



www.caritas.es

NOTA DE PRENSA

Uno de cada cinco jóvenes está en riesgo de uso adictivo de las pantallas

Las chicas tienden a ser más activas en redes sociales generando muchas más publicaciones lo que hace que tengan un perfil mucho más expuesto

La adicción a los videojuegos afecta más a la población vulnerable. En el caso de los chicos es cuatro veces mayor al de las chicas

Convivir con unos progenitores que hacen un uso razonable de las pantallas reduce un 70% las probabilidades de llegar a desarrollar una conducta adictiva

Cáritas. 1 de marzo de 2022.- Bajo el título el [“Impacto de las pantallas en la vida de la adolescencia y sus familias en situación de vulnerabilidad social: realidad y virtualidad”](#), Cáritas Española ha presentado esta mañana en Madrid los resultados de una encuesta realizada a 930 jóvenes, padres y tutores en torno al uso que hace de las pantallas la población entre 12 y 17 años en situación de vulnerabilidad y exclusión social procedente de familias acompañadas por Cáritas en sus diferentes programas y proyectos.

El informe, presentado por **Natalia Peiro**, secretaria general de Cáritas Española; **Daniel Rodríguez** del Equipo de Estudios de Cáritas, y **Carmen García**, responsable del programa de Infancia, Adolescencia y Juventud, revela que la práctica totalidad de los adolescentes tienen contacto diario con las pantallas y el 96% cuentan con móvil propio. Los jóvenes encuestados declaran que, de media, tuvo su primer móvil a los 11,4 años. Pero los más jóvenes señalan que su inmersión en las pantallas fue antes, a los 10,5 años.

“El análisis de estos datos despierta una doble alerta: por un lado, el acceso cada vez más temprano a las pantallas y por otro, que la mayoría de las aplicaciones, redes o páginas donde se abren perfiles son para mayores de 16 años, un aspecto de especial relevancia para enfocar la educación que debe darse desde la infancia sobre el uso responsable de los móviles”, señala Daniel Rodríguez, del Equipo de Estudios de Cáritas Española.

Además de generalizado y precoz, el uso de pantallas muestra evidentes diferencias de género. El porcentaje de chicos que juegan a diario, uno de cada tres, triplica el de las chicas y mientras que el 6% de los chicos declaran no jugar nunca ese porcentaje se eleva hasta casi la mitad (43%) entre las chicas.

Ellas prefieren las redes, ellos optan por los videojuegos

Ellas, en cambio, muestran mayor preferencia por las redes sociales y aunque las diferencias de género por tiempos de uso no son tan marcadas, sí lo es el propósito del mismo. Las chicas tienden a ser más activas en



redes generando muchas más publicaciones lo que hace que tengan un perfil mucho más expuesto mientras ellos tienden a asumir en mayor medida el rol de espectadores y jueces.

Dada la ausencia de consenso en la comunidad científica, el estudio ha optado por señalar el uso abusivo cuando el tiempo de exposición a las pantallas sobrepasa las 6 horas diarias. En esta situación se encuentran el 36% de los jóvenes. El riesgo de uso adictivo se produce cuando se genera un efecto de dependencia hacia las pantallas, que termina interfiriendo de forma negativa en la vida cotidiana y aparecen dificultades para controlar el tiempo de dedicación a las mismas.

“El abuso de las pantallas puede conllevar o no una adicción. Relacionamos esta adicción con las emociones que las pantallas despiertan y consideramos que se da una conducta adictiva cuando el uso, o la ausencia de este, genera ciertos niveles de aislamiento, ansiedad, falta de control y dependencia”, explica Rodríguez. En esta situación se encuentran uno de cada cinco jóvenes.

El estudio revela que vivir en el espacio de la exclusión no implica un mayor riesgo de adicción. El poder de las pantallas, por lo tanto, atrapa por igual a aquella juventud cuyas familias atraviesan por dificultades como a aquellas otras más integradas.

Ejemplo en casa

No obstante, el ejemplo que la juventud recibe en casa es la variable que más influencia tiene sobre la adicción. Cuando un joven convive con progenitores que hacen un uso razonable de las pantallas la probabilidad de llegar a desarrollar una conducta adictiva se reduce un 70%.

En el caso del uso de videojuegos sí hay diferencias importantes entre la población en situación de exclusión y el conjunto de la juventud. La adolescencia en situación de exclusión sufre el doble de adicción a los videojuegos que la juventud en su conjunto y afecta al 12%. Además, la adicción de los adolescentes varones (21%) a los videojuegos cuadriplica al de las chicas (4,9%).

