



# IMPACTO DE LA TECNOLOGÍA EN LA ADOLESCENCIA

## RELACIONES, RIESGOS Y OPORTUNIDADES

Un estudio comprensivo e inclusivo hacia el uso saludable de las TRIC

**ILLES BALEARS**

Una iniciativa de Unicef España en alianza con la Universidad de Santiago de Compostela y el Consejo General de Colegios Profesionales de Ingeniería en Informática de España

### Coordinación - Unicef

Patricia Andaluz Barragán  
Belén Andrade Pérez  
Ignacio Guadix García

### Dirección científica

Antonio Rial Boubeta  
*Universidad de Santiago de Compostela*

### Dirección del soporte tecnológico

Fernando Suárez Lorenzo  
*Consejo General de Colegios Profesionales de Ingeniería en Informática de España*

### Con la colaboración de

Ministerio de Educación y Formación Profesional, Junta de Andalucía (Consejería de Educación y Deporte), Gobierno de Aragón (Departamento de Educación, Cultura y Deporte), Gobierno del Principado de Asturias (Consejería de Educación), Govern Illes Balears (Consejería de Educación y Formación Profesional), Gobierno de Canarias (Consejería de Educación, Universidades, Cultura y Deporte), Gobierno de Cantabria (Consejería de Educación y Formación Profesional), Gobierno de Castilla la Mancha (Consejería de Educación, Cultura y Deportes), Junta de Castilla y León (Consejería de Educación), Junta de Extremadura (Consejería de Educación y Empleo), Xunta de Galicia (Consellería de Cultura, Educación e Universidade), Comunidad de Madrid (Consejería de Educación y Juventud), Región de Murcia (Consejería de Educación y Cultura), Gobierno de Navarra (Departamento de Educación), Gobierno Vasco (Departamento de Educación), Generalitat Valenciana (Consellería de Educación, Cultura y Deporte).



### Agradecimientos

A todas las personas y administraciones que, gracias a su compromiso y responsabilidad social, han hecho posible la realización de este trabajo en el transcurso de una pandemia. Al grupo de expertos que han contribuido a dar soporte metodológico y rigor científico a los resultados que se recogen en el informe. A los miles de chicas y chicos por su participación valiente y sincera, ejerciendo activamente su derecho a expresar sus opiniones. Al Centro de Supercomputación de Galicia (CESGA), por el apoyo técnico y logístico aportado.

### Edita

Unicef España  
C. Mauricio Legendre, 36. 28046 Madrid  
[www.unicef.es/infancia-tecnologia](http://www.unicef.es/infancia-tecnologia)  
Foto de portada: © UNICEF/UN017602/Ueslei Marcelino  
Los derechos de autor sobre los contenidos de este informe pertenecen a Unicef España, la USC y el CGII.

Documento bajo licencia Creative Commons Reconocimiento-NoComercial 4.0 Internacional. Se permite copiar, distribuir, comunicar y ejecutar públicamente, reconociendo y citando de la forma especificada por sus autores, sin ser usado para fines comerciales.



## UNA SOCIEDAD INTERCONECTADA

A pesar de los esfuerzos realizados en el ámbito de la educación y la promoción de la salud, **el uso saludable y responsable de Internet, las Redes Sociales (RRSS) y, por extensión, las Tecnologías para la Relación, la Información y la Comunicación (TRIC) siguen constituyendo uno de los grandes desafíos a los que a día de hoy nos enfrentamos como sociedad, especialmente en el ámbito de la infancia y la adolescencia.**

Inmersos en plena pandemia por el COVID-19 y seguramente más necesitados de la tecnología que en ningún otro momento de nuestra historia, se firmó un convenio de colaboración entre Unicef España, la Universidad de Santiago de Compostela y el Consejo General de Colegios de Ingeniería en Informática, para la realización de **un estudio capaz de proporcionar un diagnóstico del Uso e Impacto de la Tecnología en la adolescencia**, analizando tanto los hábitos de uso de Internet y las RRSS, el consumo de videojuegos y el juego *online*, así como diferentes prácticas de riesgo, como el *Sexting*, el contacto con personas desconocidas e incluso el Ciberacoso, incorporando también las motivaciones, creencias y expectativas de las y los adolescentes, ya que solo a través de sus opiniones, creíamos posible entender el papel que la tecnología desempeña en sus vidas.

La realización de un despliegue metodológico, institucional y humano sin precedentes se materializó en **un trabajo empírico en el que participaron un total de 265 centros educativos de toda España, lo que supuso disponer de una muestra de alrededor de 50.000 adolescentes de entre 11 y 18 años de Enseñanza Secundaria Obligatoria.**

En el caso de la **Comunidad Autónoma de las Illes Balears** participaron un total de **14 centros educativos**, lo que permitió disponer de una muestra inicial de **3.574 adolescentes**. Fruto de un cuidadoso proceso de depuración, la muestra final quedó compuesta por un total de 2.982 adolescentes.

El trabajo contó con la colaboración de los equipos directivos de los centros, los gabinetes de orientación psicopedagógica, las asociaciones de madres y padres y, por su puesto, de las y los profesionales de los comités autonómicos de Unicef en toda España. Con ello se ha intentado promover un modelo de prevención comunitario, en el que todas y todos se sientan protagonistas, corresponsables e importantes en el diseño y puesta en marcha de las políticas que demandan los nuevos tiempos.

Los resultados obtenidos constatan la preocupación de las familias, educadores e instituciones. Desde Unicef somos conscientes de la necesidad de llevar a cabo un esfuerzo cada vez mayor a diferentes niveles y de poner en marcha nuevas inversiones, que permitan mejorar la salud y la convivencia de los más jóvenes.

**Este trabajo no solo ha intentado responder a una necesidad, sino que constituye en sí mismo una magnífica OPORTUNIDAD COLECTIVA de trabajar por los derechos de nuestras hijas e hijos, ayudándoles a crecer en una sociedad mejor, más saludable e integradora.**

Este estudio se plantea con el **objetivo general** de hacer un **diagnóstico de base del actual uso que los adolescentes hacen de Internet, las Redes Sociales y, por extensión las TRIC, haciendo hincapié en las posibles conductas de riesgo, usos problemáticos y/o potencialmente adictivos**. De este modo será posible poner a disposición de las instituciones responsables, tanto a nivel estatal como autonómico, no solo datos objetivos referidos a hábitos y patrones de uso, sino también de motivaciones, emociones, creencias y expectativas, que ayuden a comprender mejor el papel que la tecnología ocupa en la vida de nuestras hijas e hijos y, en consecuencia, diseñar estrategias de prevención más eficaces. Este objetivo general se traduce en una serie de **objetivos de carácter más específico**:



Conocer a nivel descriptivo los **hábitos de uso** de Internet, las RRSS, el consumo de Videojuegos y el Juego *online* del alumnado de ESO, así como diferentes **prácticas de riesgo online** en las que puede verse implicado (como el *Sexting* o el contacto con personas desconocidas).



Analizar las **motivaciones, creencias y expectativas relacionadas con el uso de las TRIC**, así como el papel que éstas pueden desempeñar en el día a día y en la socialización de los más jóvenes.



Analizar el **papel de los progenitores** y, en particular, el grado de Supervisión y/o Control Parental que pueden estar ejerciendo.



Estimar las **tasas de posible adicción o Uso problemático** en todo lo que se refiere a Internet, RRSS, Videojuegos y Juego *Online*, así como de Acoso Escolar y Ciberacoso.



Evaluar el **posible impacto que, un uso intensivo o desadaptativo de las TRIC, puede tener a nivel emocional** en las y los adolescentes.



## ¿CÓMO LO HEMOS HECHO?

Para responder a los objetivos planteados se recurrió a una metodología cuantitativa, que consistió en la realización de una encuesta entre las y los adolescentes. El universo objeto de estudio estuvo formado por aquellos escolares residentes en el territorio nacional que estuviesen cursando Enseñanza Secundaria Obligatoria (N aproximado = 2.000.000).

### Ficha técnica

**Ámbito:** Nacional.

**Universo:** Infinito. Aprox. 2.000.000 de adolescentes de ambos sexos que están cursando actualmente estudios de Enseñanza Secundaria Obligatoria (ESO) en centros públicos, privados o concertados del territorio nacional. Edad comprendida entre los 11 y los 18 años.

**Tipo de muestreo:** Bietápico. Por Conglomerados para la selección de las unidades de primer nivel (centros educativos de todas las comunidades autónomas) y Por Cuotas, según Comunidad/Ciudad Autónoma, Provincia, Género, Edad y Titularidad del centro, para la selección de las unidades de segundo nivel (estudiantes).

**Tamaño de la muestra (Global España):** 41.509 adolescentes.

**Error máximo de muestreo (Global España):**  $\pm 0,5\%$ .

**Nivel de significación:** 0,05.

**Tamaño de la muestra Comunidad Autónoma de las Illes Balears:** 2.982 adolescentes.

**Error máximo de muestreo Comunidad Autónoma de las Illes Balears:**  $\pm 1,7\%$ .

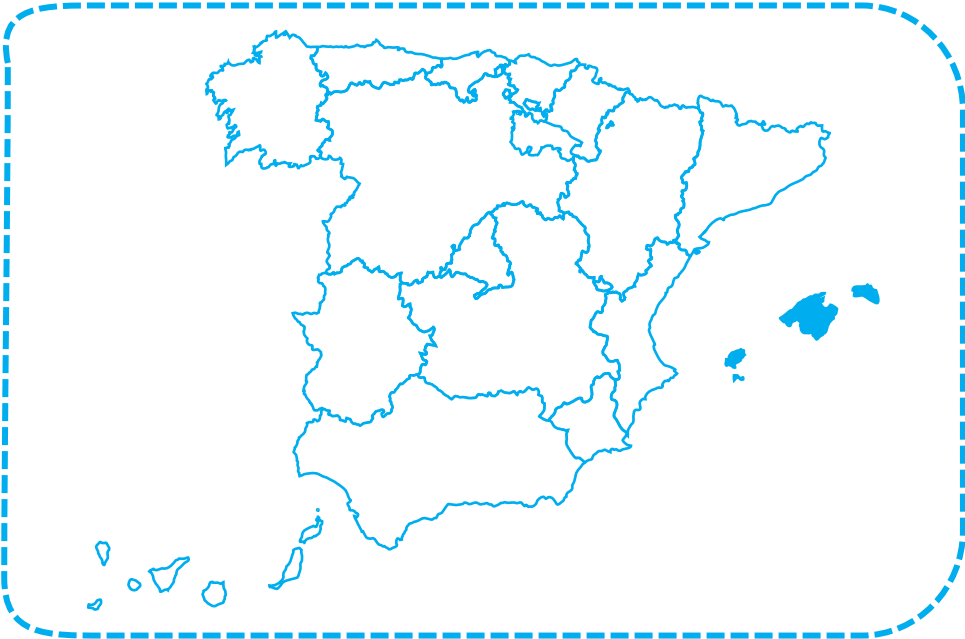
**Instrumento de recogida de datos:** cuestionario ad hoc, que incluía preguntas de diferentes estudios a nivel nacional e internacional, junto con ítems de elaboración propia y escalas de *screening* específicas (EUPI-a, GASA, BAGS, ECIP-Q, EBIP-Q y PHQ-9).

**Procedimiento:** cuestionario *online* implementado en una plataforma propia de la Universidad de Santiago de Compostela, alojada en el Centro de Supercomputación de Galicia (CESGA), con la supervisión técnica y legal del Consejo General de Colegios Oficiales de Ingeniería en Informática.



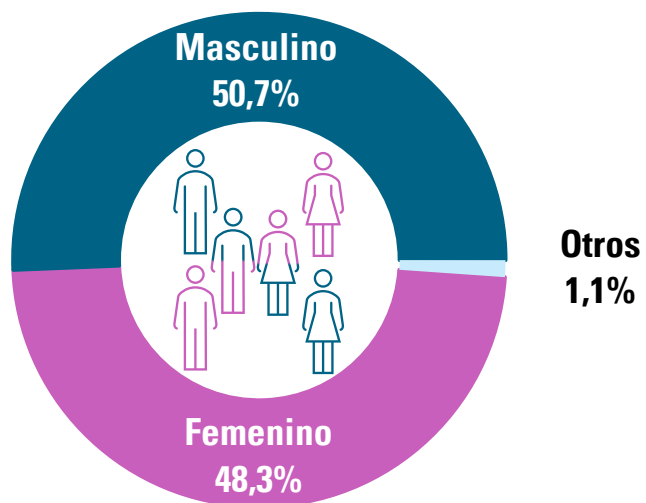
## MUESTRA

	N	n inicial	n final	Nº de centros
TOTAL ESPAÑA	1.975.403	50.957	41.509	265
ILLES BALEARS	46.503	3.574	2.982	14



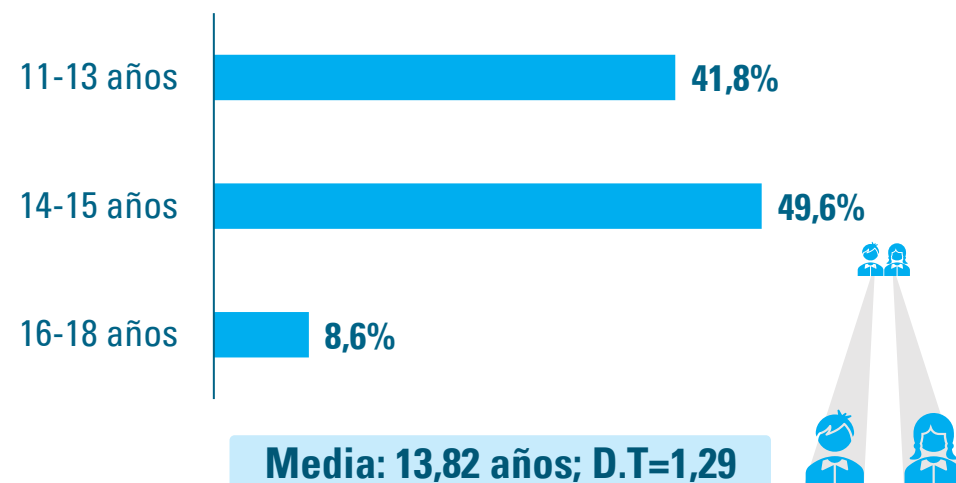
CENTROS PARTICIPANTES	Total respuestas	n final
Centro Concertado Sant Francesc de Sales	178	144
Colegio Agora Portals International School	332	287
Colegio Concertado La Salle Manacor	127	121
Colegio Juan de la Cierva	397	233
Cooperativa de enseñanza Aula Balear	216	195
I.E.S. Binissalem	625	522
I.E.S. Guillem Cifre de Colonya	100	92
I.E.S. Guillem Sagrera	95	80
I.E.S. Joan Ramis i Ramis	504	472
I.E.S. Josep Maria Llompart	80	80
I.E.S. Marc Ferrer	90	78
I.E.S. Maria Àngels Cardona	79	69
I.E.S. Sa Blanca Dona	419	324
I.E.S. Santa Maria	332	285

## Género



## Descripción de la Muestra

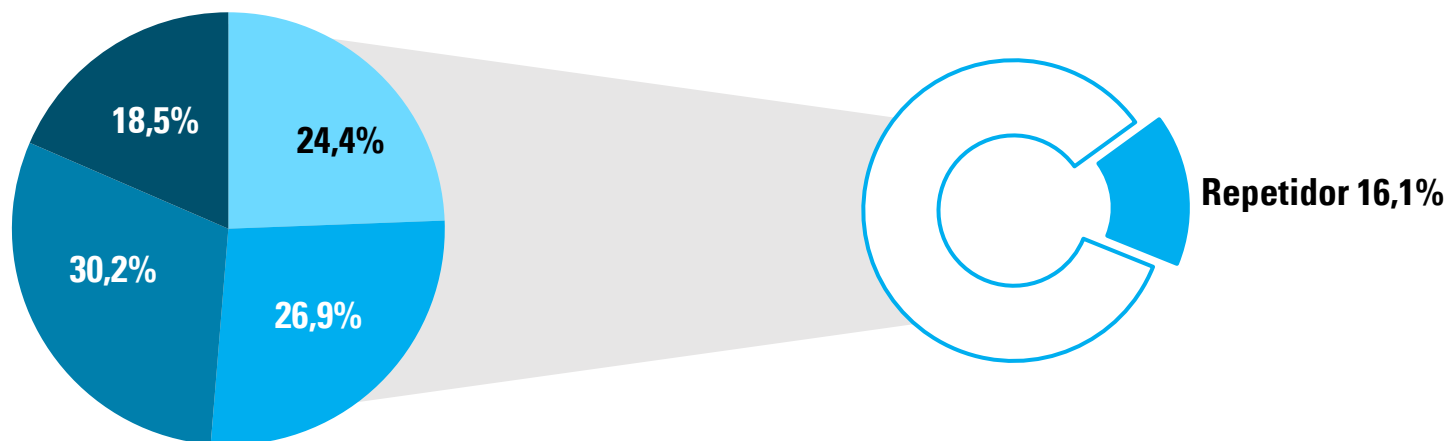
## Edad



## Curso



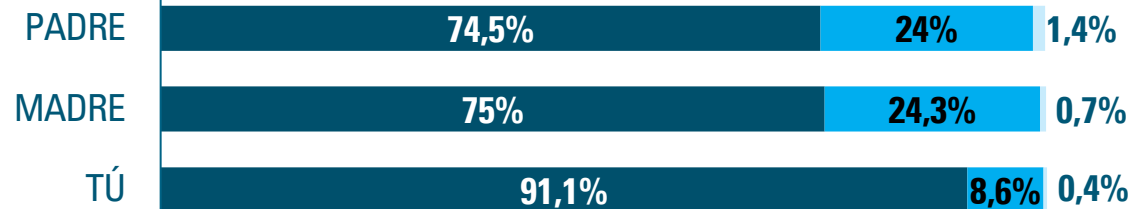
- 1° ESO
- 2° ESO
- 3° ESO
- 4° ESO



## País de nacimiento

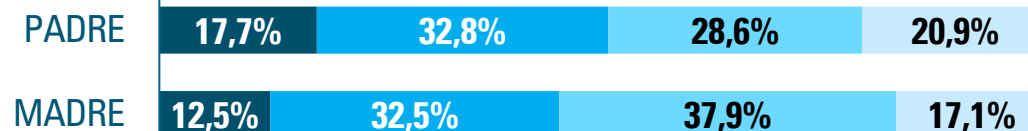
¿Naciste en España?

■ SÍ  
■ NO  
■ Ns/Nc

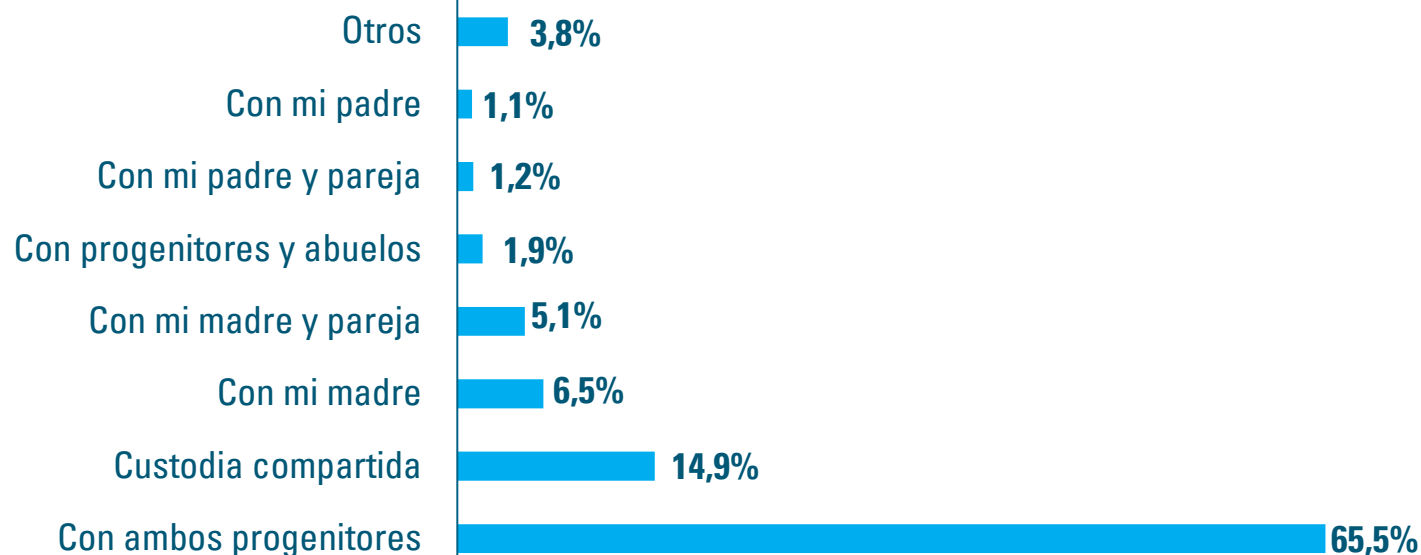


## Estudios progenitores

■ Primarios/Sin estudios  
■ Secundarios  
■ Universitarios  
■ Ns/Nc



## Convivencia





## INSTRUMENTOS



Se elaboró **un cuestionario *ad hoc online*** con preguntas de elaboración propia y escalas validadas internacionalmente para el *screening* de posibles adicciones o usos problemáticos.

## ESCALAS DE *SCREENING* EMPLEADAS

### Bienestar Emocional

### Depresión

### Control Parental

### Uso Problemático de Internet

#### PSYCHOLOGICAL WELL-BEING SCALE

Utilizada en el estudio *Children's views on their lives and well-being in 15 countries: A report on the Children's Worlds survey* (Rees & Main, 2015). Consta de 6 ítems tipo Likert mostrando una aceptable consistencia interna ( $\alpha=0,76$ ).

#### PHQ-9 (PATIENT HEALTH QUESTIONNAIRE)

Spitzer et al. (1999) y Johnson et al. (2002). Recomendada por la *American Academy of Pediatrics* para evaluar el bienestar emocional del adolescente y el cribado de depresión infanto-juvenil. Consta de 9 ítems tipo Likert y una elevada consistencia interna ( $\alpha=0,87$ ).

#### CUESTIONARIO DE CONTROL PARENTAL DEL USO DE INTERNET DURANTE LA ADOLESCENCIA

Elaborada en España por Álvarez et al. (2019). Consta de 7 ítems tipo Likert, agrupados en dos subescalas (Restricción y Supervisión), mostrando una elevada consistencia interna ( $\alpha=0,83$ ).

#### EUPI-a (ESCALA DE USO PROBLEMÁTICO DE INTERNET PARA ADOLESCENTES)

Elaborada en España por Rial et al. (2015) para el cribado de un posible Uso Problemático de Internet en adolescentes. Consta de 11 ítems tipo Likert con una elevada consistencia interna ( $\alpha=0,88$ ).

## INSTRUMENTOS

### ESCALAS DE *SCREENING* EMPLEADAS

#### Uso Problemático de Videojuegos

#### Juego Problemático *Online*

#### Acoso Escolar

#### Ciberacoso

##### **GASA**

(GAME ADDICTION SCALE FOR ADOLESCENTS)

Elaborada por Lemmens et al., (2009). Su versión reducida fue validada en España por Lloret et al. (2018) para el cribado de un posible Uso Problemático de Videojuegos. Consta de 7 ítems tipo Likert y una elevada consistencia interna ( $\alpha=0,87$ ).

##### **BAGS**

(BRIEF ADOLESCENT GAMBLING SCREEN)

Elaborada por Stinchfield et al. (2017), probada en España por Rial et al. (2020). Se trata de una escala de detección de juego problemático específica para adolescentes, muy breve y sencilla (solo 3 ítems tipo Likert). Su consistencia interna ha sido aceptable ( $\alpha=0,71$ ).

##### **EBIP-Q**

(EUROPEAN BULLYING INTERVENTION PROJECT QUESTIONNAIRE)

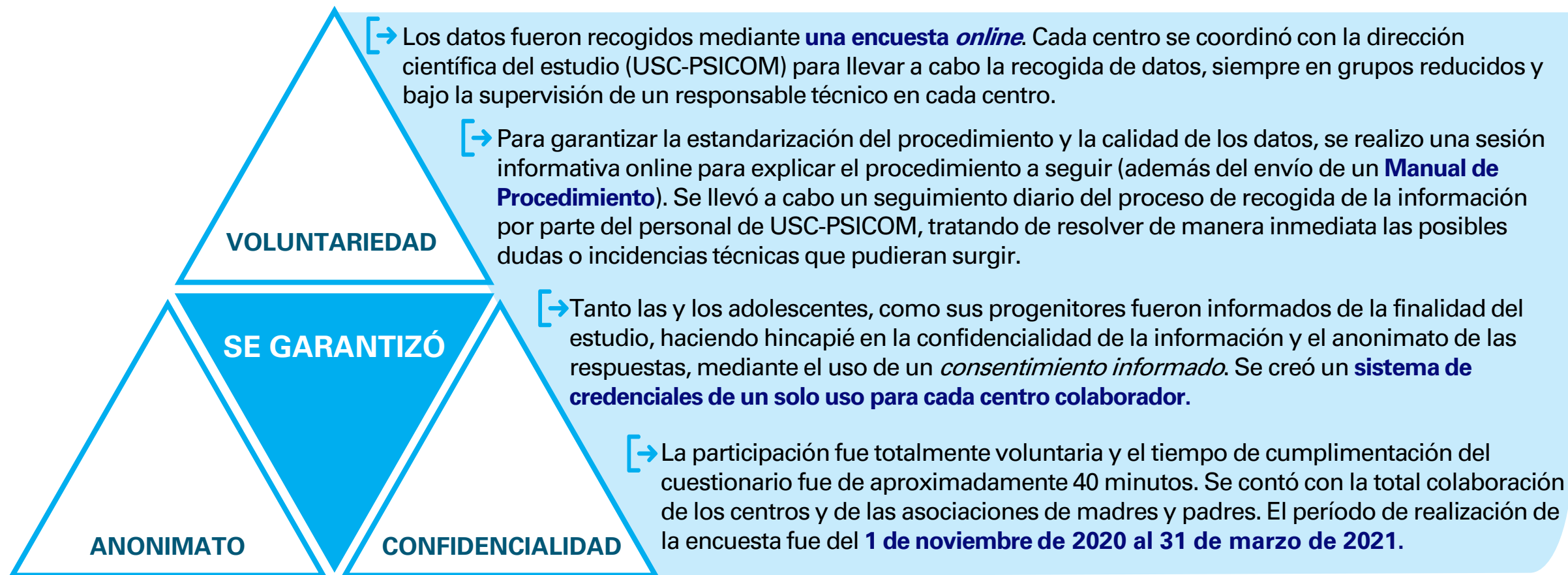
Validada en España por Del Rey et al. (2015) para evaluar el Acoso Escolar. Consta de 14 ítems tipo Likert (7 para victimización y 7 para agresión), ha mostrado una elevada consistencia interna ( $\alpha=0,82$  y  $0,85$ ).

##### **ECIP-Q**

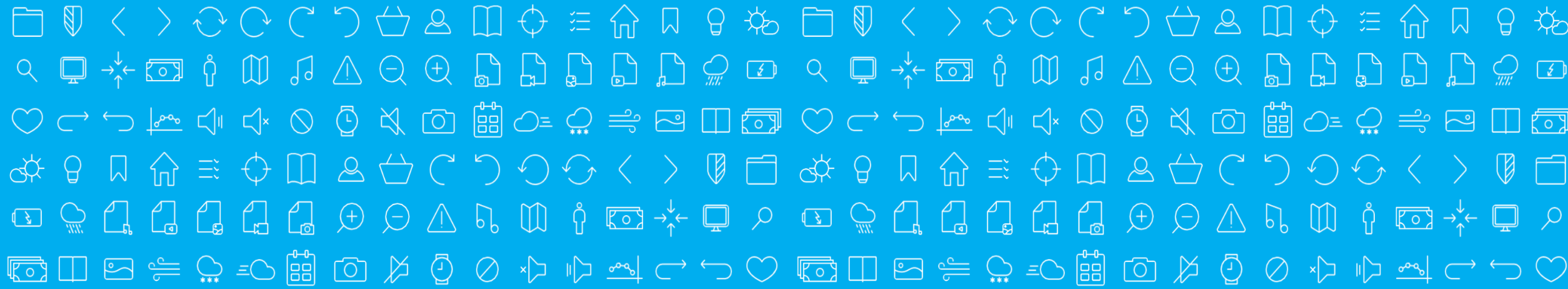
(EUROPEAN CYBERBULLYING INTERVENTION PROJECT QUESTIONNAIRE)

Validada en España por Del Rey et al. (2015), para evaluar el Ciberacoso. Consta de 22 ítems tipo Likert (11 para victimización y 11 para agresión), ha mostrado una elevada consistencia interna ( $\alpha=0,86$  y  $0,87$ ).

