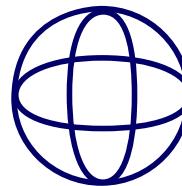


¿POR QUÉ UNA APROXIMACIÓN CUALITATIVA?

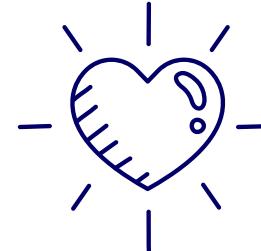
Profundizar



Descubrir

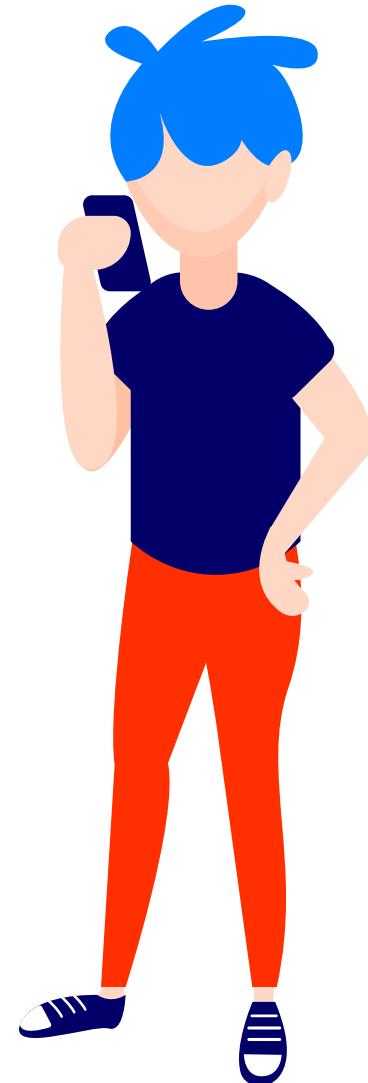


Comprender



Para este nuevo proyecto, se consideró necesario [ahondar en las percepciones y opiniones de los grupos de mayor interés a través de un estudio cualitativo](#), con el que [dar voz de forma directa](#) a los propios [niños, niñas y adolescentes](#), a sus [familias](#), al profesorado que los acompaña, y a [personas expertas de índole nacional e internacional](#).

Se ha optado por [este enfoque](#), complementario al estudio cuantitativo desarrollado con una muestra de casi 100.000 escolares, dada la [riqueza expresiva que proporciona y las posibilidades que ofrece a la hora de descubrir y profundizar en el discurso de cada grupo](#). Esta [metodología](#) ha sido [utilizada en distintas investigaciones](#) (Geurts et al., 2022; Hernán-García et al., 2021) e [informes previos](#) (Gómez et al., 2023; Gómez & Calderón, 2023; Smahel & Wright, 2014), aunque en ninguno de ellos se ha llegado a explorar las opiniones y percepciones de los cuatro grupos objeto de interés de este estudio de forma simultánea.



02

OBJETIVOS Y METODOLOGÍA



OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

La realización de este estudio cualitativo se planteó con un **doble objetivo**: (1) por un lado, **conocer de primera mano el sentir, las actitudes y las percepciones de los diferentes grupos de interés** (adolescentes, progenitores y profesionales), respecto al tema objeto de estudio; y, (2) por otro lado, **poder identificar posibles tópicos de interés para cada uno de ellos**, más allá de la información recogida en la literatura, que deberían abordarse en el estudio cuantitativo.

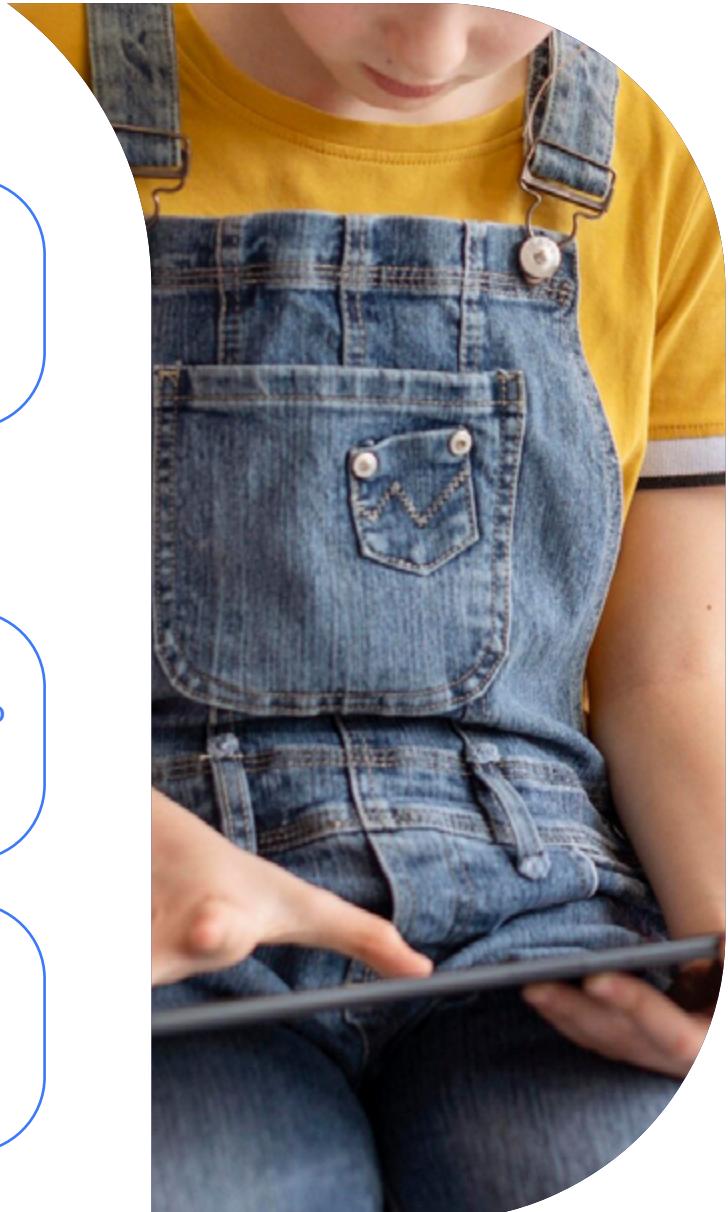
OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Explorar de forma cualitativa las **posibles implicaciones que el uso de los dispositivos digitales y la convivencia en el entorno digital puede tener para las chicas y los chicos**.

Explorar las **diferentes visiones, actitudes y percepciones que las familias, el profesorado y diferentes profesionales pueden tener** del desafío que supone en la actualidad el acceso temprano a los dispositivos digitales.

Explorar el **papel que los diferentes agentes sociales pueden desempeñar a nivel de prevención**, identificando posibles líneas de actuación complementarias.

Orientar la **elaboración del cuestionario a utilizar en la fase cuantitativa**, a partir de la identificación de tópicos no destacados en la literatura científica.



METODOLOGÍA

8 GRUPOS FOCALES (PRESENCIALES)

- GF 1 MADRID
- GF 2 SANTIAGO

ADOLESCENTES



- GF 3 MADRID
- GF 4 SANTIAGO

PROGENITORES



- GF 5 y 6 MADRID
- GF 7 y 8 SANTIAGO

PROFESORADO



10 ENTREVISTAS EN PROFUNDIDAD (ONLINE)

- ENTREVISTAS EN PROFUNDIDAD

PROFESIONALES EXPERTOS/AS



5 expertos/as nacionales

5 expertos/as internacionales

METODOLOGÍA

GRUPOS FOCALES - Procedimiento



Se llevaron a cabo ocho **grupos focales** (cuatro en Madrid y cuatro en Santiago de Compostela), en los meses de **mayo y junio de 2024**. Cada sesión tuvo una **duración** de entre **90 y 120 minutos**.



54 participantes en total: 14 adolescentes, 13 progenitores y 27 docentes. En cada sesión participaron **entre seis y siete personas**.



En las sesiones realizadas con adolescentes tomaron parte **estudiantes de ESO, FP Básica y Bachillerato**, de ambos sexos y con edades comprendidas **entre los 16 y 18 años**.



En las sesiones realizadas con progenitores participaron **madres y padres con hijos e hijas en edad adolescente** (de 12 a 18 años).



En las sesiones realizadas con el profesorado (y profesionales del ámbito educativo) tomaron parte **docentes de Educación Primaria, Educación Secundaria Obligatoria (ESO), FP y Bachillerato**, además de **orientadores/as, coordinadores/as de convivencia, de bienestar y profesionales de educación especial**.



METODOLOGÍA

GRUPOS FOCALES - Procedimiento



Se elaboró una **guía de tópicos** para cada target (adolescentes, progenitores y profesorado). Cada sesión se estructuró en diferentes **bloques temáticos**, con los que abordar las cuestiones de interés a través de un **guion semiestructurado**.



Como apoyo al debate se utilizaron diferentes **materiales y tareas**, que **permieron** alcanzar la implicación de los y las participantes, **equilibrar su participación** y favorecer un **mayor dinamismo** de las sesiones.

Se utilizó una **pizarra** o papelógrafo en la que, en diferentes momentos, el moderador realizó una puesta en común de las opiniones manifestadas, **recogiendo las ideas más relevantes y fomentando el debate**.

Las sesiones **se grabaron en audio**, con la autorización de los asistentes (de progenitores o tutores legales en el caso de menores) y **se transcribieron posteriormente**.



El **análisis temático** se realizó **por pares**, con la ayuda del programa **Nvivo**, en 4 fases: (1) familiarización con los datos; (2) generación de códigos iniciales; (3) búsqueda de temas y subtemas; (4) revisión, definición y categorización de la información. Se extrajeron **verbatimis** relevantes para la presentación de resultados.

TAREA 1: Adolescentes

TAREA 1: Progenitores/Profesorado



En una primera tarea, de carácter individual, se llevó a cabo un análisis de las posibles consecuencias asociadas al uso de las redes sociales, los videojuegos, el juego y las apuestas *online* y la pornografía *online*. En el caso de las y los adolescentes, el análisis incluyó tanto aspectos positivos como negativos.

METODOLOGÍA

TAREA 2: Todos los targets



- Para la identificación de posibles acciones a llevar a cabo a nivel de prevención, se recurrió a una **segunda tarea** (en **grupos de 2-3 participantes**), con el fin de facilitar la interacción y argumentación de las diferentes propuestas.
- La tarea consistió en realizar una **inversión estratégica particular** en posibles medidas preventivas. Para ello, utilizaron una cartulina con cuatro apartados en los que debían distribuir diez monedas, según sus prioridades: (1) **Prevención Escolar**, (2) **Prevención Familiar**, (3) **Prevención Ambiental** y (4) **otras acciones**. Debían especificar además en qué medidas concretas invertirían los limitados recursos disponibles.
- La información fue recogida por el moderador en la **pizarra**, instando a cada grupo a compartir y argumentar sus propuestas.

METODOLOGÍA

GRUPOS FOCALES - Adolescentes y progenitores/as

TARGET 1: ADOLESCENTES



GRUPO 1 (Madrid – Mayo 2024)

PARTICIPANTE	SEXO	EDAD	CURSO
1	M	16	4º ESO
2	M	17	1º BACH
3	H	16	1º BACH
4	H	17	1º BACH
5	H	17	1º BACH
6	H	18	3º ESO
7	H	18	2º BACH

TARGET 2: PROGENITORES



GRUPO 3 (Madrid – Junio 2024)

PARTICIPANTE	SEXO	N.º HIJOS/AS (edad)
1	M	1 (14)
2	M	2 (10 y 12)
3	M	2 (16 y 20)
4	M	3 (10, 13 y 16)
5	H	2 (15 y 17)
6	H	2 (16 y 20)

GRUPO 2 (Santiago de Compostela – Junio 2024)

PARTICIPANTE	SEXO	EDAD	CURSO
1	M	16	4º ESO
2	M	16	4º ESO
3	M	17	2º FP Básica
4	M	18	2º BACH
5	H	16	2º FP Básica
6	H	17	2º BACH
7	H	18	2º BACH

GRUPO 4 (Santiago de Compostela – Junio 2024)

PARTICIPANTE	SEXO	N.º HIJOS/AS (edad)
1	M	2 (15 y 32)
2	M	2 (15 y 26)
3	M	2 (18 y 21)
4	M	3 (18, 23 y 25)
5	H	2 (5 y 12)
6	H	2 (13 y 18)
7	H	2 (15 y 18)

METODOLOGÍA

GRUPOS FOCALES - Profesorado

TARGET 3: PROFESORADO



GRUPO 5 (Madrid – Junio 2024)

PARTICIPANTE	SEXO	NIVEL EDUCATIVO
1	M	Integradora
2	M	ESO y BACH
3	M	ESO y BACH
4	M	Educación Infantil
5	M	Primaria, ESO y BACH
6	H	ESO y BACH

TARGET 3: PROFESORADO



GRUPO 7 (Madrid – Junio 2024)

PARTICIPANTE	SEXO	NIVEL EDUCATIVO
1	M	Coordinadora de Convivencia
2	M	Coordinadora de Convivencia y Bienestar
3	M	Educación Especial
4	M	Orientación y Coordinadora de la Escuela de Familias
5	H	Primaria
6	H	Orientación (Primaria)
7	H	Dirección IES

GRUPO 6 (Santiago de Compostela – Junio 2024)

PARTICIPANTE	SEXO	NIVEL EDUCATIVO
1	M	Necesidades Especiales
2	M	Ciclos Formativos de FP
3	M	Necesidades Especiales
4	M	Orientación (ESO)
5	H	Ciclos Formativos de FP
6	H	FP Básica
7	H	Ciclos Formativos de FP

GRUPO 8 (Santiago de Compostela – Junio 2024)

PARTICIPANTE	SEXO	NIVEL EDUCATIVO
1	M	ESO
2	M	ESO
3	M	Primaria
4	M	Primaria
5	H	Orientación (ESO)
6	H	ESO
7	H	Coordinador de Bienestar

METODOLOGÍA

ENTREVISTAS - Procedimiento



Entrevistas *online* mediante *Microsoft Teams* (licencia USC), con una duración aproximada de 90 minutos.



Diez [entrevistas a expertos y expertas](#) (cinco nacionales y cinco internacionales) en [mayo y junio de 2024](#).



Se elaboró una [guía de tópicos](#) particular para cada entrevista, que se estructuró en una serie de [bloques temáticos](#), con los que abordar las cuestiones de interés a través de un [guion semiestructurado](#).



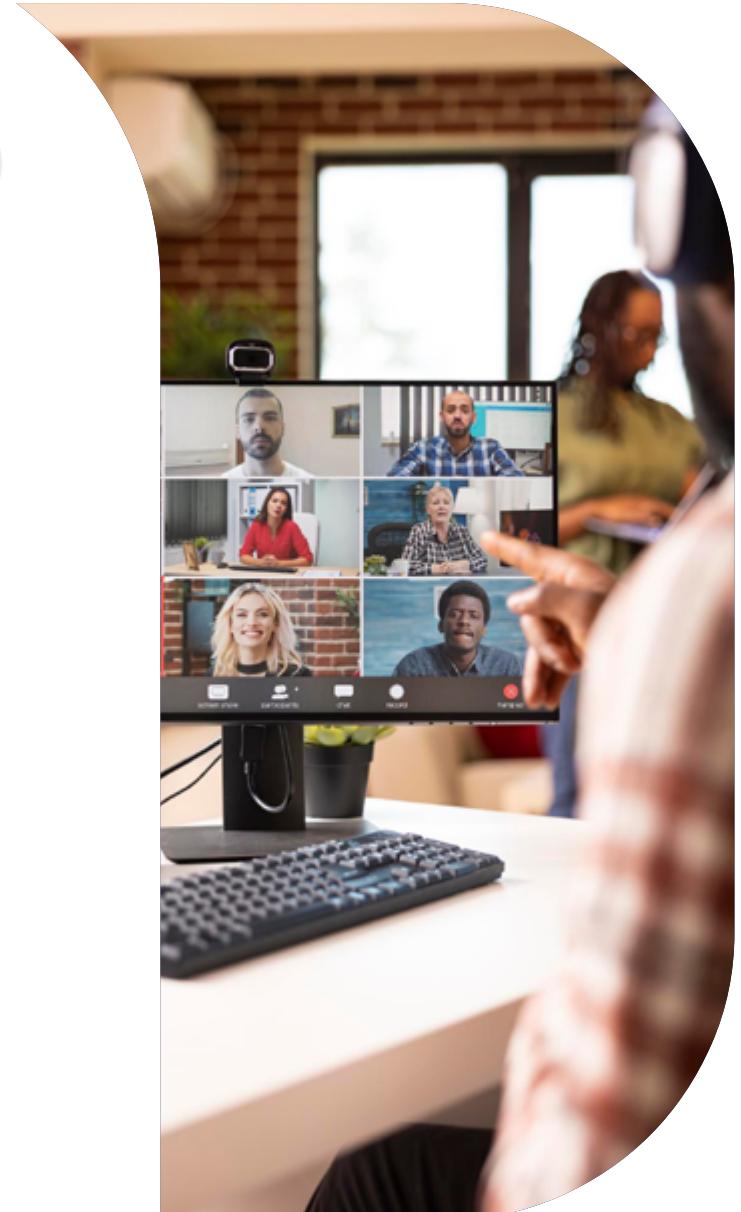
Las entrevistas fueron grabadas (con la autorización de cada participante) y [transcritas automáticamente](#) para su posterior análisis.



El [análisis temático](#) de la información se realizó [por pares](#), con la ayuda del programa *Nvivo*, en 4 fases: (1) familiarización con los datos; (2) generación de códigos iniciales; (3) búsqueda de temas y subtemas; (4) revisión, definición y categorización de la información.



Se extrajeron los [verbatims](#) de mayor relevancia para la presentación de los resultados.



METODOLOGÍA

Entrevistas en profundidad (online) – Personas expertas nacionales



José Ignacio Aguaded Gómez

Catedrático de Educación y Comunicación en la Universidad de Huelva



Lluís Ballester Brage

Profesor titular de la Universidad de las Islas Baleares



José Antonio Luengo Latorre

Vicepresidente del Consejo General de la Psicología en España.
Decano del Colegio Oficial de la Psicología de Madrid



María del Pilar Mallada Viana

Vicepresidenta de la Asociación de Pediatría de Atención Primaria de Aragón



Julián Prieto Hergueta

Subdirector General de Promoción y Autorizaciones de la Agencia Española de Protección de Datos (AEPD)



Adicciones sin sustancia,
Perspectiva de género



Consumo de Pornografía,
Educación Afectivo-Sexual



Derechos digitales



Derechos Digitales,
Derechos de la Infancia



Educación, Comunicación,
Alfabetización mediática



Infancia, Salud, Tecnología



Infancia, Tecnología,
Derechos Digitales



Menores, Derechos Digitales,
Abuso Sexual infantil



Protección de datos, Privacidad,
Infancia y Adolescencia



Salud mental, Convivencia

METODOLOGÍA

Entrevistas en profundidad (online) – Personas expertas internacionales



Leonardo Cervera Navas

Director-Secretario General del Supervisor Europeo de Protección de Datos



Daniel Kardefelt-Winther

Director del programa de investigación sobre infancia y tecnología en UNICEF – Innocenti. IP de Global Kids Online



Fulvia Prever

Referente internacional en adicciones conductuales en mujeres (International Society for the Study of Behavioral Addictions)



Emilio Puccio

Secretario general del Intergrupo de los Derechos de la Infancia del PE. Miembro del Consejo Asesor de la International Association of Internet Hotlines, para la lucha contra el abuso sexual infantil



Andrea Tognoni

Head of EU Affairs (fundación 5Rights). Especialista en políticas de protección de menores en el entorno digital de la UE



Adicciones sin sustancia,
Perspectiva de género



Consumo de Pornografía,
Educación Afectivo-Sexual



Derechos digitales



Derechos Digitales,
Derechos de la Infancia



Educación, Comunicación,
Alfabetización mediática



Infancia, Salud, Tecnología



Infancia, Tecnología,
Derechos Digitales



Menores, Derechos Digitales,
Abuso Sexual infantil

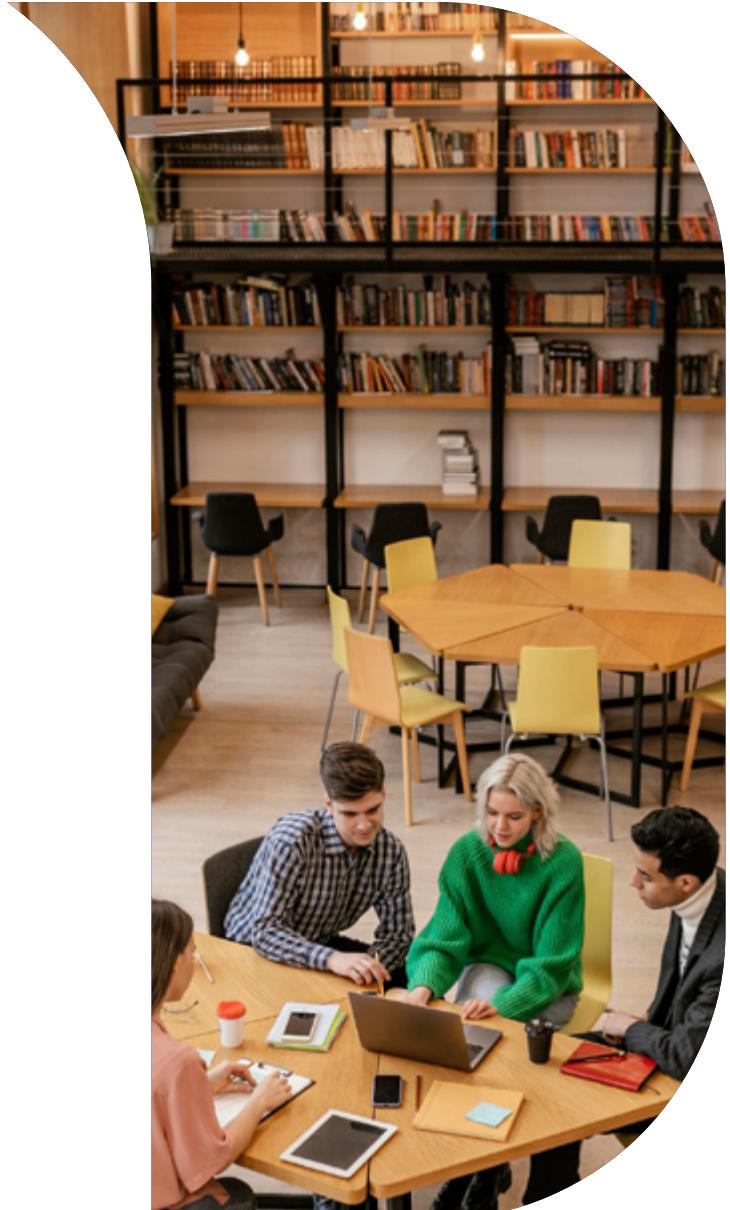


Protección de datos, Privacidad,
Infancia y Adolescencia



Salud mental, Convivencia

METODOLOGÍA



TRIANGULACIÓN DE DATOS

Para dotar a los resultados y conclusiones derivadas de una mayor objetividad, se utilizó una [doble estrategia de triangulación](#), de [datos](#) y de [investigadores/as](#):

a Por una parte, la [triangulación de datos](#) se consiguió a través de la [perspectiva de diferentes agentes implicados \(adolescentes, progenitores, profesorado y profesionales expertos/as\)](#). Además, como complemento al análisis temático del discurso, se utilizó la información procedente de la tareas individuales y grupales, que fue analizada tanto a nivel cuantitativo, como cualitativo, equilibrando la participación equitativa y atenuando posibles sesgos.

b Por otro lado, la [triangulación de investigadores e investigadoras](#) se consiguió a través de la implicación directa de un equipo investigador [en la preparación de las sesiones y en el análisis de los resultados](#). Dos investigadores/as diferentes analizaron de forma individual las transcripciones y codificaron la información de manera independiente. Posteriormente, un equipo de 4 investigadores e investigadoras llevó a cabo la revisión de los temas establecidos y su interpretación. Las diferencias se discutieron hasta alcanzar el consenso. Todo ello dota de validez concurrente a los temas y subtemas establecidos, así como a las conclusiones generadas.

03

RESULTADOS



RESULTADOS

GRUPOS FOCALES:

- la voz adolescente
- el temor parental
- la visión del profesorado
- la conjunción de perspectivas
- propuestas



GRUPOS FOCALES

- la voz adolescente

GRUPOS FOCALES • la voz adolescente



inicio digital cada vez más precoz

- Los y las adolescentes afirman haber recibido por primera vez un móvil propio entre los 9 y 12 años. Advierten de la tendencia a un inicio cada vez más temprano en el acceso a la tecnología.