En los casos de uso adictivo a los videojuegos, las condiciones de vida y la escasez de oportunidades sí parecen un elemento diferencial entre la población en situación de exclusión y el conjunto de la juventud. “Aunque, como hemos señalado, la situación socioeconómica de las familias no es el factor que más influye en el uso adictivo, sí hay situaciones que protegen a la juventud de esta adicción y queremos destacar principalmente dos. En primer lugar, el ejemplo que la juventud recibe en casa tiene una notable influencia sobre la adicción y, en segundo lugar, las posibilidades que tienen los jóvenes de acceder a un ocio estructurado”, explica Rodríguez.

Ausencias en clase y más suspensos

El 18% de la población adolescente en situación de vulnerabilidad social además ha faltado algún día a clase en el último mes sin motivo justificado. Un porcentaje que se incrementa hasta el 23% cuando hay adicción a las pantallas y hasta el 28% cuando hay un uso abusivo de las mismas.

Por otro lado, también hay una relación directa entre número de suspensos y el uso conflictivo de pantallas. Casi la mitad de la adolescencia y juventud que abusa de las pantallas ha suspendido 3 o más asignaturas mientras que ese porcentaje se eleva hasta el 60% cuando hay un uso adictivo.

“La conclusión es clara, la adicción y el uso abusivo están estrechamente ligados al absentismo escolar y al número de suspensos”, subraya Rodríguez.



Más conflictos familiares

Los progenitores, por su parte, tienen claro que las pantallas afectan negativamente a la comunicación en casa y terminan provocando un empeoramiento en la actitud de sus hijos. El 28% creen que las pantallas son las culpables de que la comunicación haya empeorado en el seno de la familia llevando incluso al engaño en el 20% de los casos. Por otro lado, uno de cada cuatro adultos afirma que el uso de pantallas ha empeorado la actitud de su hijo en casa, lo cual, para el 17% de los padres y madres, tiene como consecuencia un incremento de los conflictos en el seno familiar.

De hecho, sólo el 12% de los progenitores se sienten preparados para afrontar la educación digital de sus hijos e hijas, mientras la mayoría, el 53%, dicen necesitar apoyo o sentirse desorientados. Así, los progenitores muestran gran interés por disponer de mayor información y apoyo en cómo educar a sus hijos en el uso saludable de las pantallas ya que el 82% perciben en éstas riesgos bien en el ámbito relacional bien en el educativo.

“Todos (adultos y jóvenes) estamos pasando por lo mismo, y al mismo tiempo, por el uso desmedido de la tecnología y en continuo aprendizaje. La diferencia es que, normalmente, los adultos lo vivimos con miedos y con inseguridades mientras que los jóvenes sin miedos. Por ello, la infancia, los adolescentes y los jóvenes son los más vulnerables entre los vulnerables y, especialmente en estos momentos de cambios. Lo que les está pasando ocurre a una velocidad tal que no está facilitando un margen de adaptación y reflexión que les permita entender cómo se sienten y cómo vertebran las relaciones en estos momentos de cambio”, asegura Carmen García.

Autorregulación

Lo digital supone además para los jóvenes nuevas formas de comunicación y relación que en algunos casos están ganando terreno sobre la comunicación más tradicional. El 11% de la juventud prefiere, con frecuencia, hablar por WhatsApp antes que hacerlo en persona. Esta nueva forma de comunicación tiene dos elementos clave: la conexión permanente y la inmediatez.

Para la responsable del programa de Infancia, Adolescencia y Juventud de Caritas Española es necesario “acompañar a los adolescentes, ayudarles a generar valores y educarles en la práctica de la paciencia y en frenar la impulsividad: la impulsividad de no responder a un mensaje en ‘caliente’ y saber esperar para dar una respuesta que, bajo ningún concepto falte el respeto y que sepamos que no nos vamos a arrepentir en un futuro. En otras palabras, el aprendizaje de la tan difícil autorregulación. Con la clave siempre de no culpabilizar y no juzgar”.

El objetivo del informe, según precisó Natalia Peiro durante la rueda de prensa, es que “llegue y sea consultado no sólo por las 70 Caritas diocesanas sino por todas aquellas personas y colectivos interesados en acercarse a los universos simbólicos de nuestra juventud y adolescencia”. “Nuestro deseo de dar voz a los jóvenes y a sus familias ha guiado este proceso y eso se ha plasmado en el diseño de la investigación y las técnicas que se han utilizado. Porque la vocación de este estudio no es otra que la de aportar datos y elementos para una reflexión más amplia de toda la sociedad sobre cómo está afectando el uso de pantallas a la juventud y adolescencia actual”, añadió.