## PROCEDIMIENTO

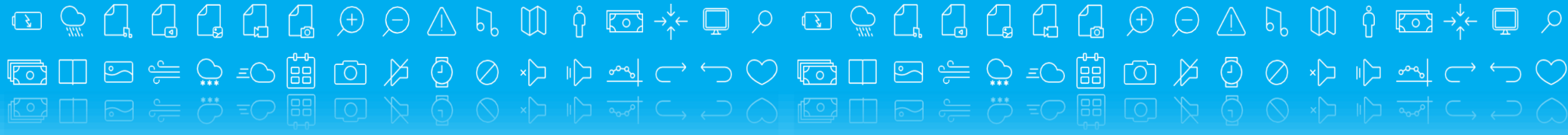


El estudio contó con la monitorización y supervisión científica de un Comité de Expertos Internacional

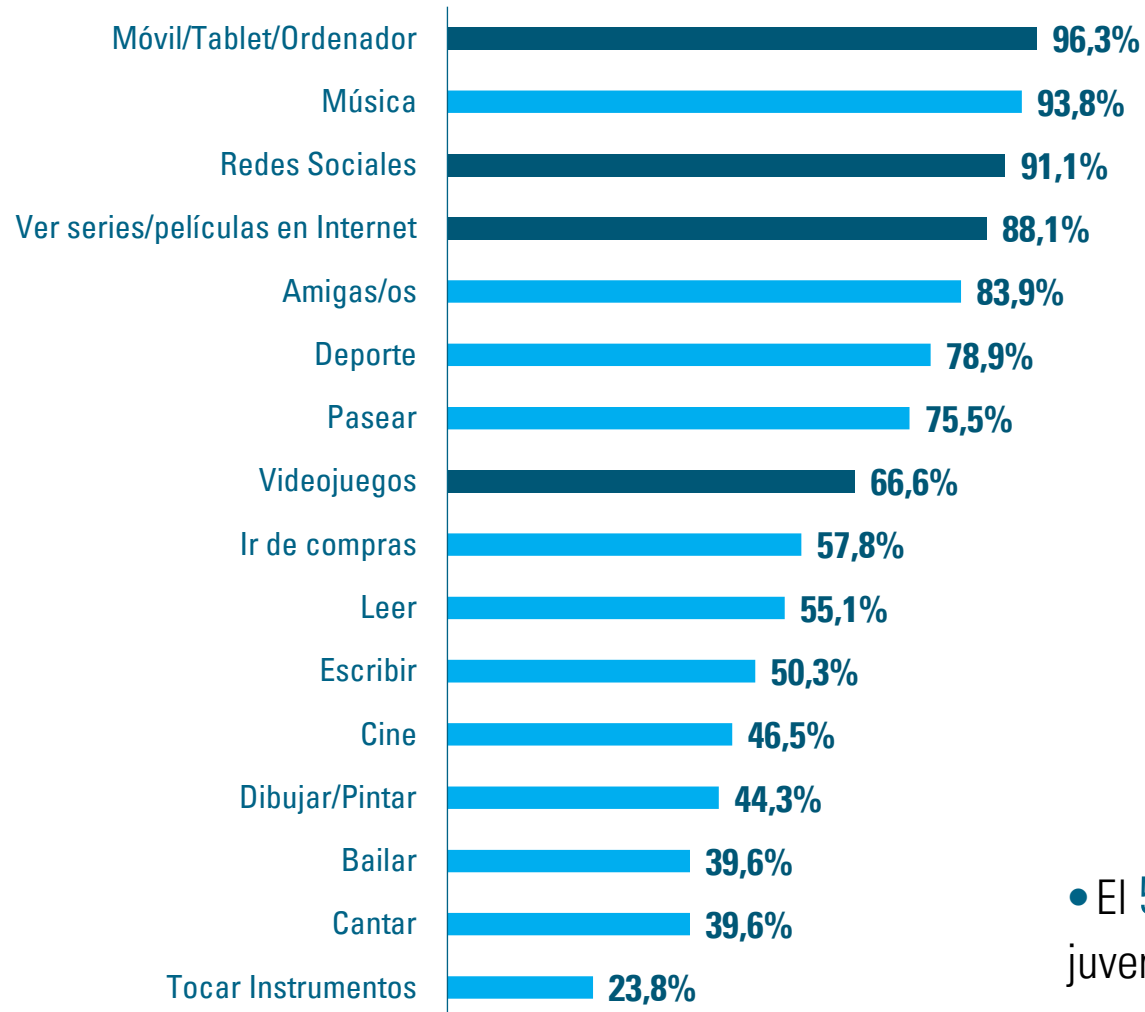


# RESULTADOS

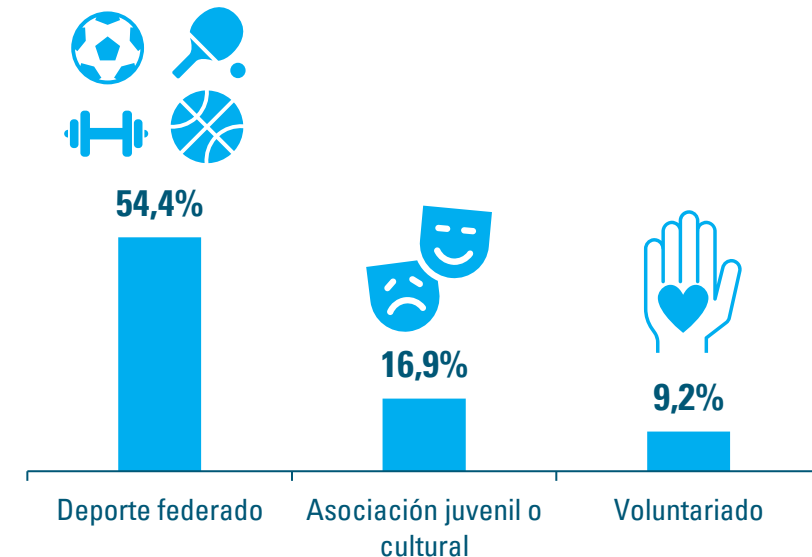
## ESTUDIO SOBRE EL IMPACTO DE LA TECNOLOGÍA EN LA ADOLESCENCIA



## ¿Qué actividades sueles realizar en tu tiempo libre?



- A pesar de que las y los adolescentes presentan, en general, un repertorio de ocio variado, es patente el protagonismo de la tecnología.

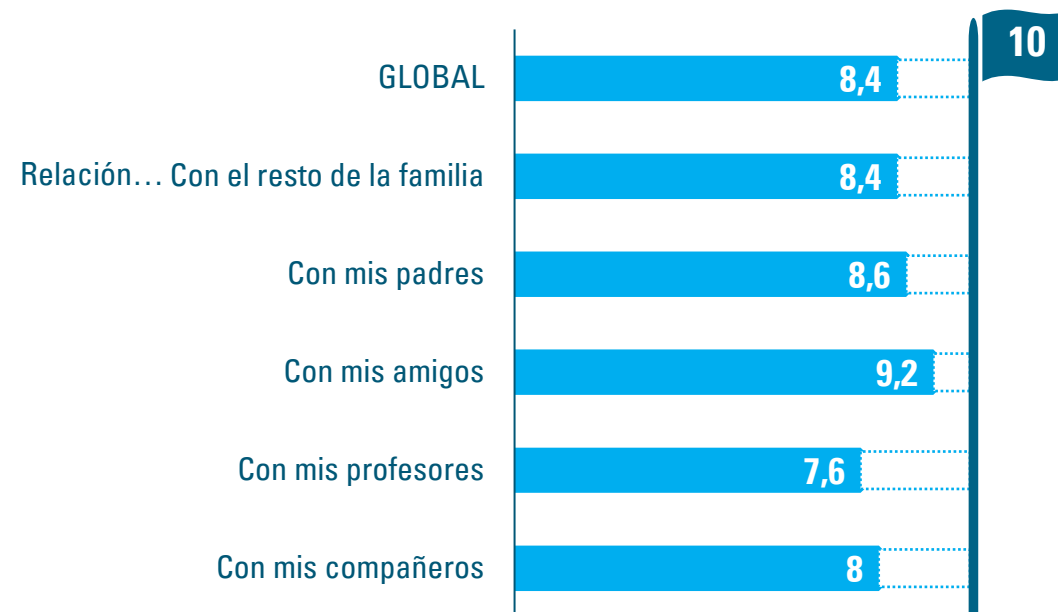


- El 54,4% practica deporte federado, el 16,9% pertenece a una asociación juvenil o cultural y el 9,2% participa en un grupo o actividad de voluntariado.

## Bienestar Emocional - *Psychological Well-Being Scale* -



## Integración Social



## Satisfacción con la Vida

7,4

- En general el Ajuste Emocional parece adecuado. Los estudiantes de ESO obtienen un promedio de 7,5 en la escala de Bienestar Emocional y de 8,4 en la de Integración Social. La Satisfacción Vital es de 7,4.



## Riesgo de Depresión e Ideación Suicida: PHQ-9

¿Has llegado a pensar que sería mejor estar muerta/o o has tenido ganas de hacerte daño?

¿Has tenido la sensación de que te movías o hablabas muy lentamente o justo lo contrario, estabas demasiado inquieta/o o agitada/o y te movías más de lo normal?

¿Has tenido dificultades para concentrarte a la hora de hacer las tareas escolares, leer, ver la televisión...?

¿Te has sentido mal contigo misma/o, fracasada/o o has pensado que te has decepcionado a ti misma/o o a tu familia?

¿Te has sentido con muy poco apetito, has perdido peso o justo lo contrario, has comido demasiado?

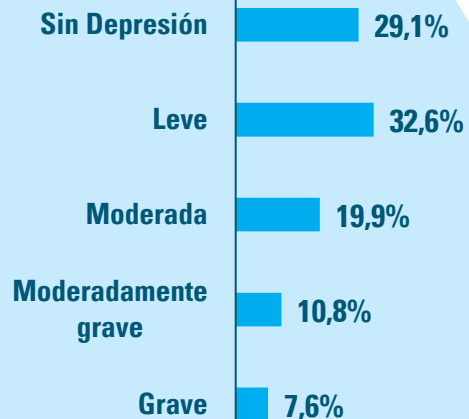
¿Te has sentido muy cansada/o o con poca energía?

¿Has tenido dificultades para dormir o, por el contrario, has dormido demasiado?

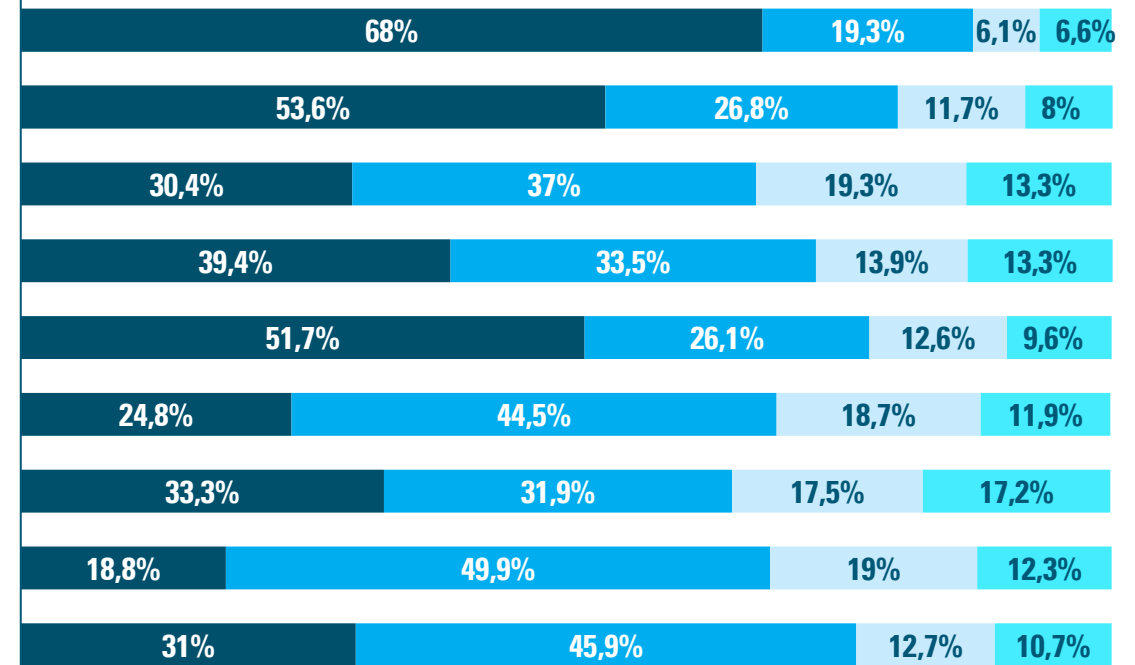
¿Te has sentido con poco interés o sin ganas de hacer nada?

¿Te has sentido decaída/o, deprimida/o, desanimada/o o sin esperanza?

### Screening de Depresión

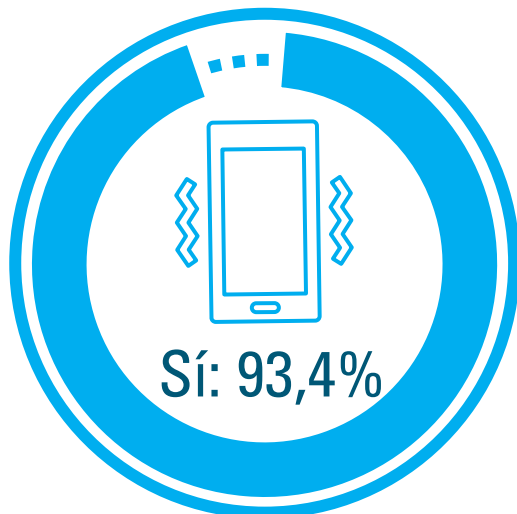


■ Nunca ■ Varios días ■ Más de la mitad de los días ■ Casi todos los días



- El 18,4% presenta síntomas de Depresión Grave o Moderadamente Grave.
- La tasa de Ideación Suicida se sitúa en el 12,7%.

## Uso del Teléfono Móvil



### Edad media acceso primer móvil

11,06 años (D.T=1,66)

### Género

Femenino: 94,1%

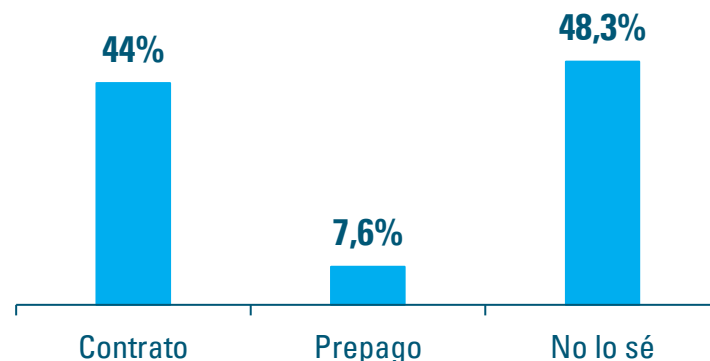
Masculino: 92,6%

### Curso

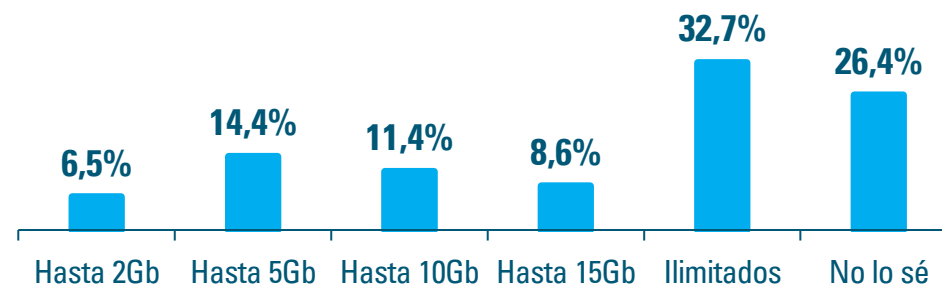
1º-2º ESO: 90,1%

3º-4º ESO: 96,9%

### Tu conexión a Internet es por...



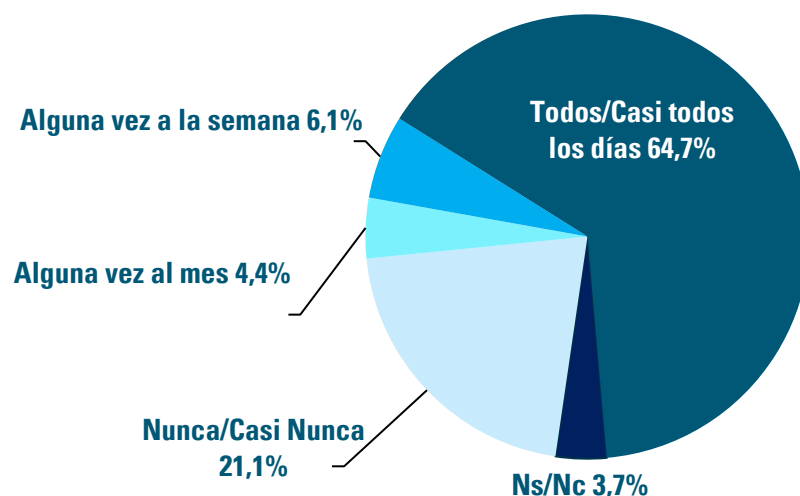
### ¿De qué volumen de datos sueles disponer al mes?



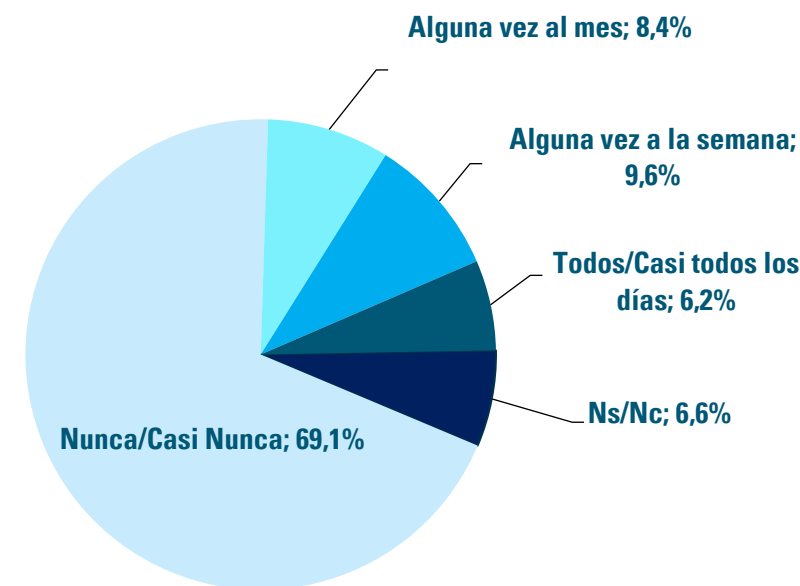
- El 93,4% de los adolescentes dispone de teléfono móvil con conexión a Internet, dispositivo al que acceden a los 11,06 años por término medio.
- El 90,1% de los estudiantes de 1º y 2º de ESO ya tienen su propio smartphone.
- El 44% cuenta con una conexión vinculada a un contrato y 1 de cada 3 dispone de "datos ilimitados".

## Uso del Teléfono Móvil

### Llevas el Móvil a clase...

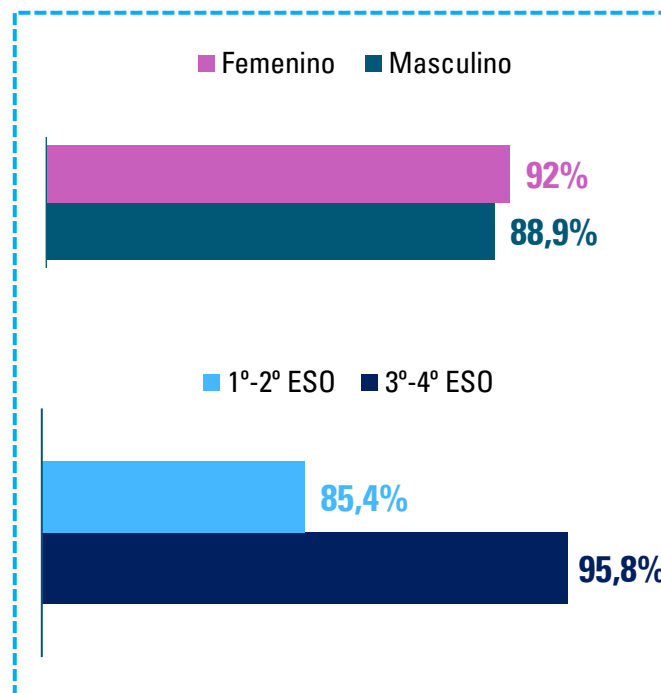
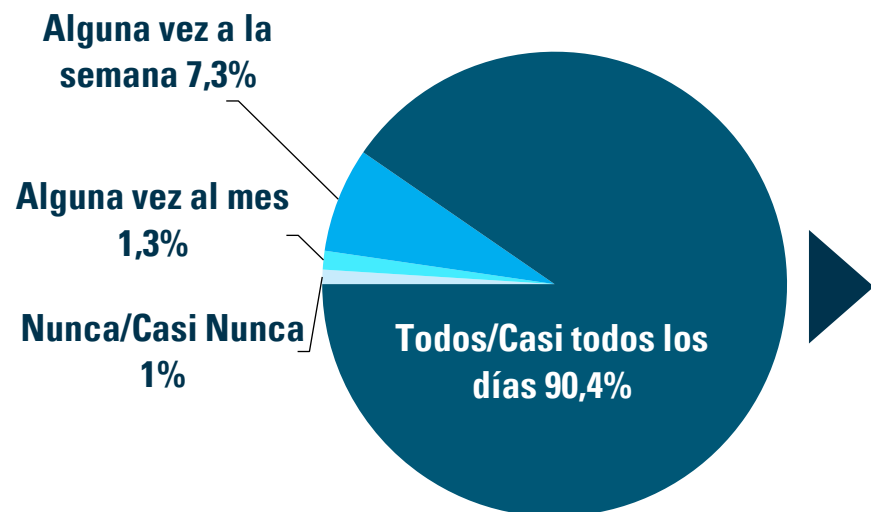


### Lo utilizas durante la clase...



- El **64,7%** del alumnado de ESO tiene por costumbre acudir al centro educativo con su Teléfono Móvil, si bien únicamente el **6,2%** lo usaría habitualmente durante las clases para fines no didácticos.

## Frecuencia de conexión a Internet

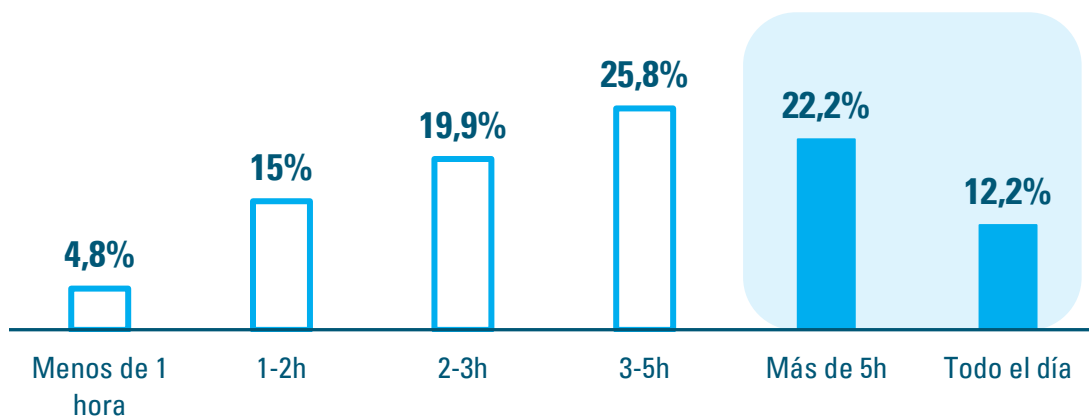


• El **90,4%** se conecta a Internet a diario. La frecuencia de conexión aumenta con la edad, aunque el **85,4%** de las y los adolescentes de 1º y 2º de ESO ya usa Internet todos los días.

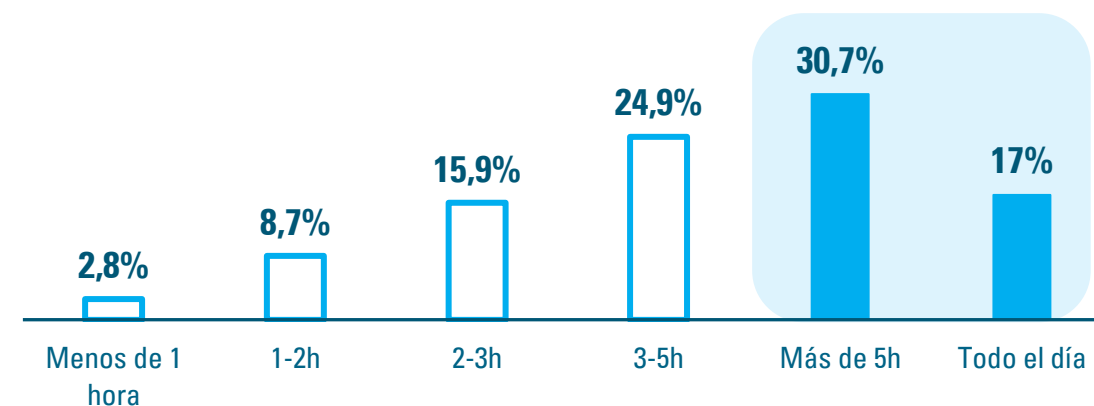
• El **98,3%** dispone de conexión WIFI en casa.



## Horas de conexión diaria entre semana

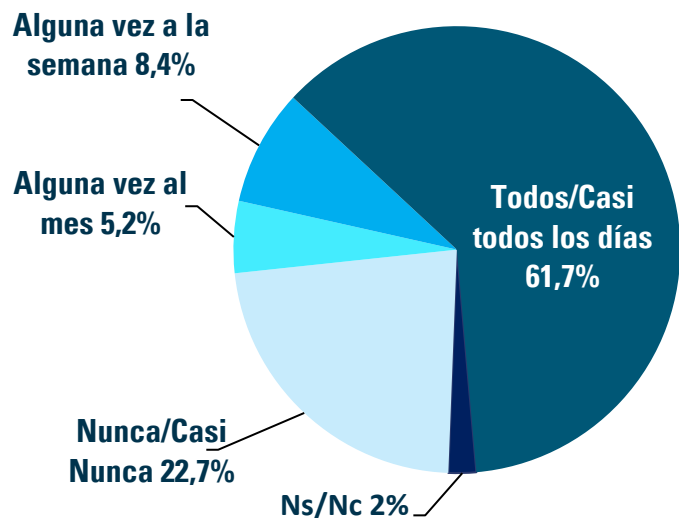


## Horas de conexión diaria durante el fin de semana

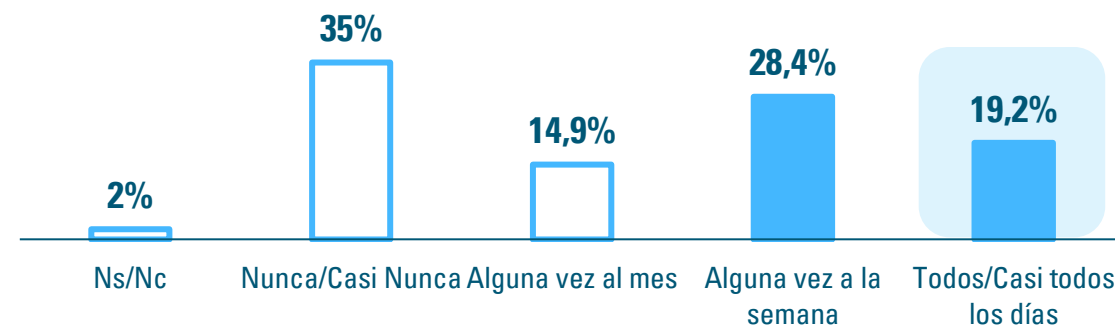


El **34,4%** pasa **más de 5 horas diarias** conectada/o a Internet un día de semana cualquiera, cifra que asciende al **47,7%** **durante el fin de semana.**

## Duermen con el Móvil en la habitación



## Conexión a Internet a partir de medianoche



- Más de la mitad (61,7%) reconoce llevar el Móvil a su habitación durante la noche.
- El 19,2% se conecta a Internet a partir de medianoche todos/casi todos los días.