“

“Mi hermana tiene ahora 17 años, y mi hermana tuvo el móvil a los 15. Y yo, a los 12”.

“Yo creo que ahora, en cuanto hacen la comunión, le regalan el móvil. El móvil viene con la comunión. Ya está, es un hecho”.

“Ahora los niños, cuando tú vas a un colegio de primaria y están en 3º o 4º de primaria, tienen Instagram, tienen ya todas las redes sociales y al final es como que vamos poco a poco viéndolo más normal. No sé si (...) lo estamos ya generalizando tanto que, yo que sé... falta que llegue un niño que acaba de nacer y le den el móvil”.

”

- Puntualizan que el inicio en el uso de la tecnología no lo marca el primer móvil propio, sino la tablet.

“

“Y no tiene por qué ser el móvil. Muchas veces a los niños que son más pequeños les dan la tablet. Primero va la tablet, y ahí tienen acceso a lo mismo que en el móvil. Y después ya les dan el móvil, pero ya tienen acceso a redes sociales de antes”.

”

GRUPOS FOCALES • la voz adolescente



inicio digital cada vez más precoz



- Las y los adolescentes detectan algunos riesgos vinculados al acceso temprano a la tecnología, desde el posible uso adictivo, interferencias en patrones de sueño y descanso, aislamiento social, exposición y acceso a contenidos inapropiados (principalmente pornografía) o sufrir difusión no consentida de fotos o información personal.

“

“Que se queden enganchados con el móvil y reduzcan sus horas de sueño y de descanso”.

“Horrible, porque se encierran en su habitación todo el día y no salen”.

“Están expuestos a muchísimas cosas que no son conscientes, porque son niños”.

“Mi hermana el año pasado estaba en 6º de primaria y claro (...) lo usaban como para hablarse, era Snapchat. Y entonces la metieron en un grupo y los chavales, en plan, todos de 6º de primaria, empezaron a hablar de barbaridades, a mandar enlaces para páginas que no son para niños de 6.º de primaria. Y ellos tan normal, y hablaban como si fuera la cosa más normal del mundo”.

“Puede ocasionar problemas graves, por ejemplo, enviar una foto, y que se difunda por ahí”.

”

GRUPOS FOCALES • la voz adolescente



utilidades

- No obvian las potencialidades o expectativas asociadas al uso de la tecnología, entre las que destacan, sobre todo, la posibilidad de generar vínculos amistosos, vínculos afectivo-sexuales o de ganar dinero (vendiendo objetos de segunda mano, creando contenidos, apostando o invirtiendo en criptomonedas).

“

“Yo, por ejemplo, (...) tengo dos amigos gallegos que no he visto nunca, pero hago videollamadas con ellos, estamos trabajando en proyectos porque ellos también están en grupos de participación y no los he visto en la vida”.

“Una chica que conozco que vive en Madrid, conoció a su novio por Instagram. Empezaron a hablar por Discord porque estaban en un grupo para jugar y luego se pidieron los Instagrams. Se empezaron a hablar, los tíos súper bien. Y ahora ella, a veces, va a Sevilla a verlo”.

“- A través de la ropa. Vender ropa, claro.

- Por Wallapop o Vinted, yo me pago todos los cafés”.

“- Claro, creando contenido también.

- Al final, es como una forma de vender tu imagen, ¿no? Y puedes llegar a ganar muchísimo dinero al final, incluso llegar a ser millonario”.

“Las apuestas, claro”.

“Ahora hay mucha gente que está invirtiendo en lo de Bitcoin, que está metiendo muchísimo dinero. (...) En un futuro, a lo mejor, una Bitcoin de esas puede llegar a costar muchísimo. Entonces, están invirtiendo en eso para después venderlo otra vez por más dinero”.

”

GRUPOS FOCALES • la voz adolescente



- Con relación a los videojuegos, destacan *Brawl Stars, Fortnite, FIFA o Call of Duty*, como los juegos más populares y otros como GTA consideran que ya se han "quemado". Reconocen la presencia de **violencia en los videojuegos** a los que juegan, aunque son **escépticos con la vinculación entre violencia consumida y violencia ejercida**. Sí están de acuerdo con que su **uso llega a ser adictivo** y, como consecuencia, **puede generar reacciones violentas**.

“

"Y ahora lo que está más de moda es el Brawl Stars. Es de móvil".

"(GTA) ahora mismo está online. Es verdad que ha bajado la popularidad porque ya es un juego que ya se ha quemado. Ya van... a ver, en 2013. Ya tiene ya más de... Pues está quemado, pero se sigue haciendo eso y, de hecho, hay ciertas personas que tienen enganche, que van... 10 horas jugando, por ejemplo".

"En mi colegio está prohibido usar el móvil. Pero es que, en cambio de clase, se ponen en una esquina. Necesitan echar una partida por el enganche que tienen".

"No es lo típico que dicen que, si al niño le pones, yo que sé, a dos pegándose se va a poner a pegar a sus compañeros. Que yo, por ejemplo, este año en psicología he dado lo de que los niños repiten conductas, no sé qué... pero es que creo que no es tan basto".

"Yo sé de gente que ha llegado a romper la tele. Yo mismo he roto un mando".

”

GRUPOS FOCALES • la voz adolescente



redes sociales

- Las redes sociales que emplean principalmente son [Instagram](#) (para fines más [relacionales](#), con un perfil principal y otro más privado) y [TikTok](#) (para fines de [entretenimiento e información](#)). BeReal ya no está en su *prime*. Aunque crean contenidos, las y los adolescentes [son fundamentalmente consumidores activos](#). No dudan en reconocer el potencial adictivo de las redes y la enorme influencia que ejercen en su comportamiento.

“

“Si quieres hablar con alguien, pues Instagram o WhatsApp. Pero si quieres divertirte, pasar el tiempo, pues TikTok, porque te engancha, te engancha, te engancha”.

“Hay muchísimos temas que puedes ver en TikTok”.

“Yo tenía BeReal, pero lo dejé, porque me aburrió”.

“Si tú ves una película o juegas a un juego, creo que no te influye tanto como cuando ves un TikTok y la gente lo hace. Por ejemplo, este año en 1º ESO lo que está de moda son los mataleones. Básicamente es como un intento de hacer que una persona se quede inconsciente”.

“No son retos como tal, en plan, por ejemplo, es un vídeo supuestamente de risa. Tú ves a la gente haciéndolo y dices ‘vale, lo voy a hacer con mis amigos’. O, por ejemplo, está lo típico de que sientan a uno, eso lo hacen más los chicos, y se meten collejas y a ver a quién se le queda la colleja más roja”.

”

GRUPOS FOCALES • la voz adolescente



pornografía

- Detectan un **acceso cada vez más precoz a la pornografía**, vinculado a una **exposición temprana involuntaria**. Reconocen su **potencial adictivo**, facilitado por su **accesibilidad y gratuidad** e informan de que el consumo se produce incluso en el centro educativo.

“

“- Porque ahora han cambiado mucho las edades.

- Y porque es muy accesible. O sea, es entrar en un enlace. Tú le das a aceptar sin saber qué estás aceptando, siendo pequeño, y pues ya puedes consumir todo ese contenido.

- Y, además, gratuitamente.

- Entonces claro, o sea, el grupo este que metieron a mi hermana en 6º de primaria, mandaban ese tipo de enlaces”.

“- Escúchame, en clase, cuando ponen una película y apagan las luces, la fila del fondo se lo pasa bien. Ya están ahí... con eso te lo dejo claro todo.

- En clase, o sea, llegamos al punto de cosas que...”.

”

GRUPOS FOCALES • la voz adolescente



salud mental y convivencia

- La **precocidad** del ámbito digital también la observan en el mundo *offline*, por ejemplo, en la **edad de inicio en el consumo de sustancias**. Les preocupa que la **salud mental** de muchos y muchas adolescentes no sea buena (**estrés, ansiedad, depresión...**), y lo vinculan a **cuestiones académicas, familiares, pero también al acoso escolar y el ciberacoso**, si bien creen que existe una menor estigmatización y una mayor sensibilización en torno a todos estos temas.

“

“Ahora fumando, bebiendo, saliendo de fiesta... con 11 años, en 1º de la ESO”.

“Cuando estábamos en 1º, yo no veía a la gente fumando, bebiendo... fumando a la salida del instituto. Pero ahora...”

“- Hay gente que está muy mal.

- La salud mental en adolescentes está decayendo. Cada vez es peor.

- También se está visibilizando más. O sea, es normal que, si tú le das voz a problemas de salud mental, pues más gente va a intentar ir al psicólogo. Antes era un tema como más tabú, que solo ibas al psicólogo si lo necesitabas urgentemente”.

“- Pues el estrés, la ansiedad, sobre todo.

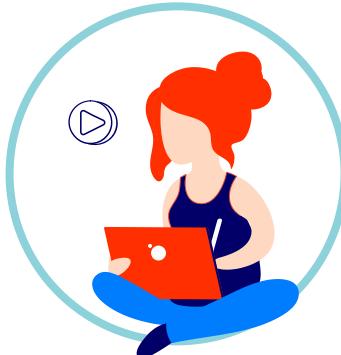
- La depresión, desde exámenes, desde temas sociales hasta temas académicos. Lo académico influye un montón.

- El ambiente en el que creces también influye mucho”.

“Yo, por lo menos, creo que antes cuando se daba el móvil ya más en la ESO, pues el acoso era más cara a cara. Ahora que el móvil se da a temprana edad, tipo 4º de primaria o así, pues los niños suelen atreverse más a través del móvil”.

”

GRUPOS FOCALES • la voz adolescente



necesidad de límites

- En diferentes ocasiones, destacan la [necesidad de límites y normas en el uso de la tecnología](#), tanto en el centro educativo, como en casa, planteándose incluso la conveniencia de cierta [desconexión digital](#). Son conscientes, no obstante, de que [se saltan las barreras o límites establecidos](#) por las aplicaciones que habitualmente utilizan.

“

“Yo, de repente, hablo con mis amigos en el recreo”.

“Al principio costará, pero luego habrá otra manera de divertirse. Yo tengo amigos que no tienen Instagram”.

“Yo, por ejemplo, durante el curso, bueno, esto lo he hecho este año, me he quitado TikTok porque digo me vicié un montón y tal”.

“- Sí, es para 18. Pero igual puedes decir que tienes más y ya está.

- Yo, siempre, cuando me creo una cuenta, en lo que sea, pongo que nací en el año 2000.

- Y yo también. ¿Pero sabes por qué? Porque muchas aplicaciones, Instagram incluso, te pide la fecha y hasta 16 años supuestamente no puedes tener. Yo tengo 15 y lo tengo”.

”

GRUPOS FOCALES • la voz adolescente



enganche

- A lo largo del discurso, se alude de manera transversal a la [capacidad adictiva o de enganche](#) que tienen diferentes elementos de la esfera digital, especialmente los [videojuegos](#), las [redes sociales](#) y la [pornografía](#).

“

“A los videojuegos, mucho, sobre todo los chicos, en plan... que algunos ni se duchan por jugar. Si te quedas sin tiempo, y es hora de ir a clase, pues sin ducha”.

“Pues en medio de la clase pueden sacar el móvil por estar sentados en una esquina, al fondo, y que el profesor no les vea...”

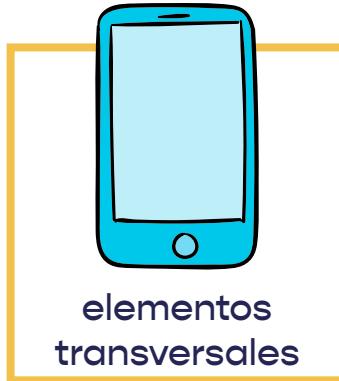
“Instagram y Whatsapp. Hay una amiga a la que le sacas el móvil y buf, lo quea de una manera...”

“TikTok, porque te engancha, te engancha, te engancha”.

*“- Los mandan en broma (enlaces a pornografía), pero luego te metes tú, le das a aceptar...
- Y ya te enganchas”.*

”

GRUPOS FOCALES • la voz adolescente



diferencias de género

- Se alude repetidamente a las [diferencias en las experiencias digitales de chicos y chicas](#), reflejo de una [socialización diferencial de género subyacente](#). A ellos se los vincula a un uso más relacionado con el entretenimiento (videojuegos, recrear vídeos "graciosos" o violentos) y con el consumo de pornografía. Ellas experimentan acoso sexual de manera más frecuente, al recibir fotos sexuales no consensuadas, ni deseadas (en ocasiones por parte de chicos que ni conocen) y peticiones sexuales de adultos. De manera espontánea se alude también al fenómeno OnlyFans.

“

"A los videojuegos, mucho, sobre todo los chicos, en plan... que algunos ni se duchan por jugar".

"Está lo típico de que sientan a uno, eso lo hacen más los chicos, y se meten collejas y a ver a quién se le queda la colleja más roja".

"La chica recibe más que los chicos: más solicitudes, más que te escriban, más que te contesten a historias..."

"- Las fotos que muchos chicos le mandan a las chicas... Las chicas no se las mandan a los chicos.

- Sí, los chicos son unos turbios.

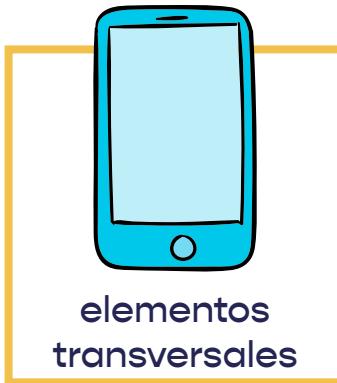
- Pues te puede abrir un chico perfectamente con esa foto, sin conocerle tú de nada".

"A mí me escriben muchos Sugar Daddies".

"(En OnlyFans) son más chicas las que producen y más chicos los que consumen".

”

GRUPOS FOCALES • la voz adolescente



falta de acompañamiento

- Chicas y chicos expresan una **falta de supervisión y acompañamiento por parte de las personas adultas**, tanto en el ámbito **digital** (por ejemplo, a la hora de aprender a discernir la veracidad de los contenidos que consumen o en casos de ciberacoso), como en el mundo **offline** (consumo de sustancias o acoso escolar). Las y los adolescentes no se sienten acompañados ni en casa ni en los centros educativos.

“

"Nadie nos ha enseñado a cómo tener que manejar la información que nos llega. Al final aprendemos nosotros... bueno, depende de la persona, aprendemos a cómo gestionarlo".

"- ¿Los padres se enteran de todo eso (consumo de sustancias)? - No, no.

- ¿Y los profes? - Pues los profesores les miran, les mirarán, a lo mejor, al salir, y harán la vista gorda".

"Yo, algo que llevo defendiendo desde hace bastante tiempo, es que el profesor no solo se preocupe de lo académico del niño, sino también de su vida personal y de su vida emocional, ¿no? Si un niño emocionalmente o personalmente lo está pasando mal o está haciendo cosas que no debería hacer en su edad, al final le repercute en lo académico".

"No hay suficiente confianza entre los adultos y los niños como para que los niños se abran con los adultos".

"Es esencial tener una figura, como ella ha dicho, de confianza y de seguridad. En un colegio puede ser perfectamente la orientadora o que haya una psicóloga. A lo mejor en un instituto que tiene 800 estudiantes no conoce ni a la mitad porque no da abasto, y al final cómo estén los niños no es una prioridad, porque no puede llegar. No es porque no quiera, es porque no puede llegar, porque no tiene los recursos".

”

GRUPOS FOCALES • la voz adolescente

TAREA 1 (individual): Lo bueno y lo no tan bueno de ...

REDES SOCIALES

- 1. Conocer gente y hacer amigos
- 2. Entretenimiento o pasatiempo
- 3. Comunicación
- 4. Ganar dinero
- 5. Informarse y estar al tanto de tendencias
- 6. Compartir gustos y aficiones
- 7. Mantener contacto con personas alejadas
- 8. Fuente de inspiración

POSITIVO



NEGATIVO



VIDEOJUEGOS

- 1. Diversión y entretenimiento
- 2. Desarrollo de habilidades
- 3. Socializar y hacer amigos
- 4. Creatividad
- 5. Desestresante
- 6. Ganar dinero
- 7. Adquirir conocimientos
- 8. Resolución de problemas

POSITIVO



NEGATIVO



Tal y como había aflorado en el discurso espontáneo, dentro de lo **positivo** se destaca la posibilidad de utilizar las redes sociales y videojuegos para **entretenerte y socializar**, sin olvidar la opción de **ganar dinero** a través de estos medios. En lo **negativo**, son conscientes del **riesgo de adicción**, de la **exposición a contenidos inapropiados** y de la **violencia generada** (en forma de **ciberacoso** en las **redes** o vinculado al “**momento de calentada**” en los **videojuegos**).

GRUPOS FOCALES • la voz adolescente

TAREA 1 (individual): Lo bueno y lo no tan bueno de ...

JUEGO / APUESTAS ONLINE

1. Ganar dinero
2. Entretenimiento
3. Adquirir habilidades
4. Inversión

1. Perder dinero, arruinarse
2. Adicción
3. Conductas violentas
4. Considerarlo como un "trabajo"
5. Pérdida de control
6. Pérdida de tiempo

POSITIVO



NEGATIVO



PORNOGRAFÍA

1. Ganar dinero
2. Fuente de placer
3. Único sitio donde se ve sexo
4. Hacer descubrimientos íntimos

1. Distorsión de la realidad
2. Adicción
3. Conductas sexuales agresivas
4. Inapropiado para menores
5. Estándares tóxicos
6. Normalización de actos irreales
7. Machismo y conductas misóginas
8. Mala forma de educación sexual

POSITIVO



NEGATIVO

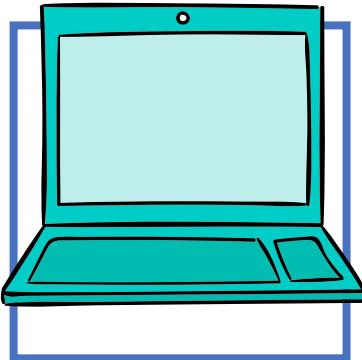


Chicas y chicos perciben **muy pocas virtudes o aspectos positivos** en las apuestas y la pornografía, aunque son conscientes de **la posibilidad de ganar dinero**. El **entretenimiento** prima en las apuestas y el **placer** y la **curiosidad sexual**, en la pornografía. Sobre lo **negativo**, perciben claramente los **riesgos de adicción** y el fomento de **conductas violentas**, aunque en las apuestas *online* se percibe mayor predominio del temor a la **pérdida de dinero** y en la pornografía a la **distorsión de la realidad sexual** y la **normalización de conductas machistas**.

GRUPOS FOCALES

- el temor parental

GRUPOS FOCALES • el temor parental



abrumados/as
sobre pasados/as

- De manera espontánea, las madres y padres dicen sentirse **abrumados y sobre pasados por la tecnología**. Este **miedo nace del desconocimiento** que manifiestan sobre lo digital. No pueden evitar comparar su niñez y adolescencia, libre de tecnologías, con la de sus hijos e hijas. Sienten que su labor parental en este campo les desborda y les hace sentir una **baja autoeficacia percibida no siempre fácil de gestionar**.

“

“Hay que hacer algo, es que los padres estamos en pelotas”.

“La verdad es que se nos ha venido muy encima una cantidad de recursos, herramientas tecnológicas... que yo me siento abrumado y, en muchas ocasiones, no me deja pensar positivamente al respecto. (...) En algunas ocasiones, no podemos dar respuesta a todo lo que nos viene y a todo lo que manejan los niños. Y nos da incluso esa frustración y nos da miedo, a lo que tenemos y a lo que puede venir”.

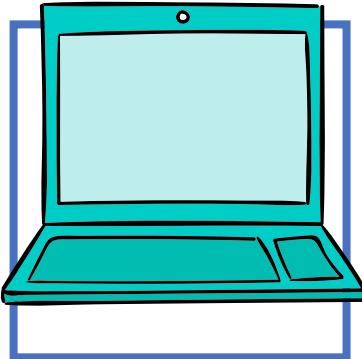
“El problema de esto es que, nosotros, la inseguridad que tenemos es porque no conocemos, yo por lo menos no conozco, hasta dónde llega mi hijo y no sé si hay cosas que se esconden”.

“El problema es que nosotros somos analfabetos... bueno, me considero un analfabeto tecnológico. Yo he sido muy bueno a la hora de inculcar valores, porque yo he tenido la gran suerte y la gran fortuna de vivirlos, pero yo no he vivido esto. A mí esto me ha venido a lo bestia. (...) De hecho, sinceramente, a mí me desborda. A mí esto muchas veces me da mucho miedo”.

“Yo recuerdo que, cuando era niña, lo que pasaba era que los niños salíamos a jugar (...) a la calle y al parque, y las mamás quedaban haciendo las cosas de casa y miraban por la ventana. Mientras tanto, los niños cogían el monopatín y empezaban a rodar, y se abrían cabezas... Y otras veces cogían las bicis y volvían para comer... Ahora les controlamos más y, por otro lado, están metidos en un mundo que desconocemos... Nos asusta, porque nosotros no nacimos en ese mundo”.

”

GRUPOS FOCALES • el temor parental



abrumados/as
sobrepasados/as



inicio cada vez
más precoz

- Advierten un **inicio en el entorno digital cada vez más precoz**, algo que detectan de manera general, al reflexionar sobre las diferencias entre sus primogénitos/as y sus hijos e hijas más pequeños. Algunos reconocen haber sentido cierta fascinación inicial con el uso que sus hijos/as hacían de la tecnología y **entonan el mea culpa**.

“

"Y los niños cada vez más temprano acceden a lo que no deben, a Internet, a tener un móvil..."

"Yo, el problema que veo es que cada vez acceden antes a tener un dispositivo y no están preparados, y yo lo veo... En mi caso, tengo un pequeño de la familia que aún no había cumplido los 2 años y ya le regalaron una tablet".

"Se llevan mucha diferencia de edad. En el caso del mayor, accedió muy tarde al móvil, porque tampoco le interesaba, estaba muy centrado en el deporte, en el estudio, y en salir con los amigos y tal... Y cuando accedió al móvil, yo creo que ya era un poco más maduro, porque a lo mejor tenía 18 años. Pero su hermana accedió al móvil con 12 años, en una edad que no está madura, que no está... entonces yo ahí encuentro muchísima diferencia".

"La culpa fue nuestra, porque yo recuerdo que cuando empezaron a andar con los móviles y con las tablets, que me hacía gracia, y yo diciendo: '¡Mira qué graciosos!, ¡cómo controlan las pantallas!, ¡mira cómo busca... qué inteligente es!' Nos hacía tanta gracia... Claro, entonces nos explota esto, no supimos controlarlo".

"Yo también pienso que la culpa la tenemos los adultos. Cuando mi hijo hizo la comunión todo el mundo preguntaba '¿Tú qué quieres de regalo?, ¿una tablet?'. El 90% de la culpa es nuestra por permitirlo".

”

GRUPOS FOCALES • el temor parental



impacto individual

- Este entorno desconocido, que llega cada vez de manera más precoz, les suscita múltiples preocupaciones. Entre ellas, el impacto a nivel cognitivo y de rendimiento académico, el coste de oportunidad que puede suponer al eclipsar otros gustos e intereses, el acceso temprano a contenidos inapropiados y, en especial, todo su potencial adictivo.

“

“A mí me preocupa, sobre todo, el impacto en lo que es el desarrollo de esos años que son fundamentales en la vida. A nivel de, por supuesto, de habilidades académicas, de concentración, de interés, de gusto por el arte, por el ocio, por el deporte... Y también quizás otro miedo es el tema de la adicción, ¿no? Tener ahí como un desarrollo de conducta, de adicción”.

“Yo he tenido que, en el cole, dirigirme dos veces a padres porque he detectado a través de conversaciones con mis hijos, (...) que (sus hijos) estaban viendo pornografía. A mi hija le pasó con ocho años, que me viene y me sacó un tema. (...) Me dice que, si las chicas se chupan sus partes, la vulva... O sea, menos mal que yo desgraciadamente había leído que esto estaba ahí, pero no me lo imaginaba. Y luego con mi hijo, un compañerito de clase, igual, lo detecto con lo que (mi hijo) me cuenta. Y la madre me decía “Mira, de verdad, perdóname” (...) Y me dijo ‘gracias’ y se echó a llorar, que (el niño) no podía dejar de mirarlo, con diez años, que no podía parar de entrar en esos contenidos. (...) Está comprobado, yo lo he vivido, que, a los ocho años, nueve, diez, pues hay algunos de la clase que, en los patios, hablan de contenido sexual. Además, pues diríamos, vamos, bastante avanzados”.

“El porno, las ideologías extremas... que les parece que todo el mundo es así, porque Instagram les va mandado en función de si un día les gusta algo... al final, les acaba llevando a donde ciertos medios quieren...”

”

GRUPOS FOCALES • el temor parental



impacto en sus
relaciones

- El **impacto en las relaciones** que establecen sus hijos e hijas, así como en sus **habilidades sociales**, son también fuente de preocupación. La **relación con sus pares**, la **difusión no consentida de imágenes**, el **contacto con desconocidos** y el propio impacto a nivel de **convivencia familiar** son elementos transversales, que se repiten con frecuencia.

“

“Se relacionan muchísimo menos. Yo tengo un niño que, antes del COVID, tenía unas relaciones con sus amigos, con el mundo, con salir al patio, a jugar al jardín... (...) Y, a partir de ahí, pues ya salimos menos, ya estamos encerrados en la habitación constantemente, ya me aburro, no queremos deporte... (...) Hemos bajado mucho el ritmo de sociabilizar con la gente. Y luego, tú los ves, ellos quedan, y la quedada de mis hijos son seis, en dos bancos, y están jugando en línea el uno con el otro”.

“Hay cosas que se están retrayendo. Incluso el dar un beso a tu propio hijo, algunas veces les incomoda, ¿no? (...) Muchas veces cuando nosotros hacíamos así a uno, nos leía, o sea, sabía lo que estábamos diciendo. Ahora a los niños les cuesta más trabajo, ¿no? (...) Les cuesta. Les cuesta trabajo el interpretar los gestos”.

“Mi hija, ya tiene 20 años, pero ella conoce o ha conocido a chicos a través del Instagram. Eso a mí, en mi época, me parece una cosa... La gente queda a través del Insta. (...) Queda con un chico o una chica que no sabe quién es”.

“La repercusión que tiene, por ejemplo, que una niña/o le mande una foto desnuda a un novio/a y que un día se enfade ese novio y la manda a todo el instituto... Ese es el verdadero problema”.

“Yo creo que hay todos los motivos para preocuparse. (...) Veo que es un tema problemático. (...) Estamos comprobando, continuamente, que se cabrea si no le das más tiempo. La tecnología es un motivo de crispación”.

”

GRUPOS FOCALES • el temor parental



influencia recibida

- El uso que sus hijos e hijas hacen de las **redes sociales** les preocupa especialmente, ya que consideran que esta actividad es la **puerta de entrada a otros riesgos**. Además, consideran que el contenido que acaban consumiendo en redes refuerza determinados **valores de la sociedad de consumo y la inmediatez**. Les inquieta saber que **influencers** y **youtubers** son el **modelo aspiracional** de sus hijas e hijos.

“

“Yo creo que (dónde veo más problema es) en las redes sociales, porque todo lo enlazas... En las redes sociales te vienen los anuncios y la publicidad de jugar a tal, y el consumo, una cosa te lleva a la otra... El juego online va mucho con el consumo que hagas tú de Internet”.

“- Por ejemplo, ahora a mi hija no le valía el móvil que tenía. Tenía que ser uno de 600€.

- Eso es porque la sociedad que vivimos es una sociedad de consumo, de consumo duro. No le dan valor al dinero, no saben de dónde sale. (...) Quieren las cosas ya y no le dan el valor que tú necesitas. Ella quiere un iPhone, le da igual, como si costara...”.

“- Cuando tú les preguntas ‘¿Qué quieres ser de mayor?’ te dicen ‘Yo quiero ser influencer’ ¿Por qué? Porque estás viendo que los influencers (...) pues ves cuántos millones de visualizaciones, y que ganan mucho dinero, y lo ganan fácil sin tener que estudiar ninguna carrera universitaria.

- Eso es lo que quieren ser. En mi casa, los chicos quieren ser youtubers”.

”

GRUPOS FOCALES • el temor parental



diferencias
de género

- Detectan con nitidez un uso **diferencial de las redes entre las chicas y los chicos**: **ellas subirían más contenidos y ellos serían más consumidores**. Perciben también **riesgos relativamente diferentes**, siendo **más agudizados** en el caso de **ellas**, lo que vinculan con el **sexismo** de la sociedad, la **presión estética** ejercida sobre las chicas y a una **sexualización o hipersexualización cada vez más temprana**.

“

“Mis sobrinas están totalmente obsesionadas con el TikTok, con el baile. Subo baile y están todo el día subiendo fotos... Mis hijos no han subido nunca nada, solo ven. En mi caso, lo que yo veo, ellos solo ven vídeos y las chicas suben muchas cosas. Que si vídeos, que si fotos, que si el maquillaje... Entonces yo por eso creo que ellas están más expuestas que los chicos”.

“Sí, de chaparse directos jugando, de horas, pasa con mi hijo. Está viendo TikTok y mientras tanto se está tragando la hora y media de directo viendo cómo juega un fulano”.

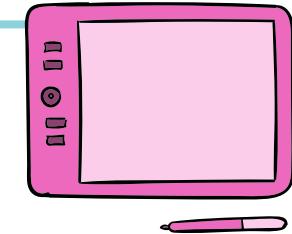
“Yo tengo una hija adolescente, y está mucho más pendiente del físico que mi hijo, que pasa mucho más de eso. (...) No creo que sea tanto por el uso de la tecnología, sino que, al final, eso es la propia sociedad. La sociedad es así. Todavía sigue habiendo más riesgos para una mujer que para un hombre. Y al final el uso de las tecnologías pues refleja eso”.

“Yo, una de las luchas que yo tengo con mi hija adolescente es la forma de vestir. (...) Ella me dice que no, que ella viste así porque le gusta, pero al final es porque lo ve. (...) Ahora los modelos que tienen son muchísimo más exagerados. Yo creo que sí, que se ve mucho por la red y desde muy pequeñas”.

“Yo creo que las mujeres, en general, tienen mucho más riesgo. (...) Trabajo en un juzgado (...) y entonces he visto muchas cosas... pornografía infantil... toda esta serie de cosas. Y yo, por lo menos a nivel laboral, veo mucho más riesgo en las chicas, socialmente están más influenciadas”.

”

GRUPOS FOCALES • el temor parental



crianza &
tecnología

barreras

dificultades de
conciliación

crianza
individualista

- Otro tema recurrente es la influencia de la **tecnología en la propia crianza**. Comparten la idea de que la tecnología resulta **cómoda a corto plazo**, pero advierten de cierta **delegación de responsabilidades** y reclaman la necesidad de que las personas **adultas responsables** estén más presentes. Como **barreras** para conseguirlo se alude a las dificultades de **conciliación laboral y familiar** y a la "**pérdida de comunidad**" para afrontar la crianza en la sociedad actual.

“

“Parece que, en lugar de educar los padres, que yo creo que sí deberían de educar, como que delegas a veces, y le doy la tablet. Se queda tranquilo, no habla, le pongo cualquier... Y al final estamos fomentando algo que poco a poco...”

“Hay edades donde te quitas de encima al niño/a. Es que hay que currar mucho con un hijo sin darle tecnología”.

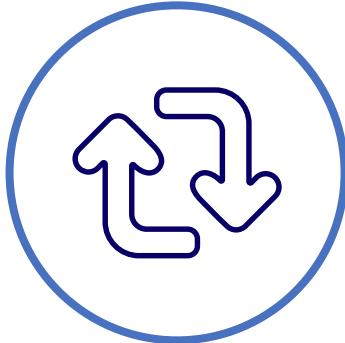
“Hay veces que quieren la tablet porque no tienen otra alternativa. Me refiero, con mis hijos hacíamos actividades juntos, hacíamos galletas, paseábamos, jugábamos a las cartas... No todo tiene que ser tablet y tablet”.

“Antes tenías las puertas abiertas de todo el edificio, como pasaba en mi casa. Entonces saltábamos de una casa a otra. Era una comunidad que ahora no hay”.

“El mayor problema para no poder interactuar con tus hijos son los trabajos. Yo ahora mismo tengo un trabajo por turnos, y mi mujer trabaja de 9 de la mañana a 9 de la noche. Ella pasa un día a la semana muchas horas con los niños, y el resto de la semana, no. Y tú, cuando trabajas, los niños van a estar en casa, ¿pero tú sabes lo que están haciendo tus hijos? No. ¿Puedes interactuar con ellos? Menos, mucho menos”.

”

GRUPOS FOCALES • el temor parental



estrategias de
mediación parental

- Ante toda esta realidad, padres y madres sugieren diferentes estrategias de mediación parental, tanto restrictivas como habilitantes: el retraso en la edad de acceso a las pantallas (especialmente móviles y tablets), el uso de herramientas de control parental, la supervisión activa o el acompañamiento.

“

“Mi hija es una de las dos que no tienen móvil. Está en 1º ESO. Mi hija tiene picos de montarme un pollo llorando, de que la estoy aislando, cosa que, evidentemente, esto me ha hecho poner ya un itinerario de acercamiento a esto, con mucha conversación. Pero todavía no he dado el paso. (...) Me ha llegado a formular que está de acuerdo conmigo, pero me dice ‘mamá, yo lo tengo que llevar por lo menos para que vean que soy como las demás, aunque no lo use’. Cuando hablas con las madres, todo el mundo ha entrado. Hay gente que no pone ninguna presión”.

“Yo tengo el control, el Family Link, donde le digo a mi hijo ‘No miras más youtube’ y lo corto”.

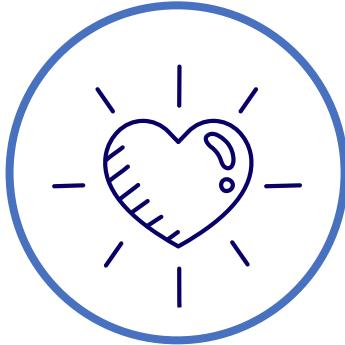
“Yo soy de las psicóticas que tengo absolutamente controlados los móviles de mis hijos, se los apago, se los enciendo, les corto las aplicaciones, les pongo tiempo. (...) En mi casa hay dos normas básicas con los móviles, que no se puede cambiar la contraseña y yo leo todos los chats de mis hijos”.

“Yo, cuando empezaron con el móvil, sí que pusimos controles parentales y tal. Pero luego los fueron quitando todos ellos y nos dimos cuenta de que no servían para mucho”.

“Mi hijo y yo estamos bastante tiempo solos los dos en casa, entonces algunas veces vemos los Bridgerton y otras, a Ibai Llanos. Entonces veo directos y mi hijo me explica. (...) Aunque te parezca un idiota, si te sientas con los niños a ver el contenido, los hay que son idiotas, pero los hay que a ellos les dan un contenido que les puede dar incluso pautas de cosas buenas en la vida”.

”

GRUPOS FOCALES • el temor parental



- Por último, se destaca el hecho de que el teléfono móvil es empleado por algunos padres y madres como [herramienta de control](#), para conocer la [ubicación](#) de sus hijos e hijas, [qué están haciendo](#), etc., lo cual les ayuda a gestionar ciertas preocupaciones. No obstante, son conscientes de que ello pueda no ser muy conveniente y más bien fruto de sus propios miedos.

“

“Mi hijo sí tiene móvil y tiene móvil porque para mí es un recurso, porque mi hijo desde 1º ESO se va solo al cole, entonces yo necesitaba saber dónde iba”.

“Yo les he dado los móviles en 1º ESO, un poco por horarios, porque ya vienen solos, porque van solos al fútbol y yo agradezco tener el GPS y saber, mi hijo de 16 años cuándo sale, dónde está... sinceramente me da mucha tranquilidad”.

“Yo opto por dejar caminar a mi hija sin móvil. Y he dicho, ‘Yo esto lo hice’ . Y pasé miedo y busqué recursos. Es verdad que el trayecto son 13 minutos en una zona segura, sin metro, andando... Y le he dicho, ‘Mira que hay una farmacia. Tú conoces a la gente. Si te pasa algo, pega una carrera, métete en la farmacia, cuenta que te pasa algo.’ Pero cuando hablo con padres y madres del ambiente en el que me muevo, todo el mundo lleva el reloj GPS para ver dónde está el niño, con miedo. Y yo, que tengo también miedo por mi hija, me he dicho ‘Controla este miedo, controla’”.

”

GRUPOS FOCALES • el temor parental

TAREA 1 (individual): Posibles problemas o consecuencias negativas asociadas a...

REDES SOCIALES



1. Ciberacoso y *sexting*
2. Retos virales y modas peligrosas
3. Problemas de autoestima
4. Problemas de salud mental
5. Extorsión y manipulaciones
6. Aislamiento social
7. Adicción
8. Percepción de una falsa realidad social

VIDEOJUEGOS



1. Adicción
2. Pérdida de la noción del tiempo
3. Jugar con desconocidos
4. Problemas físicos y sedentarismo
5. Agresiones y violencia
6. Problemas de salud mental
7. Problemas de visión
8. Aislamiento social

JUEGO / APUESTAS ONLINE



1. Adicción
2. Pérdida de dinero
3. Creer que se puede ganar dinero fácil
4. Falsificar identidades
5. Conflictos familiares
6. Problemas de salud mental

PORNOGRAFÍA



1. Normalizar una falsa realidad sexual
2. Machismo y violencia contra la mujer
3. Conductas sexuales violentas
4. Atentado contra la inocencia de la infancia
5. Fomenta abusos y agresiones sexuales
6. Adicción
7. Moldea el deseo sexual
8. Problemas de salud mental

GRUPOS FOCALES • el temor parental



TAREA 1 (individual): Posibles problemas o consecuencias negativas asociadas a...



... a las **redes sociales**. Destacan aquellas consecuencias relacionadas con las interacciones sociales de sus hijos e hijas, tanto de manera concreta en forma de **ciberacoso o sexting**, como de manera más general al afectarles a su **autoestima**, su aceptación corporal o al **desarrollo de habilidades sociales**.



... a los **videojuegos**. Los padres y madres perciben como mayores problemas: la **adicción**, la **agresividad** derivada de las partidas donde "se calientan" y la **pérdida de la noción del tiempo**, acompañado de consecuencias relacionadas con la salud física y los **riesgos de contacto con desconocidos**.



... al **juego y apuestas online**. Subrayan como consecuencias negativas más preocupantes la **adicción** que pueden generar y la **pérdida de dinero** que pueden implicar.

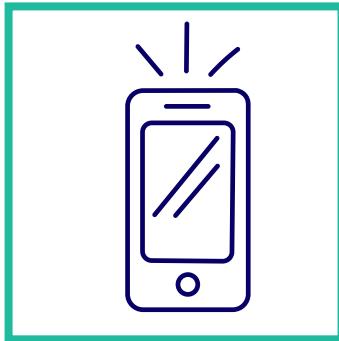


... a la **pornografía online**. Los principales problemas percibidos se resumen en la **normalización de una sexualidad irreal**, basada en unos **estándares de conducta machistas**, la capacidad de **moldear el deseo sexual**, la banalización y normalización la **violencia sexual** y la **frustración** que puede generar en los y las adolescentes.

GRUPOS FOCALES

- la visión del profesorado

GRUPOS FOCALES • la visión del profesorado



inicio digital cada vez más precoz



desconocimiento parental

- El profesorado observa un [acceso cada vez más temprano](#) a la tecnología, inicialmente como facilitadora de la crianza en la infancia y, posteriormente, como herramienta de control de ubicación, ante las dificultades de conciliación de las familias. Subrayan cierto [desconocimiento](#) por parte de madres y padres respecto al [coste-beneficio](#) asociado al uso de dispositivos digitales.

“

“El problema comienza en 3 años, o incluso antes, cuando estás en una reunión y los tienes ahí, a los padres. Y para que el niño no se levante o no tenga ningún problema, ya tiene el móvil. Luego llega ya 5º y 6º, y ‘bueno, es que van a comenzar a salir, hay que dejarle un móvil sin datos...’. Ya, pero el móvil no es únicamente el control este de que saben dónde están, como el GPS, sino es que le das y no le enseñas lo que hay dentro”.

“Muchas veces se les da el móvil a los niños pequeños para que no molesten”.

“Tú llegas, haces la comunión, te regalan un móvil, te regalan una tablet, con 9 años y apáñatelas. Y sin control ninguno. El control parental, sobre todo por desconocimiento muchas veces, los padres no saben a veces cómo hacerlo, o por desidia”.

“Así los tienen controlados. Porque te dicen que no viven cerca del cole, que necesitan el itinerario que tienen, el trayecto que tienen desde casa hasta el colegio, que estén los niños localizables por si les pasa algo, sobre todo los más pequeños”.

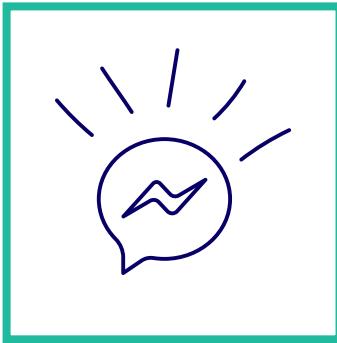
“Tenemos una sociedad de padres mega preocupados, pero no ocupados”.

“La sociedad de hoy no tiene filtro. Los padres están tremadamente informados y, a la vez, desinformados”.

“Hablas con los padres y todos los niños por las tardes están estudiando, están trabajando. Y luego hablas con los niños o los escuchas y salen corriendo de clase con el móvil así, jugando, y se pasan la tarde jugando”.

”

GRUPOS FOCALES • la visión del profesorado



imposibilidad de autorregulación

- El profesorado se muestra **muy preocupado por el impacto del uso de la tecnología** en su alumnado, especialmente entre los y las adolescentes, conscientes de que **la autorregulación no es posible en dicha etapa evolutiva**, especialmente **vulnerable**.

“

“En ellos está el tema, pues que puede estar más descontrolado, porque al final tienen, pues eso, 13-14 años... El impacto es en todos, lo que pasa es que son adolescentes y el uso que hacen es como lo que hacen con absolutamente todo”.

“A ellos es que les tenemos que enseñar. Es que, si no, pues lo van a hacer mal, porque todo en ellos es intensidad y cualquier uso que hagan va a ser intenso”.

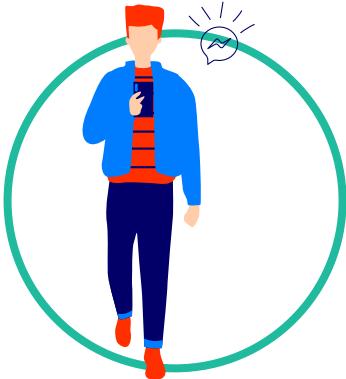
“Yo es que creo que un crío de 13 años per se no es capaz de autorregularse. Hay que ponerle tiempos, hay que saber qué está viendo”.

“Estábamos haciendo un trabajo, un vídeo que iban a hacer acerca de los problemas que dan las redes sociales. Y digo, ‘venga, vamos a mirar todos, cuántas horas utilizamos el móvil’. Alucinaban, o sea, es que hay algunos que les salían 12 horas. Pero si no hay horas de día. Si yo echo cuentas: las de clase, las de sueño, no sé qué... Me faltan horas, chicos. Ellos mismos no son conscientes, un crío no es capaz de regularse. Es imposible, nunca”.

“Las consecuencias de equivocarme yo con mi edad no son las mismas que pueden tener ellos de equivocarse con su edad. Que yo creo que se les suma que son más vulnerables”.

”

GRUPOS FOCALES • la visión del profesorado



impacto individual

- Alertan del **impacto a nivel cognitivo** (sobreestimulación, dificultades de atención, baja tolerancia a la frustración, desarrollo del lenguaje...) y el **coste de oportunidad** que representa, afectando incluso a su **higiene de sueño**. Subrayan también el **potencial adictivo asociado a las pantallas**.

“

“La sobreestimulación y la inmediatez y el ‘lo quiero ya, ahora y así’, porque están acostumbrados a que todo llega ya, ahora. Veo una tolerancia a la frustración nula, cuando no tienen lo que quieren ya, de la manera en la que lo quieren (que es como les da el móvil, el ordenador, jugar a un videojuego, contactar con no sé quién, buscar aquí esa información, ver videos porno o lo que sea)”.

“Nosotros nos dimos cuenta cuando volvieron del confinamiento que tenían un problema de adicción brutal. En 2º Bach no eran capaces de seguirte la clase. Era imposible”.

“Los móviles y las redes sociales (RR.SS.) son las “tragaperras” de los jóvenes. Me preocupa la pérdida de concentración absoluta, la adicción al teléfono móvil”.

“Fui a un curso, y había gente de la UACO (Unidad de Atención a Centros y Orientación), y muchos de ellos decían que atendían a niños que no salían de sus casas por estar enganchados a los videojuegos”.

“Yo les pregunto mazo por lo que han hecho el finde ‘¿Qué vais a hacer este finde?’ Entonces me dicen ‘Me voy a fumar siete porros, ¡ojo! Voy a llegar a casa, voy a pegar una viciada...’ Hay chavales que llegan sin dormir, de empalme y les dices ‘¿Qué has hecho?’ y me dicen ‘Pues jugar profe, jugar toda la noche’”.

“Yo diría la cantidad de tiempo consumido por la pantalla en general, ya sea móvil, tablet, ordenador, o televisión... y la capacidad de atención. Se les pasan las tardes sin hacer nada. ‘¿Qué has hecho?’ ‘4 horas en TikTok, 2 en Instagram y 3 en Youtube’”.

”

GRUPOS FOCALES • la visión del profesorado



influencia del contenido e impacto en sus relaciones

- Destacan también la capacidad de **influencia de las redes y los referentes o influencers**. Advierten del consumo temprano de **contenidos inapropiados** (especialmente de pornografía) y de los **conflictos** entre iguales que conlleva el uso generalizado de los dispositivos.

“

“Es muy fuerte porque está en todo, es pandémico, está en todas partes, de todas las maneras que ellos se relacionan, y descubren el mundo. Esto es la caverna de Platón: tienes un montón de referencias que no terminan nunca de ser reales, desde que eres muy pequeño y estás con el pantallote viendo a Dora, la exploradora. Y sigues creciendo, y ves a los TikTokers, y ves a Llados...”

“Es lo que está en el eje central, o sea, es que es transversal a cualquier capa (el centro educativo, la familia...). Lo que está dentro, en el centro, impregnándolo todo, son las nuevas tecnologías. Las tienes en casa, las tienes en el cole...”

“Yo sí que veo un problema porque Internet no tiene puertas, no hay puertas de nada. Entonces salen casos, de vez en cuando, de abuso sexual en menores... 6 años y le estaban metiendo arena dentro de la vagina a la compañerita del cole. ¿Saben lo que están haciendo? No, pero han visto un contenido que ha llegado a ellos, a saber cómo...”

“Veo un problema en cómo se hablan a través de RR.SS., porque los problemas que tenemos en el cole también muchos son de que viene una madre y te dice, 'Es que a mi hija le están escribiendo todos los días, que 'por qué no me contesta', que 'por qué no sé qué'.”

“Y que la tecnología les ha hecho perder el límite de lo real con respecto a la pantalla. Y ellos hacen ese salto inmediato. No hay más que ver cómo se tratan ya... O sea, tú antes te daba pudor decirle a alguien a la cara una serie de burradas que se dicen en las redes. Y ahora eso se lo han saltado, y los escuchas hablar entre ellos y hay veces que se te encoge el cuerpo”.

“El móvil amplifica problemas. Cosas de niños que, de hacerse en un pequeño grupo no tendrían recorrido, quedan grabadas y para siempre en Internet, pudiendo ocasionar problemas graves y a largo plazo”.

”

GRUPOS FOCALES • la visión del profesorado



educación digital
tardía

sin supervisión ni
control parental

falta de
acompañamiento

- Consideran que no existe coordinación entre familias y profesorado. Con relación a los padres y madres, observan una sobreprotección parental general, pero un escaso control parental en el entorno digital y falta de acompañamiento. En lo que respecta a la escuela, coinciden en que llegan tarde, que el foco se ha puesto en las competencias digitales, pero que existe un enorme vacío en lo que respecta a la ética relacional y las competencias humanas, dentro y fuera del entorno digital.

“

"No hay coordinación entre padres y docentes, y es posible que el personal docente no dé el mejor ejemplo".

"- Empiezan antes la adolescencia, pero se les trata como niños hasta más tarde. Se les infantiliza.

- Se les hiperprotege hasta yo que sé..."