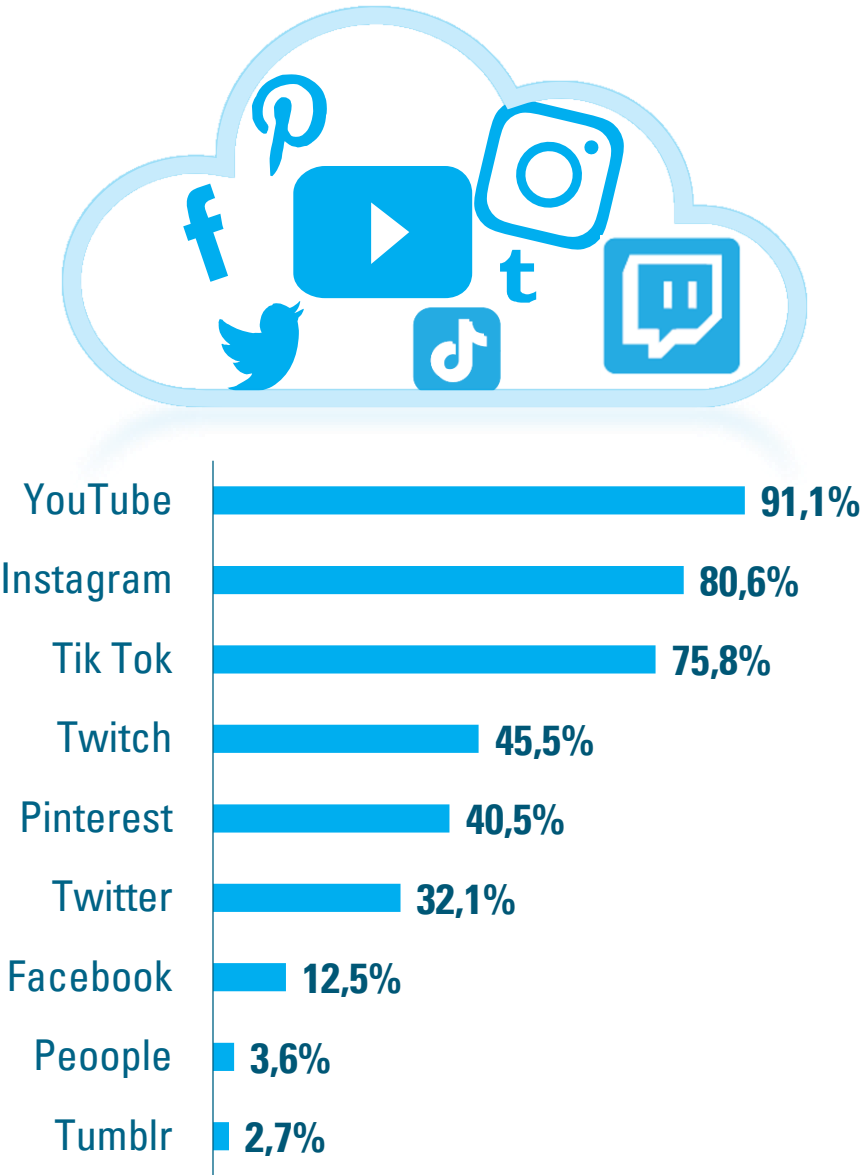
## Uso de las Redes Sociales (RRSS)



	Femenino	Masculino	1º-2º ESO	3º-4º ESO
Registrado en al menos 1 RS	98,3%	98,6%	97,6%	99,4%
Registrado en 3 o más RRSS	87%	82,3%	79,5%	90%
Más de un perfil en la misma RS	70,3%	55,7%	57,1%	68,8%

El 98,5% está registrado al menos en una Red Social, el 84,6% en tres o más y el 62,8% tiene varias cuentas o perfiles dentro de una misma RS.

*YouTube, Instagram y Tik Tok* son las Redes Sociales más aceptadas.

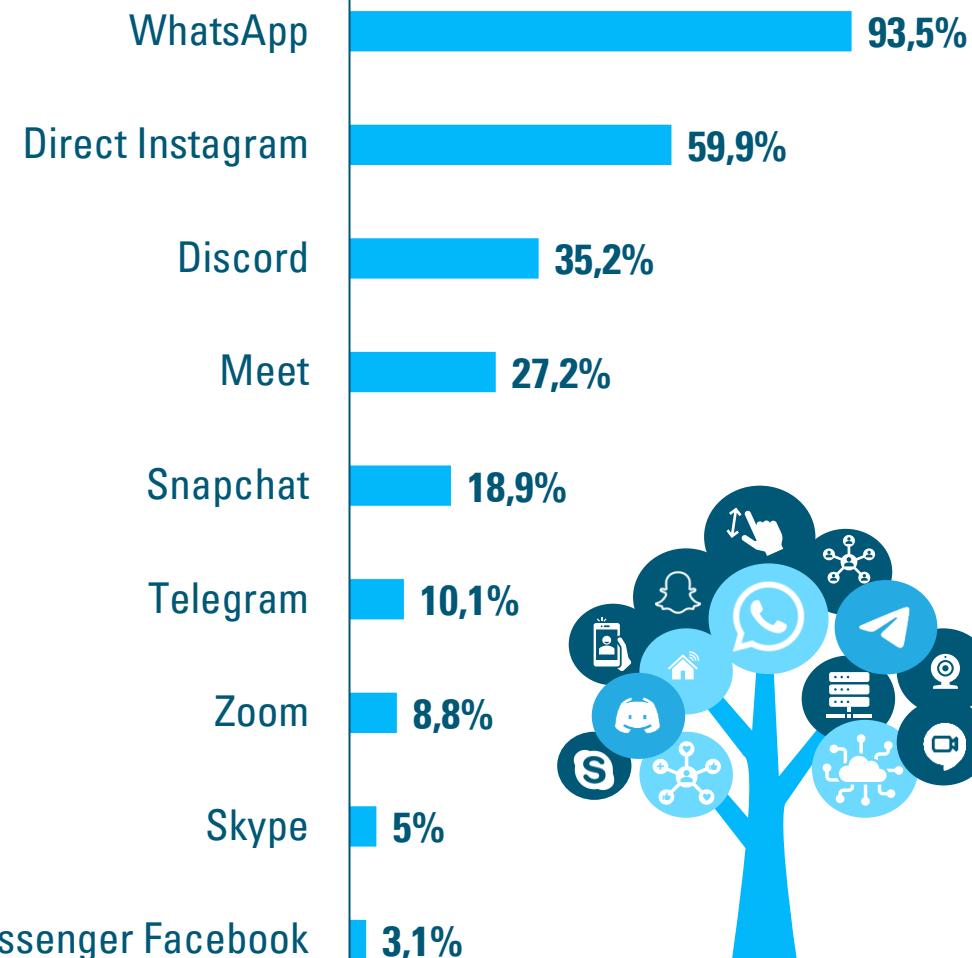


## Uso de las Aplicaciones de Mensajería

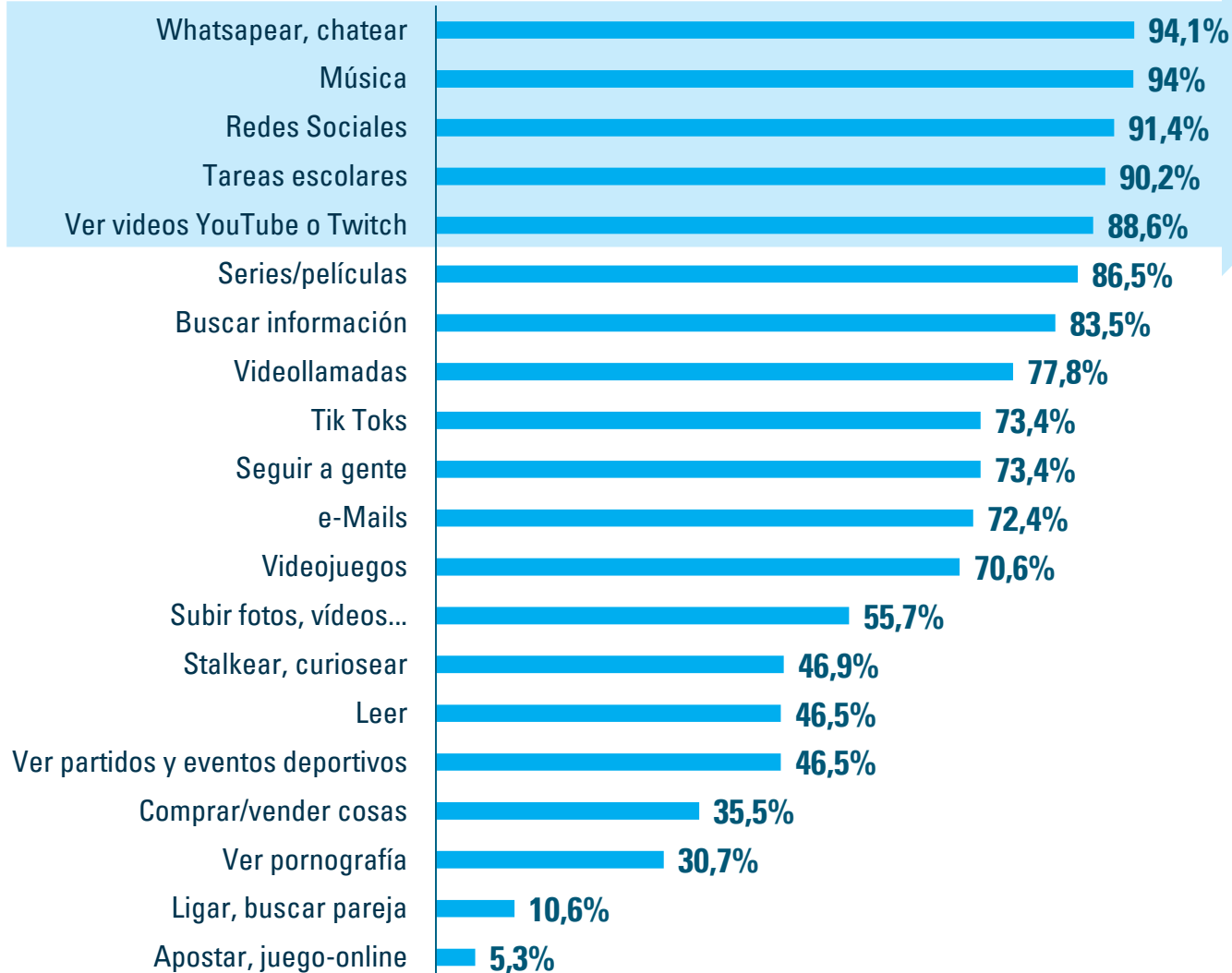


	Femenino	Masculino	1º-2º ESO	3º-4º ESO
Uso al menos una App de mensajería	99,2%	97,9%	97,5%	99,7%
Uso 3 o más Apps de mensajería	48,8%	52,2%	43,4%	58,1%

El 98,5% utiliza habitualmente al menos una App de Mensajería Instantánea y el 50,6% tres o más, siendo WhatsApp y Direct Instagram las más populares.



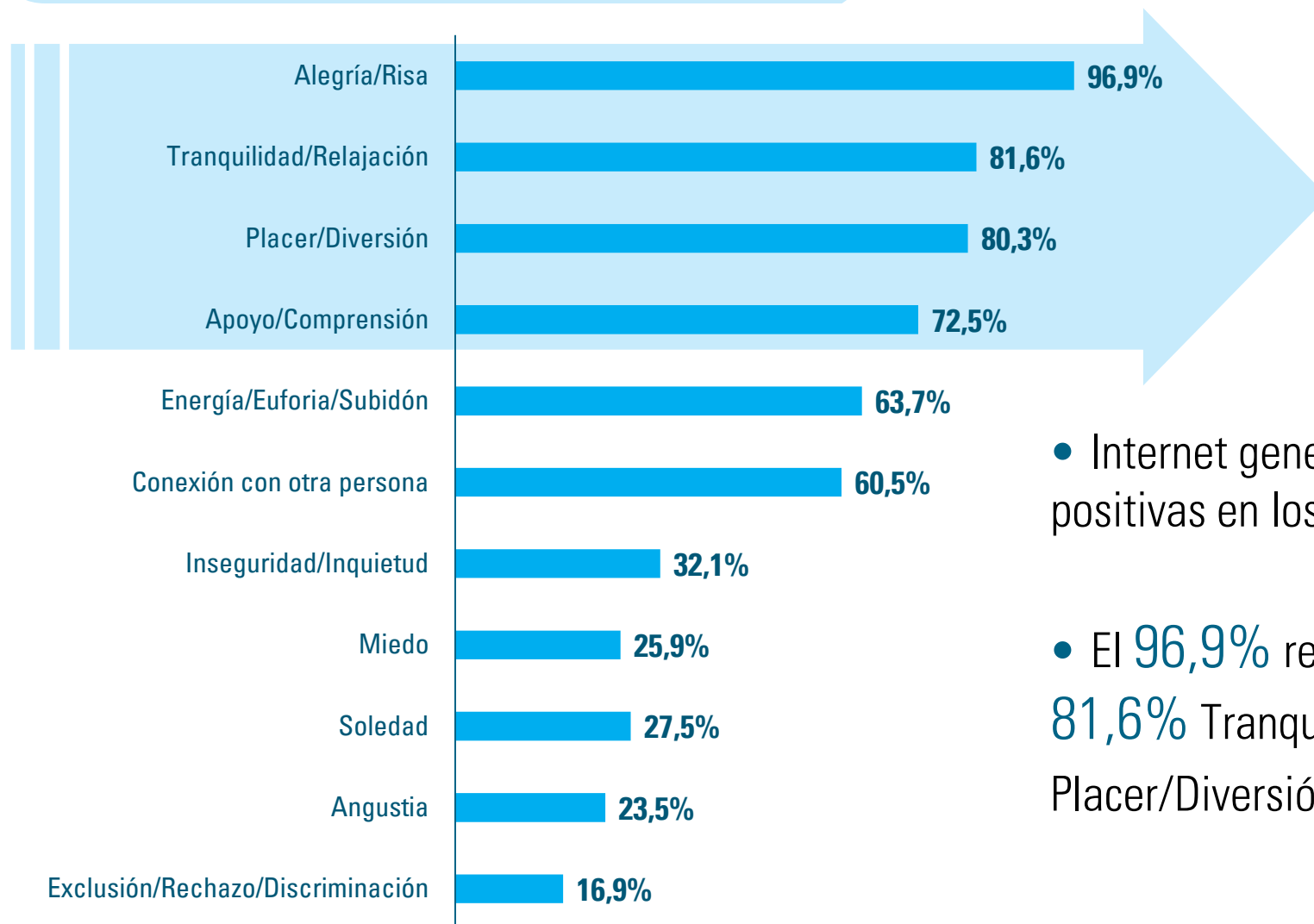
## ¿Qué haces en la Red?



- Los usos más habituales de la Red tienen que ver con fines relacionales o lúdicos, salvo el cuarto que es la realización de Tareas Escolares.

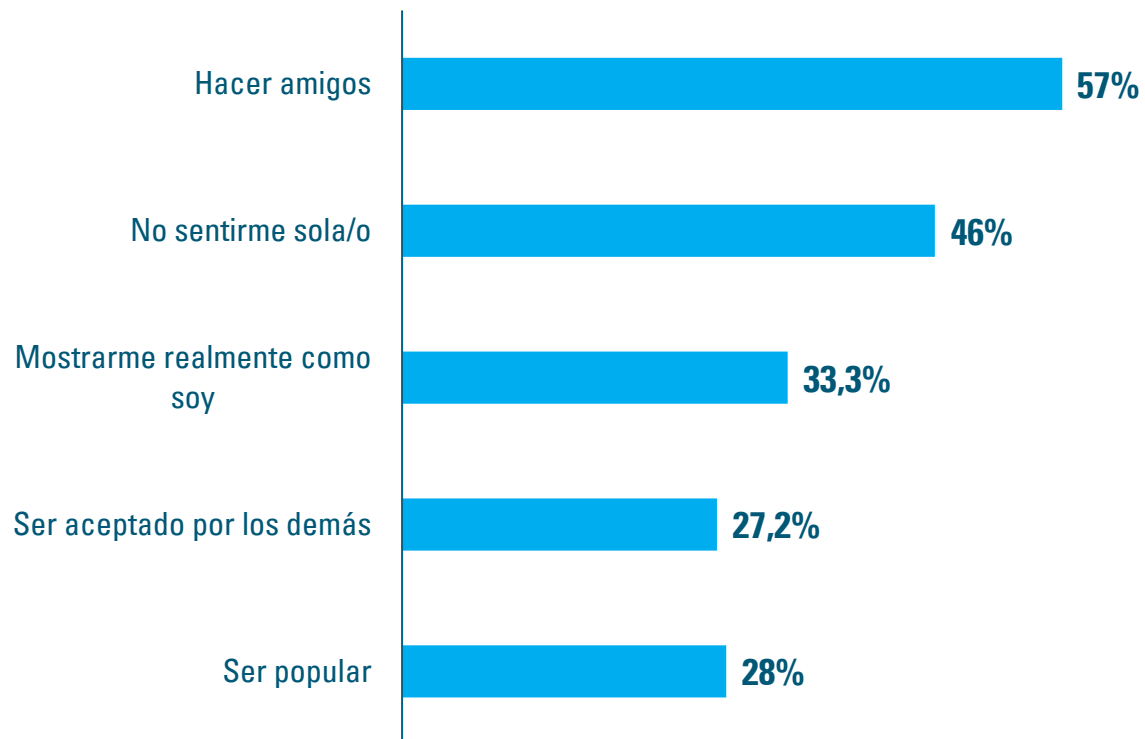


## ¿Qué has sentido en la Red?



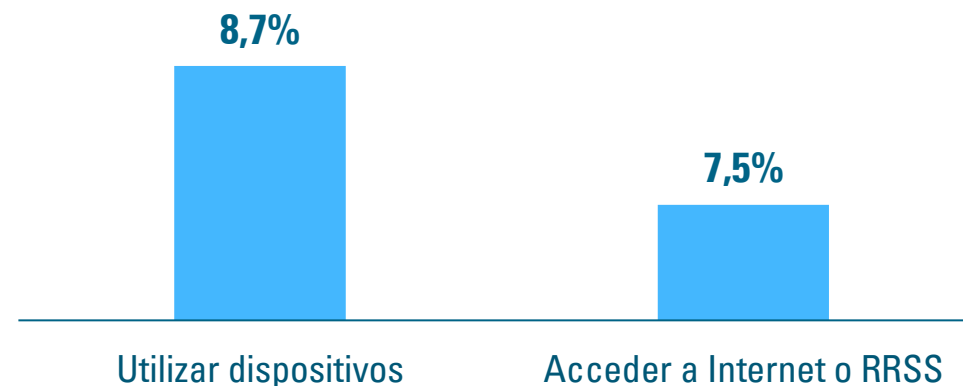
- Internet genera fundamentalmente emociones positivas en los adolescentes.
- El **96,9%** reconoce sentir Alegría/Risa en la Red, el **81,6%** Tranquilidad/Relajación, el **80,3%** Placer/Diversión y el **72,5%** Apoyo/Comprensión.

## Internet y las RRSS me ayudan a...



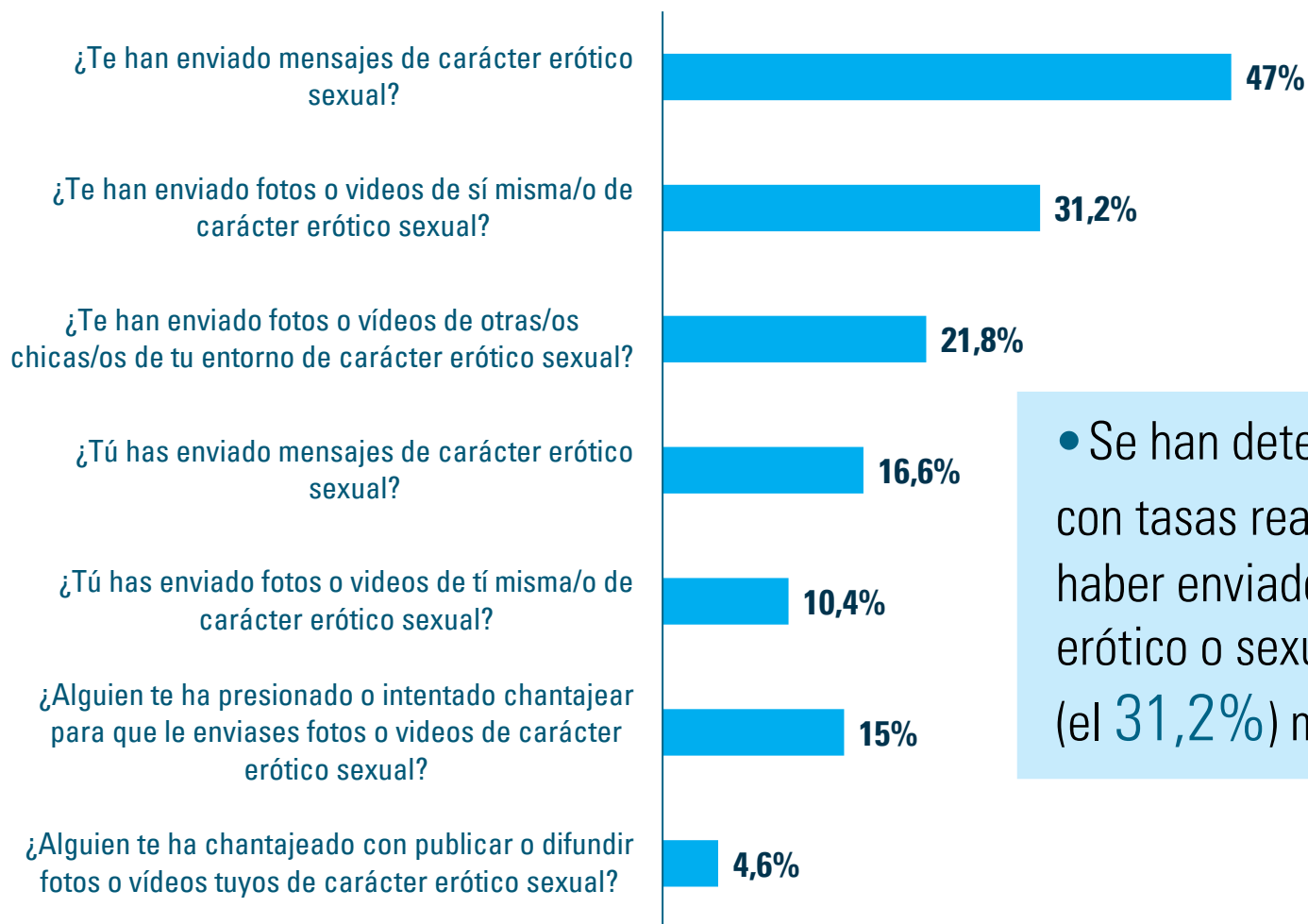
- Más de la mitad de las y los adolescentes utilizan las RRSS para hacer amistades y el **46%** para no sentir soledad.

## ¿Has tenido algún tipo de dificultad para...?



- Las y los adolescentes no suelen tener grandes barreras o dificultades (en relación a la Red): tan solo el **8,7%** reconoce haber tenido dificultades al usar determinados dispositivos y el **7,5%** a la hora de acceder a Internet o las RRSS.

## *Sexting* activo y pasivo

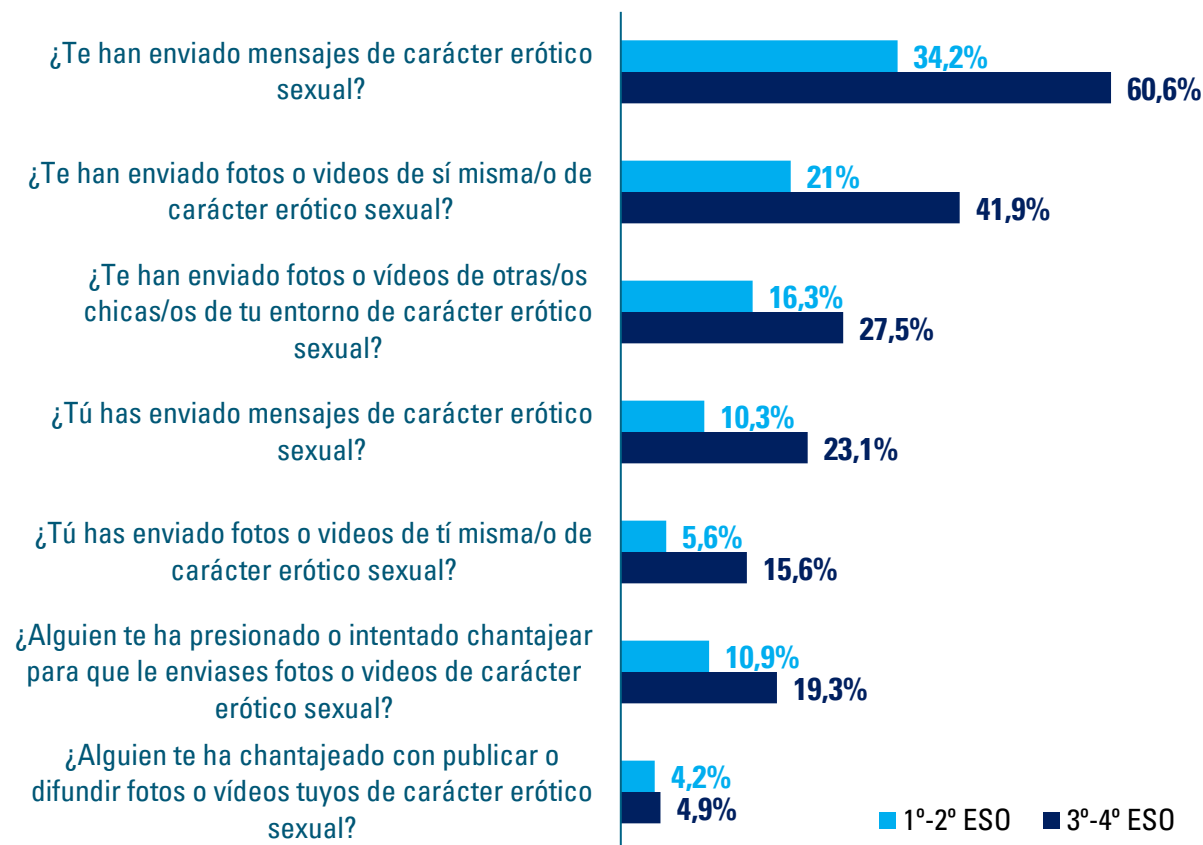
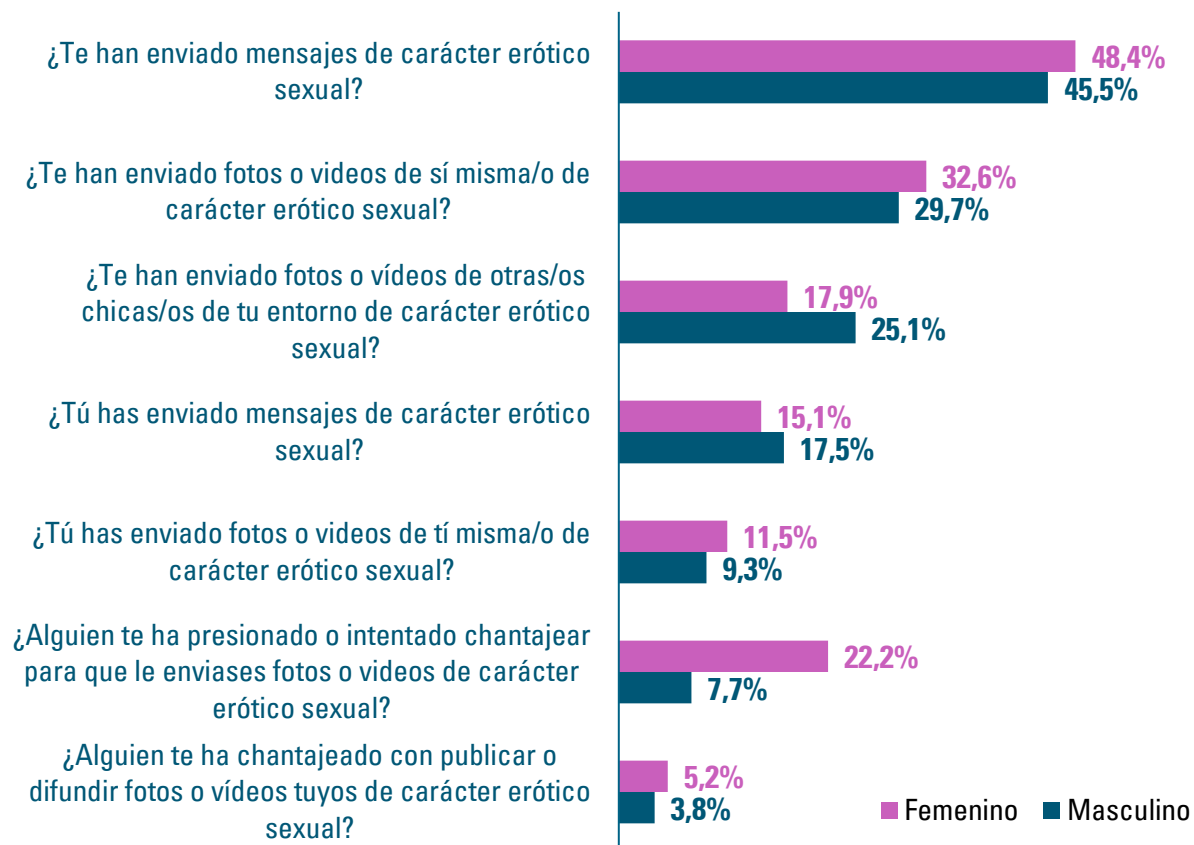


• Se han detectado conductas constitutivas de *Sexting* con tasas realmente preocupantes: el 10,4% manifiesta haber enviado fotos o vídeos personales de carácter erótico o sexual (*Sexting* activo) y más del triple (el 31,2%) manifiesta haberlos recibido (*Sexting* pasivo).



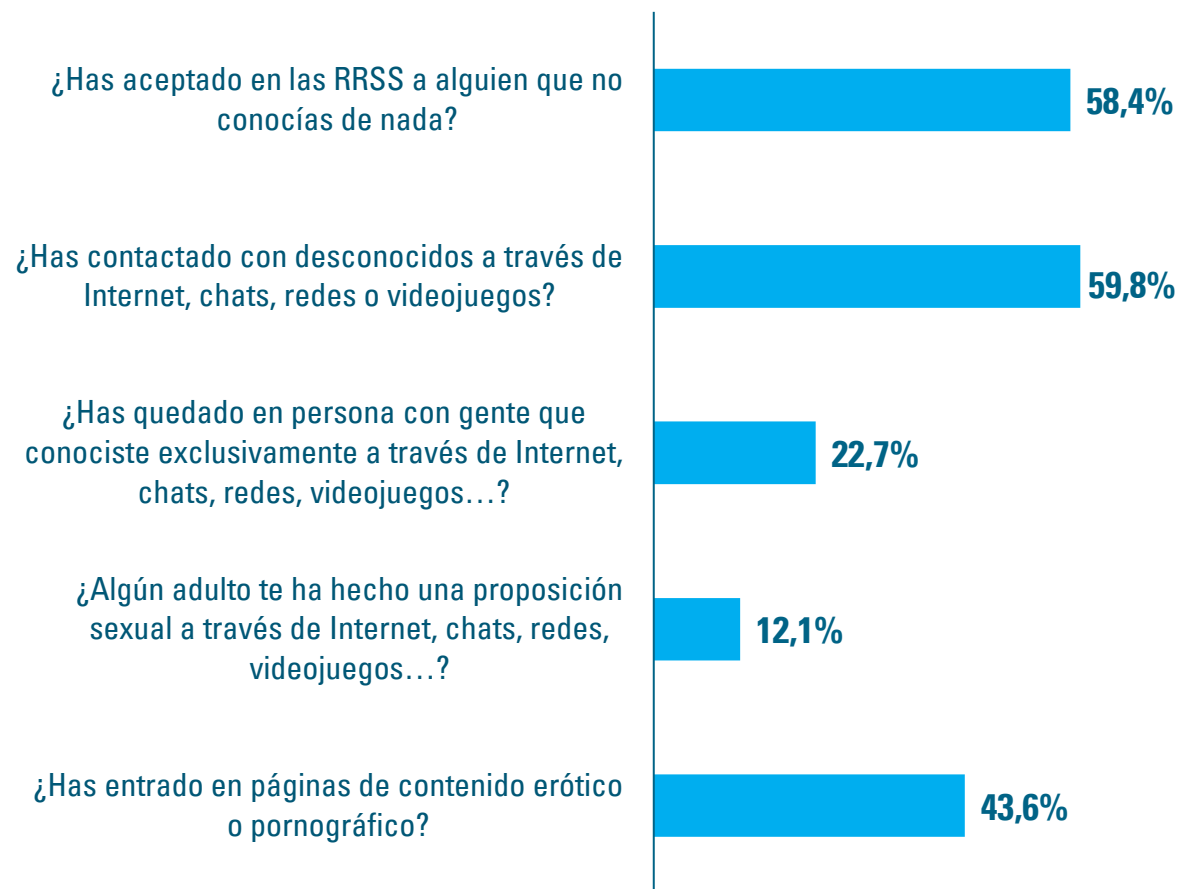


## *Sexting* activo y pasivo por Género y Curso



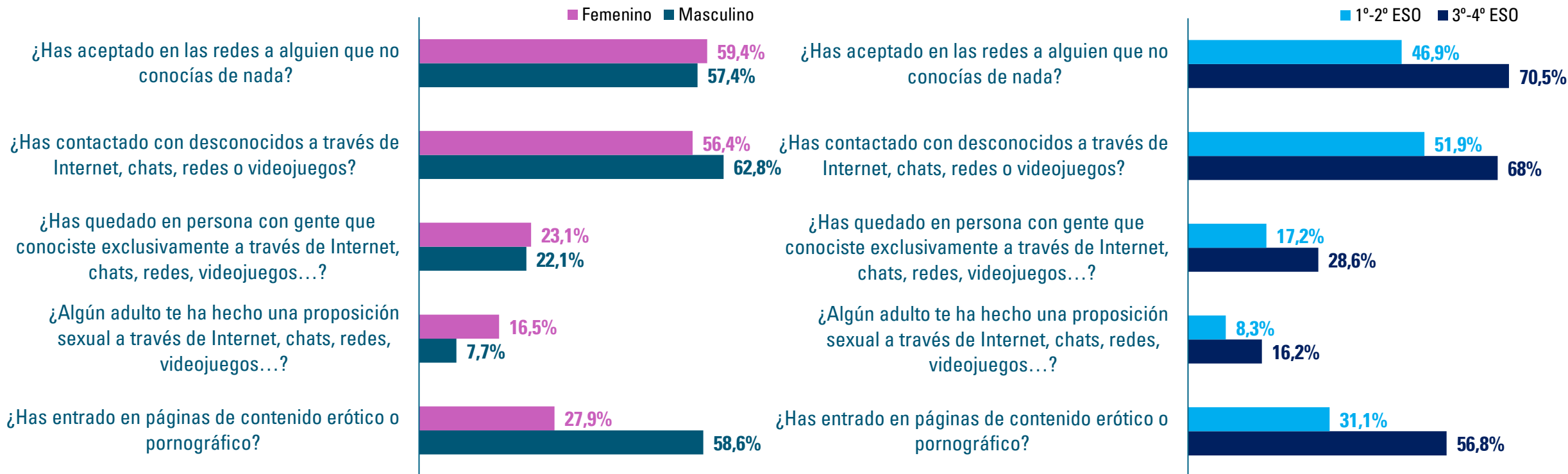
- Aunque el *Sexting* es practicado tanto por chicas como por chicos, las presiones las sufren generalmente ellas. En 3º y 4º de la ESO, las tasas de *Sexting* se duplican.

## Contacto con personas desconocidas, *Grooming* y Pornografía *Online*



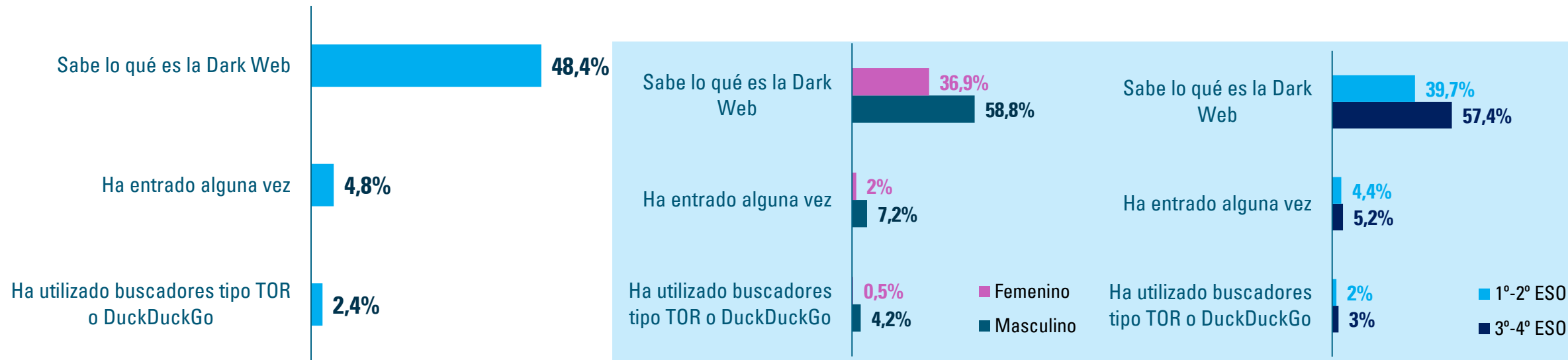
- El contacto con personas desconocidas supone un preocupante caldo de cultivo para el *Grooming*: el **58,4%** ha aceptado alguna vez a un desconocido en las Redes Sociales y el **22,7%** llegó a quedar en persona con gente que conoció exclusivamente a través de Internet.
- Al menos **1** de cada **10** adolescentes (**12,1%**), recibió una proposición sexual por parte de un adulto a través de la Red.
- El **43,6%** accedió a Webs de contenido pornográfico.

## Contacto con personas desconocidas, *Grooming* y Pornografía *online* por Género y Curso



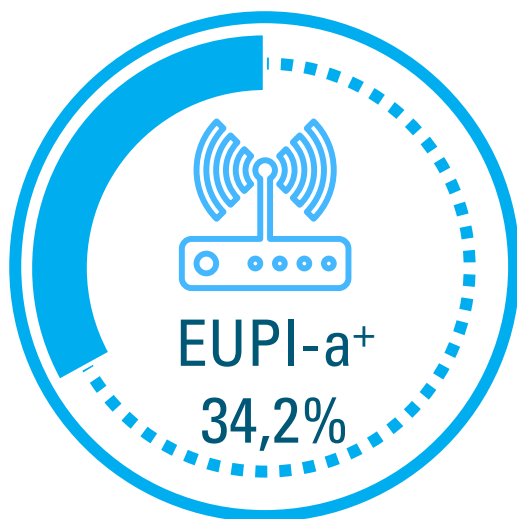
- Aunque el contacto con personas desconocidas es relativamente común, se aprecian diferencias por Género: las chicas son objeto de proposiciones sexuales por parte de adultos mucho más frecuentemente que los chicos, mientras que el consumo de pornografía *online* se duplica entre los chicos. El tránsito a la segunda etapa de la ESO hace que se disparen todas las prácticas de riesgo.

## La *Dark Web*



- La *Dark Web* posee un alto grado de popularidad entre las y los adolescentes: el **48,4%** dice saber lo qué es y un alarmante **4,8%** afirma incluso haber accedido a ésta en alguna ocasión, mayoritariamente chicos.

## Uso Problemático de Internet



### EUPI-a

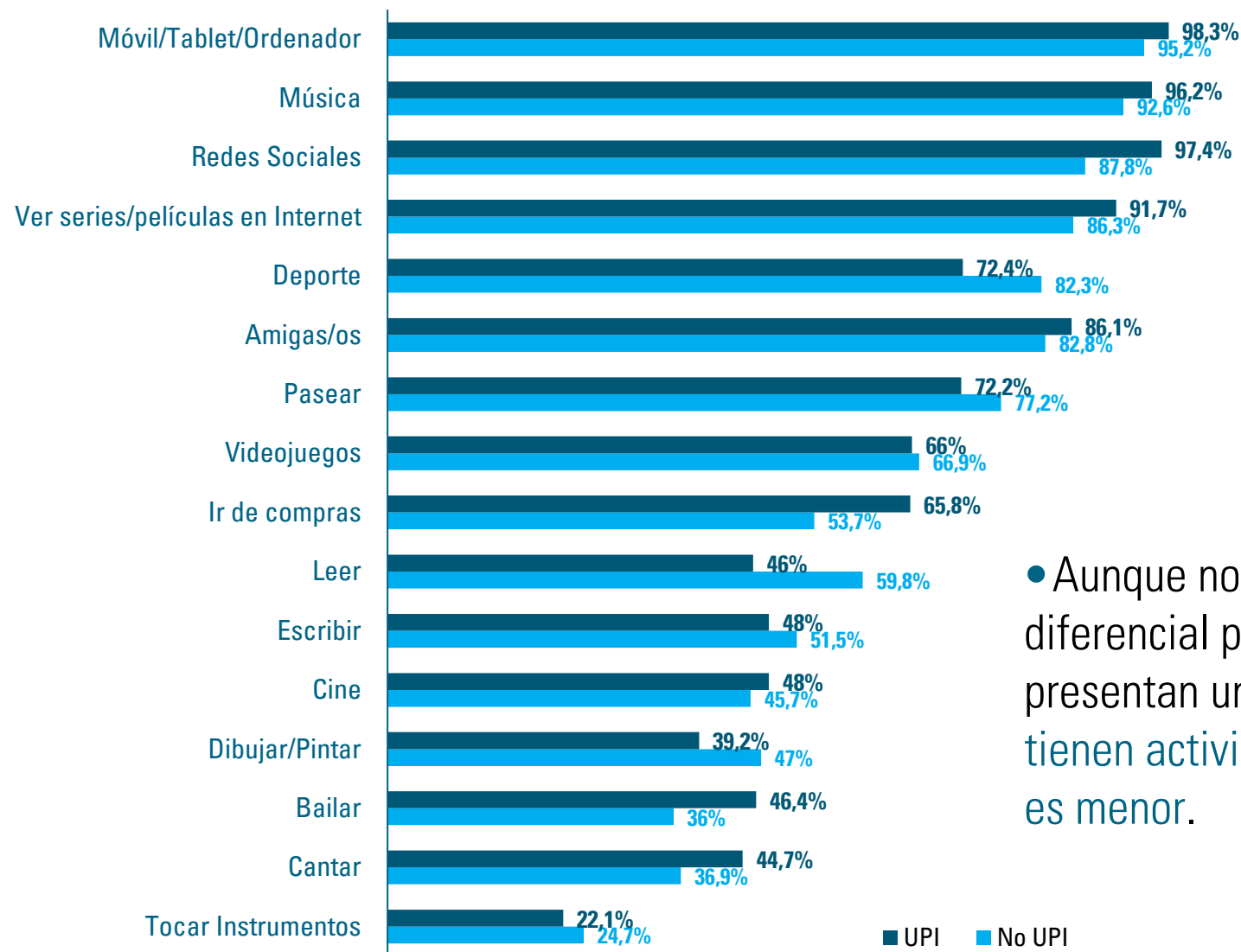
#### Uso Problemático de Internet

<b>ESPAÑA</b>	<b>33%</b>
<b>ILLES BALEARS</b>	<b>34,2%</b>
Femenino	37,8%
Masculino	30,5%
1º-2º ESO	30,1%
3º-4º ESO	38,5%

*EUPI-a: Escala de uso problemático de Internet para adolescentes (Rial et al., 2015).*

- Se cifra en un **34,2%** el porcentaje de adolescentes de las Illes Balears que tendrían un Uso Problemático de Internet y las Redes Sociales, ligeramente superior al obtenido para el conjunto de España (33%).
- Este porcentaje es mayor entre las chicas y en 3º y 4º de la ESO.

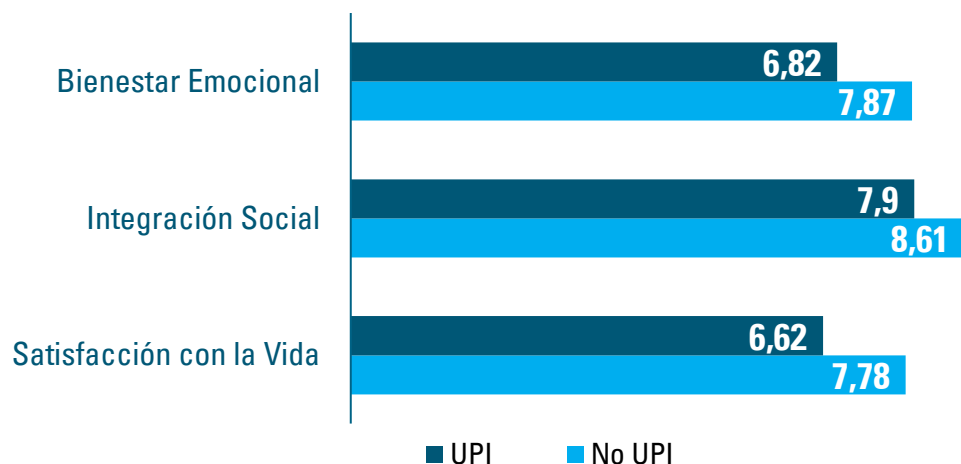
## UPI y Actividades de Ocio



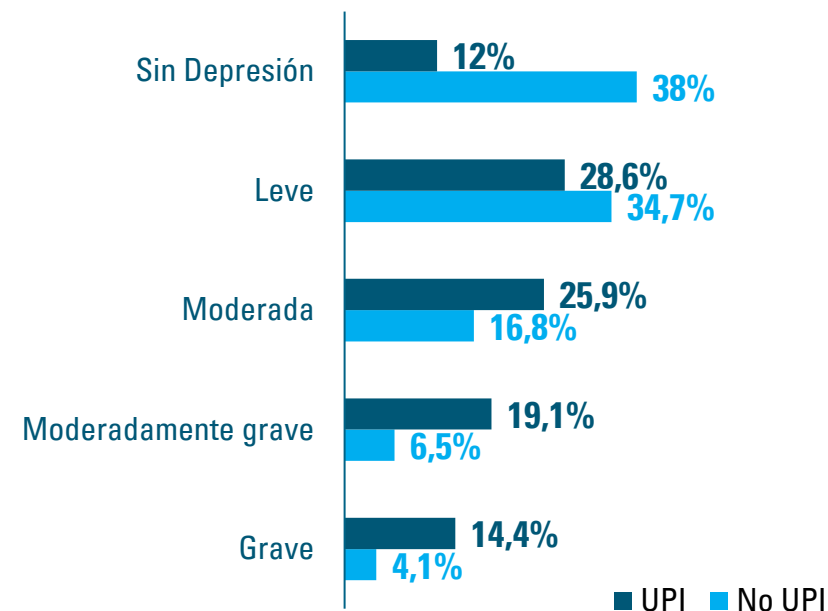
- Aunque no puede hablarse de un perfil de ocio diferencial por parte de las y los adolescentes que presentan un Uso Problemático de Internet, el peso que tienen actividades como Leer, Dibujar y Hacer Deporte es menor.



## UPI, Bienestar Emocional, Integración Social y Satisfacción Vital

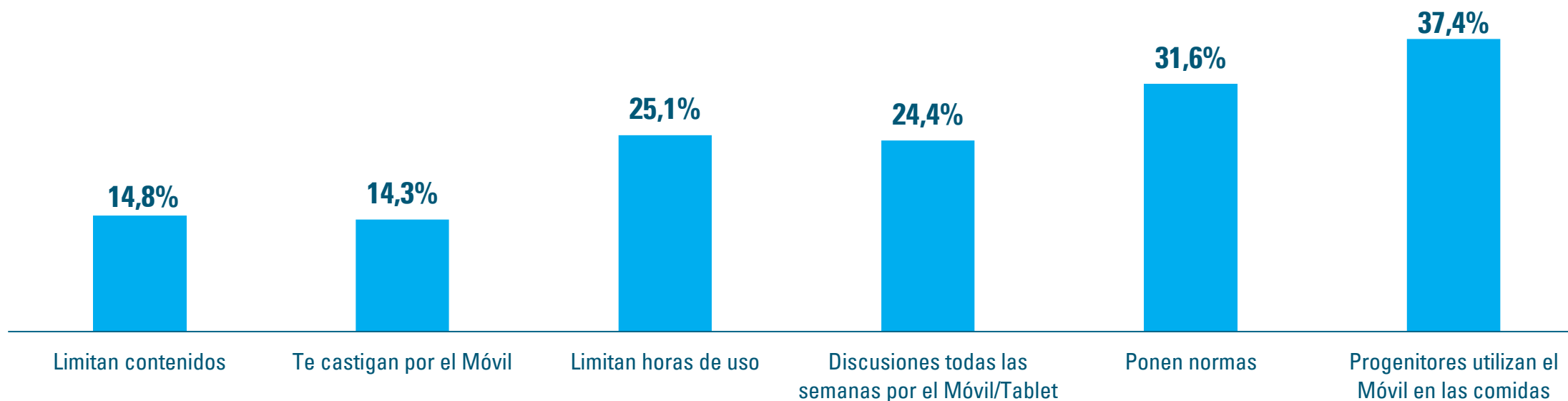


## UPI y Depresión



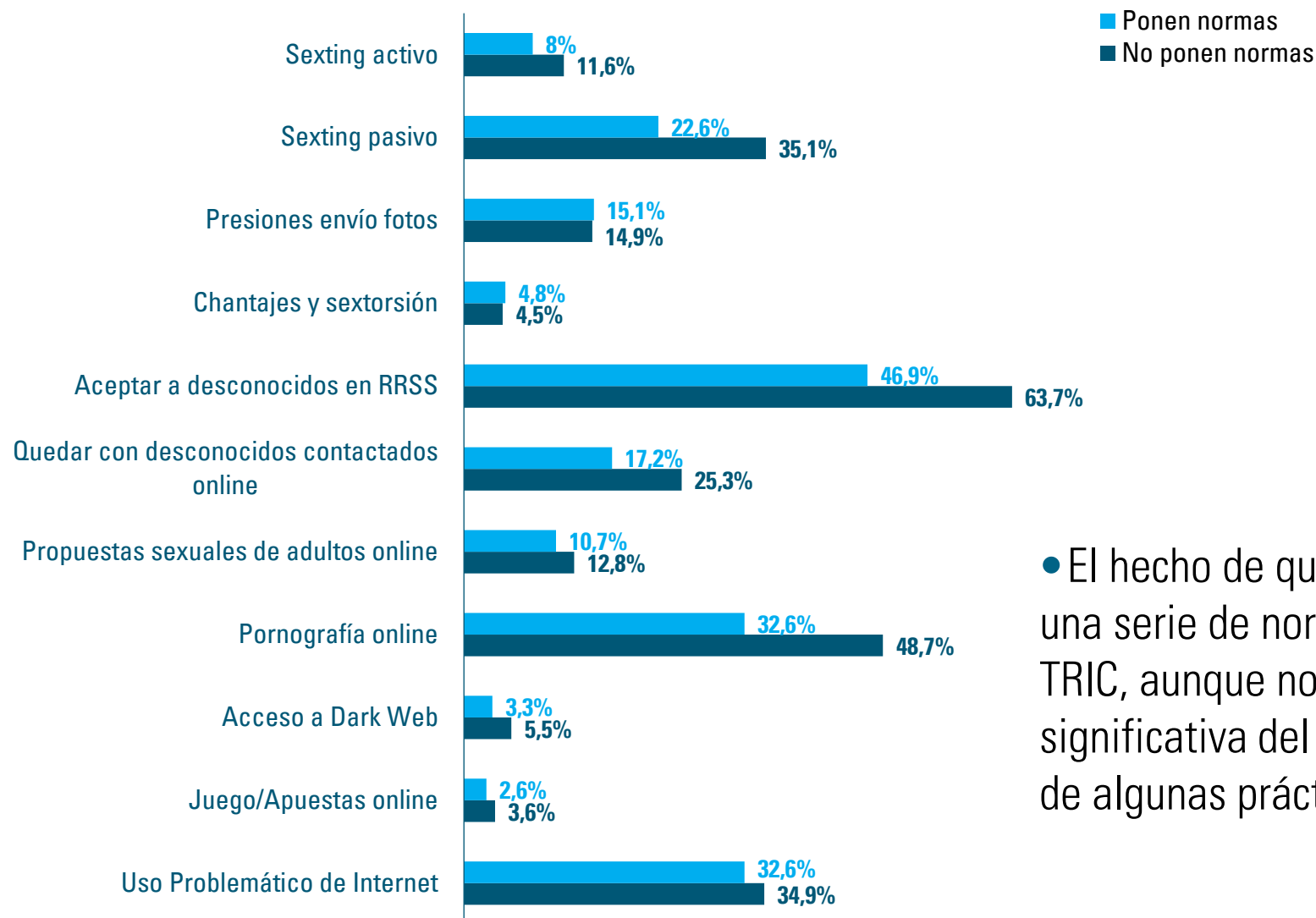
- Aunque no se pueda establecer una relación causa-efecto, los niveles de Bienestar Emocional, Integración Social y Satisfacción con la Vida son inferiores entre las y los adolescentes que presentan un Uso Problemático de Internet. Por otra parte, la tasa de depresión es más del triple.