"Hay un acceso muy temprano a las nuevas tecnologías, y las familias no controlan ni limitan efectivamente este acceso".

"Muy raro es el niño que tiene un control, de decir, 'el móvil se queda en el salón; terminas; te lo doy'. Ya está. Es tan fácil como eso".

"Ni los jóvenes ni los padres tienen herramientas para gestionar las nuevas tecnologías".

"El sistema educativo se empieza a ocupar, pero se empieza a ocupar tarde, o sea, el sistema educativo tiene que ser consciente de que hoy en día la adolescencia se ha adelantado".

"Nosotros al final nos regimos sobre un currículum, nuestras asignaturas están fijadas. No podemos salir a educar. Hay que salir en tantas cosas: en educación sexual, redes sociales... llega un momento que ya no sabes en qué centrarte. (...)¿Cómo lo hacemos?"

"La ética dentro de las nuevas tecnologías no la estamos tratando en los centros, y es una dimensión de las competencias digitales".

”

GRUPOS FOCALES • la visión del profesorado



- Frente a ello reclaman una mayor coordinación entre familia y escuela; señalan la necesidad de supervisar, controlar y educar en el ámbito digital desde edades tempranas y de preservar activamente tiempos y espacios libres de tecnología, tanto en la escuela como en casa.

“

“Familia y escuela tenemos que ser uno en esta parte. Y, o lo asumimos así, o no funciona”.

“Empezar antes, ya ni siquiera durante la adolescencia, empezar desde que son pequeños, en infantil. Educar en este uso, porque eso lo vas a tener todo el resto de tu vida. Eso es todo”.

“Y tienen que tener tiempos sin pantallas, es muy importante”.

“Si se limita el uso del móvil, los niños vuelven a hacer cosas de niños”.

“Voy como con el cesto de la fruta. Al principio les cuesta, ahora te dan las gracias. Cuando termina el curso te dan las gracias porque es verdad que ellos se dan cuenta de que atienden mucho más si tú le recoges el móvil. Pero les cuesta”.

“Ya no solamente hay que controlar adónde acceden, sino la cantidad de tiempo que invierten. Es lo que yo intento explicarles un poquito a los padres, porque habitualmente los niños que más les cuesta tener un control sobre el uso de las tecnologías, sobre el uso del móvil, no tienen una gran supervisión en casa”.

“Tú llegas y dices el teléfono de mi hijo está conectado al mío y le voy a poner un temporizador porque tiene tantas horas de las cosas que puedes ver y tantas horas que tiene que distribuir”.

”

GRUPOS FOCALES • la visión del profesorado

TAREA 1 (individual): Posibles problemas o consecuencias negativas asociadas a...

REDES SOCIALES



1. Problemas de salud mental
2. Ciberacoso
3. Aislamiento social
4. Adicción
5. Frustración y ansiedad
6. Contacto con desconocidos
7. *Fake news*, información falsa, desinformación
8. Pérdida de la privacidad

VIDEOJUEGOS



1. Adicción
2. Aislamiento y exclusión social
3. Problemas de sueño
4. Agresividad y violencia
5. Sedentarismo
6. Pérdida de la noción del tiempo
7. Frustración y ansiedad
8. Problemas de visión, fatiga visual

JUEGO / APUESTAS ONLINE



1. Adicción
2. Pérdida de dinero
3. Creer que se puede ganar dinero fácil
4. Robos a las familias
5. Creer que sus actos no tienen consecuencias
6. Obsesión por el dinero
7. Agresiones a familia y amigos
8. Corrupción del tiempo social con amigos

PORNOGRAFÍA



1. Idealizar prácticas sexuales de riesgo
2. Faltas de respeto en la pareja
3. Distorsión de la realidad sexual
4. Violencia de género y machismo
5. Fomenta las agresiones sexuales
6. Fomenta la agresividad y el acoso
7. Adicción
8. Cosificación del ser humano

GRUPOS FOCALES • la visión del profesorado



TAREA 1 (individual): Posibles problemas o consecuencias negativas asociadas a...



... a las **redes sociales**. El profesorado detecta las mayores consecuencias en el bienestar emocional, la autoestima y la **salud mental de su alumnado** (síntomas de depresión, de ansiedad, trastornos de la conducta alimentaria...), aunque aluden también al **aislamiento social**, el **ciberacoso** y el **potencial adictivo**.



... a los **videojuegos**. En este caso, el profesorado percibe como mayor problema el potencial adictivo de los videojuegos y el posible **aislamiento o exclusión social** que pueden producir. Les preocupa también la **agresividad y violencia** que pueden suscitar y su **impacto en la higiene del sueño** del alumnado.



... al **juego y apuestas online**. Entre los problemas percibidos en este ámbito destacan la **adicción**, el **perjuicio económico** que pueden generar y los **conflictos familiares** derivados.

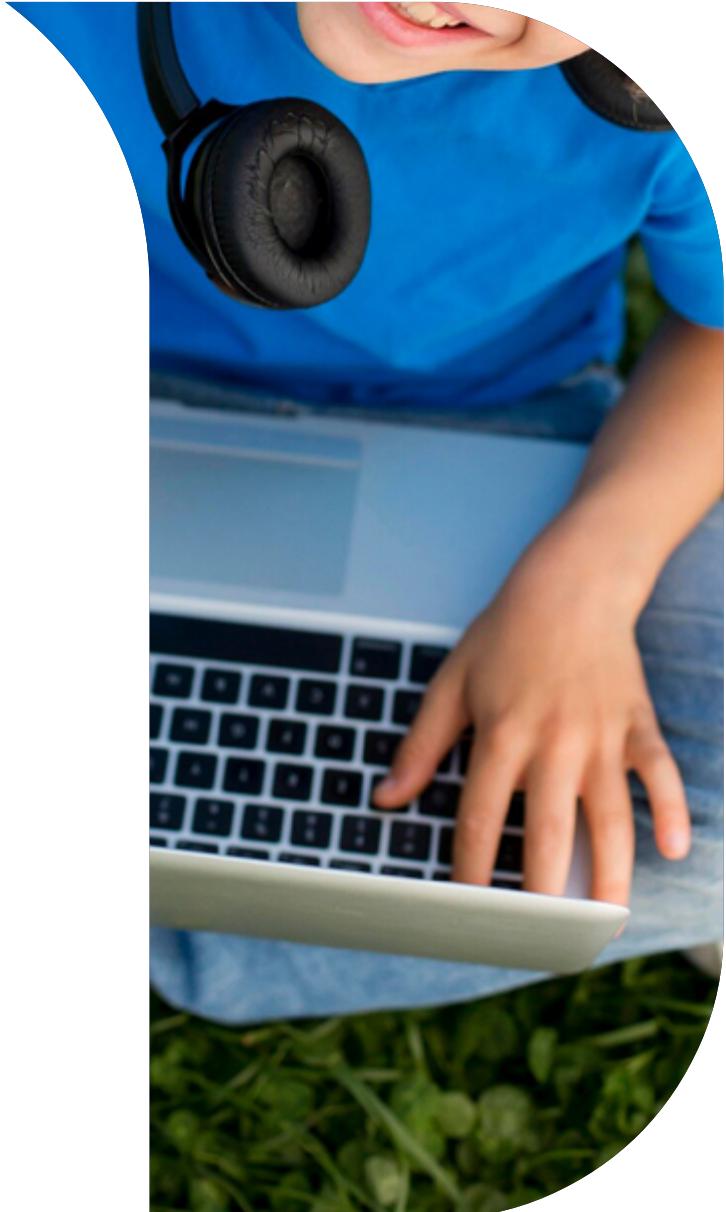


... a la **pornografía online**. Las consecuencias señaladas se centran en la **idealización de prácticas sexuales de riesgo** y la **distorsión de la manera de entender las relaciones afectivo-sexuales y la propia sexualidad** desde edades tempranas. Asimismo, vinculan su consumo con pérdidas de respeto hacia la pareja e incluso **violencia sexual**.

GRUPOS FOCALES

- la conjunción de perspectivas

GRUPOS FOCALES • la conjunción de perspectivas



Ideas compartidas



Adolescentes, familias y profesorado constatan un [acceso cada vez más temprano](#) a los dispositivos digitales, teniendo como puerta de entrada no ya el smartphone sino la *tablet*.



A todos les preocupa lo que implica: [acceso precoz a contenidos inapropiados](#), posible [uso adictivo](#), [impacto en sus interacciones sociales](#) y en [relaciones afectivo-sexuales](#), escenario de [desigualdad de género](#), e influencia en su bienestar y salud mental.



Existe consenso al considerar cierto [desconocimiento](#) por parte de madres y padres del entorno digital, sintiéndose [desprovistos de herramientas](#) con las que ejercer su función parental de manera adecuada. Desde la [escuela](#) el abordaje también presenta [carencias](#): se llega tarde y no se aborda bien, con demasiado énfasis en las competencias digitales técnicas. [No hay una buena coordinación entre familias y escuela](#). Los y las adolescentes se sienten solos y, en general, no acuden a sus [adultos de referencia](#) cuando tienen problemas en el entorno digital, que afecta cada día a buena parte de las esferas de su vida.



Los tres subrayan la [necesidad](#) de que los adultos se formen para poder [supervisar y acompañar](#) a niños, niñas y adolescentes en un buen uso de las pantallas y, al mismo tiempo, de [salvaguardar espacios y momentos donde la tecnología no esté presente](#), tanto para que no merme el aprendizaje, como para dar cabida a otras actividades de ocio, de relación y de desarrollo personal.

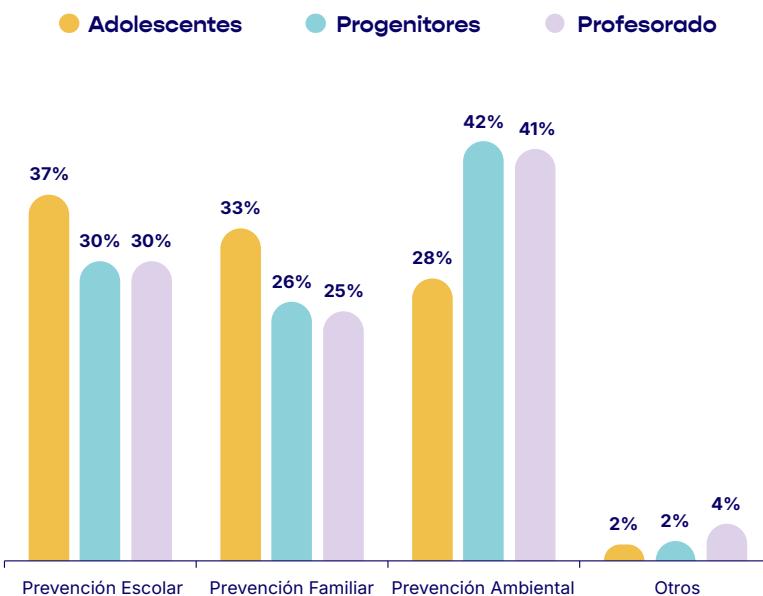
GRUPOS FOCALES

- propuestas

GRUPOS FOCALES • propuestas

Propuestas de prevención (TAREA 2)

Porcentaje de recursos destinados a cada ámbito de prevención según target



Tras la descripción de sus perspectivas a través del discurso espontáneo, los y las participantes en las diferentes sesiones confrontaron sus propias propuestas a nivel de prevención, concretando dónde habría que [centrar los esfuerzos y recursos disponibles](#).

Prevención escolar: acciones preventivas conjuntas y planificadas en la comunidad educativa encaminadas a prevenir los problemas derivados del uso de los dispositivos digitales.

Prevención familiar: acciones preventivas orientadas a crear las condiciones familiares que promuevan un uso saludable, responsable y crítico de los dispositivos digitales.

Prevención ambiental: acciones preventivas encaminadas a alterar los ambientes inmediatos culturales, sociales, físicos y económicos en los que los niños y niñas usan los dispositivos digitales.

Es interesante comprobar cómo los y las [adolescentes](#) son quienes menos abogan por la prevención ambiental, [centrándose en aquellos ámbitos que les son más cercanos](#) como el [escolar](#) y el [familiar](#).

Profesorado y familias insisten más en la [prevención ambiental](#), que en la [prevención escolar y familiar](#).

GRUPOS FOCALES • propuestas

Propuestas de prevención (TAREA 2)

1. Formación al profesorado
2. Charlas de educación sexual
3. Estrategias para limitar el uso de redes sociales
4. Charlas de concienciación sobre tecnologías
5. Una figura de bienestar en todos los centros educativos
6. Fomentar la interacción entre los niños/as
7. Presencia de orientadores/as en todos los centros educativos.

1. Fomentar la terapia psicológica familiar
2. Formación para padres/madres
3. Mayor control parental
4. Padres más implicados
5. Concienciar a las familias sobre el uso inadecuado de las tecnologías digitales
6. Mayor control del acceso al móvil
7. Reuniones periódicas de los padres y madres con el orientador/a del centro educativo

1. Leyes para prevenir el acceso a la pornografía
2. Controlar el acceso a las aplicaciones
3. Mayor regulación del contenido en redes sociales
4. Actualizar leyes contra el acoso
5. Más encuestas generales
6. Formación integral para todos
7. Limitar el acceso de menores a webs de apuestas

1. Fomento de actividades deportivas educativas



Los y las adolescentes vuelven a sugerir la [necesidad de formación](#) para docentes, familias y para sí mismos/as; una mayor [implicación del sistema educativo en el ámbito digital](#); y el [establecimiento de límites](#) en el uso del móvil, las redes sociales y otras aplicaciones. Demandan también expresamente una mayor atención a la [salud mental](#), más [educación sexual](#) y [alternativas de ocio](#).

GRUPOS FOCALES • propuestas

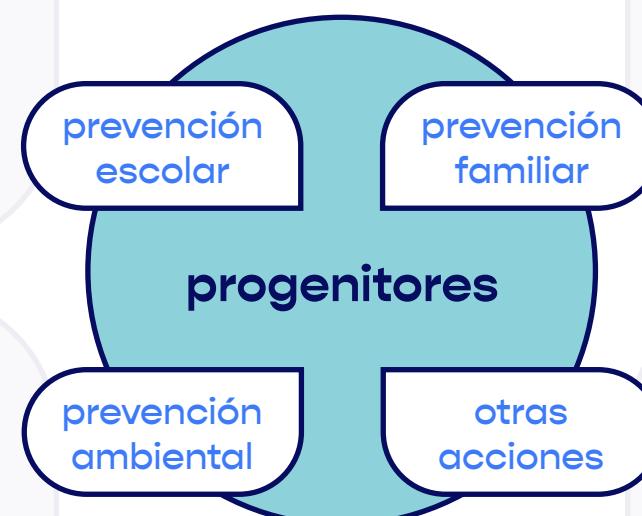
Propuestas de prevención (TAREA 2)

1. Asignaturas de educación emocional y salud mental
2. Formación periódica en prevención de riesgos digitales
3. Mayor educación en redes sociales y sexualidad
4. Motivar el deporte y ocio
5. Otorgar mayor autoridad al profesorado
6. Difusión de herramientas de prevención
7. Más medios y orientadores/as

1. Más conciliación familiar
2. Educación sobre redes sociales para padres/madres
3. Otorgar herramientas para fomentar el pensamiento crítico
4. Formación sobre acuerdos intrafamiliares para el diálogo
5. Mayor implicación con el centro educativo
6. Otorgar herramientas de parentalidad positiva
7. Mayor implicación en asociaciones

1. Control riguroso de verificación de identidad
2. Campañas informativas sobre riesgos digitales
3. Fomento de actividades de ocio alternativo al aire libre
4. Limitar el efecto de la huella digital en redes sociales
5. Ayudas económicas para la conciliación familiar
6. Eliminación de páginas webs peligrosas
7. Mayor inversión en la educación

1. Mayor concienciación sobre las consecuencias de Internet
2. Mayor privacidad para la huella digital



Padres y madres demandan más **educación emocional y sexual**, que se atienda la **salud mental** desde la **escuela y formación sobre riesgos digitales para todo el alumnado**. Reclaman avances en **conciliación familiar**, para poder acompañar activamente a sus hijos e hijas en su travesía digital y **más formación para las familias**. Solicitan expresamente **controles efectivos de edad**, para el acceso a determinados contenidos, **campañas** sobre riesgos digitales y **alternativas de ocio atractivas**.

GRUPOS FOCALES • propuestas

Propuestas de prevención (TAREA 2)

1. Formación al profesorado
2. Asignaturas de prevención de riesgos digitales
3. Talleres de gestión emocional, redes sociales y sexualidad para el alumnado
4. Mediación real entre familia y escuela
5. Fomentar la coordinación de la escuela con el AMPA
6. Más protocolos de prevención
7. Fomentar el Aprendizaje-Servicio

1. Formación para familias
2. Facilitar el uso de controles parentales
3. Incentivar la colaboración de las familias en las escuelas
4. Actividades de unión familiar sin dispositivos digitales
5. Fomentar mayor atención de los progenitores a sus hijos e hijas
6. Mayor coordinación con servicios sociales
7. Tutorización periódica a familias sobre el uso de dispositivos digitales

1. Control de contenidos inapropiados y peligrosos
2. Leyes reguladoras para creadores de contenido
3. Sistema seguro de verificación de edad
4. Invertir más en salud mental, prevención y tratamiento
5. Campañas publicitarias de concienciación
6. Recursos a las familias para gestionar los dispositivos digitales
7. Promover ocio al aire libre



1. Mayor concienciación sobre las consecuencias de Internet
2. Mayor privacidad para la huella digital



El profesorado reclama más **formación para sí mismo y para las familias**. Reivindican la necesidad de que la **educación digital** se consolide definitivamente en la agenda de las políticas educativas, formando parte del **currículo**, de seguir avanzando en la **educación emocional y sexual**, que se **promueva una mayor colaboración y coordinación entre las familias y los centros educativos**, el uso de **herramientas de control parental** y **sistemas de verificación de edad**, así como **leyes que regulen la creación de contenidos digitales**.

RESULTADOS

ENTREVISTAS EN PROFUNDIDAD

- personas expertas nacionales
- personas expertas internacionales



ENTREVISTAS EN PROFUNDIDAD

- personas expertas nacionales



José Ignacio Aguaded Gómez

Catedrático de Educación y Comunicación en la Universidad de Huelva. Ha sido editor jefe de la revista científica 'Comunicar' durante 30 años. Preside el Grupo Comunicar y es Director del Grupo de Investigación «Ágora» dentro del Plan Andaluz de Investigación. Dirige el Máster Internacional de Comunicación y Educación (UNIA/UHU) y coordina el Programa Interuniversitario de Doctorado en Comunicación (US, UMA, UCA, UHU).

1

Los dispositivos digitales son ya una extremidad más del propio cuerpo humano, moldeadores de marcos mentales y potentes agentes de socialización primaria. Están en todo y todo está en ellos. Su omnipresencia los hace invisibles y su educación es tan imprescindible como difícil.

“

"Los medios funcionan como extensiones de la persona, igual que tenemos los brazos, las piernas, tenemos los medios, como prácticamente prolongaciones de nuestro propio cuerpo, y eso se produce en la primera infancia, desde las primeras edades".

"La pantalla, en un primer momento son estímulos visuales y sonoros, pero poco a poco empieza a construir un discurso, una narrativa, que finalmente moldea mentalmente, como indican muchos psicólogos, y permite una construcción del mundo, de manera que prácticamente desde la primera infancia gran parte de nuestros conocimientos están moldeados por los medios, por las pantallas. Yo suelo decir, muchas veces, que vivimos en la generación de las pantallas, porque no hay algo que más te frame, que te encuadre".

"Nuestra cosmovisión de la realidad ya no está mediada exclusivamente por las relaciones personales, familiares y escolares, sino, fundamentalmente, por los medios. Y claro, con la irrupción del teléfono móvil eso ha ido creciendo de forma exponencial. (...) El móvil tiene la principal característica de su capacidad de omnipresencia, pero también de su omnipotencia".

"Esa interacción (con los medios) es tan global que prácticamente se ha hecho invisible. Y la invisibilidad tiene sus riesgos. La invisibilidad hace que no haya necesidad de aprendizaje. (...) El problema está en que no hay educación para el consumo de los medios".

”



José Ignacio Aguaded Gómez

Catedrático de Educación y Comunicación en la Universidad de Huelva

**2**

Los medios digitales no deben ser excluidos, ni ignorados. Debemos aprender a convivir con ellos. Son instrumentos facilitadores en diferentes áreas del desarrollo humano (educación, convivencia, desarrollo social...), si se emplean de forma inteligente y crítica. Si no se cumplen ambas premisas afloran dos grandes problemas: el hiperconsumo y la distorsión de la realidad.

“

"Convivir con los medios significa emplearlos de una forma racional, de una forma inteligente, de una forma creativa, de una forma crítica, de una forma lúdica... pero con una toma de conciencia de sus códigos, sus lenguajes, sus estructuras, sus construcciones mentales... para que de alguna forma seamos capaces de (...) extraer lo bueno que los medios tienen, detrayendo lo malo que también tienen".

"La no convivencia con los medios no es una alternativa. Ignorar que los medios existen, ignorar que los medios están en la calle y que tiene una fuerte presencia en los niños, y en los jóvenes, y en las personas mayores no es una buena alternativa, ni una buena estrategia para formar en los medios".

"Diríamos que los medios son neutrales. Los medios realmente no son nocivos. En todo caso, lo serían sus contenidos, pero nunca los medios per se. Los medios pueden ser unos instrumentos fantásticos para la educación, para la convivencia, para el desarrollo personal y social... pero también cuando se hace un consumo no constructivo de los mismos, pues sí que generan, por un lado, hiper consumo, un consumo superior al equilibrio, a la dieta mediática. (...) Pero, por otro lado, no solamente es un problema de consumo, es un problema de construcción de la realidad".

"En la medida que tú tienes menos contraste con la realidad, la realidad virtual se convierte en la única, que es el problema que tienen los niños, que sus experiencias directas son tan cortas, que la experiencia virtual se convierte en todo".

"Uno de los grandes problemas que tenemos hoy día es que, frente a un consumo compulsivo o un hiperconsumo, no hay una reflexión crítica sobre ese consumo".

”



José Ignacio Aguaded Gómez

Catedrático de Educación y Comunicación en la Universidad de Huelva

**3**

El temor al avance tecnológico es algo que se ha repetido a lo largo de la historia, más acentuado entre aquellas personas con mayor desconocimiento. Persiste cierto analfabetismo audiovisual en la sociedad. Paradójicamente aquellas personas con mayor consumo pueden ser las que más dificultades tengan a la hora de hacer un consumo crítico. Existe una brecha en la capacitación digital de las familias.

“

“Siempre que hay un nuevo medio, siempre que hay una irrupción tecnológica importante, como puede ser ahora la Inteligencia Artificial, que ya es un paso más allá de videojuegos, Internet y redes sociales, se produce inmediatamente una reacción, normalmente en los sectores más ignorantes. Porque el miedo está siempre muy asociado a la ignorancia”.

“Hay un analfabetismo visual bastante flagrante a nivel social que no solamente se circumscribe, como algunos quieren pensar, a los niños y a los jóvenes, aunque ahí es más potente en cuanto a que sus conocimientos directos de la realidad son menores, y, por tanto, la penetración de lo virtual es más potente”.

“Frente a la lectura, por ejemplo, que está demostrado que cuanto más lees tú, más habilidades lectoras adquieres y, por tanto, más capacidad de comprender el código lectoescritor, en los medios audiovisuales omnipresentes como redes sociales, televisión... puede ocurrir que la gente que mayor hiperconsumo hace son los que mayores dificultades tienen para tomar distancia del medio y hacer una comprensión crítica del mismo”.

“¿Qué ocurre? Una absoluta discriminación entre unos papás más capacitados y unos papás menos capacitados, que coincide con la famosa brecha digital. Los papás con poder adquisitivo mayor, que los niños pueden tener alternativas offline más potentes (que si gimnasio, que si club de golf, que si tal...), pues la dependencia de los medios es menor que la familia donde la televisión, Internet y el celular es la única vía de proyección al mundo barata y, supuestamente, inocente e ingenua”.

”



José Ignacio Aguaded Gómez

Catedrático de Educación y Comunicación en la Universidad de Huelva

**4**

La Alfabetización Mediática constituye el elemento mediador clave de los efectos del entorno digital sobre las personas. Debe canalizarse a través de la escuela, aun siendo conscientes de que los medios digitales son elementos de consumo individual. Para fomentar la participación activa de las y los adolescentes convendría recurrir a estrategias como la mediación invertida.