## Los Progenitores y las TRIC



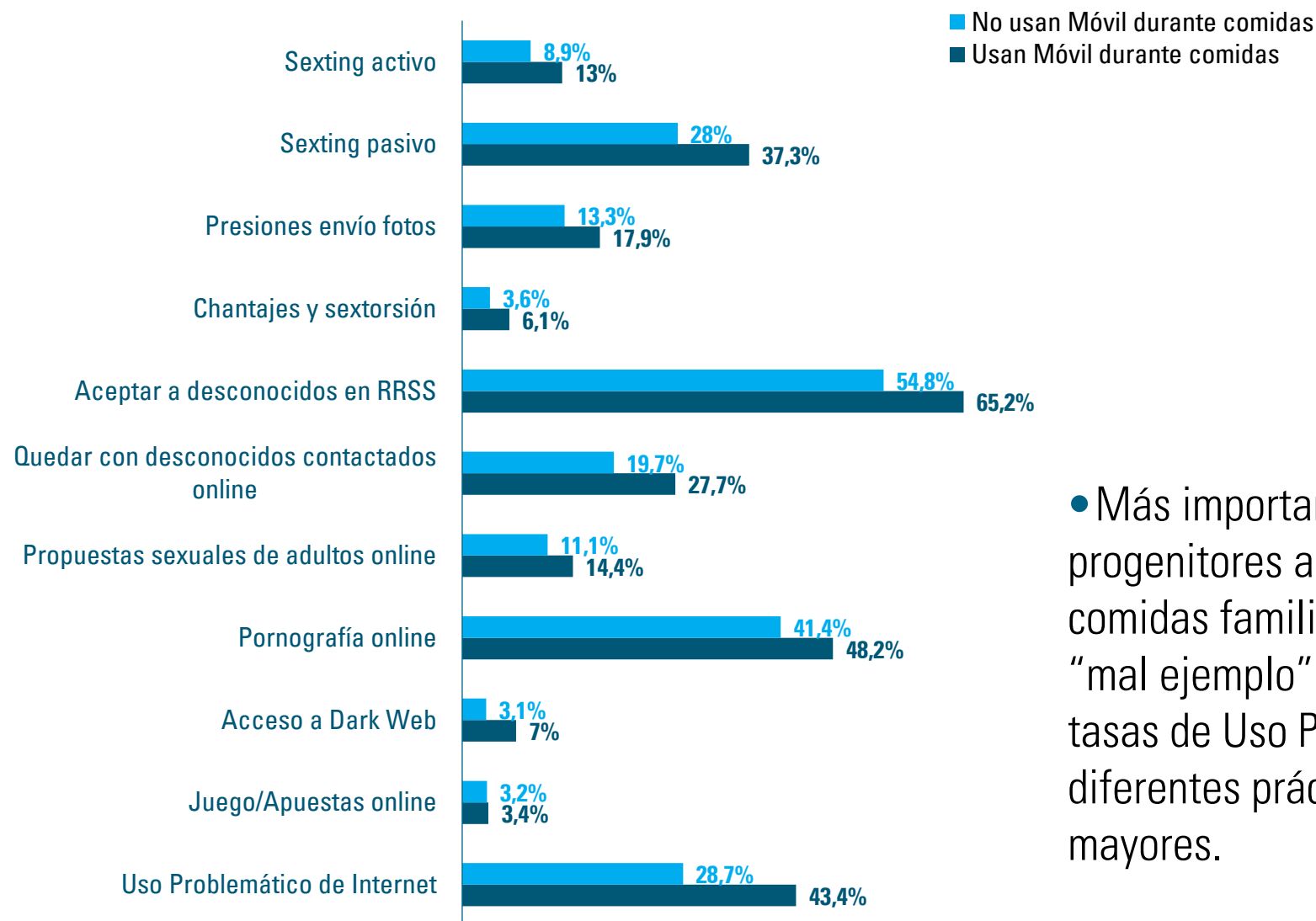
- Solo el **31,6%** del alumnado refiere que sus progenitores les ponen normas sobre el uso de las TRIC, el **25,1%** que le limitan las horas de uso y el **14,8%** los contenidos a los que acceden.
- Aproximadamente **1** de cada **4** tiene discusiones en casa todas las semanas por el uso del Móvil o las TRIC.
- Paradójicamente, el **37,4%** informa de que sus progenitores acostumbran a utilizar el Móvil durante las comidas.

## Conductas “problema” y Supervisión Parental



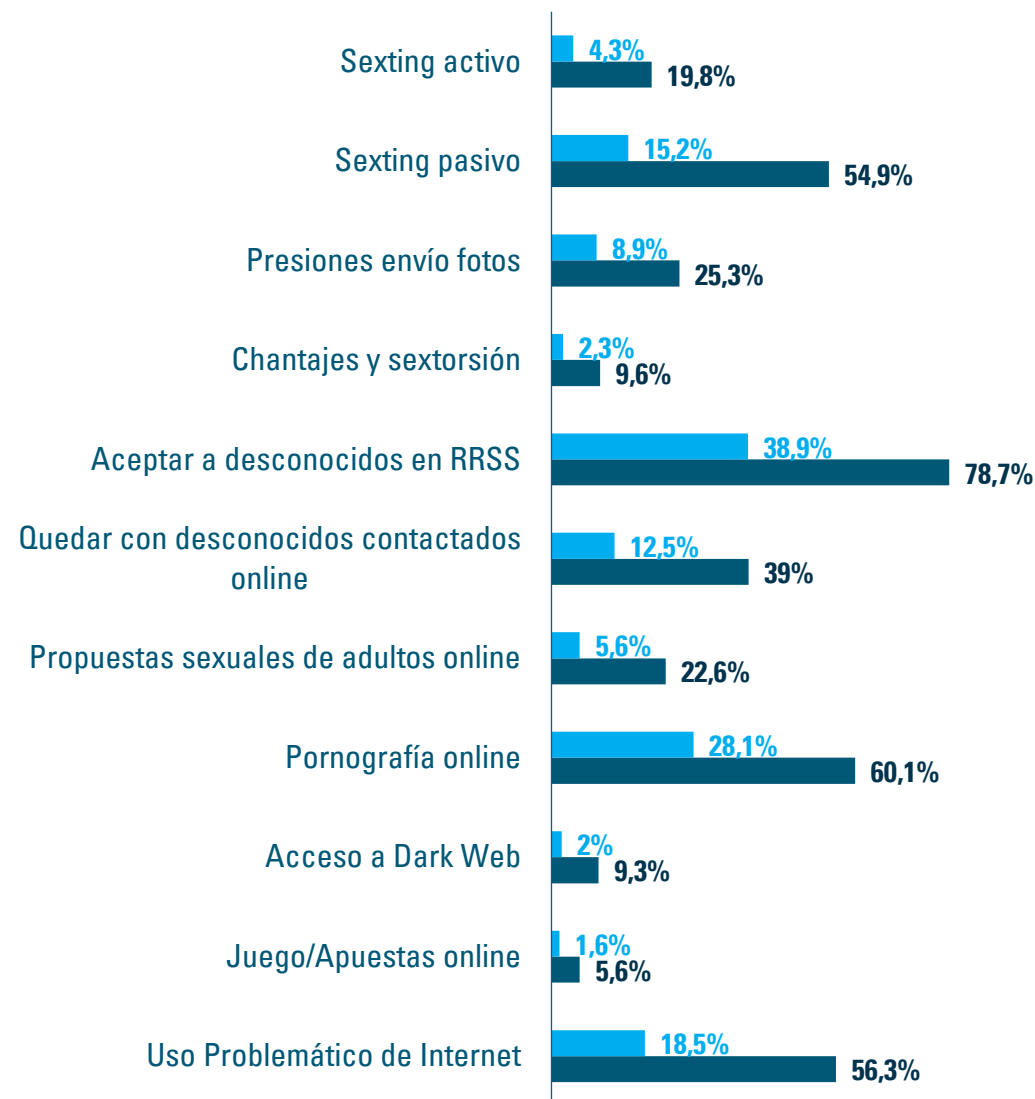
- El hecho de que los progenitores establezcan una serie de normas con relación al uso de las TRIC, aunque no implica una disminución significativa del Uso Problemático de Internet, sí de algunas prácticas de riesgo *online*.

## Conductas “problema” y Ejemplo progenitores



- Más importante es el hecho de que los progenitores acostumbren a utilizar el Móvil en las comidas familiares, ya que además de suponer un “mal ejemplo” para sus hijas e hijos, se asocia con tasas de Uso Problemático de Internet y de diferentes prácticas de riesgo sensiblemente mayores.

## Conductas “problema” y Conectarse a partir de medianoche



- Nunca/Casi nunca se conecta a partir de medianoche
- Siempre/Casi siempre se conecta a partir de medianoche



• Las diferencias son especialmente notables cuando se comparan los que “Casi Nunca” se conectan a Internet a partir de la medianoche y los que lo hacen de manera habitual. Entre estos últimos las tasas tanto de UPI, como de las diferentes conductas de riesgo *online* llegan a multiplicarse hasta por 5. Todo ello no hace más que poner de relieve la importancia de establecer en casa una buena higiene digital.

## Control Parental del Uso de Internet

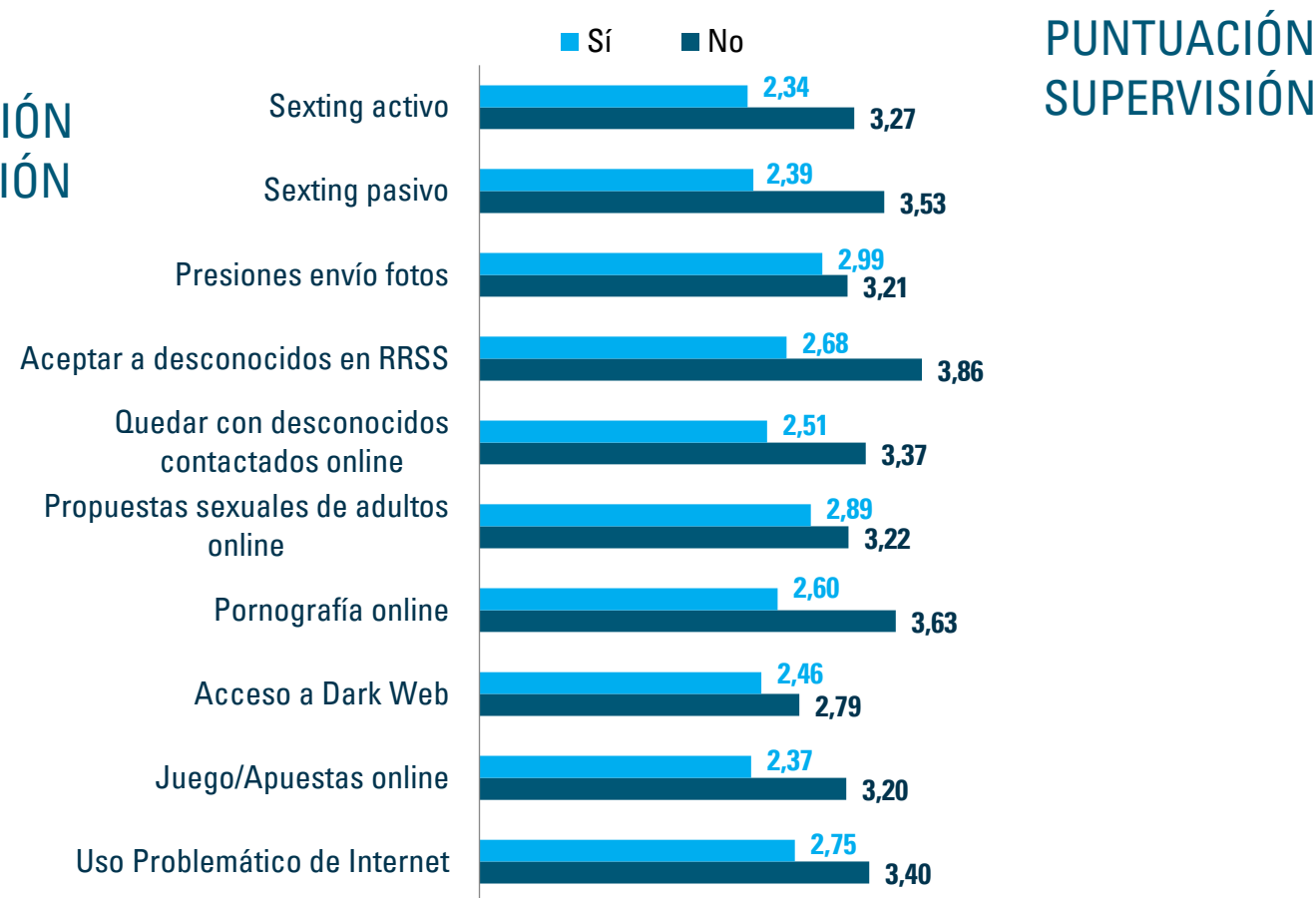
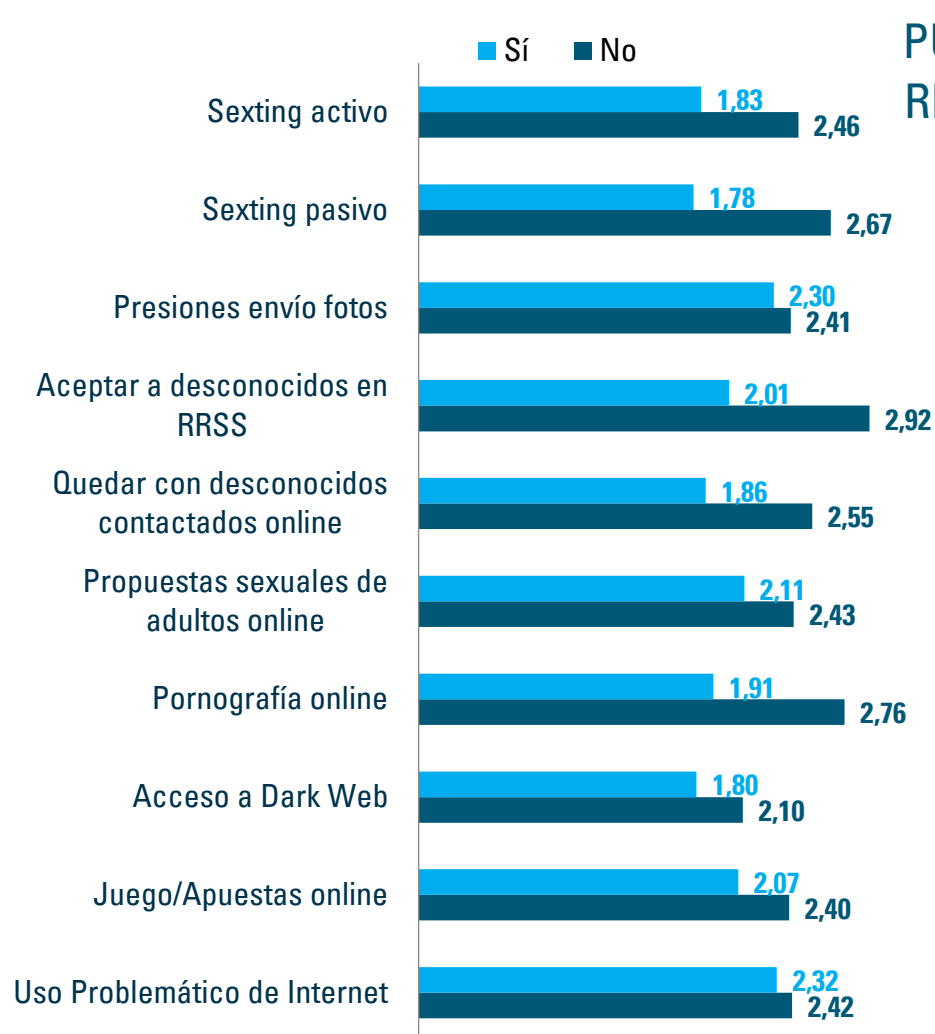


CPUI-a	
GLOBAL	5,57 (0-21)
Restricción	2,39 (0-9)
Supervisión	3,18 (0-12)

		Global	Restricción	Supervisión
GÉNERO	Femenino	5,84	2,45	3,39
	Masculino	5,27	2,32	2,95
CURSO	1º-2º ESO	6,80	2,98	3,82
	3º-4º ESO	4,26	1,76	2,50

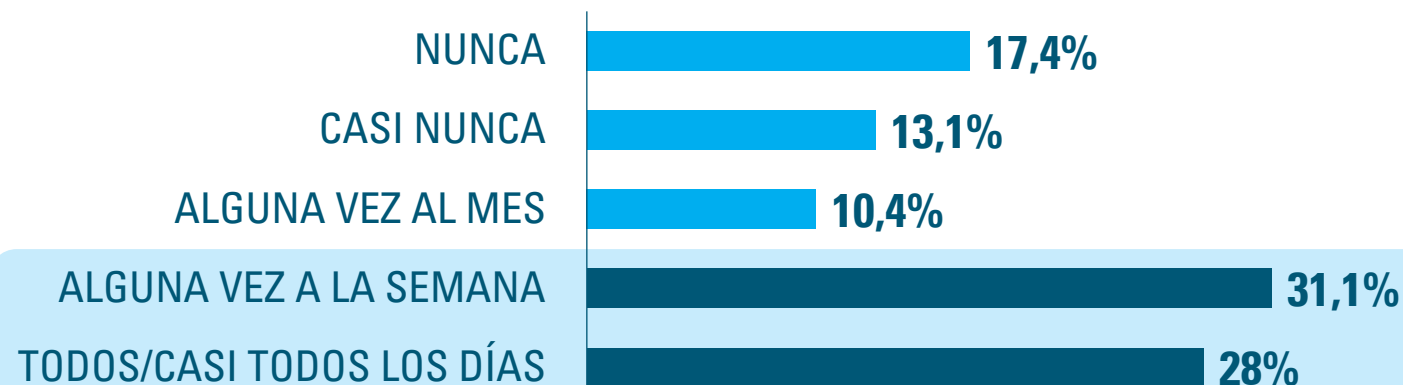
- La puntuación media en la escala de Control Parental (cuyos valores pueden oscilar entre 0 y 21) es de tan solo **5,57**, lo que denota un **bajo nivel de Control Parental en el uso de Internet**. Los promedios son también bajos tanto en la subescala de **Restricción**, como en la de **Supervisión**. El Control Parental es ligeramente mayor en las chicas y se diluye en la segunda etapa de la ESO, justo cuando mayores son las tasas de UPI y de prácticas de riesgo *online*.

## Control Parental del Uso de Internet



- Por lo general, las diferentes conductas de riesgo se relacionan con niveles tanto de Restricción como de Supervisión Parental significativamente más bajos, especialmente de Supervisión.

## Frecuencia, Intensidad y Dinero



• Juegan habitualmente: 59,1%

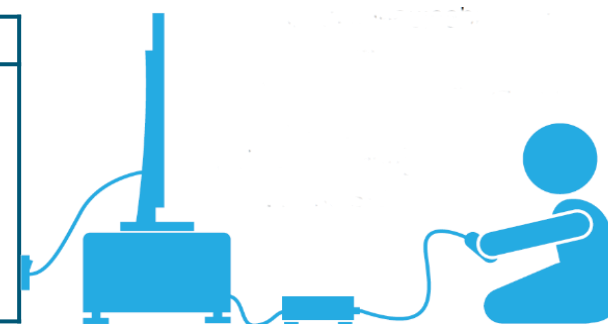
• FEMENINO: 29,2%

• MASCULINO: 87,3%

• 1º-2º ESO: 62,5%

• 3º-4º ESO: 55,4%

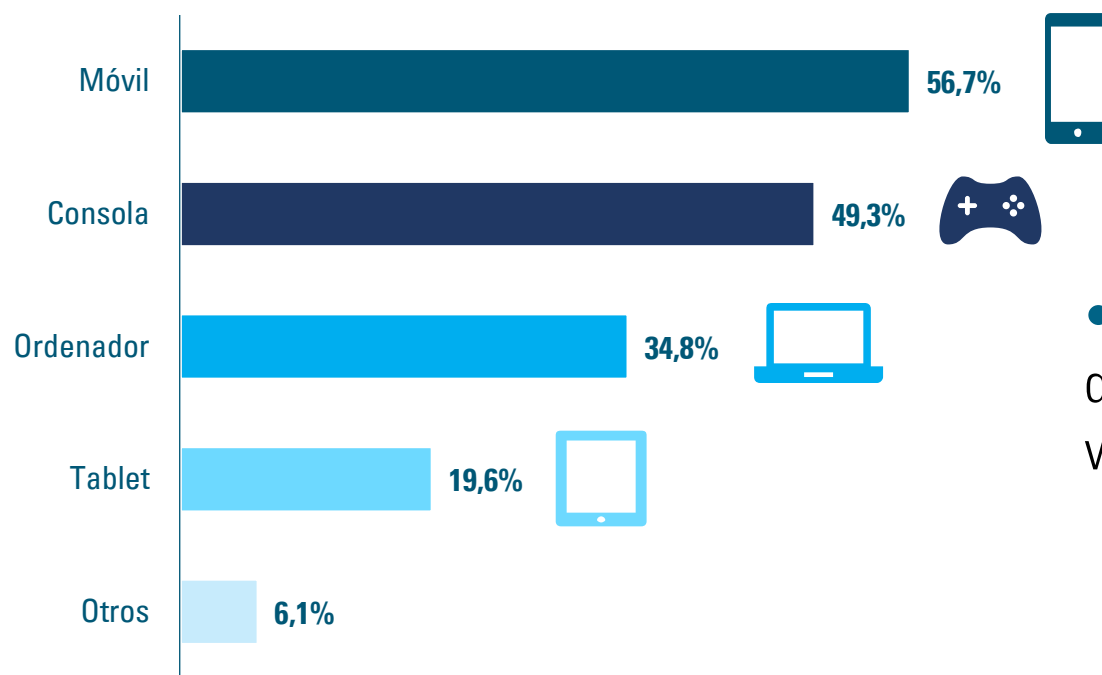
	GLOBAL	FEMENINO	MASCULINO
Juegan a videojuegos todos/casi todos los días	28%	8,1%	46,9%
Media de horas semanales videojuegos	7,1h	2,7h	11,3h
Juegan más de 30h semanales	4,5%	0,8%	8,1%
Destinan dinero todos los meses a videojuegos	22,6%	6,7%	37,5%
Destinan a videojuegos más de 30€ cada mes	4,5%	1,5%	7,3%



- Jugar a videojuegos constituye uno de las principales fuentes de ocio, especialmente entre las y los adolescentes más jóvenes.
- Por término medio, los adolescentes baleares dedican 7,1 horas por semana a los videojuegos, aunque un 4,5% le dedica más de 30 horas. 1 de cada 5 destina todos los meses algo de dinero a los videojuegos, el 4,5% más de 30€ al mes.



## Dispositivos habituales

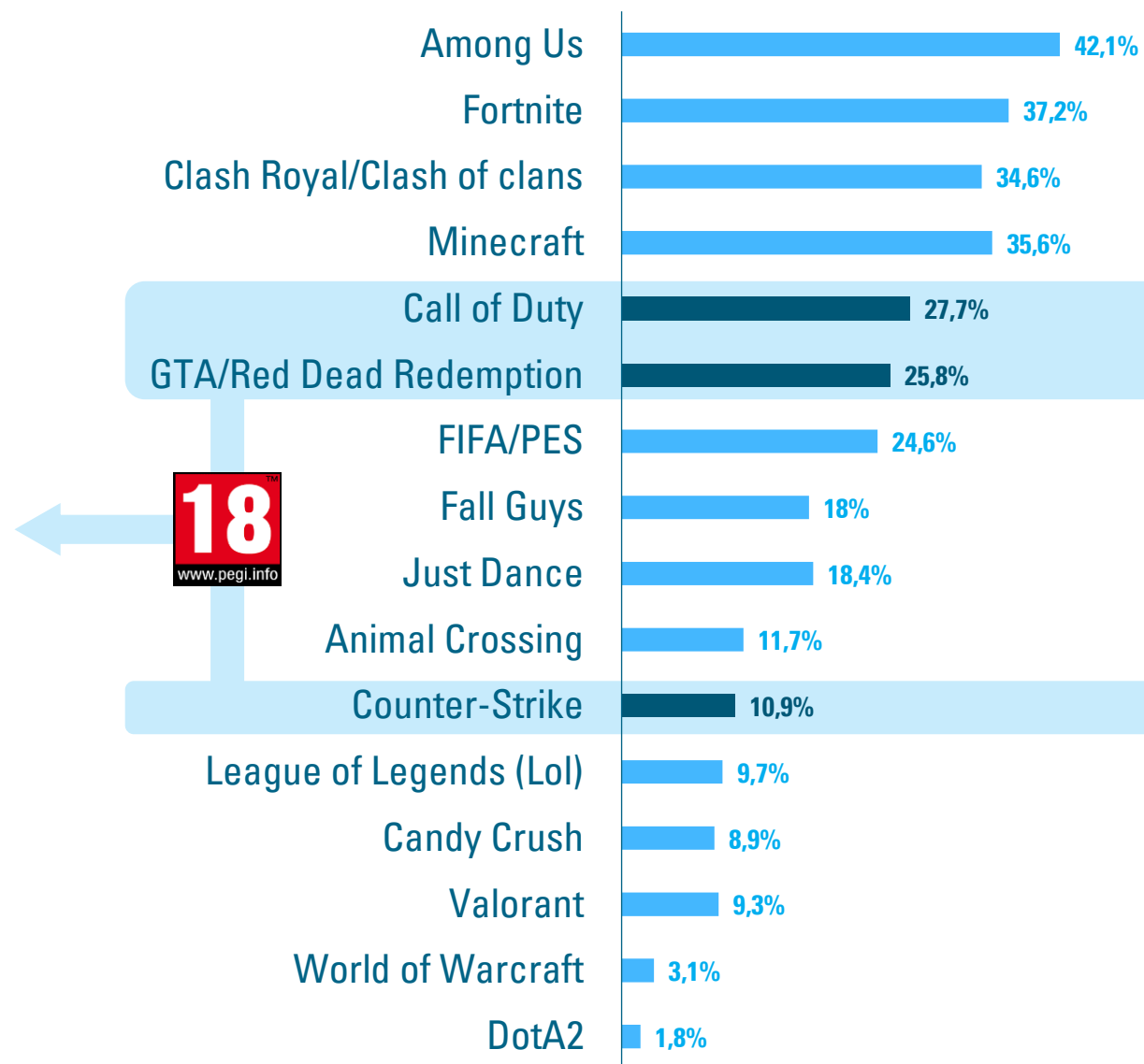


- El móvil es ya, por delante de la consola, el principal dispositivo que los adolescentes utilizan para jugar a videojuegos.

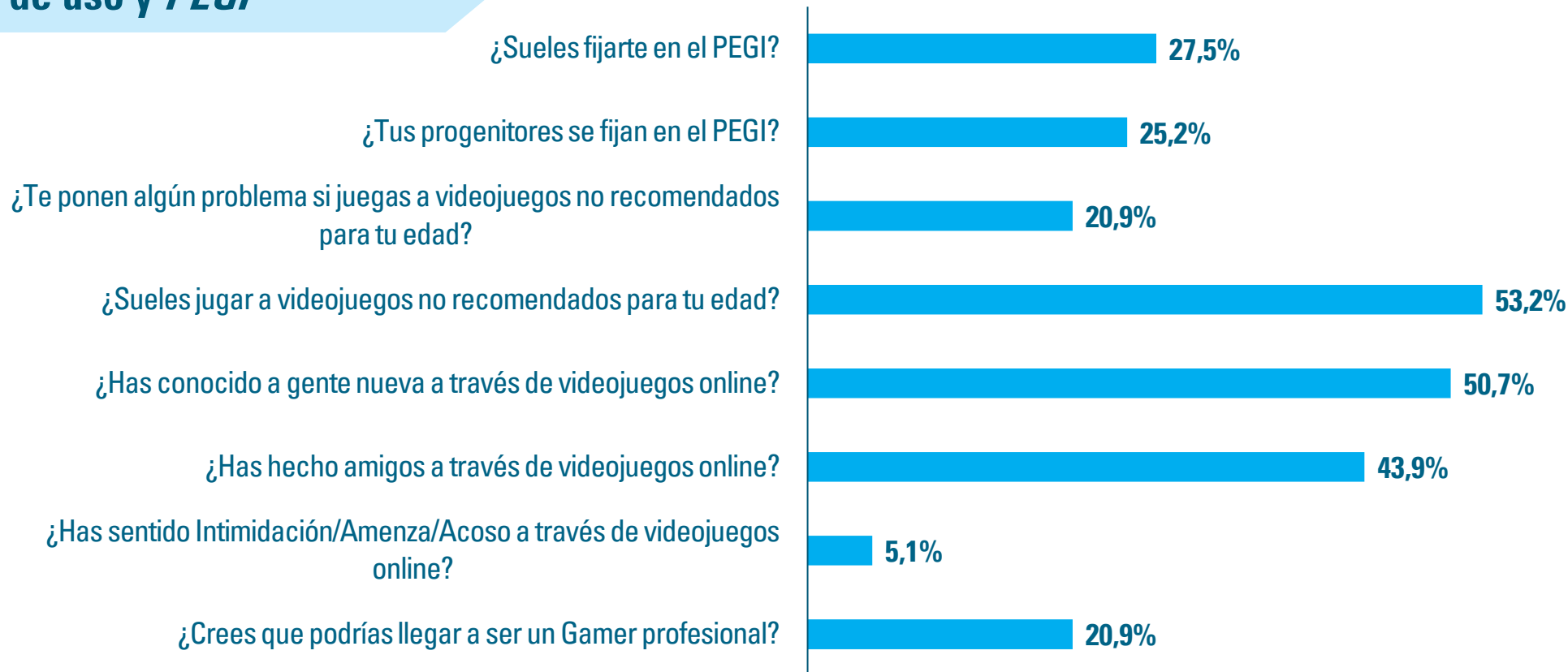
## Videojuegos más populares

Es importante conocer también a qué videojuegos les dedican más tiempo, ya que no todos suponen el mismo grado de exposición a contenidos potencialmente inapropiados (violencia, sexo, lenguaje ofensivo...).

- El **52,8%** de los adolescentes que juega a videojuegos habitualmente (al menos alguna vez al mes), lo hace a videojuegos designados por la *Pan European Game Information* [PEGI] como no adecuados para menores de 18 años, siendo el caso del *Call Of Duty* (**27,7%**), el *Grand Theft Auto* [GTA]/ *Red Dead Redemption* (**25,8%**) o el *Counter-Strike* (**10,9%**).



## Hábitos de uso y *PEGI*



- Los videojuegos constituyen un importante canal de socialización e interacción social, a través del cual las y los adolescentes conocen gente y hacen amigos. Sin embargo, los progenitores parecen ejercer una escasa supervisión al respecto.
- Al menos 1 de cada 5 adolescentes (mayoritariamente chicos) creen que podrían llegar a ser un *Gamer* profesional, lo cual evidencia la implantación de los videojuegos en la cultura juvenil.

## Screening del Uso Problemático de Videojuegos (GASA)



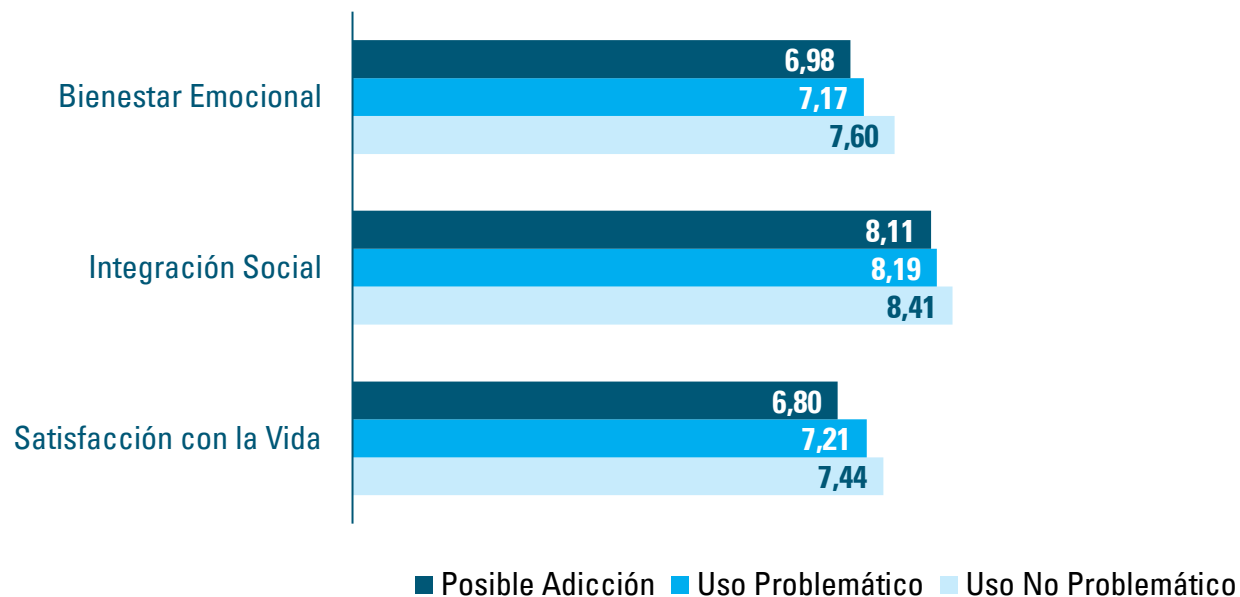
	GASA		
	Total Positivos	Posible Adicción	Uso Problemático
ESPAÑA	19,8%	3,1%	16,7%
ILLES BALEARS	19,9%	2,6%	17,3%
Femenino	7,2%	1%	6,2%
Masculino	31,9%	4,1%	27,8%
1º-2º ESO	19,6%	2,7%	16,9%
3º-4º ESO	20,3%	2,5%	17,8%

GASA: Game Addiction Scale for Adolescents (Lemmens et al., 2009).

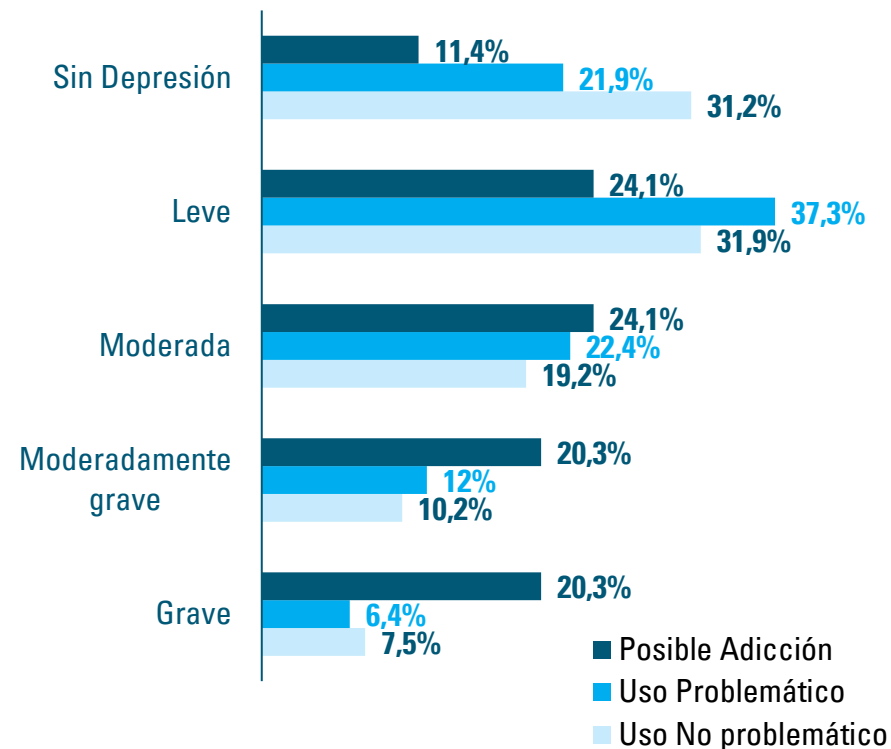
- Para un 17,3% de los adolescentes baleares, el uso de videojuegos estaría suponiendo un problema y un 2,6% adicional presentaría síntomas ya de una posible adicción, datos muy similares a los obtenidos para el conjunto de España.
- Las tasas de una posible adicción se multiplican entre quienes juegan a videojuegos PEGI/18 y entre los que se conectan a Internet o utilizan el Móvil, la Tableta o la Consola a partir de medianoche.

	POSIBLE ADICCIÓN	
...juegan a videojuegos PEGI/18	NO	1,2%
	SÍ	4,9%
...se conectan a Internet, utilizan el Móvil, la Tableta o la Consola a partir de la medianoche	Nunca/Casi Nunca	1,9%
	Todos/Casi todos los días	4,2%

## Posible impacto emocional de la Adicción a los Videojuegos

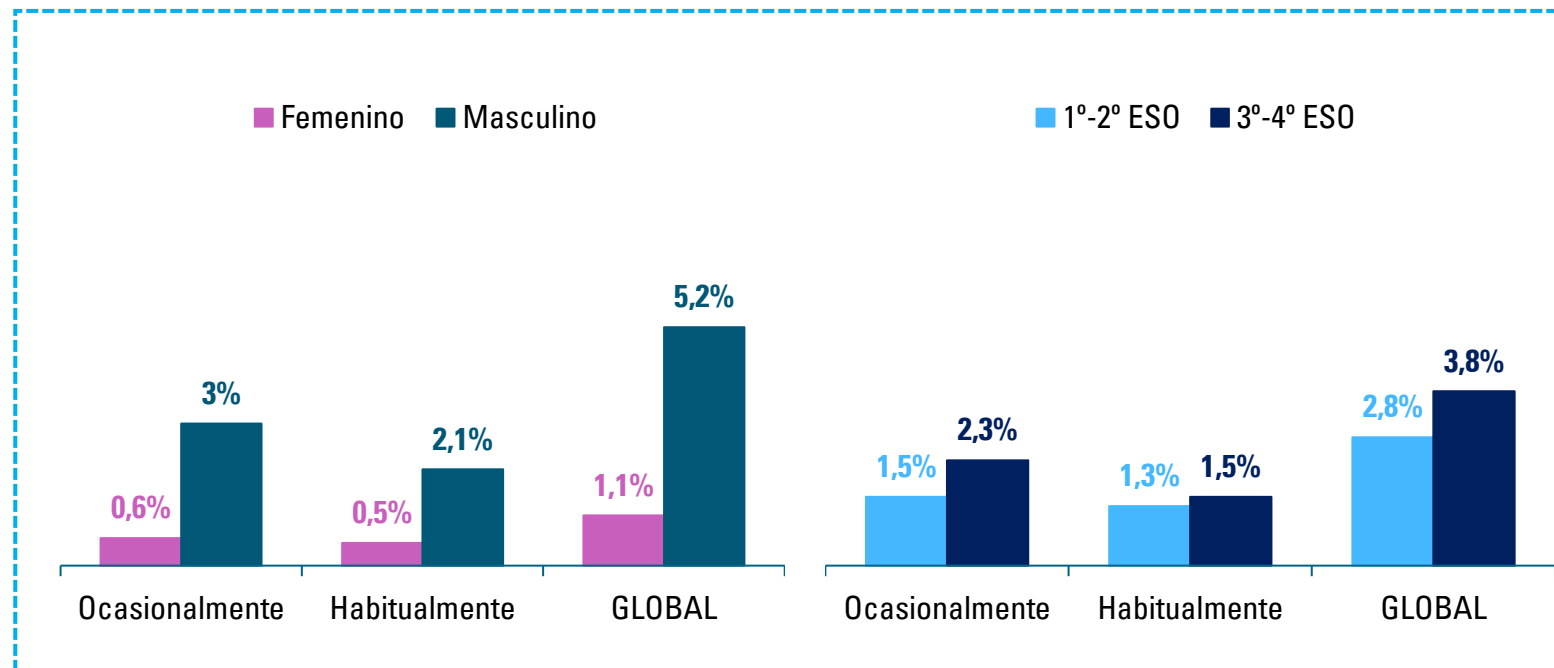
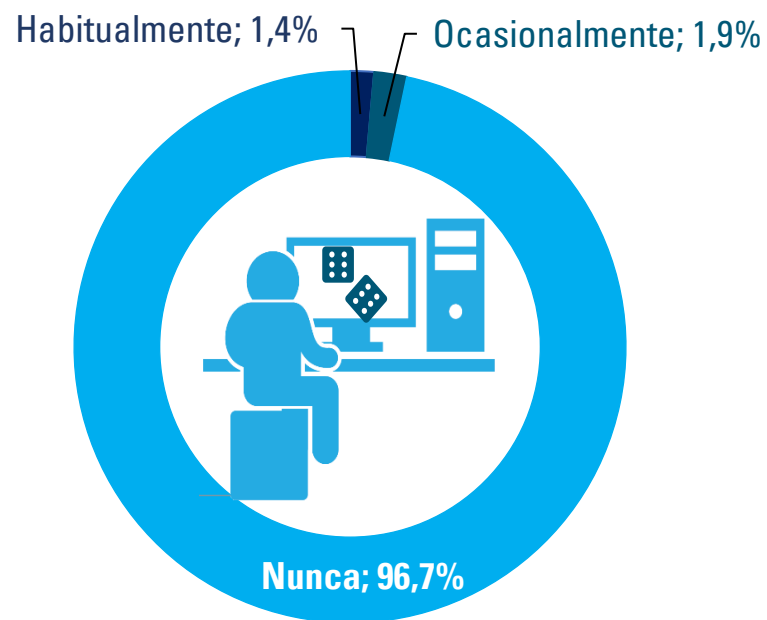


## Adicción a Videojuegos y Depresión



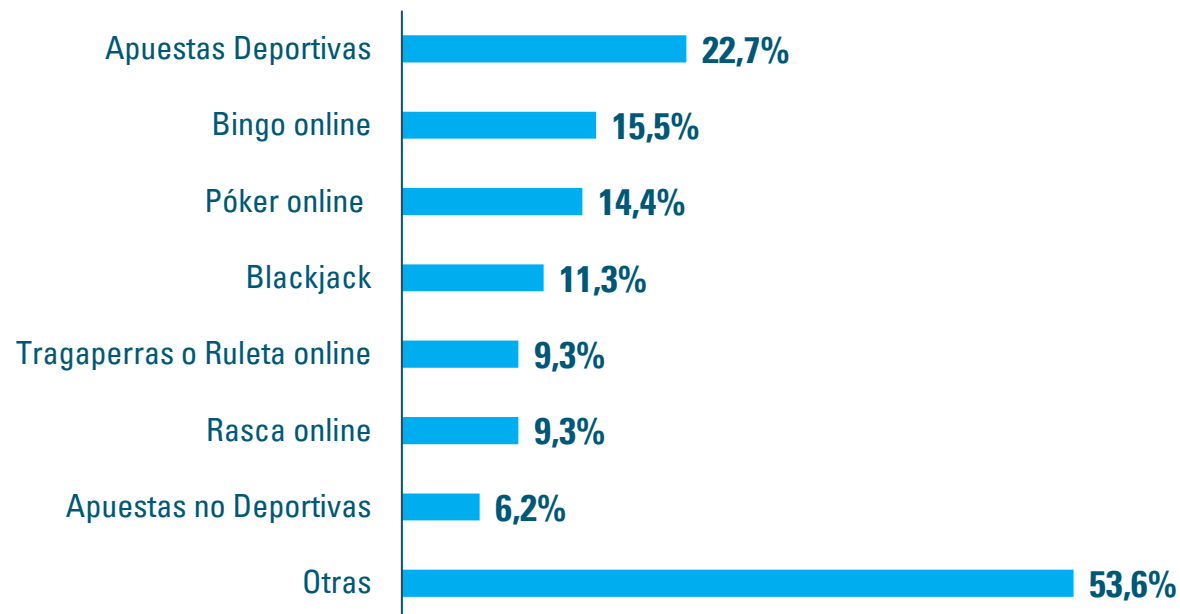
- Los niveles de Bienestar Emocional, Integración Social y Satisfacción con la Vida son inferiores entre quienes presentan una posible Adicción a los Videojuegos. Las tasas de Depresión se disparan.

## Frecuencia de juego *online*



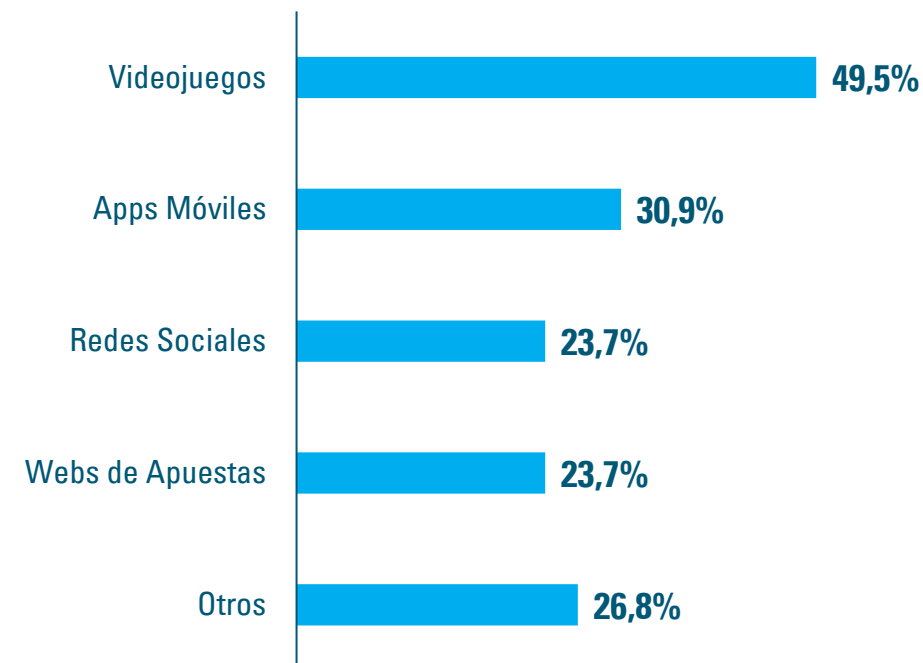
- El porcentaje global de adolescentes que ha apostado o jugado dinero *online* alguna vez en su vida es solo del 3,3%. Un 1,4% lo hace de manera habitual (al menos una vez al mes) y un 1,9% adicional ocasionalmente. Los porcentajes son significativamente mayores entre los chicos que entre las chicas.

## Modalidades más aceptadas



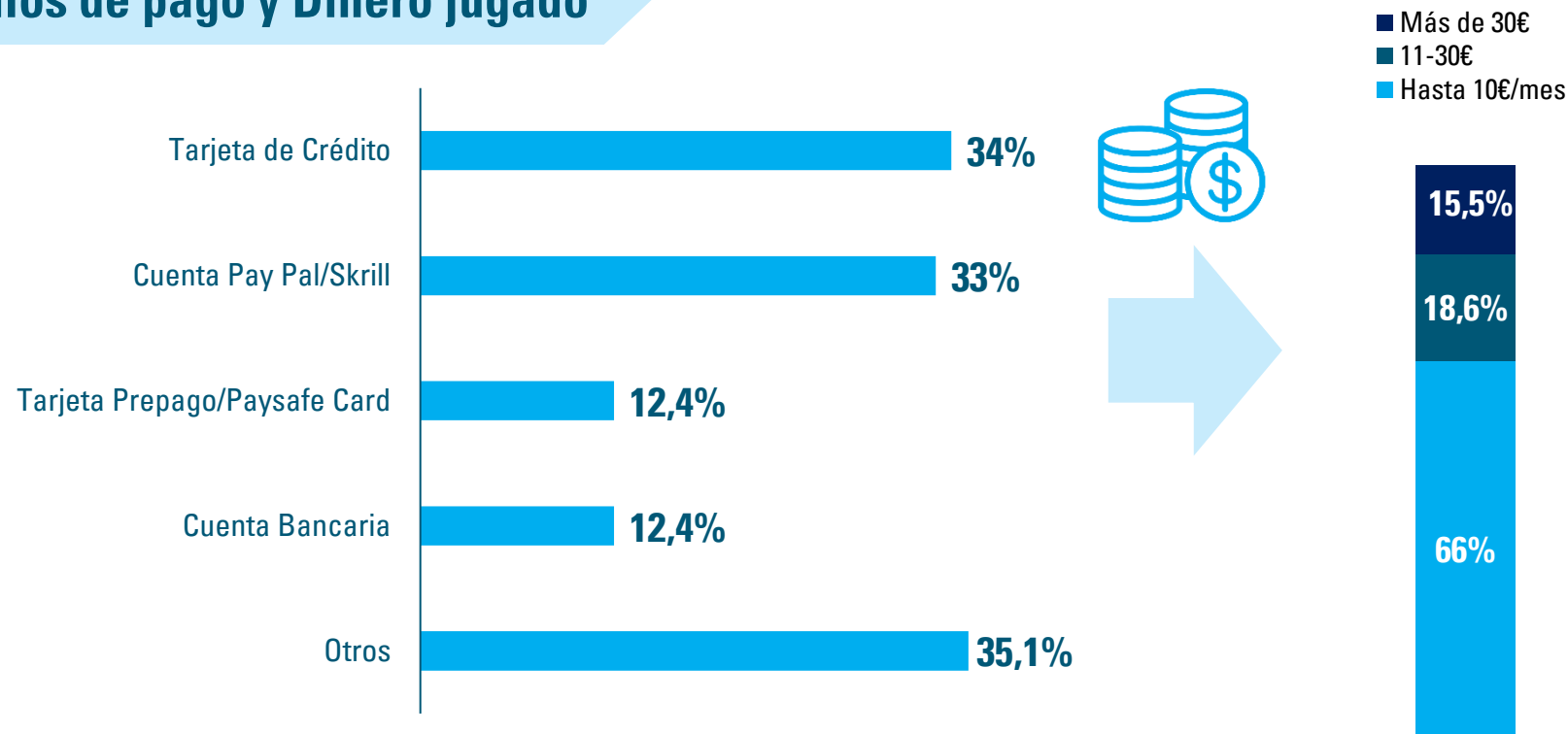
- Aunque la variedad de formatos es enorme, las Apuestas Deportivas, el Bingo y el Póker *online* son las modalidades que más aceptación tienen entre los estudiantes de secundaria.

## Canales habituales a través de los que jugar o apostar dinero



- Los Videojuegos, seguido de las Aplicaciones Móviles, son los dos principales medios a través de los cuales juegan o apuestan dinero *online*.

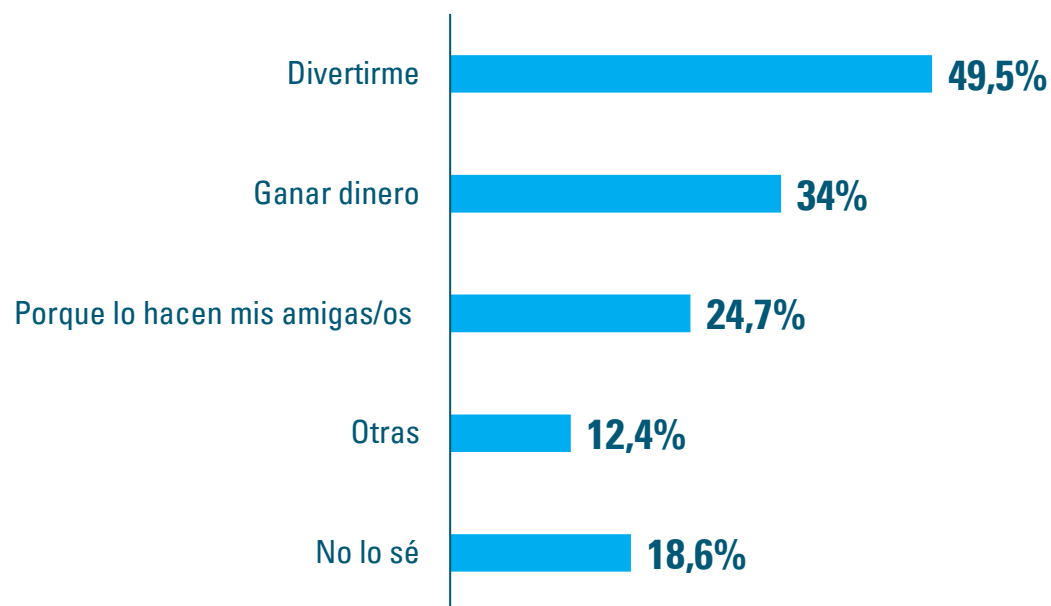
## Medios de pago y Dinero jugado



- Aunque los medios de pago son diversos, el uso de una Tarjeta de Crédito o una cuenta de *Pay Pal* o *Skrill* son las dos opciones más habituales.
- El gasto medio mensual no suele exceder de los 10€, pero el **15,5%** de los jugadores se gasta más de 30€ cada mes.



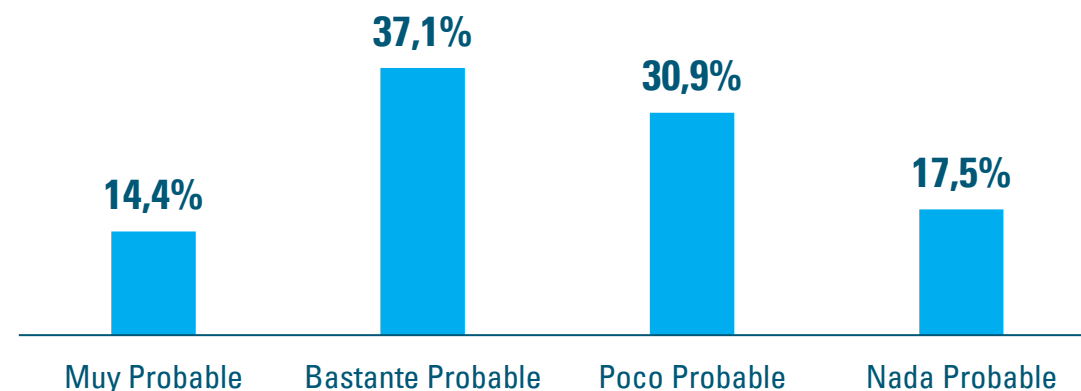
## Motivaciones



- Divertirse y Ganar dinero son las dos principales motivaciones para jugar o apostar.

## Creencias y expectativas

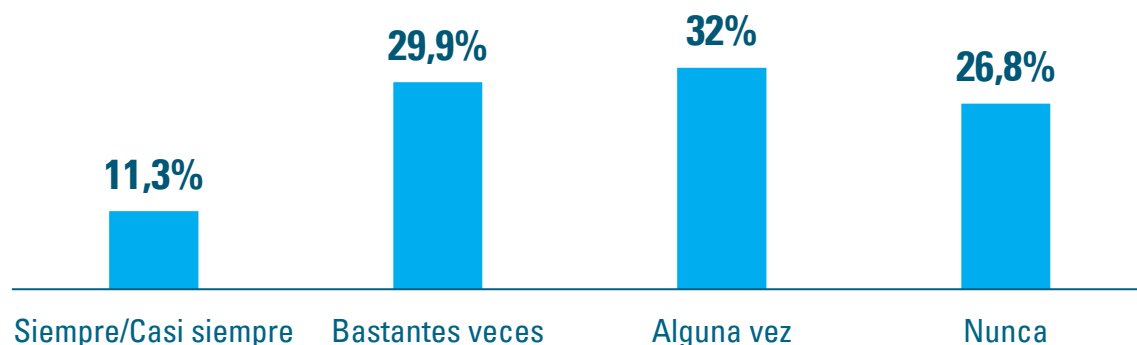
¿Crees que es fácil o probable ganar dinero jugando o apostando *online*?



- Existe una creencia relativamente asentada entre muchos adolescentes que juegan *online* de que es Bastante o Muy Probable ganar dinero (51,5%).