“

"Yo soy muy crítico con el concepto de competencia digital. (...) Estoy más con la UNESCO, que opta por el concepto de AMI (Alfabetización Mediática e Informacional). La competencia digital va mucho más por la agencia, es decir, por el cómo hacer, cómo emplear el instrumento. (...) El énfasis de la competencia mediática no está en los dispositivos, está en la audiencia. No es tanto el dispositivo, sino la interpretación que la audiencia hace de él, cómo le repercute, cómo le afecta. La clave está en cómo empoderar a la audiencia, especialmente a las infancias".

"La educación en medios es como una revolución comunicativa que se centra en la audiencia. En la medida que tenemos audiencias más críticas, más activas, el poder de las fake news, de la desinformación, de la manipulación informativa decrece. Audiencia crítica supone interpretación crítica y, por tanto, el poder de los medios se diluye. Una audiencia crítica es el bálsamo para hacer que la interacción con los medios desde la ciudadanía sea una interacción inteligente".

"La escuela justamente es el sitio donde puede haber mayor control y mayor mediación, porque no hay otro espacio donde haya un mediador formal capacitado, que pueda intermediar con los niños y decir 'mira, esto hay que hacerlo así, tened cuidado con esto'. Es justamente en la escuela donde hay que aprender, porque fuera de la escuela no van a aprender. Es un espacio para la reflexión y para el aprendizaje y, por tanto, el sitio adecuado para fomentar un consumo crítico de los medios".

”



José Ignacio Aguaded Gómez

Catedrático de Educación y Comunicación en la Universidad de Huelva



4

La Alfabetización Mediática constituye el elemento mediador clave de los efectos del entorno digital sobre las personas. Debe canalizarse a través de la escuela, aun siendo conscientes de que los medios digitales son elementos de consumo individual. Para fomentar la participación activa de las y los adolescentes convendría recurrir a estrategias como la mediación invertida.

“

“El sector familiar es estratégico porque el consumo básicamente se hace en el hogar. Y, si no se hace en el hogar, el responsable es el papá, porque el móvil no se lo compra el profesor. La mediación familiar era muy importante, pero en el móvil no existe, porque es un dispositivo de consumo individualizado. Está construido, por su tamaño, por su interacción, para el consumo personal. Y, sobre todo, en espacios cerrados, debajo de la almohada, por la noche... Con todo lo que supone de cero mediaciones. Por ahí hay mucho que hacer”.

“Mediación invertida: en lugar de que sean los papás los que enseñan a los niños, que ya hemos comprobado que falla mucho... ¿por qué no hacemos programas para que sean los niños los que enseñan a sus papás, a un consumo crítico e inteligente de los medios. (...) Está demostrado, también en la investigación, que cuando tú a alguien le das protagonismo, lo aprende mucho mejor que cuando es pasivo”.

”



Lluís Ballester Brage

Profesor titular de la Universidad de las Islas Baleares. Uno de los principales referentes en España en el estudio del impacto del consumo de pornografía en la infancia y la adolescencia. Autor de libros como "Nueva pornografía y cambios en las relaciones interpersonales", "Pornografía y educación afectivo sexual" o "La industria pornográfica en Internet. Características y consecuencias".

1

En la última década se ha producido un cambio en las llamadas tecnologías de cuarta generación, con infinitas posibilidades para la cultura de las pantallas, con una capacidad de atracción sin precedentes, especialmente sobre los y las jóvenes.

“

"No somos conscientes de que un chaval de 9 años pasa cada día más de 5 horas delante de una pantalla, que los padres le facilitamos y que incluso la propia escuela le facilita. Por ahí le llegan miles de personas que tú no conoces, que no sabes qué intención tienen".

"Hay gente que ha aprendido mucho en cómo generar atractivo, en captar la atención... y el público que debería haber puesto límites no tenía el pensamiento, ni la capacidad, para saber dónde ponerlos, ni cómo. Todo esto conforma la tormenta perfecta a la que nos enfrentamos ahora".

"La nueva oportunidad de negocio ha dado carta de naturaleza a un ámbito de socialización muy potente como el entorno digital, dando lugar a un problema para el que no estábamos preparados y que no hemos sabido entender".

”

2

La pornografía está colonizando el entorno digital, en el que se relacionan, se socializan y crecen las nuevas generaciones.

“

"La pornografía ha colonizado el conjunto de los productos de Internet, desde la perspectiva del consumo, de la invitación a la producción o de la captación de imágenes. En Telegram y en Whatsapp están circulando vídeos pornográficos, grupos, chavales implicados en violencia sexual, violaciones grupales protagonizadas por chavales menores de 14 años. Imitan todo lo que ven en el porno y lo graban. Es un modelo muy tóxico. La desconexión de la empatía es tan intensa que ni siquiera son conscientes del daño que provocan, un daño muy duro emocional y físicamente".

”



Lluís Ballester Brage

Profesor titular de la Universidad de las Islas Baleares

**2**

La pornografía está colonizando el entorno digital, en el que se relacionan, se socializan y crecen las nuevas generaciones.

“

"Se está produciendo también una pornificación de los videojuegos, con la presencia cada vez mayor de mujeres, de imágenes de fondo en todas partes. La industria sabe que tiene que diversificar y están llegando invitaciones en videojuegos, en redes sociales aparentemente muy normalizadas, para captar imágenes con tecnologías muy diversas. Es un hecho que Internet se ha pornificado".

”**3**

Los riesgos asociados al consumo de pornografía son innegables y constituyen ya un problema de Salud Pública.

“

"El acceso a la pornografía se está dando a edades muy precoces, antes de la pubertad, incluso con 7 u 8 años. La construcción del imaginario sexual se ve claramente distorsionada por los contenidos pornográficos".

”

"La pornografía es una máquina de modificación de conducta. Hay un componente esencial de la sexualidad que son las palabras, la comunicación, seducción... el encuentro entre personas, la construcción de la intimidad. Todo eso en el porno no existe".

"Los cambios en la conducta se han acreditado por las sociedades científicas, como el incremento de enfermedades de transmisión sexual a edades muy precoces, tal y como advierte la Sociedad Española de Medicina de la Adolescencia o la Asociación Española de Pediatría".



Lluís Ballester Brage

Profesor titular de la Universidad de las Islas Baleares



3

Los riesgos asociados al consumo de pornografía son innegables y constituyen ya un problema de Salud Pública.

“

“Otra cuestión preocupante es la introducción sutil de la violencia en nuestra vida sexual. Se desconecta la empatía y se produce una incapacidad para poder identificar muchas situaciones como violencia, pasando a considerarla como parte de los ritos de la vida sexual”.

“Se está documentando en la investigación una incomodidad cada vez mayor con el propio cuerpo. Un chico o una chica que no tenga una autoestima corporal consolidada, con quien se va a comparar ahora no es con los chavales de la playa, sino con el porno, porque es el medio en el que se ven genitales en primer plano. Y al compararse creen que necesitan otras cosas: pastillas, cirugía, todo vale”.

“Afortunadamente en los últimos años ha habido muchas investigadoras e investigadores que nos hemos puesto a mirar en serio qué estaba pasando y la verdad es que ahora el corpus de evidencia científica deja poco margen para dudas. Se sabe que el consumo de pornografía desde los 7 u 8 años puede tener consecuencias a nivel neurológico, que se traducen en un incremento de la violencia, claramente acreditabile. Hasta la investigación neurológica está constatando que se trata de un problema de salud pública”.

“La evidencia científica nos está diciendo que hay evidencia de riesgo y evidencia de daño, con buena trazabilidad, con investigaciones solventes y metodologías rigurosas. La evidencia científica nos está diciendo cosas que no sabemos oír, pero que son innegables”.

”



Lluís Ballester Brage

Profesor titular de la Universidad de las Islas Baleares

**4**

Urge tomar conciencia y actuar como comunidad.

“

"El hecho de que las nuevas generaciones se estén iniciando en las relaciones sexuales antes que en generaciones anteriores y los modelos de referencia no los esté aportando la familia, el centro educativo o ni siquiera los pares, sino un ente muy difuso y dudoso como es Internet, las redes sociales y el porno, es en sí un problema".

"Las chicas de los 13-14 años llegan a entender como esperable o incluso deseable para sus primeras relaciones unos patrones donde claramente están siendo vejadas. Las investigaciones han mostrado cómo el consumo de pornografía aumenta claramente la victimización. El porno es un problema. Hace que gente buena, que en principio no quiere hacer daño, termine haciéndolo, porque no lee las emociones de la otra persona y no conoce los límites. La otra persona pasa a ser un producto de consumo".

"Existe muy poca conciencia social, ni en las familias, ni en los políticos, ni en la propia industria. Muchas madres y padres niegan que el problema tenga que ver con sus hijos, con ellas y ellos mismos. Y un riesgo no nos activa hasta que no lo percibimos como una amenaza personal. Padres y madres tienen la responsabilidad de ser conscientes, empezar a hacer preguntas y estar dispuestos a escuchar respuestas, sean las que sean".

"Muchos responsables políticos creen que estamos en el debate de los años 70, con las revistas pornográficas. No tiene nada que ver. Se ha sido muy inocente con la industria. Prácticamente el 90% de los anuncios en el porno son de prostitución. La prostitución está cambiando, se está invitando a gente muy joven. Está sofisticándose el canal de captación y de la invitación a la naturalización hay un paso. Se está haciendo desde uno de los grandes sustentos económico-financieros de esta era, como es la industria tecnológica y sin límite de edad. Un chaval de 14 años no tiene que estar bombardeado por este tipo de contenidos. Todos somos responsables, incluso los profesionales de la Educación, de la Psicología, de la Salud Mental, de los Servicios Sociales... No estamos siendo conscientes de lo que está pasando y de la trascendencia que tiene".

"La distribución de vídeos violentos y de prácticas violentas van contra la protección de la infancia, contra las leyes de igualdad y contra las leyes en general. Un videojuego PEGI 18 que tiene violencia explícita, no puede estar bajo la etiqueta de industria cultural".

”



Lluís Ballester Brage

Profesor titular de la Universidad de las Islas Baleares

**5**

Apostar por una Prevención Integral basada en la evidencia es capital.

“

"El problema va más allá de lo que pensamos. No es posible poner en marcha políticas de igualdad eficaces si no nos ocupamos de todo esto. Se necesita una política integral, que pasa por una comprensión integral de este conjunto de fenómenos que la cultura de las pantallas ha agudizado".

"Tampoco se soluciona modificando la Ley del Menor, para bajar la imputabilidad a menos de 14 años. No podemos hacer culpables a los menores de algo de lo que somos los adultos los principales responsables. Tenemos que mejorar la actividad educativa, para poder compensar todo lo que les llega por Internet, no solo desde los centros educativos, sino el conjunto de la sociedad. Tenemos un reto generacional por delante, para recuperar parte de lo que hemos perdido en este periodo de irresponsabilidad".

"El sistema educativo tiene que tomar partido. El espacio que se le da a la educación integral de la sexualidad y de los afectos, de las relaciones y las emociones debe ser mucho más amplio y consistente, tal y como recomienda la UNESCO. Pero, debe basarse en el conocimiento científico y estar debidamente protocolizado, debe llevarse a cabo por profesionales formados, con la acreditación y la continuidad necesaria, no pequeñas charlas ocasionales. También es importante que haya un organismo estatal que asegure que los programas estén bien calibrados y adaptados a cada franja de edad. Y es fundamental que se evalúe lo que se hace, que haya una evaluación periódica bien hecha, porque se ha visto que algunos programas de educación sexual pueden llegar a producir efectos contra-preventivos".

"A nivel tecnológico se podría hacer mucho más. Lo primero, implementar verificadores de edad eficaces. Con la tecnología que en estos momentos tenemos, se podría hacer perfectamente, sin atentar contra la privacidad de nadie. Lo segundo, controles parentales, muy fáciles de instalar o incluso preinstalados en los móviles, como recomienda la Unión Europea. Y tercero, que la responsabilidad que la Ley General de Comunicación Audiovisual atribuye a los consejos audiovisuales autonómicos -que son órganos consultivos- sea compartida con algún órgano con capacidad ejecutiva. El tipo de contenidos que nos llega por las pantallas tiene que ser responsabilidad de alguien y debe ser controlado. La administración debe empezar a mojarse."

”



José Antonio Luengo Latorre

Vicepresidente del Consejo General de la Psicología en España. Decano del Colegio Oficial de la Psicología de Madrid. Experto en salud mental y convivencia. Autor de numerosos libros y artículos sobre los problemas emocionales de la infancia y la adolescencia y unos de los referentes en España en la prevención del acoso escolar y el ciberacoso.

1

Tenemos realmente un problema con las pantallas, un problema que afecta a diferentes esferas vitales de la infancia y la adolescencia (salud física, salud mental, convivencia...).

“

“Particularmente creo que hay un problema. Un problema grande, que tiene trayectoria, que tiene raíces, que ha ido a más y que va a ir a más todavía... un problema que tiene mucho que ver con la salud de las personas, sobre todo, con la salud mental. Mientras no lo veamos como uno de los grandes retos de la sociedad, no encontraremos solución”.

“La hiperconectividad a la que están sometidos los adolescentes en estos momentos es muy nociva, sobre todo por lo que afecta al sueño, al descanso, a la salud... a la necesidad de apagar. Luego está el acceso a contenidos inapropiados, como la pornografía que, unido a la falta de una buena educación afectivo-sexual, está generando problemas importantes, dando lugar a una generación que se está alejando de lo saludable en relación con políticas de género, de respeto, etc. Llevamos mucho tiempo alertando de todo esto”.

“No estoy exagerando. Los chicos llegan al colegio después de haber dormido poco, de haber estado conectados, de generar en su sistema nervioso una suerte de rutinas con el descanso con una anomalía absoluta. Y eso va generando indudablemente una serie de procesos disfuncionales desde el punto de vista neurológico que ya se están estudiando. En el caso de la pornografía, está teniendo unos efectos terribles. Lo dice la propia Fiscalía. Yo me he posicionado claramente, creo que esto es un problema de salud pública”.

“Y luego están todas las enfermedades sociales que han ido surgiendo, como la envidia social que se ha generado en torno a esta suerte de comparación permanente de lo que es mi vida, comparada con la vida que otros nos muestran en las redes y los procesos de frustración e insatisfacción que genera, algo muy difícil de gestionar para los adolescentes, porque esta suerte de reconocimiento o validación social es una necesidad fundamental”.

”





José Antonio Luengo Latorre

Vicepresidente del Consejo General de la Psicología en España.
Decano del Colegio Oficial de la Psicología de Madrid



1

Tenemos realmente un problema con las pantallas, un problema que afecta a diferentes esferas vitales de la infancia y la adolescencia (salud física, salud mental, convivencia...).

“

"La presencia permanente en las redes sociales correlaciona con una mayor vulnerabilidad de nuestros adolescentes a nivel emocional. La construcción de la identidad personal, el autoconcepto, la autoestima de nuestros chicos y chicas está lastrada de una manera significativa por un mundo de mentiras y falsedades, por un mundo inflamado e hipertrofiado en el que no sabes dónde está cada cosa. Los influencers que tenemos en redes sociales, por ejemplo, son un riesgo en muchas ocasiones".

"Se ve afectada la convivencia, familiar y escolar, de una manera significativa. Los aprendizajes que se están produciendo de convivencia entre iguales en la escuela generan más inflamación que en otros tiempos. El propio teléfono móvil es un elemento que genera una distorsión en la comunicación y en las relaciones interpersonales. Incluso a nivel de centro se están viendo cada vez más conflictos. Es que su hijo ha puesto en funcionamiento un móvil cuando no lo puede poner y además ha grabado a una profesora..., pero usted no toca mi móvil porque ahí hay información privada. Esto es una locura".

”



José Antonio Luengo Latorre

Vicepresidente del Consejo General de la Psicología en España.
Decano del Colegio Oficial de la Psicología de Madrid

**2**

El problema debe ser concebido desde un Enfoque de Derechos y alejado de ideologías.
Prohibir no es la solución.

“

"Me preocupa ver debates estériles entre aquellos que consideran que hay evidencia científica para afirmar que las pantallas generan trastornos psicológicos y aquellos que consideran que no. Tenemos que entendernos, no podemos situarnos en los extremos. Tal vez no haya relación causa-efecto, pero hay suficiente relación, como para entender que se nos están yendo de las manos".

"El problema con el entorno digital es que los niños se sumergen en él sin ningún tipo de supervisión ni control y con un nivel de madurez que no les habilita para manejar, gestionar y digerir todo lo que les entra. Pero son escenarios complementarios y compatibles, ya que los seres humanos estamos madurando, desarrollándonos y construyendo nuestra identidad y nuestra manera de relacionarnos con el mundo, integrando ambos contextos. Por tanto, debemos verlo desde un enfoque de derechos de la infancia, que nos debe hacer pensar. Los chicos tienen todo el derecho del mundo a entrar de una manera ordenada, con buena educación digital. Si pensamos que la prohibición es la solución, a lo mejor perdemos la referencia".

"Yo soy de la opinión de que el móvil no debe estar activo durante la jornada lectiva. Esto es algo que los padres deberíamos favorecer y que los chicos deben entender. Se están generado una serie de problemas no solo de convivencia, sino procedimientos disciplinarios terribles, con los chavales, con los padres, con el profesorado... Pero una cosa es el dispositivo móvil y otra cosa es el uso de dispositivos digitales para la enseñanza. Particularmente creo que deben seguir utilizándose, de forma muy controlada y desde esa visión de derechos. No me gusta la palabra prohibir".

”



José Antonio Luengo Latorre

Vicepresidente del Consejo General de la Psicología en España.
Decano del Colegio Oficial de la Psicología de Madrid

**3**

Trabajar la Prevención: desde los centros educativos, las familias y las instituciones.

“

"Hay que trabajar más la prevención escolar, seguir trabajando y mejorando el esfuerzo a nivel educativo, a nivel familiar e institucional".

"Si luego vamos al entorno familiar y al educativo y no hacemos nada... Es en el entorno familiar donde se gestan las actitudes, rutinas, modos y modelos. Los padres tenemos que ser muy rigurosos con determinadas cosas, pero manejarlos siempre en el diálogo, en la conversación y en el buen ejemplo. Por ahí es por donde tenemos que construir, amueblar bien la mente de nuestros hijos, porque más de una vez se van a equivocar y ahora seguramente más. Debemos cuidar las cosas para que mi hijo pueda ver dónde está el socavón psicológico en el que se puede meter".

"Es muy importante que trabajemos con los padres. Las escuelas de madres y padres por lo general no han funcionado. Vienen los que vienen y vienen siempre los más interesados. Los padres de hoy creemos que lo sabemos todo, pensamos que nos van a dar la charla. Hay centros educativos que han conseguido corregir esta deriva, sobre todo a través de la acción tutorial, porque les estás hablando de su hija en concreto, no sólo de sus notas, de las cosas que le pasan... de algo que les involucra directamente".

"Tampoco podemos decir que este sea un asunto de educación de casa exclusivamente, que los chicos ya vienen al colegio con su propia mochila y que yo no puedo hacer nada como profesor, o que no me da tiempo. El sistema educativo tiene que conseguir equilibrar los tiempos, para educar en una buena ciudadanía digital, poniendo en marcha proyectos donde el protagonismo de los chicos sea un hecho".

"Algunos centros han conseguido desarrollar un maridaje fantástico a lo largo de todo el curso, con actividades en las que chicos, padres y profesores hablan de igual a igual sobre determinados temas y han mejorado mucho".

”



José Antonio Luengo Latorre

Vicepresidente del Consejo General de la Psicología en España.
Decano del Colegio Oficial de la Psicología de Madrid

**4**

Hay que activar Políticas Públicas Responsables.

“

“Se están planteando preguntas y tomando decisiones desde distintos contextos organizativos, unidades, agencias, movimientos ciudadanos... y desde el propio Gobierno que son muy oportunas. Estamos en un momento crítico y esto no se nos puede ir de las de las manos tanto como se nos ha ido. Llevamos 20 años haciendo las cosas regular. Hay que coger el toro por los cuernos”.

“Habría que empezar por ese marco más amplio, por ese paraguas, llamado Administración. Desde la Administración se pueden poner en marcha muchas cosas para regular algunos procesos. Pero normalmente las administraciones cuando utilizan el ordenamiento jurídico casi siempre acaban decantándose por políticas restrictivas, por lo que no se puede hacer, por la prohibición”.

“La regulación debe comprometer a la propia industria. No debe darnos miedo en determinados momentos que un Estado diga que algo no se puede hacer, que hay que controlarlo, porque está generando efectos distorsionantes en la vida de las personas y en su desarrollo”.

“La solución tiene mucho que ver también con cómo construimos las ciudades y los barrios. Ahí tiene mucha importancia las políticas municipales. En aquellos sitios donde se han generado entornos amables para que los chicos salgan a la calle y jueguen juntos, las cosas han ido mejor. Se ha conseguido que la calle vuelva a aparecer como un espacio educativo y que se generen equilibrios, que las pantallas dejen de tener el peso que tienen. No estoy hablando de actividades regladas, programadas, sino espacios donde los chicos puedan relacionarse y divertirse”.

”



María del Pilar Mallada Viana



Vicepresidenta de la Asociación de Pediatría de Atención Primaria de Aragón. Especialista en infancia, salud y tecnología. Experta en pediatría de atención primaria.

1

El uso temprano de los dispositivos digitales constituye, sin lugar a dudas, un problema. Se ha acrecentado con la pandemia y empieza antes de lo que pensamos. Más allá de la evidencia científica, la evidencia profesional permite constatarlo.

“

“Obviamente el problema en los 12 años lo vemos. Los estudios se están focalizando en lo que ocurre en la adolescencia, pero me atrevería a decir que el problema no lo tenemos realmente ahí, empieza mucho antes”.

“En el año 2022 atendí en mi consulta en la misma semana a tres niños de 2 años que no hablaban. Los niños de 2 años hablan y tienen que hablar, construir pequeñas frases..., pero ninguno de los tres niños hablaba... ¿qué tenían en común estas tres criaturas? Pues las pantallas. No habían tenido problemas perinatales, no tenía ningún problema de desarrollo, su único problema eran las pantallas, niños que nacieron y se criaron con las pantallas todo el día, niños que nacieron en 2020 y les pilló la pandemia... papás teletrabajando, se les plantó delante de la pantalla y el resultado fue ese”.

“Con la pandemia coincidieron muchas cosas: muchas más horas de pantallas y que tecnológicamente todos tenemos el 5G y se utiliza el móvil como si fuera un ordenador, a un precio razonable. Hemos pasado a tener muchísima accesibilidad y luego, como esa pantalla calma...”.

“Cada vez nos traen más niños con rabietas, que estamos hablando de salud mental infantojuvenil, porque no hay quien los controle. Realmente tenemos un problema que va en aumento. En los últimos años, hemos empezado a trabajar en ello. Una pequeña guía, un folleto, un póster..., para intentar llegar a las familias y formar a las personas que trabajan con las familias. Si les explicas que daña el cerebro de su hijo igual pueden entenderlo, sino no van a hacer nada, porque está claro que la niñera electrónica es comodísima. El móvil, la tablet y ya está... y desde los 6 meses”.

“Luego está el problema de la ludopatía, niños adictos al ordenador, a las redes, videojuegos, el aislamiento, el autismo digital, el acceso a contenidos inadecuados, problemas de acoso y violencia digital...”.

”



María del Pilar Mallada Viana

Vicepresidenta de la Asociación de Pediatría de Atención Primaria de Aragón



2

Puede tener consecuencias serias en el desarrollo de niñas y niños, pero también a la hora de ejercer la parentalidad.

“

"Es un problema que desde la infancia se ve en muchas cosas: el desarrollo del lenguaje, del apego...hay muchos papás y mamás que en vez de estar mirando al niño están mirando al móvil y además, si el niño llora, buscan la respuesta en el móvil. Tenemos un montón de apps de lactancia, un montón de apps de crianza, pero si no escuchas a tu hijo, si no lo miras a la cara..."

"Los nuevos papás ya han nacido con el móvil, cuando han sido adolescentes ya han tenido acceso a Internet. Ven lo más normal del mundo, preguntarle a la maquinita todas sus dudas y no escuchando a su bebé, mirándole a la cara o cantándole una nana. Estamos viendo a papás que están dando el biberón o la teta y mirando el Whatsapp. El cerebro de un niño no se desarrolla igual estimulado con una pantalla que jugando con ellos".

"Estamos viendo problemas de apego reales. Cuando un niño se caía en el parque los papás te sabían explicar por qué se había caído. Ahora preguntas y no lo saben, porque están con el móvil. Hay una desconexión entre padres e hijos impresionante, porque en medio hemos metido las pantallas".

"A partir de los 6 meses cuando los niños ya son capaces de empezar a coger cosas, aumenta su desarrollo y empiezan a interaccionar más con el mundo. Para que estén callados, les plantamos las pantallas. Y lo mismo para que coman. Pero si es que ya hay carritos de bebé que tienen un soporte para acoplar el móvil o la tablet. Es el momento de disfrutar, de jugar, de que toquen... tenemos un centro de recompensa que madurará, pero que estamos estimulando mal, con una recompensa que lleva a un el círculo de adicción y que va a empezar con un año y medio".

"Si hablamos del desarrollo de lenguaje, es un auténtico desastre, por no hablar de la empatía. Un niño necesita la interacción con un adulto para aprender a hablar, necesita que te responda con la mirada, que te hable... y la pantalla no hace todo eso. ¿Qué empatía pueden tener con una máquina?. ¿Cómo pueden aprender a expresar sus sentimientos con una maquinita?".

"Al año y medio llega la etapa del juego. Aprenden a relacionarse con otros niños, a frustrarse... cómo van a aprender a frustrarse si para que no se frustren les zampamos la pantalla... Y todo eso no es lo mismo que con un videojuego. Por no hablar del desarrollo psicomotor o de la obesidad. Tenemos un problema de obesidad creciente, problemas de densidad ósea, problemas musculares... porque no se mueven, problemas de espalda, problemas posturales".

”



María del Pilar Mallada Viana

Vicepresidenta de la Asociación de Pediatría de Atención Primaria de Aragón



3

La solución requiere estrategias integrales y un enfoque comunitario: involucrar a las familias, al sistema sanitario y al sistema educativo. Las instituciones deben promover medidas que aseguren una buena higiene digital y un marco regulatorio valiente, que proteja el desarrollo integral de niñas, niños y adolescentes.

“

"Nos han vendido que la tecnología es siempre buena y no es así. Hay que saber usarla y en su justa medida, a la edad adecuada y sabiéndolo usar. Y esto es lo que no estamos enseñando. Las competencias digitales de las que tanto se habla no es que sepan usar un ordenador, sino que tengan juicio, que aprendan a contrastar la información ... y que tengan una buena empatía digital.. Hay mucho por hacer a nivel educativo...y más ahora con la IA".

"La parte sanitaria es consciente de que el problema existe, pero ahora habrá que habilitar unidades que puedan trabajar con los niños con problemas, ya desde atención temprana. Las unidades de atención temprana están desbordadas y diciendo que, por favor, no expongan a los niños a las pantallas".

"Todo el que trabaje con la infancia tiene que entender el problema, su origen y sus consecuencias, pero también comunicarlo adecuadamente, porque es necesario llegar a las familias para que las cosas cambien. Es un tema de pedagogía y de divulgación sanitaria. Si me apuras hasta desde la preparación al parto ya habría que trabajar con las mamás y los papás".

"En la atención del niño sano, en las revisiones rutinarias, aparte de preguntarle por la alimentación y por el sueño, el tiempo libre, preguntamos ya por las pantallas. Es fundamental. El programa del niño sano es algo que tenemos a nivel nacional. Todas las comunidades lo hacemos medianamente bien, pero a veces no disponemos del tiempo suficiente, la formación o las herramientas".

"Yo pediría a las familias que sus hijos antes de los 3 años no tuvieran acceso a la tecnología. Y una vez que tengan acceso, que sea con control, con mucho control y mucho acompañamiento. Los primeros que no son conscientes de cuántas horas utilizan el móvil los niños son sus papás".

"A nivel regulatorio se puede hacer algo más. Hay que empezar a controlar de verdad la edad cuando se meten en una página, por ejemplo, una página de juego online, que es para mayores de 18 años, el acceso a la pornografía o determinados videojuegos. Tenemos que blindar la infancia y la adolescencia".

"Y por supuesto, hay que invertir en prevención y la prevención tiene que ir con información, pero no alarmista, sino información basada en la evidencia".

”



María del Pilar Mallada Viana

Vicepresidenta de la Asociación de Pediatría de Atención Primaria de Aragón



4

El gran desafío de la prevención empieza en el trabajo con las familias y debe incluir la Detección e Intervención Precoz.

“

"Nadie duda de lo importante que es la salud bucodental, pero en estos momentos es más importante la salud digital, por lo que además de la Higiene Bucodental promovería la Higiene Digital. Con una mala salud bucodental te puedes poner un implante, pero con la digital no te puedes poner un cerebro nuevo. No se está siendo consciente de lo importante que es instaurar una buena higiene digital desde la primera infancia".

"Igual que machacamos con que se laven los dientes, hay que machacar a los coles para que sean responsables y utilicen la tecnología de forma equilibrada".

"Estamos ante un problema de salud pública, sin duda alguna, que ha adquirido dimensiones de epidemia y que tiene difícil solución. La digitalización nos afecta absolutamente a todos y a todo, desde que nacemos. Afecta al estilo de vida, al desarrollo del niño a nivel cognitivo, psicomotor, el lenguaje, al desarrollo cerebral, músculo-esquelético, las habilidades sociales, la salud mental infantojuvenil ...".

"Es un tema prioritario que hay que tomárselo en serio, en el ámbito de la pediatría, sin lugar a duda, pero en muchos otros ámbitos también: de la educación, de la justicia, del control de Internet, de los grandes lobbies tecnológicos... La administración podría controlar, si quisiera, muchos más los contenidos de Internet, las edades de acceso, la publicidad.... Se puede y se debe hacer más".

"Las familias deben asumir lo que es la crianza. Nos venden el bebé feliz que duerme 8 horas, come cada 3 y llora y cuando tú quieras y se calla cuando tú quieras. Todo eso hay que desmontarlo. Tenemos una crianza idealizada. Es más, muchas veces para que ese cerebro se desarrolle bien, tengo que aprender a decir NO. Muchos centros tienen grupos de crianza, este sería un tema que se tendría que tratar, igual que se trata la lactancia".

"La labor del pediatra es, en todas las revisiones, en las consultas, ir sembrando. Igual que entran comiendo una piruleta y se la tiras a la basura, te entran con el móvil, se lo quitas y no pasa nada".

"Otra estrategia a impulsar sería la Detección e Intervención Precoz de todos los problemas relacionados con el uso de las pantallas, con formación, con recursos, dedicándole el tiempo necesario y con buenos circuitos de derivación, pero el problema es que Atención Temprana está saturada, Salud Mental Infanto-Juvenil está saturada...".

”



Julián Prieto Hergueta



Licenciado en Derecho por la Universidad Complutense. Ha desempeñado diferentes puestos en el Ministerio del Interior, siendo actualmente Subdirector General de Promoción y Autorizaciones de la Agencia Española de Protección de Datos (AEPD) y Responsable del área de menores.

1

La relación entre infancia y tecnología está generando una preocupación que no podemos obviar. La industria tecnológica ha sido capaz de crear una gran área de negocio con la información de los y las menores, monetizándola, influyendo en sus hábitos de consumo, su desarrollo personal y su vida. Velar por el interés superior del menor significa ocuparse de todo ello.

“

“El riesgo puede ser mayor o menor, pero existe y es un riesgo integral. No sé cuál sería el orden, pero se ve en las relaciones familiares, en la escuela, el desarrollo cognitivo, la salud mental, el acceso a contenidos para adultos, pornografía, apuestas... A nosotros son cosas que muchas veces no nos llegan directamente, pero nos nutrimos también de informes que advierten de todo ello. Es un problema integral, que va más allá de la protección de datos o de la ciberseguridad”.

“Desde la AEPD intentamos garantizar los derechos fundamentales de los menores, su privacidad, través de la protección de datos y lo que estamos viendo es que tienen una dependencia del entorno digital, que se compran y hacen lo que les digan los youtubers, los influencers... Las redes sociales buscan y captan menores, tienen su perfilado, que monetizan a medio o largo plazo. Debería preocuparnos la posibilidad de que haya entidades, empresas, con un perfilado de toda la vida escolar de los menores, mientras se produce el desarrollo de su personalidad y que eso se utilice para influir en su comportamiento y en los hábitos de consumo utilizando datos de carácter personal”.

“Lo que intentamos garantizar con el derecho a la Protección de Datos son los derechos y libertades de la población, en este caso de los menores, que se extienden incluso al derecho a la salud (que reconoce la Convención de Derechos del Niño y que incluye los problemas mentales por el excesivo uso de las pantallas), o el derecho a la educación. No se trata de protección de datos, sino de la vida misma de niñas y niños, que es sagrada”.

”



Julián Prieto Hergueta

Subdirector General de Promoción y Autorizaciones de la Agencia Española de Protección de Datos (AEPD)

**2**

Se trata de una problemática que requiere un enfoque multidisciplinar. Debemos avanzar en el trabajo legislativo y de ciberseguridad (poniendo controles y límites a la industria), pero también a nivel educativo y familiar.

“

"También creo que las empresas tienen mucha responsabilidad. Tienen mucho que ver en esta situación a la que hemos llegado. No olvidemos que al final, detrás de esta industria, hay intereses económicos y los flujos que se mueven son muy grandes. Algo tenemos que hacer, no sólo en materia de protección de datos sino también de servicios digitales. El compromiso de la industria debe ser mayor. Los fuegos de artificio no nos valen, se tiene que entrar más a fondo".

"El marco regulatorio siempre va por detrás de la realidad, pero existen desde hace años iniciativas de la Unión Europea, la AEPD, hay controles parentales, sistemas para la verificación de la edad.... El propio Reglamento General de Protección de Datos de 2016 sería un ejemplo del trabajo hecho a nivel normativo, para establecer un marco de garantías a medida que avanza la evolución de la tecnología. La AEPD está para ayudar en todo esto porque creemos que la protección de datos es una garantía de los derechos y libertades. La posibilidad de suspender servicios, de bloquear contenidos la tenemos, pero tal vez necesitemos una normativa global más ambiciosa".

"Un ámbito que me parece muy importante es el ámbito familiar. Las familias no le hemos dado la importancia suficiente al tema, no hemos tenido tiempo o simplemente hemos estado demasiado ocupados o cansados. No creo que sea cuestión de la brecha digital, ni comarto el término nativos digitales. Más bien creo que las familias nos hemos descuidado un poco y ha primado la parte de comodidad, de entretenimiento y estar tranquilos sin que los hijos nos molesten".

"Un padre decía que tenía una hija de 14 años que le cogió su teléfono y vio cómo a través del Whatsapp la humillaban, la vejaban... de todo. Y fue su propia hija quien le paró los pies, diciéndole que eso era normal, que era la forma actual de relacionarse. Hay una violencia digital absolutamente normalizada que nos tiene que activar, tomar conciencia y ponernos a trabajar. Creo que, por fin, nos estamos dando cuenta de la situación".

"Uno de los grandes retos tiene que ver con el ámbito familiar. Debemos trabajar con las madres y los padres para que puedan acompañar a sus hijos también en su vida digital, para que tengan otra perspectiva. Hay que reforzar las escuelas de padres".

”



Julián Prieto Hergueta

Subdirector General de Promoción y Autorizaciones de la Agencia Española de Protección de Datos (AEPD)

3

Aunque tengamos un buen marco jurídico, sigue habiendo margen de mejora. La normativa debe ser ampliada, consensuada y aplicada. Es necesario dar a conocer la normativa existente y, sobre todo, proyectar y poner en valor de manera coordinada todo lo que se está haciendo desde las instituciones, para que la ciudadanía pueda sacarle partido y resulte eficaz.

"Tenemos un buen marco jurídico, una normativa global. La Convención de Derechos del Niño de 1989 habla del interés superior del menor. Son 196 los estados firmantes y, por tanto, obligados por esa convención".

"Yo me incorporé en el 2011 a la Agencia con un proyecto divulgativo, formativo, de la autoridad de Protección de Datos irlandesa para menores. Más tarde se creó una unidad dedicada a la protección de los menores en el ámbito digital y creamos ya en 2015 un canal específico dirigido a los padres, los tutores, los monitores, los clubes deportivos..., todos los que tienen relación con menores. El canal de consultas hasta el momento lo mantenemos. El año pasado se recibieron unas 4000 consultas. Pero nos gustaría que nos conocieran más, sin duda".

"Se elaboraron y divulgaron también diferentes materiales y una URL específica para la educación de los menores (Tú decides en Internet), con ánimo de concienciación y sensibilización en el uso saludable de la Red... vídeos, materiales sobre cibercacoso, conductas adictivas, grooming, sexting.... Con ocasión de la Ley de Protección de Datos de 2018 y la introducción del derecho a la educación digital se impulsó desde un repositorio de materiales y contenidos para llevar a cabo esa educación digital que dice el artículo 83 de la Ley, y ayudar a docentes y familias".

"Se impulsó también un grupo de trabajo de menores, salud digital y privacidad, con un enfoque orientado al comportamiento adictivo, cómo prevenirlo, detectarlo, atenderlo.... Hemos colaborado en el Plan Digital Familiar de la Asociación Española de Pediatría. Se ha implantado el canal prioritario... Se ha hecho un esfuerzo enorme, pero tal vez no se nos conozca lo suficiente. Tenemos que mejorar a nivel de comunicación, de difusión y proyección social, para que recurran a nosotros y aprovechen lo que hacemos. En el canal prioritario ha trabajado la Fiscalía General del Estado, el Consejo General de la Abogacía, pero muchos agentes del cuerpo Nacional de Policía y personal del Plan Director se sorprenden cuando les hablas de él, porque no lo conocen. Se ha elaborado un sistema eficaz y garantista, con todos los derechos, de verificación de la edad... Se ha trabajado mucho".





Julián Prieto Hergueta

Subdirector General de Promoción y Autorizaciones de la Agencia Española de Protección de Datos (AEPD)

**3**

Aunque tengamos un buen marco jurídico, sigue habiendo margen de mejora. La normativa debe ser ampliada, consensuada y aplicada. Es necesario dar a conocer la normativa existente y, sobre todo, proyectar y poner en valor de manera coordinada todo lo que se está haciendo desde las instituciones, para que la ciudadanía pueda sacarle partido y resulte eficaz.

“

"Debería haber una mejor coordinación entre las instituciones, entre las agencias y organismos que trabajamos en esto. Tenemos que estar más coordinados, conocer cada uno lo que hace el otro para ser un buen prescriptor complementario. Tenemos un área de mejora ahí, porque se están haciendo cosas muy buenas en diferentes lugares del ámbito público. Nos falta llegar, llegar y llegar".

”**4**

Es una responsabilidad de todos y un desafío como sociedad.

“

"A mí me gustaría que todo esto que hemos desarrollado se aplique y nos quitásemos buena parte de los problemas relacionados con los menores, como puede ser el caso de las herramientas de verificación de la edad. Estoy convencido de que se evitarían muchos problemas".

"En el ámbito educativo, las cuestiones que se plantean en materia de Protección de Datos con los productos y servicios tecnológicos, con las plataformas de aprendizaje, es fundamental el cumplimiento estricto de la norma, porque con el ámbito educativo no se juega, con la Educación de las niñas y los niños no se puede jugar".

”



Julián Prieto Hergueta

Subdirector General de Promoción y Autorizaciones de la Agencia Española de Protección de Datos (AEPD)



4

Es una responsabilidad de todos y un desafío como sociedad.

“

"Hay que concienciar a las familias, conseguir que salgan de esa comodidad que están proporcionando las pantallas... y que se pongan en guardia, antes de tener el problema. Creo que debemos tener conciencia de que un niño de 10 u 11 años no puede acostarse con el móvil y estar chateando hasta altas horas. En esa parte de cultura, que cale y que llegue a las familias, nos falta mucho todavía. Hay mucho que hacer y que aportar. Nos gustaría que se nos conociese también por ello, no sólo por la parte sancionadora o represiva, también por la labor preventiva".

"El momento temporal que estamos viviendo ahora es muy importante, es un momento clave, lleno de urgencias y lleno de controversias. Son necesarias estrategias sólidas, políticas públicas basadas en la evidencia, que orienten las medidas regulatorias, la educación y la prevención, más allá de las prohibiciones, las limitaciones y las restricciones que pueden ser coyunturales".

"No puede ser que nos estemos formando opiniones o que se está construyendo una opinión pública a través de X, de una red social o de un video, con toda su capacidad de moldear comportamientos, en especial de los menores. Por eso es tan importante fomentar un pensamiento crítico".

"Nos queda mucho por hacer y hay que hacer mucho más. En el ámbito educativo y de concienciación familiar tenemos que llegar mucho más. Es una responsabilidad de todos. Debemos estar muy pendientes y comprometidos para aspirar a una nueva generación más saludable en el mundo digital".

”

ENTREVISTAS EN PROFUNDIDAD

- personas expertas internacionales



Leonardo Cervera Navas

Director-Secretario General del Supervisor Europeo de Protección de Datos. Experto en Derechos Digitales y Protección de Datos.

1

No hay duda de que la tecnología implica riesgos para los y las menores, especialmente por su potencial adictivo, por el acceso a contenidos inapropiados, o por el impacto a nivel cognitivo que puede suponer. A todo ello subyace cierta falta de ética en el propio diseño de las aplicaciones y en el modelo de negocio de partida.

“

“Lo primero es el elemento adictivo que suponen la tecnología, que verdaderamente estamos todo el día pegados al teléfono, o a las pantallas, porque están diseñadas de una manera que... tiene su ciencia detrás. Lo hacen de una manera que atraen la atención y no podemos salir de ahí”.

“Nosotros somos adultos y personas formadas, entramos en Facebook y los 5 minutos acaban convirtiéndose en 30... una persona que no tiene tanto control, ni es tan madura, un niño, lógicamente los 30 minutos se convierten en 3 horas. La falta de ética que hay en el diseño de las aplicaciones. Porque están hechas a sabiendas de su actividad, y a sabiendas de que están chupando la atención de colectivos vulnerables. El diseño es criminal”.

“Lo segundo es el acceso ilimitado de los jóvenes a contenidos inapropiados. Hace muchos años que se podrían haber implementado herramientas para limitar el acceso y no se ha hecho porque precisamente lo que van buscando estas empresas es el tráfico y el volumen. Cualquier usuario les vale para incrementar el volumen. Pero es una barbaridad que a día de hoy cualquier niño pueda tener acceso prácticamente a todos esos contenidos. Las empresas tecnológicas, que tienen tanto expertise y conocimiento para lograr soluciones tecnológicas en todos los ámbitos... luego cuando se trata de proteger a los menores, de repente se vuelve muy torpes y todo es muy difícil. Es indecente que no hayan hecho esto hasta ahora”.

“El acceso temprano a las pantallas puede afectar al desarrollo neuronal de los niños. Hay estudios serios que lo advierten claramente”.

“La ética digital es super importante. No ha habido un enfoque ético de la tecnología. ¿Por qué no hay un código deontológico para los ingenieros de la misma manera que hay un código deontológico para los médicos?, ¿Tú, como ingeniero, por qué te prestas a hacer algo que sabes que es malo, adictivo, tóxico para las personas que lo van a utilizar?”.

”





Leonardo Cervera Navas

Director-Secretario General del Supervisor Europeo de Protección de Datos

**2**

Para enfrentar los retos que supone el entorno digital para los niños, niñas y adolescentes es necesario trabajar en tres frentes: legislación, enforcement y conciencia social. Además, es imprescindible que exista un compromiso político, para dotar de recursos a los tres frentes. Debe convertirse en una prioridad para la Comisión Europea, dado que estamos ante una cuestión de salud pública.

“

“Hay que hacer las cosas bien, y para hacer las cosas bien es una combinación de legislación, enforcement y concienciación social, las 3 cosas”.

“La legislación se puede mejorar, pero lo básico ya está ahí. La Ley de Servicios Digitales lo dice claramente. Luego hay una legislación europea que permiten atajar el problema: el Reglamento General de Protección de Datos, la nueva Ley de Inteligencia Artificial, la Ley de Competencia Digital...”.

“Por muchas leyes que tengamos, por muchas declaraciones de buenas intenciones, si luego no se actúa, no avanzamos. La impunidad en materia de ciberdelincuencia a día de hoy sigue siendo muy grande. Con un nivel de impunidad así difícilmente vamos a proteger a nuestros jóvenes, es imposible. Hay que dotar a las fuerzas y cuerpos de seguridad a nivel europeo y nacional de los recursos suficientes para poder hacer esto”.

“Tiene que haber un compromiso claro por parte de la sociedad de que no se debe de dejar a los niños acercarse a estas cosas, que son tóxicas para su desarrollo mental. (...) Y eso no solamente tiene que ser por ley, tiene que ser también por compromiso social, con la ayuda de colegios y de padres”.

”



Leonardo Cervera Navas

Director-Secretario General del Supervisor Europeo de Protección de Datos

**2**

Para enfrentar los retos que supone el entorno digital para los niños, niñas y adolescentes es necesario trabajar en tres frentes: legislación, enforcement y conciencia social. Además, es imprescindible que exista un compromiso político, para dotar de recursos a los tres frentes. Debe convertirse en una prioridad para la Comisión Europea, dado que estamos ante una cuestión de salud pública.

“

“Lo que hay que hacer es que esas herramientas sean seguras y luego, que sean los colegios y los padres los que eduquen a esos niños de tal manera que se minimicen los riesgos y se aumenten las oportunidades. Hay oportunidades magníficas, para padres con pocos recursos, para chavales en países subdesarrollados, donde verdaderamente la tecnología les iguala con cualquier chaval europeo”.

“No es cosa de si está bien o está mal. Es que es un tema de salud pública, que está afectando a la salud de un 20% de la población europea. Es que los niños no duermen, no se concentran, fracasan en su desarrollo. Ya hay evidencia de que es un grave peligro y, por lo tanto, es una cuestión de salud pública, que tiene que ser una materia de top priority para la Comisión Europea”.

“Lo que hay que hacer es darle la prioridad política que necesita, y hay que darle la prioridad política con el dinero que esto necesita”.

”



Leonardo Cervera Navas

Director-Secretario General del Supervisor Europeo de Protección de Datos

**3**

Es imprescindible también que las empresas tecnológicas comiencen a regirse por un marco de autorregulación-regulada, un enfoque que combine autorregulación con organismos de vigilancia y verificación de cumplimiento.

“

"La clave aquí es la autorregulación regulada. Ese es el concepto clave que existe en muchos dominios y funciona muy bien. A mí me gusta poner siempre el ejemplo de la aviación comercial. La aviación comercial ha sido un éxito porque han funcionado sobre la base de la autorregulación regulada, es decir, ellos tienen unos sistemas de verificación autorregulatorios muy fuertes, inspectores... Cada avión se inspecciona por arriba y por abajo. Cada piloto tiene que pasar todos los controles. Pero luego están los organismos de aviación aérea, que son internacionales, que como detecten el más mínimo incumplimiento de la autorregulación, te ponen los aviones en el suelo en 24 horas".

"Con las empresas de tecnología tenemos que hacer lo mismo. Tenemos que dejarles que ellos se autorregulen, que tengan sus verificaciones. No hay que agobiarles con eso, pero hay un organismo internacional que está vigilando y a la mínima que intenten hacer trampas se les cierra".

"Hay que dejar a estas empresas que ellas mismas se regulen y que tengan sus propios verificadores... son muy buenas para eso. Pero combinado con un enforcement fuerte, que pueda actuar en un momento determinado".

"Hay muchísima experiencia en muchos sectores. El sector alimentario, por ejemplo, funciona sobre la autorregulación. Porque es imposible, no hay recursos públicos para estar verificando cada zanahoria que se pone en el mercado. Ellos tienen su sistema de verificación, estandarización, auditorías... Todo eso está más que inventado. Lo que pasa es que no se ha aplicado todavía en el ámbito tecnológico. Ellos van por libre. Si nos ponen una multa, la pagaremos... No, no va de eso. Ustedes tienen que tener sus propios mecanismos de compliance y hacerlo bien. Dar garantías. Eso es lo que ha faltado en el mundo tecnológico y a eso es a donde tenemos que ir".

”



Leonardo Cervera Navas

Director-Secretario General del Supervisor Europeo de Protección de Datos



4

Uno de los retos inmediatos es la inteligencia artificial. Es necesario que la sociedad conozca los posibles riesgos que puede representar, pero rebajando el miedo que se le atribuye.