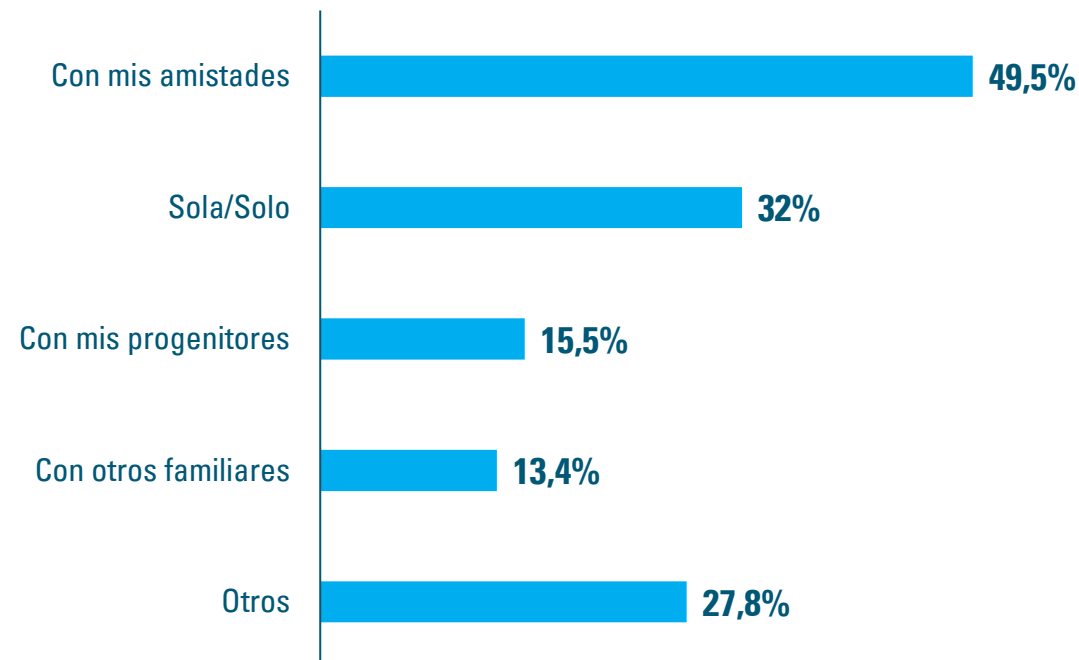
## Creencias y expectativas

### ¿Cuántas VECES has ganado jugando o apostando *online*?



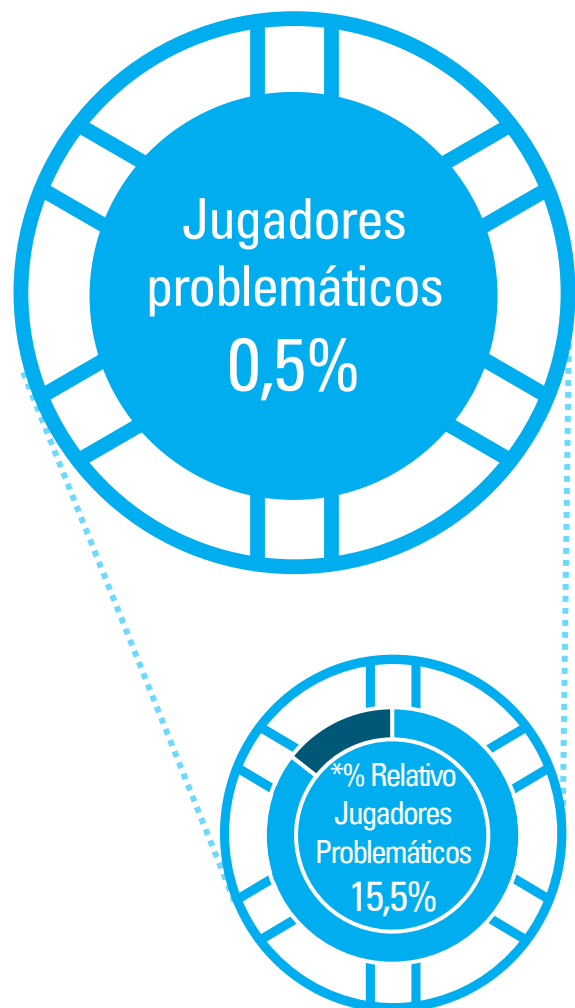
- En la misma línea, cerca de 7 de cada 10 adolescentes que han jugado o apostado dinero *online*, afirman haber ganado en alguna ocasión: el 29,9% “Bastantes Veces” y el 11,3% “Siempre” o “Casi Siempre”.

## ¿Con QUIÉN sueles jugar o apostar *online*?

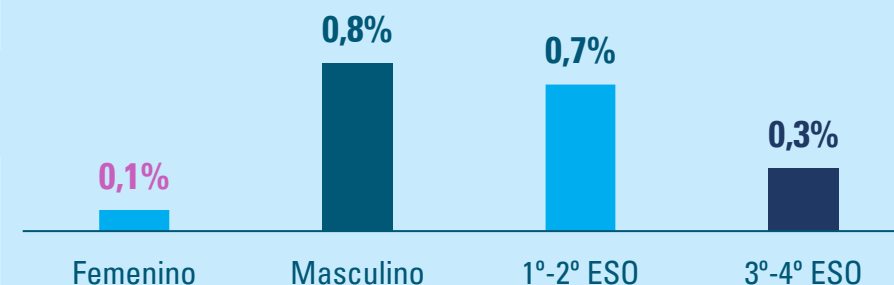


- El 49,5% juega o apuesta *online* con sus amistades y el 15,5% con sus progenitores, lo que refleja el componente social del juego.

## Estimación de la tasa de Juego Problemático



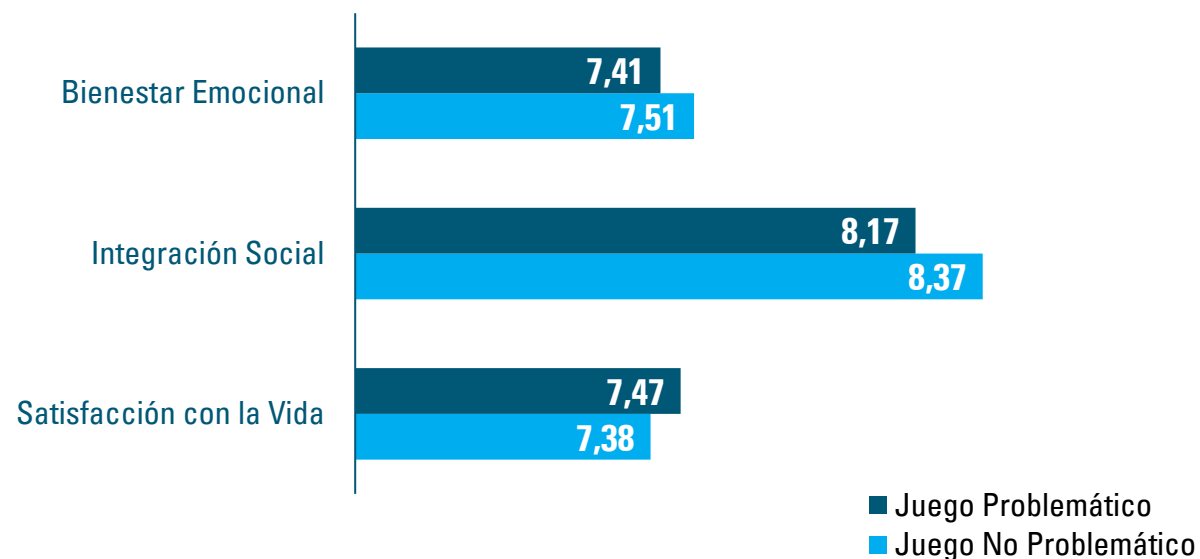
### Tasas según *Género y Curso*



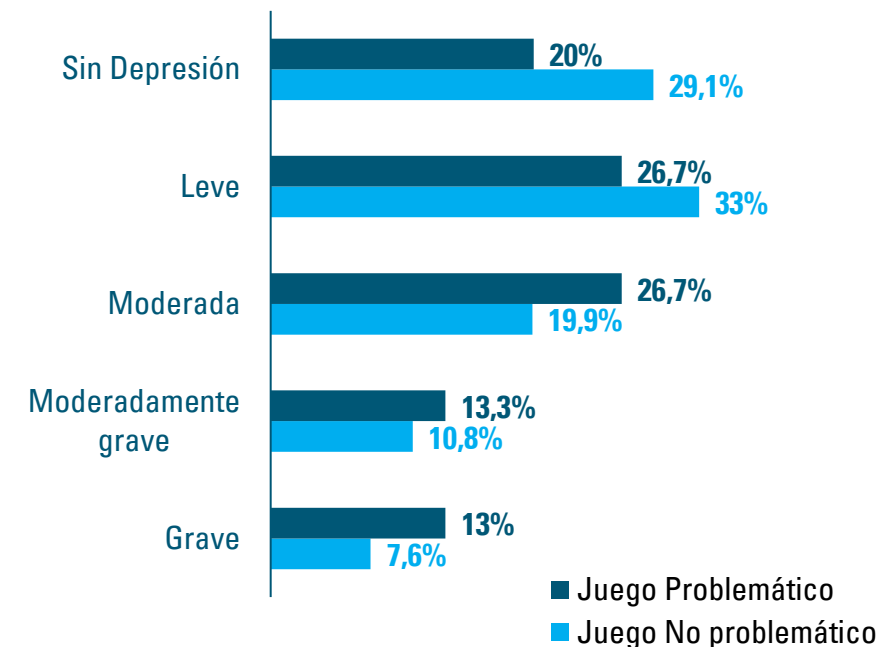
- El porcentaje global de un posible Juego Problemático es bajo (0,5%), igual al obtenido para el conjunto de España.
- Se ha podido comprobar, tal y como insisten los expertos, que al menos 1 de cada 10 adolescentes que juegan *online* podrían llegar a desarrollar una adicción al Juego, en este caso el 15,5%.

\*Calculado sobre la base de adolescentes que han jugado *online*

## Posible Impacto Emocional del Juego Problemático



## Juego Problemático y Depresión



- Los niveles de Bienestar emocional, Integración social y Satisfacción con la Vida no parecen tener excesivamente que ver con el Juego Problemático. Sin embargo, la tasa de posible Depresión es casi del doble.

## Acoso Escolar<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Criterio original: una o varias veces al mes en los últimos 2 meses

## Ciberacoso<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Criterio original: una o varias veces al mes en los últimos 2 meses

	EBIP-Q <sup>1</sup>			ECIP-Q <sup>1</sup>		
	Víctimas	Víctimas Agresoras	Agresores	Víctimas	Víctimas Agresoras	Agresores
<b>ESPAÑA</b>	<b>18,2%</b>	<b>15,4%</b>	<b>4,2%</b>	<b>10,7%</b>	<b>11,8%</b>	<b>7,9%</b>
<b>ILLES BALEARS</b>	<b>20,7%</b>	<b>17%</b>	<b>3,2%</b>	<b>12%</b>	<b>12,3%</b>	<b>6,3%</b>
Femenino	24,3%	15,4%	3,1%	14,3%	11,4%	6,4%
Masculino	16,8%	18,2%	3,4%	9,6%	12,8%	6,2%
1º-2º ESO	23,7%	17,1%	2,4%	12,1%	11,1%	5,8%
3º-4º ESO	17,5%	17%	4,1%	11,9%	13,6%	6,8%

EBIP-Q: European Bullying Intervention Project Questionnaire. ECIP-Q: European Cyberbullying Intervention Project Questionnaire (Del Rey et al., 2015).

- Se ha estimado en un **37,7%** la tasa de victimización de Acoso Escolar y en un **24,3%** la de Ciberacoso, cifras algo superiores a las obtenidas para el conjunto de España (33,6% y 22,5%). Se han obtenido mayores tasas de victimización entre las chicas y en la primera etapa de la ESO.

## Acoso Escolar<sup>2</sup>

<sup>2</sup> Criterio estricto: una o varias veces a la semana en los últimos 2 meses

## Ciberacoso<sup>2</sup>

<sup>2</sup> Criterio estricto: una o varias veces a la semana en los últimos 2 meses

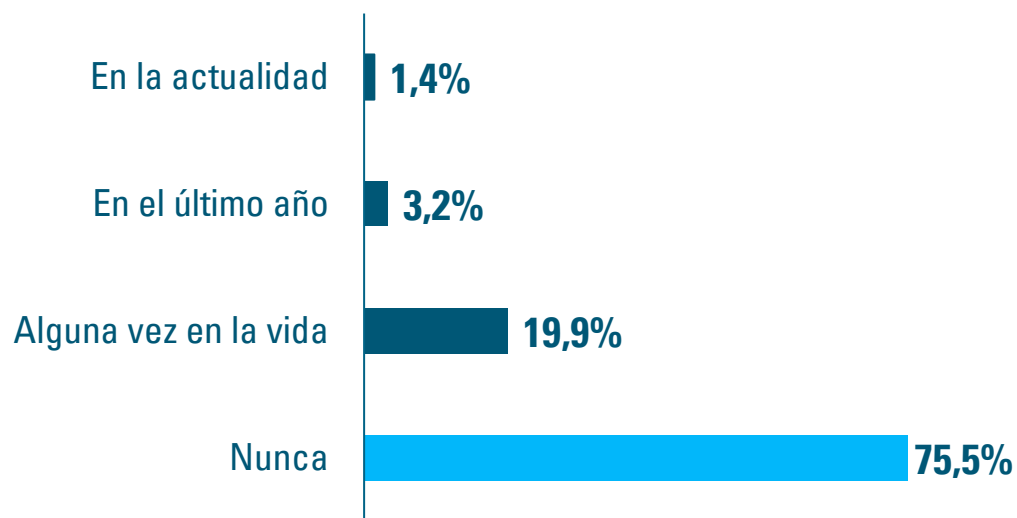
	EBIP-Q <sup>2</sup>			ECIP-Q <sup>2</sup>		
	Víctimas	Víctimas Agresoras	Agresores	Víctimas	Víctimas Agresoras	Agresores
<b>ESPAÑA</b>	<b>12,2%</b>	<b>7,7%</b>	<b>3,2%</b>	<b>6,2%</b>	<b>6%</b>	<b>5,4%</b>
<b>ILLES BALEARS</b>	<b>14,1%</b>	<b>8,2%</b>	<b>2,7%</b>	<b>6,7%</b>	<b>6,3%</b>	<b>4%</b>
Femenino	15,8%	7,3%	2,8%	8%	5,5%	3,3%
Masculino	11,9%	8,9%	2,7%	5,2%	6,7%	4,7%
1º-2º ESO	16,1%	8,5%	2,2%	6,7%	5,5%	3,5%
3º-4º ESO	11,9%	7,9%	3,3%	6,8%	7,1%	4,5%

EBIP-Q: European Bullying Intervention Project Questionnaire. ECIP-Q: European Cyberbullying Intervention Project Questionnaire (Del Rey et al., 2015).

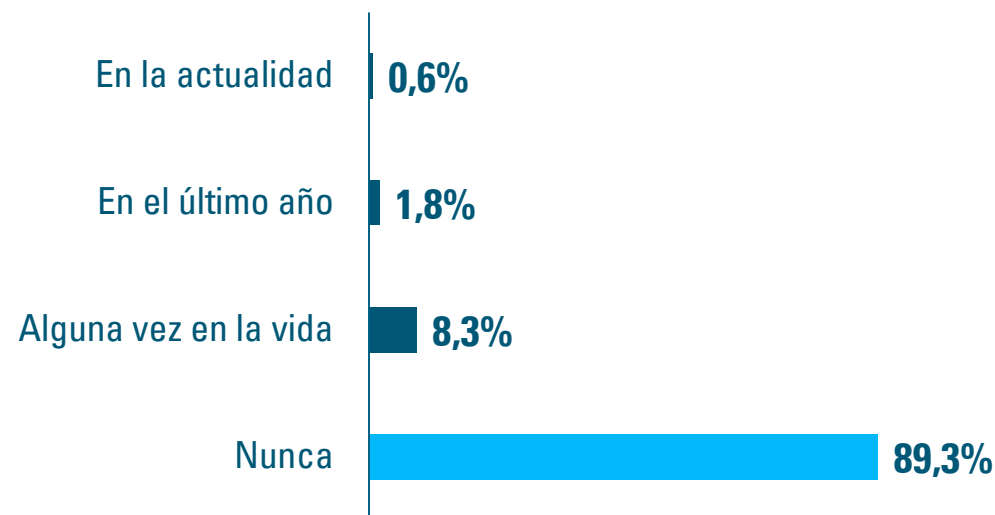
- Si se optase por un criterio más estricto, la tasa de victimización se situaría en un **22,3%** para el Acoso Escolar y en un **13%** para el Ciberacoso.

## Autoconsciencia del ACOSO

### ¿Has sufrido Acoso Escolar cara a cara?



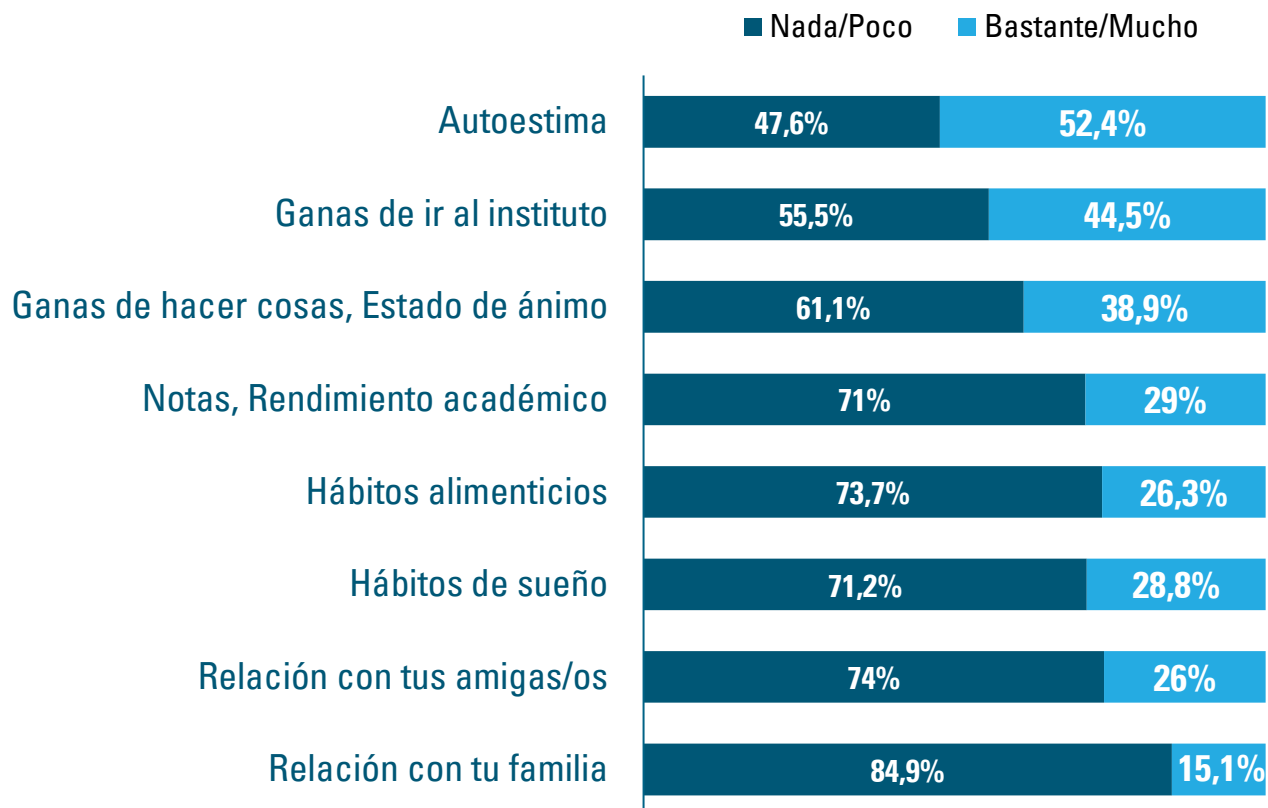
### ¿Y a través de las Redes Sociales, foros, chats, videojuegos o del teléfono móvil?



- Solo el **4,4%** de los adolescentes diría que está sufriendo o ha sufrido Acoso Escolar en el transcurso del último año (el **2,4%** en el caso del Ciberacoso). Sin embargo, el **24,5%** y el **10,7%** respectivamente revelan haberlo sufrido a lo largo de su vida.

## Consecuencias percibidas

El hecho de sufrir Acoso o Ciberacoso crees que ha podido afectar negativamente a...

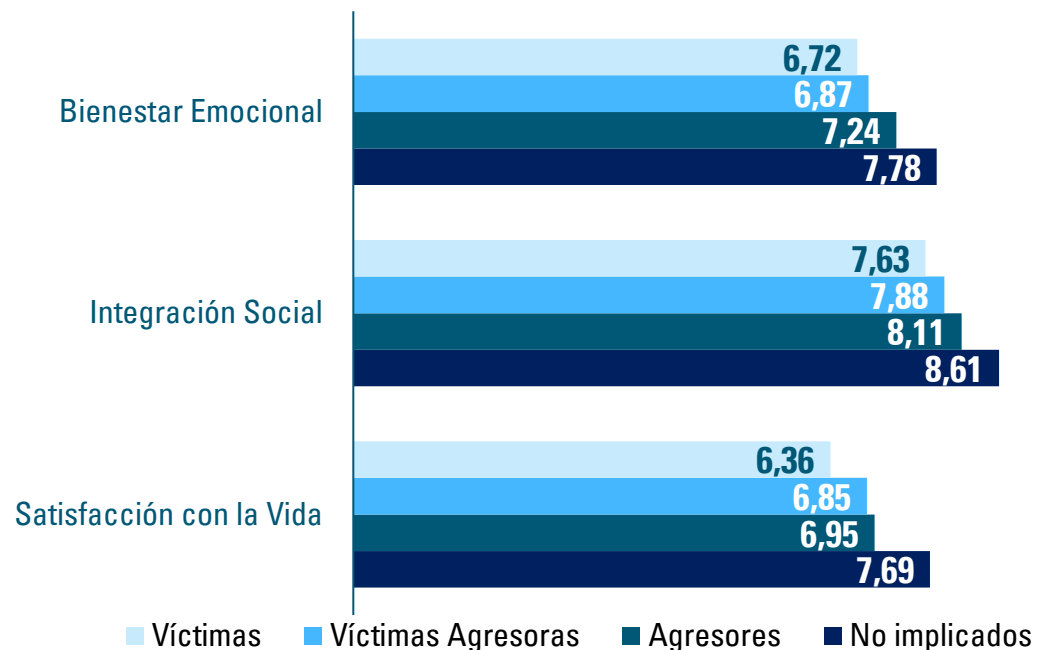


- Quienes dicen sufrir o haber sufrido Acoso, señalan que les ha afectado fundamentalmente a su autoestima, a las ganas de ir al instituto y a su estado de ánimo.

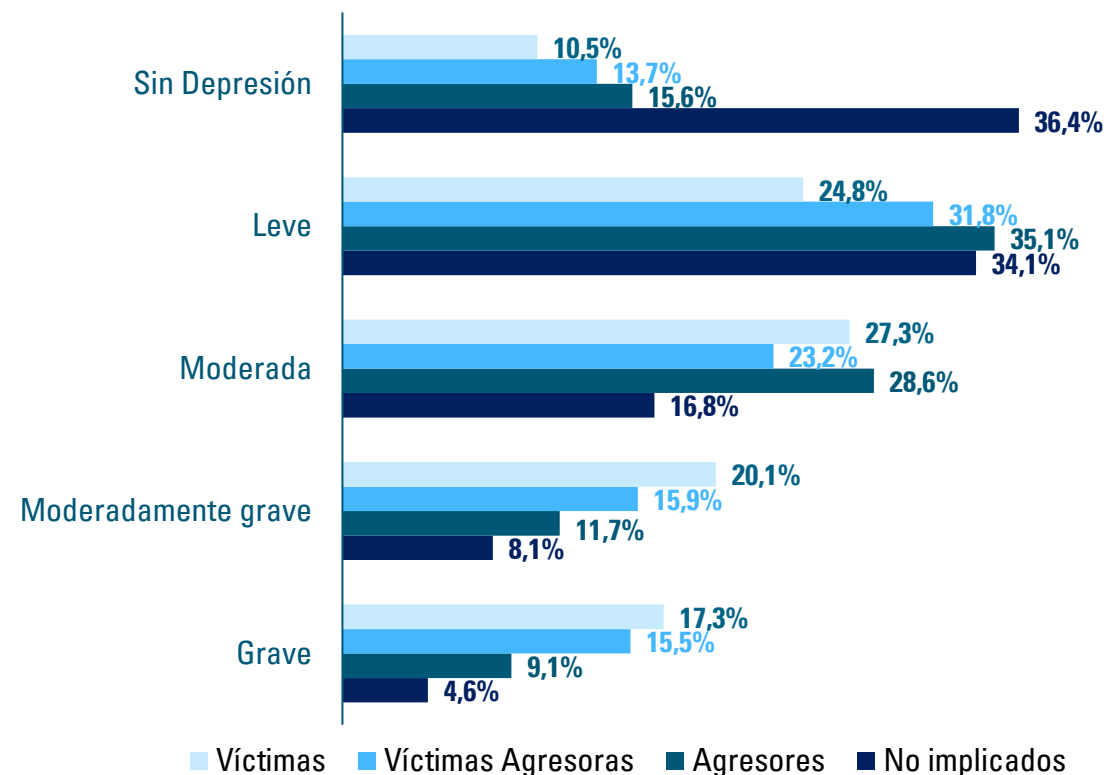


## Posible impacto emocional del Acoso Escolar<sup>2</sup>

<sup>2</sup>Criterio estricto: una o varias veces a la semana en los últimos 2 meses



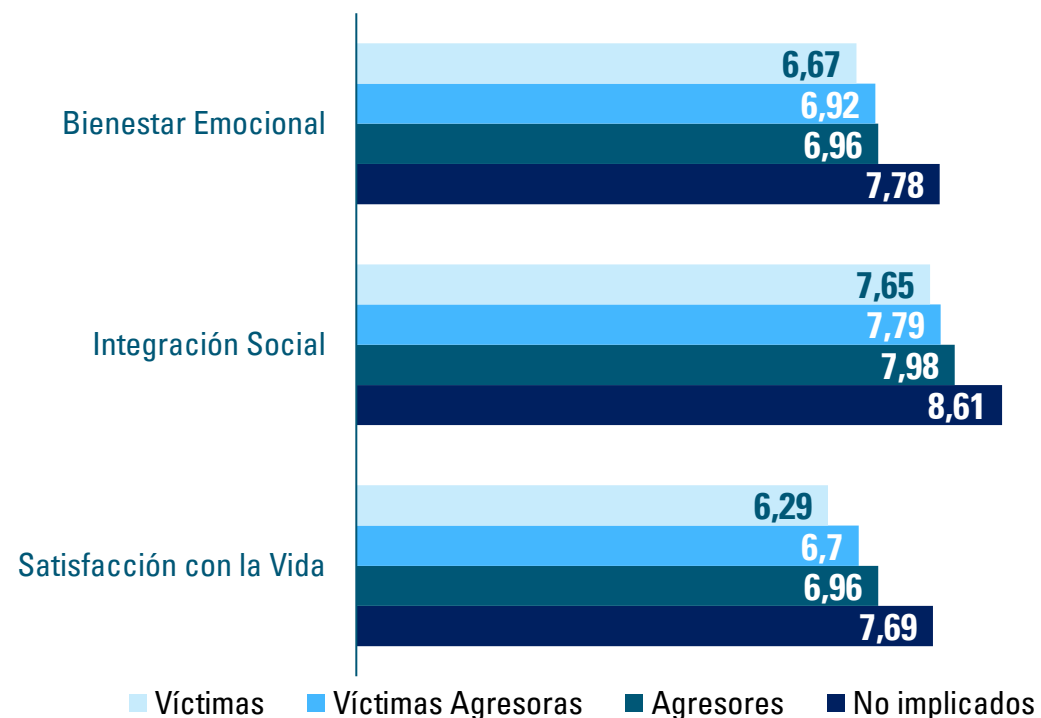
## Acoso Escolar y Depresión<sup>2</sup>



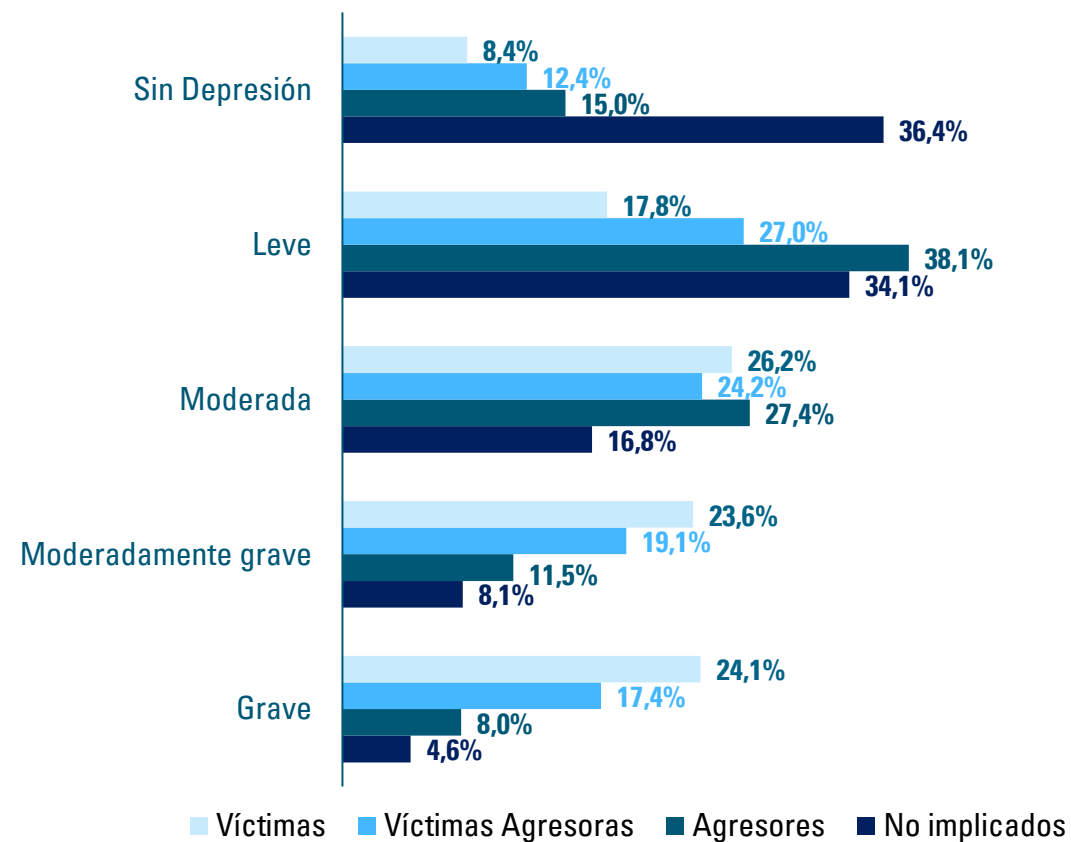
- Los niveles de Bienestar Emocional, Integración Social y Satisfacción con la Vida son sensiblemente menores entre los implicados en Acoso Escolar, especialmente entre las víctimas. Las tasas de depresión llegan a multiplicarse por 4.