“

“Esto de la IA verdaderamente va a cambiar el mundo. Echo mucho en falta un debate social sobre las implicaciones de la IA, por un lado, y que la gente no le tenga excesivo miedo, porque es un desarrollo tecnológico. Es como cuando llegó la electricidad. Está llegando la electricidad al pueblo. A partir de ahora tenemos tostadoras, farolas en las calles y ya está, no pasa nada. Pero claro, la gente tenía miedo, con los cables, que me voy a electrocutar... Y con todo esto igual. No hay que tenerle tanto miedo, pero la gente tiene que ser consciente de los riesgos que estas herramientas tienen”.

“Cuando vas a ir a una entrevista de trabajo ahora, si la decisión la va a tomar un algoritmo, y la decisión la va a tomar el algoritmo sobre las cosas que tú has puesto en Facebook... Esto son cosas que hay que decirles a los jóvenes, porque los jóvenes no son conscientes de que en un mundo así tu exposición puede afectarte más de lo que tú te crees. Porque ya, ahora, no es que el empleador haya ido y te haya buscado en Facebook e investigue sobre ti, sino que ahora será el algoritmo el que tendrá esa información sin que el empleador lo busque”.

“Creo que quizás se podría plantear a los jóvenes como una especie de salvaguarda. O sea, que ellos podrían ayudar a las generaciones que estamos más mayores para que la sociedad no vaya en una dirección equivocada. Porque ellos van a poder intervenir más, ellos van a venir al mercado laboral, ellos van a comprender mejor todos estos desarrollos. Y puesto que la implicación social va a ser tan grande, si ellos son conscientes y quieren ayudar, pueden ayudar mucho, porque va a ser un tema al que ellos van a enfrentarse. Si les damos el ownership a ellos pueden cooperar para que esto vaya en la dirección adecuada. Es una idea, que creo que habría que ponerlo en la mesa porque en 5 años estaremos en un mundo totalmente distinto del que tenemos hoy. Además, la oportunidad de negocio es tan grande, tanto dinero a ganar, que esto va a explotar”.

“El tema de la IA creo que es ahí donde viene la próxima batalla. Para que no nos vuelva a pasar lo que nos pasó, hay que actuar ya. Hay que hacer la acción social ya. Porque si no, vamos a llegar tarde otra vez. Y los daños, los niños que se han suicidado... los niños que se han perdido... que no son capaces de leer un libro porque los han machacado con las pantallas y no tienen la capacidad de concentración suficiente...”..

”



Daniel Kardefelt-Winther



Director del programa de investigación sobre infancia y tecnología en la oficina de investigación de UNICEF – Innocenti. Investigador principal del *Global Kids Online*. Su labor se centra en los retos y oportunidades para la infancia en el entorno digital. Autor de numerosas publicaciones de alto impacto científico.

1

En muchos casos se ha culpabilizado a la tecnología de los problemas de salud mental de la infancia y la adolescencia, obviando las difíciles circunstancias actuales. Simplificar el relato de ese modo y sobredimensionar el peso de los dispositivos digitales implica una mayor tardanza en encontrar buenas soluciones.

“

“Yo solo quiero remarcar que me preocupa un poco la tendencia que hay a nivel mundial por parte de muchos actores de pensar que la tecnología digital es el tipo de factor determinante para el empeoramiento de la salud mental de los niños. Pero yo creo que tenemos que ver este empeoramiento, o al menos interesarnos por la salud mental de los niños, en el contexto del cambio climático, circunstancias económicas realmente difíciles para las familias, futuros llenos de incertidumbre para los jóvenes, el deterioro de las democracias...hay tantas cosas ahora mismo, movimientos migratorios masivos...Nos acrillan con noticias todo el rato que muestran lo terrible que es el mundo”.

“A los niños también se les bombardea con todo esto, causándoles potencialmente mucha ansiedad por el futuro. Y mucha gente dice, no, no, es solo la tecnología y el hecho de que estén mirando a un iPhone todo el día. Creo que es una simplificación y que tenemos que tener cuidado para no exagerar el impacto negativo. Tenemos que entender cuándo y cómo tiene un impacto negativo en los niños la tecnología, no dar por sentado que es lo único determinante. Y eso es lo que me preocupa a mí. Creo que es importante entender realmente qué es lo que puede ser malo de la tecnología y no exagerar el impacto”.

“Es comprensible que los niños no se sientan muy bien en estos momentos, porque si miras cómo está el mundo, quiero decir, yo tampoco me siento muy bien, ¿no? Así que es muy importante. Tenemos que tener cuidado con no exagerar. Pero, al mismo tiempo, deberíamos reconocer que hay algunas cosas de la tecnología que claro, pueden no ser buenas. Esas son en las que nos tenemos que centrar”.

”



Daniel Kardefelt-Winther

Director del programa de investigación sobre infancia y tecnología en UNICEF – Innocenti. IP de Global Kids Online

2

Una de las grandes preocupaciones actuales es la lucha contra la explotación y el abuso sexual que sufren los niños y las niñas, ya que es una de las experiencias más perjudiciales que los y las menores pueden sufrir. La tecnología ha facilitado el acceso de los agresores a millones de niños y niñas, derivando en un abuso permanente, con graves implicaciones para su salud mental.

“

“Creo que hay dos formas de verlo. Una es fijarse en las prioridades en materia de políticas públicas y, hasta cierto punto, del gobierno. La pornografía ha sido un tema prioritario desde hace tiempo. Los casos de bullying, las preocupaciones sobre las adicciones, sobre el impacto en la salud mental, etc. Es bastante claro que a la gente le preocupa esto, a los padres les preocupa esto. Y la explotación y el abuso sexual son prioritarios desde una perspectiva de políticas públicas y gubernamentales”.

“En cuanto a nuestra perspectiva, la mía y la de mi equipo, y la de otros compañeros en UNICEF, en otras sedes, y también en muchas oficinas por país, la evidencia indica que la prioridad se centre en la explotación y el abuso sexual a niños y niñas. Y el motivo es porque es una de las experiencias más dañinas que pueda sufrir un niño o una niña, ya sea por culpa de la tecnología o no”.

“Gran parte del abuso sexual ocurre en persona, pero la tecnología ha añadido otro elemento ya que para los criminales es más fácil acceder a los niños o identificarlos mediante redes sociales, pero también puede hacer que el abuso sexual sea permanente, porque ahora hay vídeos y fotos, y los compañeros de clase puede sacar fotos comprometedoras de otros alumnos y compartirlo online. Y de repente, tienes todo este desastre. Así que, por nuestra parte, ahí es donde intentamos poner el énfasis”.

“Tendemos a dar prioridad a la explotación y abuso sexual porque es un tema muy grave. Y de verdad vemos en nuestros datos que afecta a la salud mental infantil de manera significativa. Y nos dimos cuenta de que la forma más productiva de estudiar estas cosas es fijarnos en experiencias particulares que ocurren en el ámbito digital, que podría ser bullying, por ejemplo, o una exposición potencialmente no deseada a la pornografía, o explotación y abuso sexual. Ahí es donde vemos el impacto más negativo en niños y niñas”.

”



Daniel Kardefelt-Winther

Director del programa de investigación sobre infancia y tecnología en UNICEF – Innocenti. IP de Global Kids Online

**3**

A pesar de ello, sería un error obviar los aspectos positivos que la tecnología puede ofrecer a niños, niñas y adolescentes. Para entenderlo es imprescindible escucharlos, sin prejuicios y con atención.

“

"Si pensamos, por ejemplo, en la cirujana general de Estados Unidos que hace poco hizo una declaración genérica de que las redes sociales causan problemas de salud mental en niños, nosotros pensamos que no es tan simple. Quiero decir, la respuesta política podría ser, vale, prohibimos las redes sociales y se acabó. Pero entonces te estás olvidando de todas las cosas buenas que genera. Así que en lo que nos centramos es en las experiencias realmente malas que pueden ocurrir en redes sociales y en cómo evitarlas".

"Algunos padres, parte del personal de la administración, algunos expertos podrían decir que pasar mucho tiempo jugando a videojuegos es malo para tu salud mental, pero entonces estarías en una situación difícil, porque no siempre es el caso. Para algunos niños, los videojuegos pueden ser muy buenos".

"Creo que si haces investigación cualitativa, que es algo que hicimos mucho en RITEC (Responsible Innovation in Technology for Children), escucharás a niños hablar de las diferentes formas en las que los videojuegos en este caso han contribuido a sus vidas de manera positiva. Y es muy evidente que cuando hablan y piensas en videojuegos, los ven como una influencia positiva en su vida".

"Sería bueno hacer más consultas a niños y niñas para entender exactamente: '¿Cuáles son las cosas que te preocupan?' Por ejemplo '¿Qué crees que deberíamos intentar entender realmente?' Creo que es muy importante".

”



Daniel Kardefelt-Winther

Director del programa de investigación sobre infancia y tecnología en UNICEF – Innocenti. IP de Global Kids Online



4

Los gobiernos deben centrarse en legislar para que las plataformas sean seguras y se proteja de verdad a la infancia y la adolescencia. Las empresas han de asegurarse de que niños y niñas no sufren experiencias negativas en sus plataformas. Por último, todas las instituciones y profesionales que trabajan con la infancia deben estar debidamente formados en todo lo relacionado con el entorno digital y cómo afecta a los y las menores. Urge un trabajo intenso y sostenido con las familias.

“

“Creo que el papel del gobierno es entender dónde y qué hay que legislar. Por ejemplo, si miras el ejemplo de Australia, donde están muy avanzados con la figura del E-safety Commissioner y han empezado a regular las plataformas. Básicamente, si las plataformas tienen cierto tipo de contenidos o si permiten que haga bullying u otro tipo de acoso, el gobierno puede sancionarles si no eliminan inmediatamente ciertos contenidos. La cosa es determinar cuál es el tipo de contenido que debería preocuparnos. Qué tipo de contenido no es bueno para los niños y las niñas. De nuevo, abusos sexuales, acoso, todo eso es muy fácil porque sabemos que es malo. Así que regulan para eso. Creo que realmente se trata de que los gobiernos implementen leyes que ayuden a que Internet sea un lugar mejor. Pero a veces es difícil saber cómo hacerlo. Y a veces los gobiernos no se atreven realmente a hacerlo porque la industria tecnológica es poderosa”.

“La industria de los videojuegos tiene que asegurarse de que los niños no tengan experiencias muy negativas en sus plataformas. [...] La empresa de videojuegos tiene la obligación de asegurarse de que los niños, por ejemplo, no vean pornografía en sus plataformas, de que no sean víctimas de abusos, de que la gente no los acose... Los legisladores tienen que implementar leyes; las empresas de videojuegos tienen que cumplirlas”.

“Un punto muy importante es que el gobierno tiene que asegurarse de que las distintas instituciones públicas que están al servicio de los niños, ya sean escuelas, policía, psicólogos, trabajadores sociales, personas de la administración de justicia, que todas esas personas que trabajan para el gobierno, y trabajan con niños, entiendan lo que la tecnología digital significa para los niños y cómo afecta sus vidas. Necesitamos que la policía entienda lo que son los delitos digitales, y cómo afectan a los niños, y cuáles son las consecuencias. Los trabajadores sociales tienen que poder hablar con los niños sobre compartir fotos sexuales o qué puede ocurrir cuando se hace eso u otras cosas que hacen los niños hoy en día. El gobierno tiene que asegurarse de que la gente que trabaja para ellos tiene la formación y las capacidades suficientes para hacerlo. Es muy importante”.

“Sería mejor probablemente invertir más en ayudar a padres a que entiendan cómo ayudar a sus hijos a que regulen el tiempo de videojuegos, y cómo jugar de manera saludable”.

”



Fulvia Prever

Presidenta de la fundación Varennna (Italia) de apoyo a la salud mental en la adolescencia. Experta en adicciones sin sustancia. Referente internacional en adicciones conductuales en mujeres (*European Association for the Study of Gambling - International Society for the Study of Behavioral Addictions*).

1

La relación adolescentes y tecnología es fluida, sin barreras. La utilizan para sentirse mejor, para evadirse de los problemas, por el sentido de pertenencia o como fuente de conocimiento. Pero no está exenta de riesgos o posibles consecuencias negativas: omnipresencia, capacidad de enganche, impacto a nivel cognitivo, de salud física y mental, higiene de sueño...

“

“Cuando pensaba en la relación entre tecnología y adolescentes: es una relación fluida, quiero decir, es un continuo de ellos con la tecnología, y hay como pequeños límites entre ellos y la vida e Internet. [...] Realmente es su vida, a veces, porque a veces su vida está ahí”.

“Es una forma de protegerte, entrar a este mundo, porque funciona como un antidepresivo. Es un lugar donde no piensas mucho en los problemas que tienes en el día a día. Esto es típico de los adolescentes. Es una forma de sentirte más competente, de sentirte menos solo, de sentirte más seguro, de sentirte identificado, y a veces es incluso una forma de mejorar el conocimiento. Ya no preguntan cosas a los padres. Ni siquiera preguntan a sus amigos. Sacan todo de Internet”.

“Diría que el periodo más problemático en un adolescente es entre los 11 y los 13. [...] Es tan fácil, incluso cuando estás muy equilibrado, engancharlos. Antes era solo la televisión, era una época en la que la famosa televisión cuidaba a los niños. Pero ahora esto es incluso peor, porque al menos la televisión solo estaba en casa durante unas horas, no todo el día. Esto lo tienes todo el rato en tu vida”.

“La relación puede ser problemática y ya vemos un montón de problemas de atención, sobre todo. Las redes sociales y los videojuegos hacen que tengan un lenguaje pobre, menos capacidad de reflexión y de concentrarse, y muchos síntomas como el TDAH. Incluso todos los problemas neurológicos, todos los problemas en la educación primaria, ahora el problema es el cuello porque siempre están encorvados sobre el móvil.. El principal problema de la tecnología con la gente joven es el sueño, problemas de sueño porque tiene un impacto en el colegio, en la vida, con su equilibrio...”.

”





Fulvia Prever

Referente internacional en adicciones conductuales en mujeres (International Society for the Study of Behavioral Addictions)



2

Se han constatado importantes diferencias de género: las redes sociales afectan más a las chicas, fruto de la comparación social constante, con modelos aspiracionales inalcanzables. En las generaciones más jóvenes, las diferencias de participación en el gaming y el gambling están disminuyendo, aunque siguen existiendo más riesgos colaterales para ellas.

“

“Entras en contacto con el mundo, y es genial y maravilloso. Y a la vez te sientes deprimido porque no lo estás. Aquí entras en contacto con un mundo bonito que no está a tu alcance offline. Y la depresión, a este adolescente le gustaría ser como algún influencer, pero no lo son. Y sus especificidades de género deben comprenderse sin falta.”

“Algunos problemas graves están relacionados con el uso excesivo de Instagram, principalmente en lo que respecta a la depresión, vinculada a una baja autoestima al mirar un “yo ideal” que nunca se alcanza. Admirando este ideal, sin vida interior. Los y las adolescentes están tan ansiosos de ‘likes’ y aprobación que utilizan filtros todo el rato, incluso si son chicas guapas. Nunca subes una foto como es, siempre con filtros, con manipulación, siempre buscando una versión mejor y realmente se ha llegado a un punto en el que ya no tienes percepción de tu cuerpo como es, como ocurre con la anorexia. Esto conduce a un posible dismorfismo, lo que lleva a otro tipo de adicción, la necesidad de manipular continuamente la imagen corporal. Es el problema de los países asiáticos, todas las chicas aplican tantos filtros a las imágenes y nunca como son en realidad. Así que esto significa que la imagen que tienes de ti es la idea de ti estando seguro, siendo egoísta y esto hace que nos estemos volviendo locos”.

“La adicción a Internet incluye una amplia gama de comportamientos: sociales, mediáticos, juegos y más, pero si se define la adicción a Internet únicamente como trastorno por juego, tal y como se recoge en el DSM5, se podría decir que Internet es predominantemente masculino, pero si se tiene en cuenta también la adicción a las redes sociales, entonces el componente femenino es muy evidente. También hay un aumento de mujeres que se conectan a Internet para apostar, mujeres jóvenes”.

”



Fulvia Prever

Referente internacional en adicciones conductuales en mujeres (International Society for the Study of Behavioral Addictions)



2

Se han constatado importantes diferencias de género: las redes sociales afectan más a las chicas, fruto de la comparación social constante, con modelos aspiracionales inalcanzables. En las generaciones más jóvenes, las diferencias de participación en el gaming y el gambling están disminuyendo, aunque siguen existiendo más riesgos colaterales para ellas.

“

“Para videojuegos y apuestas, bueno, es más o menos cosa de chicos, pero ahora está muy claro que las mujeres, especialmente en países asiáticos, en Corea, son más que los hombres, pero incluso aquí no tenemos cifras realmente porque la mayoría de las chicas usan un avatar masculino, porque si usan un avatar femenino les acosan, les hacen ciberbullying y les insultan. Esto pasa también en mesas de apuestas. En mesas de poker online no hay avatar, pero tampoco tienes tu nombre. Las mujeres que juegan o hacen apuestas online tienen el mismo riesgo de ser atacadas que en la vida real y en el juego lo que ocurre es que eligen un avatar masculino así que no ves las cifras reales de la participación de mujeres. [...] El avatar femenino está muy hipersexualizado, y no les gusta. Así que yo diría que altera la principal diferencia, pero las mujeres tienen muchos problemas en paralelo”.

“Con la evolución de los juegos de azar en línea, tenemos cada vez más juegos de azar en línea que en persona y yo diría que las diferencias de género y los perfiles femeninos se están acercando a medida que disminuye la edad, ya que las adolescentes juegan en línea como lo hacen los adolescentes varones.”.

”



Fulvia Prever

Referente internacional en adicciones conductuales en mujeres (International Society for the Study of Behavioral Addictions)



3

Respecto al juego y las apuestas (*gambling*) a pesar de la expansión del juego *online*, la preocupación debe centrarse sobre todo en el juego presencial (los rascas, las apuestas en los bares...), por su fácil accesibilidad y la normalización que ha alcanzado y el peligro que supone su vinculación al mundo del deporte. Respecto al *gaming*, se ha comprobado que en los videojuegos infantiles se están introduciendo ya juegos de azar encubiertos (como las *loot boxes*), aunque a veces sin dinero real de por medio.

"Si eres un chico que hace deporte, por ejemplo, es menos probable que te metas en videojuegos porque tres veces a la semana tienes que entrenar o lo que sea. Pero, por otro lado, estos eran los que estaban más en riesgo porque con 16 o 17 empiezan a hacer apuestas deportivas porque creen que saben mejor cómo funcionan los deportes".

"Además, ahora las apuestas deportivas en línea son promovidas por los influencers preferidos de los y las adolescentes, que pueden obtener fácilmente bonificaciones para apostar gratis o enlaces para cambiar de plataforma de apuestas, también a partir de algunas redes sociales, o con la ayuda de amistades más mayores".

"Volviendo al adolescente, creo que son jugadores que apuestan de manera física. El problema ya existía, como los menores que compran tarjetas tipo rasca y gana. Recuerdo haber visto a niños de 11-12 años en un bar que sabían mucho mejor que yo cómo funcionaba la máquina tragaperras. ¿Cómo puedes hacer para evitar que los jóvenes entren en los bares donde va todo el mundo en Italia de los 0 a los 100 años a tomar café, leche, o un bollo? No importan las palabras. Importa lo que ven. Si ven que ahí puedes tomar café, comer un croissant y jugar, ¿cuál es la diferencia? ¿Por qué eso está bien y esto está mal?".

"Era tan fácil acercarse al juego físico, tan fácil de alcanzar".

"La tecnología dio un paso más con la posibilidad de tener esto en un smartphone. En 2018-2019 hemos visto máquinas tragaperras pequeñas sin dinero. Que se llamaban Mi pequeño pony, mi pequeña granja, que son hasta los 3-4 años. Hemos visto apps gratuitas que los padres pueden darles porque es como un juego que era realmente como una tragaperras con tres ponis. En los videojuegos, cuando aún no tienes 18 empiezas a tener cajas de recompensas, que guardan un gran parecido con las apuestas dentro del juego. Esto significa que pagas algo por tener una caja en la que dentro quizás haya un arma u otra herramienta para ganar, o quizás no".

99



Fulvia Prever

Referente internacional en adicciones conductuales en mujeres (International Society for the Study of Behavioral Addictions)



4

A nivel de prevención una de las prioridades ha de ser formar a padres y madres, con la idea de disminuir la sobreprotección y al mismo tiempo que tomen conciencia de los riesgos existentes, tarea que no es fácil. Es necesario trabajar los factores que ayuden a empoderar a los y las jóvenes en su relación con la tecnología, por lo que es fundamental escucharles. Por último, se subraya la necesidad de diseñar planes de prevención a nivel nacional e internacional (diseñados y ejecutados por profesionales acreditados) y mejorar la comunicación entre familia y escuela.

“

“A veces los padres no quieren dejar que se les quite el móvil a sus hijos en el colegio porque tienen la idea de que siempre tienen que estar en contacto, controlarlos. Los padres los rastrean, siempre quieren saber dónde están, con esta falsa idea de que controlarlos te puede decir la verdad de lo que está ocurriendo. De verdad creo que es algo que puede disminuir su idea de independencia y de construir unas bases seguras”.

“Comprueba qué tipo de capacidad tiene la gente joven para poder empoderarlos y evitar este tipo de usuario. Con capacidades quiero decir también las capacidades de relacionarse con los padres, capacidades personales...que son las áreas en las que podemos trabajar para tener un mejor programa de prevención. [...] Tenemos que ver cuáles son las áreas que podemos fortalecer, más que los peligros que pueden ocurrir”.

“Tenemos que escucharlos, hacer que se sientan escuchados. Escucharlos y tener charlas en familia, donde podamos hablar con ellos de una forma hábil, no con la idea de que tenemos la verdad en mente”.

“Así que lo primero de todo es que los padres y madres tienen que saber lidiar con esto. Incluso esta generación, que es una generación más tecnológica, a veces no se dan cuenta de cuáles son los peligros en Internet. Me refiero, están dentro, pero no conocen los peligros. No saben cómo usarlo, no se protegen ellos mismos”.

“Quizás el foco debería ponerse en los programas educativos, pero no solo para los niños, para familias, porque tenemos que entender que los móviles son como cualquier otra herramienta en casa”.

”



Fulvia Prever

Referente internacional en adicciones conductuales en mujeres (International Society for the Study of Behavioral Addictions)

**4**

A nivel de prevención una de las prioridades ha de ser formar a padres y madres, con la idea de disminuir la sobreprotección y al mismo tiempo que tomen conciencia de los riesgos existentes, tarea que no es fácil. Es necesario trabajar los factores que ayuden a empoderar a los y las jóvenes en su relación con la tecnología, por lo que es fundamental escucharles. Por último, se subraya la necesidad de diseñar planes de prevención a nivel nacional e internacional (diseñados y ejecutados por profesionales acreditados) y mejorar la comunicación entre familia y escuela.

“

“Algunos colegas hicieron este proyecto que es como el carnet de conducir, pero del móvil. Este carnet de móvil que es algo que les das a los padres e intentar empezar juntos una intervención desde los seis años”.

“Primero, hay que tener un plan en cualquier país. La prevención es algo que se deja a la buena voluntad del profesor, del colegio. Un buen uso de la tecnología debe incluirse porque van a encontrarse con la tecnología en su vida, en el colegio y fuera, así que tiene que ser algo que incluya a las familias y tenemos que trabajar en ello en los colegios. [...] Con gente de un buen nivel capaz de dar buenos consejos y hacer un programa”.

”



Emilio Puccio



Secretario general del Intergrupo de los Derechos de la Infancia del Parlamento Europeo. Miembro del Consejo Asesor de la *International Association of Internet Hotlines*, para la lucha contra el abuso sexual infantil. Experto en derechos digitales y de la infancia.

1

Para un análisis adecuado de la situación actual es necesario comenzar por la creación de un Glosario que ayude a clarificar términos, a discernir bien de qué estamos hablando. Convendría también identificar las medidas de prevención que se están articulando y que pueden ayudar a alcanzar el necesario equilibrio entre proteger a los y las menores (a través de las necesarias restricciones) y empoderarlos (aunque ello signifique asumir ciertos riesgos).

“

“Yo pienso que es muy importante hacer como una especie de glosario, un glosario de identificación de lo que estamos hablando. Que explique cuál es el tipo de contenido al que nos estamos refiriendo. Y eso, de verdad, nos va a ayudar mucho a nivel europeo también, y creo que va a ayudar mucho también a las comunidades autónomas a identificar cuál es el problema y la gravedad del problema”.

“Sí o sí, no podemos permitir a los niños tener acceso a la pornografía. Es que lo siento ahí. No es ser represivo, o ser falsos o no ser progresistas. Que no se puede, porque esto está demostrado, que el acceso a la pornografía luego tiene consecuencias muy negativas. También que la persona pueda cumplir más delitos de violencia contra la mujer”.

“Sería interesante intentar ver cuáles son las medidas de prevención que se pueden hacer, y no necesariamente de una sola manera. (...) Partimos del punto de partida de que los niños tienen que ser también empoderados, es decir, no queremos crear un mundo en que los niños estén relegados a un rincón pequeño”.

“Es importante aceptar que es parte del proceso de crecimiento pasar por fases de exposición a riesgos. Sería muy importante saber cómo podemos equipar a los niños para reconocer estos riesgos, incluso prepararlos para estar expuestos a ellos, ya que van a poder tener que enfrentar efectos dañinos, van a tener que experimentar cosas dañinas. Si que hay cosas que no queremos que pasen, es obvio. Pero otras pueden ser aceptables, como parte del camino del crecimiento personal de los niños mismos y de su empoderamiento”.

”



Emilio Puccio

Secretario general del Intergupo de los Derechos de la Infancia del PE. Miembro del Consejo Asesor de la International Association of Internet Hotlines, para la lucha contra el abuso sexual infantil



2

En Europa se ha hecho un gran esfuerzo a nivel legislativo, pero sigue habiendo carencias y limitaciones. Se han establecido medidas que han de cumplir las empresas del sector digital. Es fundamental seguir trabajando con valentía a nivel legislativo, porque la autorregulación no es suficiente y el poder de la educación, limitado. Poner un énfasis excesivo en la educación implica un serio riesgo de exonerar de responsabilidad a proveedores y trasladarla a los y las usuarios.

“

“Hay que ser muy honestos. A nivel europeo, hay ciertas medidas que nosotros nunca podremos llegar a hacer. Simplemente porque no son nuestra competencia. El enfoque que hemos tenido hasta ahora ha sido muy bueno, es decir, hay que identificar medidas específicas, obligaciones específicas que estén dirigidas a las empresas, a los proveedores”.

“No creo mucho en el poder de la autorregulación, es decir, no pienso que debería dejarse, o sea, evidentemente un margen de maniobra, sí, pero no puede ser la empresa misma, Facebook y Meta, cuando les da la gana de decidir si actuar, medidas de seguridad o no, en decidir si hacer una cosa o no. Pienso que es justamente el papel del legislador, de la persona que toma las decisiones, el decirles, pues hay unas obligaciones de resultados específicas que tienen que ser cumplidas”.

“Las medidas de seguridad por defecto, la safety by design, pienso que es muy importante que la gente entienda que es la única manera de hacerlo para, de verdad, aumentar la prevención y también hacer entender que no se trata simplemente de medidas restrictivas. Se trata realmente de crear un entorno que es seguro por defecto”.

“La gente se piensa que la educación es como silver bullet, como la panacea, la respuesta a todas las cosas. Y sí lo es, entre comillas. Es obvio que el objetivo general tiene que ser empoderar a los niños y equiparlos con las medidas necesarias para que ellos mismos puedan identificar los riesgos. Pero también muchas veces, eso luego puede ser utilizado para exonerar de responsabilidades a las personas, en plan, como si fuese una especie de culpa de los chavales, ¿me explico? en plan: ‘Hombre, es que ya lo tienen todo. Hemos invertido en estas medidas de seguridad, les hemos dicho cuáles son las cosas que hacer... pues si no lo hacen pues es su culpa’. La educación es importante, pero si no está acompañada de la intervención del legislador que identifique obligaciones específicas a las empresas, y a las personas responsables, tampoco va a ser una solución”.

”



Emilio Puccio

Secretario general del Intergrupo de los Derechos de la Infancia del PE. Miembro del Consejo Asesor de la International Association of Internet Hotlines, para la lucha contra el abuso sexual infantil



3

Como aspectos de mejora de la legislación articulada a nivel nacional y europeo convendría apostar más por la detección precoz de material de abuso sexual infantil y por la eliminación permanente de aquel contenido dañino que suponga una revictimización de los y las menores.

“

“El anteproyecto se pone justamente dentro del marco europeo y está siguiendo directivas europeas..., todo esto lo veo muy relevante. Pero la primera fase de cualquier tipo de búsqueda siempre tiene que ser la identificación del problema. Las cifras ahora las tenemos, antes ni las teníamos, ahora sí tenemos las cifras que son, de verdad, espantosas, de los números de imágenes de pedo-pornografía que están distribuidas en la Red. Están a nivel mundial, tenemos también los datos de Europa. Entonces, lo que yo pienso y también debería ser mucho mejor el anteproyecto, es que para que realmente podamos tener una solución a un problema real, tenemos que detectarlo primero”.

“El foco tiene que ser, muy importante, en la detección del material pornográfico. Estas medidas obligatorias tienen que, de verdad, obligar a las empresas porque no lo va a poder hacer la policía sola, no va a tener la capacidad, ni siquiera va a tener las herramientas para poder de verdad. No podemos prescindir de trabajar junto a las empresas, de identificar una vez más unas obligaciones para ellas y responsabilizarlas, porque una vez que haya una obligación, en caso de no cumplimiento de la obligación, ese es un delito en sí, ¿me explico? Y entonces, es decir, la detección, la identificación de material pornográfico es importante”.

“Y la retirada de la red también es importante, porque realmente cuando hablamos de delitos, hablamos de cosas que tienen unas repercusiones para toda la vida de un niño. Si dejamos esta imagen todo el tiempo ahí, que pueda ser redistribuida, estamos condenando a la persona que está en la imagen a un ciclo total de constante revictimización. Entonces sí, yo pienso que el anteproyecto está yendo bien, pero lo siento, hay que hacer más y tiene que meterlo ahí, claro, que la detección y retirar el material pornográfico es imprescindible y no veo mucho foco en ellos, sinceramente”.

”



Emilio Puccio

Secretario general del Intergrupo de los Derechos de la Infancia del PE. Miembro del Consejo Asesor de la International Association of Internet Hotlines, para la lucha contra el abuso sexual infantil



4

A nivel de investigación, se ha hecho un gran esfuerzo en analizar el potencial adictivo y el impacto sobre la salud, pero es importante también estudiar con mayor profundidad cómo se construye el conocimiento en los niños y niñas, cuál es el efecto de la desinformación, y cómo afecta todo esto a la toma de decisiones.

“

“¿Cómo es la manera en que los niños, hoy en día, y las niñas y los adolescentes sacan informaciones? Es exclusivamente por Internet, por TikTok, ellos van por otros medios”.

“Entender cómo es la búsqueda de información y cómo es la manera en que los niños, niñas y adolescentes están buscando información que pueda luego llevar a influenciar, construir opiniones y tomar decisiones”.

“Cómo es el efecto de la desinformación y de la falta de verificación de los hechos. Cuál es el efecto que puede tener, también en los niños, a la hora de tomar sus propias decisiones”.

”

5

La participación de los niños, niñas y adolescentes debe ser lo más plural posible, prestando atención a quienes pertenecen a grupos minoritarios o colectivos especialmente vulnerables.

“

“El pertenecer a un grupo minoritario o a diferentes grupos minoritarios les pone, efectivamente, en una situación de vulnerabilidad, que necesitaría de medidas específicas para su protección”.

“En los medios de comunicación que haya una representación de la sociedad en su conjunto. Esto ayuda a los niños que pertenecen a estas minorías, porque también van a tener unos role models positivos en los que poder inspirarse”.

“Cuando hablamos de participación activa, el abanico de niñas, niños y adolescentes que nosotros tenemos que involucrar, que sea muy representativo. Es decir, tanto de las minorías, como con personas que pertenezcan a grupos vulnerables, a distintos niveles socioeconómicos, y que sea una muestra sociodemográfica muy representativa”.

”



Andrea Tognoni

Head of EU Affairs en la fundación 5Rights. Especialista en políticas de protección de los menores en el entorno digital de la Unión Europea. Experto en derechos digitales y derechos de la infancia.

**1**

La tecnología es un elemento omnipresente en la infancia y la adolescencia actual. Su uso tiene grandes potencialidades, pero este enfoque positivo no es el predominante. El entorno digital trata a menudo a las niñas y los niños como a personas adultas y no siempre tiene en cuenta sus derechos.

“

"Hay muchos estudios sobre la relación que tienen los adolescentes con la tecnología. Está omnipresente en sus vidas. No se puede evitar, no puede un adolescente o un niño hoy en día vivir normalmente sin acceso, de algún tipo, a la tecnología. Y creo que esto también fue un efecto del COVID, que incluso en el acceso a la educación creó esta necesidad adicional de tener un contacto con la tecnología más regular y de hacer pasar muchas relaciones, que antes eran en persona, por el trámite de dispositivos digitales".

"Es una relación que también tiene mucho potencial positivo, pero por lo que uno puede ver en este momento, no se está direccionando la tecnología mediante reglamentos, ni mediante la forma de los estándares para producir la tecnología que los menores necesitan, maximizando los beneficios y minimizando los riesgos".

"Se ha tenido hasta ahora un enfoque más sobre la educación y dar a los menores los instrumentos para defenderse, o para estar seguros en un entorno que es, por defecto y por diseño, peligroso y que, por defecto y por diseño, no potencia los beneficios para los menores, en tanto que usuarios, sino que está diseñado con otros objetivos. Los productos y servicios sobre los que se desarrolla esa experiencia digital no tienen en cuenta que hay una presencia muy importante de menores y esencialmente los trata como si fueran adultos".

"Si las redes sociales funcionan por defecto de sistemas de recomendación que buscan un determinado objetivo, estos objetivos no tienen en consideración los derechos de los niños en el momento en que son desarrollados, diseñados, e integrados en las redes sociales".

”



Andrea Tognoni

Head of EU Affairs (fundación 5Rights). Especialista en políticas de protección de menores en el entorno digital de la UE



2

El impacto que un mal uso de la tecnología tiene en los y las menores es indudable, la evidencia científica así lo demuestra. Cada producto o servicio utilizado presenta sus propios riesgos, en función de los mecanismos con los que ha sido diseñado y según el modelo empresarial que hay detrás.

“

“Desde hace años, ya lleva más de una década, que los impactos sobre salud mental, relaciones, hábitos y costumbres diarias de los menores son enormes. Hay muchos estudios sobre el tema, pero todavía falta un abanico temporal suficiente para verificar y evaluar los impactos a medio y largo plazo”.

“El modelo empresarial y modelo económico de cada servicio determina el tipo específico de riesgos que suponen”.

“En los videojuegos hay una incidencia mayor de riesgos ligados al aspecto comercial, como exposición a funcionalidades tipo juegos de azar, de presiones comerciales sobre los niños. En las redes sociales, hay todo el abanico de riesgos relacionados con el contenido, riesgos ligados a conductas de otros, contacto con adultos, a los que los niños no deberían estar expuestos”.

“Más que el contenido de por sí, el problema es la forma en que los menores son empujados hacia ese contenido, empujados hacia un tipo de conductas dañinas, contactos dañinos... y esto es consecuencia del diseño. El diseño de las redes sociales apunta a maximizar los datos obtenidos, el tiempo que los niños pasan en las redes, el contenido tanto consumido como producido, y el efecto de network, es decir, empuja al contacto con más y más miembros de la red social. Y esto lleva a que contenidos más extremos sean propuestos por los sistemas de recomendación de las redes sociales a los menores; que contactos con desconocidos, o adultos, o personas que suponen un riesgo, sean propuestos o sugerido conlleva que, en sus actividades, los niños den cuántos más datos posibles de sí mismos, que luego serán utilizados para propósitos comerciales, pasados a terceros...”.

“Contenidos relativos al suicidio, por ejemplo, uno los podía encontrar en Wikipedia, si fuera un menor. La diferencia esencial es que una vez que uno haya buscado información sobre el suicidio en Wikipedia, Wikipedia no te va a sugerir que vayas más al fondo, no te va a recordar que ‘oye, ayer estabas buscando esto, a lo mejor te interesa saber esto otro’, no va a pasar esa información a terceros interesados en usar esa información para capturar tu atención”.

”



Andrea Tognoni

Head of EU Affairs (fundación 5Rights). Especialista en políticas de protección de menores en el entorno digital de la UE



3

No basta con poner el foco en la prevención escolar y familiar, pues no van a la raíz del problema. Es fundamental la prevención ambiental, legislar y hacer cumplir las leyes, que las empresas tecnológicas cumplan las normas y reglamentos desarrollados, para que el entorno digital sea respetuoso *per se* con los derechos de la infancia. La industria tecnológica debe hacer mucho más desde el punto de vista de la responsabilidad social.

“

“Este enfoque de ‘debemos darles los instrumentos, tanto a los niños como a los padres, para protegerse’ no va a la raíz del problema. Es un problema estructural, de cómo el entorno digital está estructurado por parte de las muchísimas empresas que han establecido los criterios de funcionamiento”.

“Hay muchos discursos sobre las prohibiciones y creo que hay dos problemas esenciales con esto. El primero es que al prohibir algo que sigue existiendo, en vez de cambiarlo, se corre el riesgo de distraer la atención de la necesidad de cambiarlo”.

“Cuando hablamos de políticas para aumentar la seguridad de los niños en el entorno digital, la parte de literacy education, la consideramos como algo complementario, que se tiene que hacer, pero que en políticas digitales no tiene que distraer de la necesidad urgente y masiva de cambiar el entorno y cómo este entorno está diseñado. Porque podemos educar a los niños cuánto queramos, pero si el entorno en el que se mueven tiene truco, tiene trampa, no hay nivel de educación que sea, de por sí, suficiente, si no se cambia también ese sistema”.

“Los controles parentales y la educación son parte de la solución, pero sin el cambio de diseño del entorno, no. No van a servir casi de nada”.

“Las empresas no están haciendo bastante, ni bastante rápido. Siempre que hay cambios, son marginales, cosméticos. Ninguna plataforma, de momento, está intentando hacer un cambio radical. Algunas acciones van en la dirección correcta, pero son respuestas a una presión normativa. Se podría hacer mucho más, sobre todo, a nivel de inversión, en compromiso de las empresas con encontrar soluciones a estos problemas”.

”



Andrea Tognoni

Head of EU Affairs (fundación 5Rights). Especialista en políticas de protección de menores en el entorno digital de la UE

**3**

No basta con poner el foco en la prevención escolar y familiar, pues no van a la raíz del problema. Es fundamental la prevención ambiental, legislar y hacer cumplir las leyes, que las empresas tecnológicas cumplan las normas y reglamentos desarrollados, para que el entorno digital sea respetuoso por se con los derechos de la infancia. La industria tecnológica debe hacer mucho más desde el punto de vista de la responsabilidad social.

“

“La Observación General nº25 a la Convención sobre Derechos de los Niños es el documento de referencia que reconoce o elabora los derechos de los niños, tal y como están ya reconocidos en la Convención, en el entorno digital. No creemos que haya derechos específicos o diferentes en el entorno digital que el mundo real. Todos los menores de 18 años tienen derecho a todos sus derechos en el entorno digital, y no solo en las partes del entorno digital que uno pueda presumir que estén diseñadas específicamente para los niños, sino en todos los sitios del entorno digital donde los niños acaban viviendo sus vidas”.

“No solo los Estados, sino también las empresas tienen una responsabilidad respecto estos derechos. No hay que olvidar que la gran diferencia del entorno digital con respecto al mundo real es que, todo lo que es el entorno digital se diseña, se produce, se controla por acción humana. Los actores responsables del diseño y de las normas que regulan el funcionamiento digital, también tienen una responsabilidad sobre el reconocimiento de la presencia de los niños en ese entorno y, como consecuencia, el respeto de sus derechos. Y hasta ahora no la ha habido”.

”



Andrea Tognoni

Head of EU Affairs (fundación 5Rights). Especialista en políticas de protección de menores en el entorno digital de la UE

**4**

La investigación se ha de formular con un fin propositivo y, respecto a la legislación, se necesitan tanto normas globales como desarrollo de estándares técnicos. La voz de chicos y chicas debe ser escuchada, para poder tener una mirada en positivo, que indique el ideal hacia el que construir. No es fácil, pero urge empezar de verdad.

“

“La investigación tendría que intentar desarrollar más las conexiones entre el riesgo y el impacto negativo, con elementos, funcionalidades o aspectos específicos de los servicios (...) cambios prácticos necesarios en el diseño del entorno digital”.

“A nivel de leyes, creo que hay muchos ejemplos positivos. Ha habido mucha actividad legislativa, pero queda todavía por ver el impacto completo de estas normativas”.

“El verdadero potencial de las leyes, en mi opinión, es el potencial de cambio radical, del modelo y del diseño de las plataformas”.

“Necesitamos normas globales a partir de principios, por ejemplo, como el comentario general núm25, pasando por las normativas como el DSA (Reglamento de Servicios Digitales) europeo, y normas para aplicar los principios, hasta el paso más detallado que son los estándares técnicos, sobre cómo diseñar, desarrollar y evaluar productos y servicios digitales”.

“No se puede tener el equilibrio justo sin tener en cuenta la voz de los niños. Aportaría una perspectiva mucho más real de sus necesidades en el entorno digital, positivas y negativas”.

“Siempre es interesante mirar hacia lo que quieren los niños, y no solo hacia los problemas que tienen, a lo que ven como como ideal, no focalizándonos en lo que hay que parar, sino en cuál es el entorno digital que quieren los niños, cuáles son sus características. Los niños son los mejor situados para ello”.

“Nadie dijo que iba a ser fácil, pero el imperativo de hacerlo quita toda duda de en medio”.

”

04

CONCLUSIONES



CONCLUSIONES

Las y los ADOLESCENTES sí se enteran



Los chicos y chicas informan de un [inicio digital cada vez más temprano](#) y alertan de los distintos [riesgos](#) que ello puede suponer, especialmente con respecto a la [exposición y acceso a contenidos inapropiados](#) para su edad, y al [enganche](#) que pueden producir los videojuegos, las redes sociales y la pornografía.



El ámbito digital no es más que otro [escenario donde relacionarse](#) socialmente con sus pares, cuestión primordial en la etapa adolescente. En este escenario se reproducen viejos patrones *offline*, como los [estereotipos y roles de género](#), que se reflejan en las diferentes formas de [entretenimiento de chicos y chicas](#) y en la [desigualdad en sus interacciones](#).



Las propias chicas y chicos verbalizan su [necesidad de límites y acompañamiento adulto en el ámbito digital](#), tanto por parte del [profesorado, como de su familia](#), quienes necesariamente [han de formarse](#) para poder hacerlo de manera eficaz.



CONCLUSIONES

Los padres y las madres también (no tanto y no todos), pero no saben muy bien qué hacer



Los padres y madres se **sienten abrumados, sobrepasados y desbordados** ante el uso de la tecnología que hacen (o pueden hacer) sus hijos e hijas, que impregna de manera transversal sus vidas.



Son muchos los riesgos que señalan, entre los que destacan: el **impacto a nivel cognitivo**, el **coste de oportunidad** que supone frente a otros intereses, la **exposición y acceso a contenidos inapropiados** de manera temprana, su **potencial adictivo** y el **impacto en sus interacciones sociales**.



La **influencia** que ejerce el medio digital sobre sus hijas e hijos en la **construcción de su persona** también es motivo de preocupación. Tanto lo relacionado con los **valores de la sociedad del consumo y la inmediatez**, sus **modelos aspiracionales**, el **sexismo**, la **presión estética** o la **hipersexualización de la infancia y la adolescencia**.



CONCLUSIONES

El profesorado tiene ganas de empezar a cambiar, a construir las competencias digitales sobre la base de unas buenas competencias humanas



El profesorado constata un **acceso cada vez más temprano a los dispositivos digitales** por parte de su estudiantado y alertan de los diferentes **impactos** que esto puede suponer: a nivel **cognitivo**, por el **coste de oportunidad** que representa, en su **formación como personas**, y por su **potencial adictivo**, llegando a comprometer su **higiene del sueño**.



Recalcan la **imposibilidad de que niños, niñas y adolescentes se autorregulen** en el uso del teléfono móvil, redes sociales o videojuegos. Sin embargo, detectan bastante **desconocimiento** por parte de los padres **y madres**, y **carencias** por su parte a la hora de ejercer **control de tiempos y acompañamiento en su uso**.



Señalan que no existe coordinación entre familias y profesorado en este ámbito, aunque lo consideran **imprescindible** para que las **medidas** que se decidan tomar sean **exitosas**. Consideran que desde el **centro educativo** se está llegando **tarde a educar y prevenir**, y las acciones tienen principalmente un enfoque de **competencias digitales técnicas**, **descuidando la parte más humana** o relacional.



CONCLUSIONES



Y las personas expertas... lo tienen claro

El uso de los dispositivos digitales en la infancia y la adolescencia constituye un **problema real**, con múltiples aristas, lecturas e interpretaciones, pero que se ha convertido en un problema de **salud pública**. La evidencia científica deja pocas dudas al respecto.

El acceso temprano y el uso intensivo de las pantallas puede tener **serias consecuencias a nivel de salud física y mental**, afectando al neurodesarrollo, el lenguaje, la atención, el sueño... la convivencia escolar y familiar, amén de su **potencial adictivo**. Las redes sociales, los contenidos consumidos (en particular la pornografía) y las interacciones en el entorno digital tienen una capacidad moduladora del ser humano sin precedentes, especialmente en la infancia y la adolescencia.

CONCLUSIONES

Y las personas expertas... lo tienen claro

Aunque no debemos caer en el error de culpar a la tecnología de todos los males de la sociedad actual, urge tomar medidas. Juntos, **familias, sistema educativo, estado, instituciones e industria, tenemos la responsabilidad de garantizar un entorno digital seguro** para la infancia. La industria tecnológica tiene a su alcance los avances, herramientas y desarrollos necesarios para garantizar que así sea y ejercer un compromiso real con la promoción de los derechos de la infancia en el entorno digital. Este **enfoque de derechos**, más allá de la prohibición y las restricciones, asegura que todos los niños, niñas y adolescentes puedan beneficiarse de las ventajas y recursos que ofrece la tecnología, **en un marco de responsabilidad social, que proteja su salud y su desarrollo integral como personas**. Para ello, es imprescindible el compromiso de toda la sociedad y apostar por la **prevención (integral y comunitaria)**, apoyada en tres pilares fundamentales: las **familias**, el **sistema educativo** y un **trabajo valiente a nivel legal e institucional**.



05

REFERENCIAS



Referencias

- Christakis, D. A., & Hale, L. (2025). *Handbook of Children and Screens. Digital media, development, and well-being from birth through adolescence*. Springer Nature Switzerland. <https://doi.org/10.1007/978-3-031-69362-5>
- European Commission: Directorate-General for Communications Networks, Content and Technology. (2025). *The digital decade 2025 : Eurobarometer report*. European Commission. <https://data.europa.eu/doi/10.2759/7606875>.
- Geurts, S. M., Koning, I. M., Vossen, H., & Van den Eijnden, R. J. J. M. (2022). A Qualitative Study on Children's Digital Media Use and Parents' Self-interest. *Journal of Child and Family Studies*, 31(7), 2015–2026. <https://doi.org/10.1007/s10826-021-02074-3>
- Gómez, A., & Calderón, D. (2023). *Videojuegos y jóvenes. Lugares, experiencias y tensiones*. Centro Reina Sofía de Fad Juventud. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7970990>
- Gómez, A., Kuric, S., & Sanmartín, A. (2023). *Juventud y pornografía en la era digital. Consumo, percepción y efectos*. Centro Reina Sofía de Fad Juventud. <https://doi.org/10.5281/zenodo.10144121>
- Hernán-García, M., Marcos-Marcos, J., Botello-Díaz, B., Simón-Lorda, P., & Gil García, E. (2021). Childhood, families and the Internet: a qualitative approach on health assets. *Gaceta Sanitaria*, 35(3), 236–242. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2019.07.006>
- Smahel, D., & Wright, M. F. (2014). *The meaning of online problematic situations for children Results of qualitative cross-cultural investigation in nine European countries*. https://eprints.lse.ac.uk/56972/1/EU_Kids_Online_Report_Online_Problematic_Situations_for_Children_June2014.pdf
- World Health Organization. (2014). *Public health implications of excessive use of the Internet, computers, smartphones and similar electronic devices. Meeting report*. World Health Organization. <https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/29d0c9f1-3a58-4bba-baa0-4d8848aba6c7/content>