## Posible impacto emocional del Ciberacoso<sup>2</sup>

<sup>2</sup>Criterio estricto: una o varias veces a la semana en los últimos 2 meses



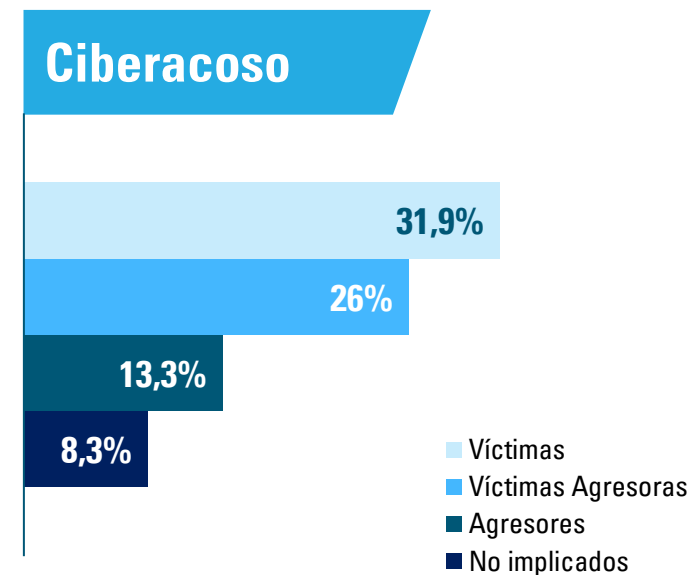
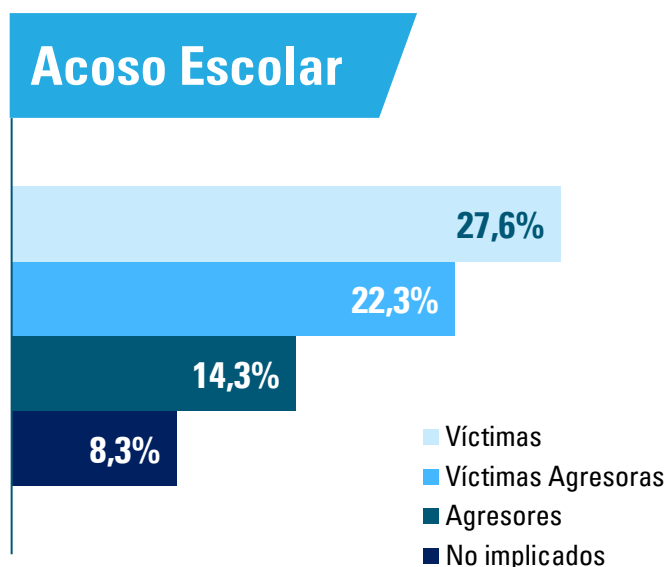
## Ciberacoso y Depresión<sup>2</sup>



- En el caso del Ciberacoso la pauta de resultados es similar.

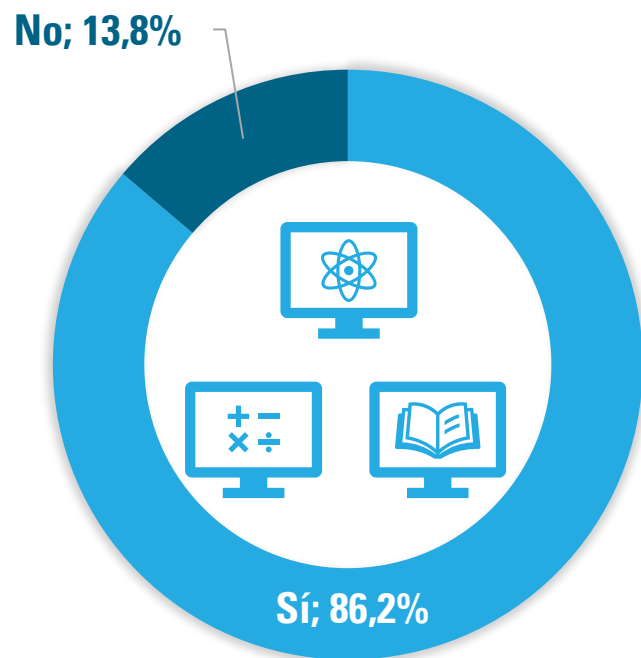
## Ideación Suicida<sup>2</sup>

<sup>2</sup>Criterio estricto: una o varias veces a la semana en los últimos 2 meses

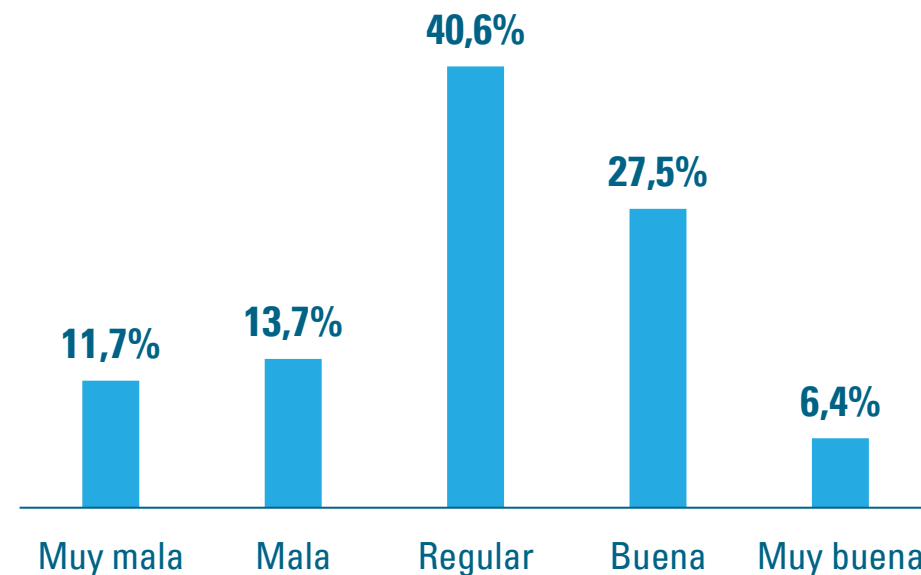


- Tanto en el caso de Acoso Escolar como del Ciberacoso, las tasas de ideación suicida entre las víctimas y las víctimas agresoras se multiplican casi por 4.

¿Has tenido clases *online* desde el inicio de la pandemia?



¿Cuál es tu valoración general?

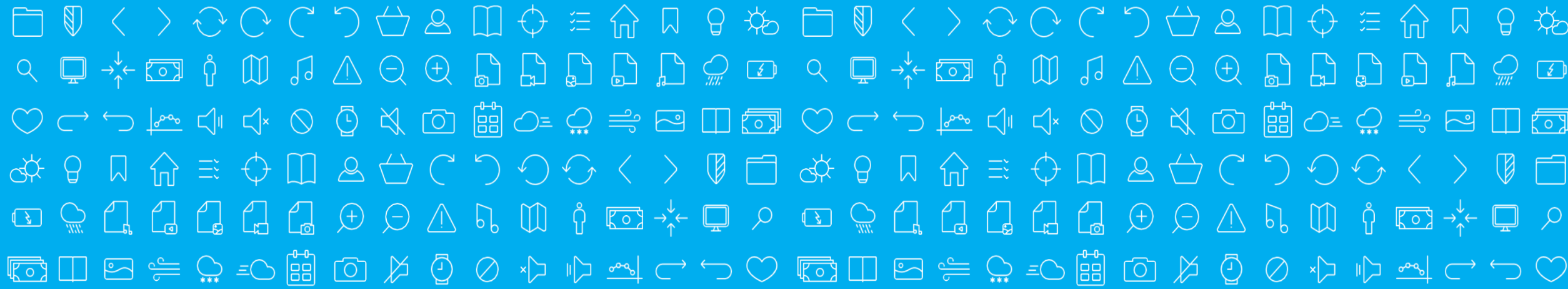


- La mayoría de las y los estudiantes de la Comunidad Autónoma de las Illes Balears, han tenido clases *online* durante la pandemia del COVID-19. La valoración general de dicha experiencia puede considerarse discreta, en la medida en que un **40,6%** le otorga un "Regular" y un **25,4%** adicional valora la experiencia como "Mala" o "Muy mala".

## Valoración por elementos

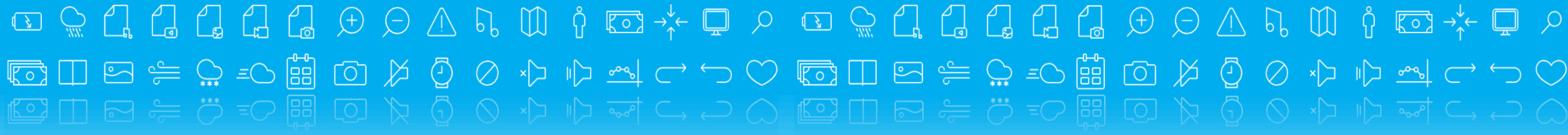


- Se aprecia un amplio margen de mejora en lo referido a la Educación *Online*, especialmente en lo referido a aspectos didácticos y organizativos.
- El **72%** del alumnado se ha sentido en algún momento desbordado o sobrecargado y solo un **37,6%** consideran que realmente ha aprendido lo necesario.



# CONCLUSIONES

## ESTUDIO SOBRE EL IMPACTO DE LA TECNOLOGÍA EN LA ADOLESCENCIA



1

Es indudable que **la tecnología forma parte de la vida de las y los adolescentes**, que hacen un uso generalizado de Internet, las Redes Sociales e innumerables Aplicaciones, en muchos casos de manera intensiva, lo que puede implicar una interferencia seria en el día a día y en su desarrollo personal.

2

El uso de las pantallas supone un aporte trascendental “innegociable” para las y los adolescentes, tanto a nivel social como emocional. Les ayuda a hacer amistades, a no sentir soledad y encuentran a través de la Red alegría, diversión, placer, apoyo, comprensión y bienestar emocional, **un surtidor de afectos y experiencias en el que priman las emociones positivas y sin el que hoy parece difícil vivir.**

3

Ha quedado patente, no obstante, que el uso globalizado de la Red implica una serie de **riesgos que no debemos obviar**. Se han registrado cifras preocupantes de *Sexting*, contacto con personas desconocidas y posibles casos de *Grooming*, así como de acceso a contenidos pornográficos.

4

En contraposición con los datos anteriores, llama la atención **el escaso nivel de Supervisión que parecen estar ejerciendo madres y padres**, no del todo conscientes de su papel como modelo en el uso de las pantallas, de la necesidad de acompañamiento y de establecer una buena higiene digital en el hogar.

5

A pesar de que el Uso problemático de Internet (UPI) aun no es considerado como una adicción por la OMS, los datos revelan que se está convirtiendo en **un problema de Salud Pública**.

6

**El uso de videojuegos constituye uno de los principales canales de ocio, con importantes implicaciones también a nivel de salud y de convivencia.** Muchos adolescentes podrían estar haciendo un uso intensivo y sin supervisión de videojuegos no recomendados para su edad.



7

**Se estima que cerca de 1.500 estudiantes de las Illes Balears han comenzado a apostar o jugar dinero *online***, lo que multiplica el riesgo de desarrollar a medio plazo una ludopatía. El carácter social del juego y la creencia de que “es probable ganar dinero jugando *online*”, son las dos principales creencias a “desmontar”.

8

**La lucha contra el Acoso Escolar y el Ciberacoso debe ser una prioridad.** Las tasas de victimización encontradas son ligeramente superiores a las registradas para el conjunto de España y sensiblemente mayores que las que recogen las estadísticas oficiales. Un análisis detenido de los datos debe ser útil para el diseño de nuevas políticas de prevención.

9

Aunque no es posible establecer relaciones de causalidad, los datos permiten constatar **la estrecha relación entre las nuevas formas de adicción o “Uso Problemático” de la tecnología y la salud mental, con mayores tasas de depresión asociadas y un menor bienestar emocional.**

10

**La Educación *Online* ha llegado para quedarse y constituye un nuevo desafío, no solo a nivel tecnológico, sino también didáctico y vital, si queremos que sea una herramienta eficaz de aprendizaje.**

## Uso de la Tecnología

### MAIALEN GARMENDIA

Phd. Responsable en España de *EuKids Online*.  
Profesora de la Universidad del País Vasco.

### PATRICIA GÓMEZ

Phd. Investigadora experta en Menores y Nuevas Tecnologías.  
Axencia do Coñecemento en Saúde. Xunta de Galicia.

### DANIEL KARDEFELT

Phd. Media & Communications. London School of Economics Computer Science and Psychology (BSc). UNICEF's research programme on Children and Digital Technologies, Oficina de Investigaciones y Estudios de Unicef Internacional, Innocenti.

## Derechos de la Infancia

### M<sup>a</sup>. ÀNGELS BALSELLS

Phd. Catedrática de Pedagogía Departament de Pedagogia Facultat d'Educació, Psicologia i Treball Social. Universitat de Lleida.

### FRANCISCO RIVERA

Phd. Profesor Titular del Área de Metodología de las Ciencias del Comportamiento. Universidad de Sevilla.

### SARA LUNA

Investigadora del Área de Metodología de las Ciencias del Comportamiento. Universidad de Sevilla.

## COMITÉ DE EXPERTOS

### Diversidad, Inclusión y Perspectiva de Género

#### MARÍA TERESA ANDRÉS

Directora del Departamento de Inclusión.  
Fundación Secretariado Gitano.

#### JESÚS MARTÍN BLANCO

Delegado de Derechos Humanos y para la Convención.  
CERMI (Comité Español de representantes de personas con discapacidad).

#### YOLANDA RODRÍGUEZ

Phd. Investigadora experta en Jóvenes y TIC desde un enfoque de Género.  
Profesora de la Universidad de Vigo.

### Seguridad, Protección de datos y Ciberdelincuencia

#### JOSÉ JULIO FERNÁNDEZ

Phd. Director del Centro de Estudios de Seguridad de Galicia (CESEG). Profesor Titular de la Facultad de Derecho y Delegado de protección de datos. Universidad de Santiago.

#### SANTIAGO REBOYRAS

Inspector del Cuerpo Nacional de Policía. Experto en Ciberseguridad.  
Jefatura Superior de Policía de Galicia.

#### JOSÉ TORRES

Jefe de equipo de Investigación Tecnológica de la Policía Judicial.  
Experto en Ciberdelincuencia. Comandancia de la Guardia Civil de Pontevedra.

## COMITÉ DE EXPERTOS

### Prevención de las Adicciones

#### GREGOR BURKHART

Phd. Responsible for prevention responses.  
EMCDDA-European Monitoring Centre for the Drugs and Drugs Abuse.

#### GERARDO FLÓREZ

Phd. Psiquiatra especializado en adicciones comportamentales en jóvenes y adolescentes.  
Servicio Galego de Saúde. Editor de la Revista Adicciones y miembro de la junta directiva de Socidrogalcohol.

#### SION KIM HARRIS

Phd. Co-Director, Center for Adolescent Behavioral Health Research (CABHRe).  
Division of Adolescent/Young Adult Medicine, Boston Children's Hospital.  
Associate Professor, Department of Pediatrics, Harvard Medical School.

#### MANUEL ISORNA

Phd. Investigador experto en adolescentes, adicciones y convivencia.  
Profesor de la Universidad de Vigo.

#### PATRICIA ROS

Experta en prevención comunitaria.  
Responsable en España de *Planet Youth*.

### Acoso Escolar y Ciberacoso

#### JAMES O'HIGGINS

Phd. Director of National Anti-Bullying Center. Cátedra de la UNESCO para la lucha contra el bullying en la escuela y el ciberespacio.  
Dublin City University.

#### ROSARIO DEL REY

Phd. Responsable del grupo Interpersonal Aggression and Socio-Emotional Development (IASSED) y co-presidenta del International Observatory for School Climate and Violence Prevention. Profesora de la Universidad de Sevilla.

## GLOSARIO

### Acoso Escolar o *Bullying*

La violencia escolar o “*school bullying*” constituye una de las formas más comunes de victimización durante la infancia y la adolescencia, que afecta a un tercio de las niñas y niños de todo el mundo (UNESCO, 2019) y que según la OMS (2020) posee serias consecuencias a nivel de salud. Olweus propuso en los años 70 la que hoy sigue siendo la definición más aceptada de Acoso Escolar: “Acto agresivo e intencionalmente dañino, que generalmente se repite en el tiempo y es llevado a cabo por uno o más menores hacia otro que no puede defenderse fácilmente”.

### Ciberacoso o *Cyberbullying*

El uso cada vez más extendido de la tecnología ha provocado un aumento de las conductas de Acoso en entornos digitales, fenómeno que se conoce como Ciberacoso o “*Cyberbullying*”. Según Smith (2008), podría definirse como “una agresión intencional y repetida, perpetrada por un grupo o un individuo, utilizando formas electrónicas de contacto, en contra de una víctima que no puede defenderse fácilmente”. Existe cierta controversia acerca de la necesidad de que deban cumplirse algunos criterios requeridos en el Acoso Escolar, como la intencionalidad o el desequilibrio de poder, pero según la UNESCO (2020) ambos están íntimamente relacionados, pudiendo considerarse el Ciberacoso una extensión del Acoso Escolar.

### Conductas de riesgo *online*

Diferentes informes nacionales e internacionales vienen llamando reiteradamente la atención sobre diferentes conductas en la Red, que pueden implicar riesgos importantes a diferentes niveles. Algunos ejemplos son el *Sexting*, la Sextorsión, el *Grooming*, el Ciberacoso, el acceso a contenidos pornográficos o el contacto con personas desconocidas *online*.

### Control y Supervisión Parental

El control parental hace referencia de forma genérica a todas aquellas medidas adoptadas por los progenitores para la prevención de los usos inadecuados de la Red. Éste puede ejercerse recurriendo a diferentes estrategias, bien sea la Restricción (establecer límites en el tiempo de uso, contenidos y actividades a los que acceder, etc.) o la Supervisión (chequeo de la actividad *online*, revisar los perfiles en las Redes Sociales...) (Álvarez, 2018). Más allá de esta diferenciación, los expertos coinciden en que ambas estrategias deben responder a una labor continuada de Acompañamiento y Educación en el uso de las TRIC, que debe caracterizar la prevención familiar.

### *Grooming*

Nueva forma de pederastia vinculada a Internet y a las Redes Sociales. Se puede definir como una serie de prácticas llevadas a cabo por personas adultas en Internet, para ganarse la confianza de menores, fingiendo empatía y adaptándose a su lenguaje, con fines sexuales. El caso más común consiste en crear un perfil falso en una Red Social, aplicación o videojuego, haciéndose pasar por menores, con la intención de ganarse en poco tiempo su confianza y tener un contacto sexual. Esta práctica constituye un nuevo tipo delictivo, recogido en artículo 183 del código penal. Los estudios insisten en que aproximadamente la mitad de las y los menores reconoce haber aceptado alguna vez en una Red Social a personas que realmente no conocían de nada, llegando en muchos casos a tener una cita físicamente con estas personas.

## GLOSARIO

### *Deep Web*

Conocidos con nombres similares (*Dark Net*, *Deep Web* o *Dark Web*), Internet esconde niveles de navegación más profundos y peligrosos para cualquier internauta, pero especialmente en la adolescencia, etapa en la cual la curiosidad y las conductas de riesgo están premiadas socialmente. Estas diferentes capas o niveles de navegación hacen referencia a toda aquella porción de Internet que no se encuentra tras los canales comunes de búsqueda (*Google*, *Bing* o *Yahoo*) y a los que solo es posible acceder a través de buscadores específicos. Gracias a su carácter anónimo, estas otras redes o capas han llegado a convertirse en el canal idóneo para el robo de información, el tráfico de drogas o de armas o incluso para el terrorismo o la pederastia, haciendo muchas veces invisibles a sus usuarios a ojos de los servicios policiales.

### *Free to play-Pay to win*

Tipo de videojuegos que permite tener acceso a su contenido (o a gran parte del mismo), sin necesidad de realizar ningún pago (*Free to play*), pero requiere del desembolso de ciertas cantidades para mejorar o progresar en el juego (*Pay to win*). En otras palabras, resulta Gratis para jugar, pero se debe Pagar para ganar, avanzar o conseguir una ventaja competitiva, pudiendo sustituir tiempo de juego o habilidad por *micropagos*. Representa un nuevo modelo de negocio que, según los expertos, podría implicar un alto potencial adictivo. Esto ha llevado a países como Bélgica a desarrollar una legislación específica para su regulación e instar a la Comisión Europea a seguir su ejemplo.

### *Juego online*

Cualquier variante de juego de azar o apuesta realizada a través de Internet en la que se pone en juego dinero u otro objeto de valor, quedando la posibilidad de ganar condicionada por el azar y no solo por la habilidad del jugador. Los formatos más populares son los casinos *online*, las apuestas deportivas, las loterías *online* o las plataformas de póker en la Red. Posee una serie de características situacionales y estructurales propias (tales como privacidad, accesibilidad, disponibilidad o inmediatez) que le confiere un mayor potencial adictivo (Griffiths et al, 2006).

### *Juego Patológico/Juego Problemático*

El "Juego Patológico" o "Trastorno por juego de apuestas" ha sido definido por la OMS como un trastorno caracterizado por la participación en juegos de apuestas de forma recurrente, sobre los que se pierde el control, adquiriendo prioridad frente a otras conductas y persistiendo a pesar de sus consecuencias adversas (OMS, 1992). En el caso de adolescentes, se sugiere utilizar el término "Juego problemático", ya que por lo general no suele trascurrir el tiempo necesario para poder diagnosticarse como un verdadero trastorno (Becoña, 2010).

### *PEGI (Pan European Game Information)*

Sistema de clasificación europeo del contenido de los videojuegos, desarrollado por la *ISFE* (*Interactive Software Federation of Europe*) e implantado desde el año 2003 en más de 35 países. Tiene como fin orientar a los consumidores, especialmente progenitores, en la decisión de compra de un determinado videojuego. La clasificación *PEGI* considera la edad idónea para jugar a un videojuego no por su nivel de dificultad, sino por su contenido (violencia, drogas, sexo explícito...), indicando la edad mínima recomendada para su consumo (3, 7, 12, 16 y 18 años).

## GLOSARIO

### *Sexting*

Práctica cada vez más generalizada (especialmente entre adolescentes), que consiste en el envío por medios digitales de contenidos personales de carácter erótico o sexual (fotografías o vídeos producidos por el propio remitente). Suele distinguirse entre *Sexting* activo (es la persona la que envía el vídeo o imagen de sí mismo) y *Sexting* pasivo (es ella quien lo recibe). Aunque no deben considerarse como prácticas necesariamente negativas, pueden llegar a ser motivo de conflicto cuando los contenidos son reenviados a terceros sin consentimiento, dando lugar incluso a un nuevo tipo de delito (art. 197 del código penal). Pueden además estar en la base de presiones, intentos de chantaje o Sextorsión e incluso de Ciberacoso.

### Sextorsión

Amenazar a una persona con difundir material erótico o sexual (imágenes o vídeos suyos habitualmente compartidos mediante *Sexting*), con el objetivo de conseguir beneficios, por lo general de tipo económico o sexual. Suele llevar implícitas consecuencias severas para las víctimas a nivel emocional, no siempre fáciles de detectar.

### Trastorno por Uso de Videojuegos

La OMS no incluyó hasta el año 2018 el Trastorno por Uso de Videojuegos *en su* Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE- 11). Patrón de comportamiento persistente en “juegos digitales” o videojuegos, tanto *offline* (sin acceso a Internet), como *online* (con acceso a Internet) caracterizado por: deterioro o pérdida de control en el uso de videojuegos; incremento en la prioridad dada a los videojuegos, anteponiéndolos a otros intereses o actividades de la vida diaria; incremento del uso de videojuegos a pesar de las consecuencias negativas que ello genera. Este patrón puede ser continuo o episódico, derivando en angustia y en un deterioro significativo en las principales áreas vitales del individuo (personal, familiar, social, educativo. . .), que como norma general debe observarse durante al menos 12 meses.

### Uso Problemático de Internet

Hasta hoy, la OMS reconoce solo la Adicción al Juego y a los Videojuegos como las dos únicas Adicciones Sin Sustancia. Sugiere el término “Uso Problemático de Internet” para referirse al posible “enganche” a Internet y las Redes Sociales, sin llegar a incluirlo en los manuales diagnósticos. Dicho uso se caracterizaría por un alto grado de interferencia en la vida cotidiana, con un impacto tanto a nivel personal, como familiar, académico o laboral, pudiendo ir acompañado de una sintomática a nivel clínico.

### Víctimas Agresoras o *Bully-Victims*

Uno de los perfiles más comunes del Acoso Escolar y el Ciberacoso, en el que la victimización y la agresión se producen de forma concurrente o alterna, esto es, menores que sufren y ejercen Acoso. Según los expertos este perfil resulta especialmente problemático, tanto desde el punto de vista de la salud como de las conductas de riesgo (Feijóo et al., 2021).