

CONCLUSIONES





Es indudable que **la tecnología forma parte de la vida de 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.

- La práctica totalidad de los adolescentes que cursan ESO (94,8%) dispone de teléfono móvil con conexión a Internet, dispositivo al que accede justo a los 10,96 años, por término medio.
- El 58,4% acostumbra a dormir con el móvil en su habitación y el 21,6% lo usa más tarde de las 12 de la madrugada, triplicándose en esos casos las tasas de *sexting*, de ciberacoso, contacto con desconocidos o apuestas *online*.
- Un 31,6% invierte más de 5 horas diarias en el uso de Internet y las redes sociales, porcentaje que asciende hasta un 49,6% el fin de semana.
- Más de la mitad (57,5%) lleva el móvil a clase todos los días y un 6,7% lo suele utilizar durante las clases para fines no didácticos.
- El 98,5% está registrado al menos en una red social y un 83,5% en tres o más. Un 61,5% reconoce además que posee más de una cuenta o perfil dentro de una misma red social (un perfil blanco para los progenitores o para el público en general, y otro más personal para relacionarse con los pares).
- Las dos redes sociales de mayor aceptación son claramente Instagram (con un 79,9% de usuarios) y TikTok (con un 75,3%), aunque en este apartado cabría incluir también a YouTube (90,8%) y Twitch (46,4%).
- El 99% hace uso de alguna aplicación de mensajería, el 95% usa habitualmente WhatsApp y el 59,2%, Direct.



El uso de las pantallas supone un aporte trascendental innegociable para los adolescentes, tanto a nivel social como emocional. Los ayuda a hacer amigos, a no sentirse solos 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 parecería difícil vivir.**

- Los usos más habituales de la Red tienen que ver con fines relacionales o lúdicos. Comparativamente, las chicas priman más los usos sociales y los chicos, por su parte, el uso de videojuegos, ver partidos o eventos deportivos *online*. Por lo general, casi todos los usos se incrementan en la segunda etapa de ESO, especialmente los relacionales.
- Más de la mitad de los adolescentes utiliza las RRSS para hacer amigos y el 44,3% para no sentirse solo. El componente relacional adquiere más peso con la edad.
- Internet provoca fundamentalmente emociones positivas en los adolescentes. El 96,9% reconoce sentir alegría o risa en la Red; el 81,6%, tranquilidad/relajación: el 78,9%, placer/diversión; y el 71,6%, apoyo/comprensión. El componente emocional de las TRIC va adquiriendo más peso con la edad. Comparativamente, las adolescentes son más sensibles a las emociones negativas.
- Por último, no parece que los adolescentes suelen tener barreras en la Red: tan solo el 7,8% reconoce algunas dificultades al usar determinados dispositivos y el 6,3% a la hora de acceder a Internet o las RRSS.

CONCLUSIONES



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 desconocidos y posibles casos de *grooming*; así como el acceso a contenidos pornográficos.

- El 26,8% practicó alguna vez *sexting* pasivo y el 8%, *sexting* activo. Un porcentaje mayor (11,4%) sufrió presiones para hacerlo. Aunque el *sexting* es practicado por ambos géneros, las presiones las sufren generalmente las chicas. A partir de 3.º y 4.º de ESO, las tasas de *sexting* se duplican.
- Se constata además un preocupante caldo de cultivo para el *grooming*: El 57,2% aceptó alguna vez a personas que no conocían en una red social y el 21,5% incluso llegó a quedar físicamente con ellas en alguna ocasión.
- Cabe destacar además que, prácticamente, 1 de cada 10 adolescentes (9,8%) ha llegado a recibir proposiciones de tipo sexual por parte de un adulto a través de la Red.
- El contacto con desconocidos *online* es habitual. 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 en el género masculino. El tránsito a la segunda etapa de ESO hace que se disparen todas las prácticas de riesgo.
- Por último, cabe añadir que la *Dark Web* posee un alto grado de popularidad entre los adolescentes: el 44,4% dice saber lo que es y el 4,7% afirma incluso haber accedido a esta en alguna ocasión, mayoritariamente chicos.

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.

- Solo el 29,1% refiere que sus progenitores les ponen normas sobre el uso de las TRIC; el 24%, que le limitan las horas de uso; y el 13,2%, los contenidos a los que acceden.
- Sin embargo, 1 de cada 4 tiene discusiones todas las semanas en casa por el uso del móvil o las TRIC y un 36,7% informa de que sus padres acostumbran a utilizar el móvil en las comidas.
- El establecimiento de normas y límites se reduce a la mitad en la segunda etapa de ESO.
- Se ha comprobado que buena parte de las prácticas de riesgo *online* son más frecuentes entre aquellos adolescentes que llevan el móvil a clase todos los días y entre aquellos cuyos progenitores no controlan o supervisan el uso que hacen de Internet. También son más frecuentes entre aquellos cuyos progenitores acostumbran a hacer uso del móvil durante las comidas.
- Las diferencias son especialmente notables cuando se comparan los que nunca o casi nunca se conectan a Internet a partir de la medianoche y los que lo hacen de manera habitual. Entre estos últimos, las diferentes conductas de riesgo *online* llegan a triplicarse, lo cual pone de manifiesto la importancia de establecer en casa una buena higiene digital.



A pesar de que el uso problemático de Internet (UPI), aun no es considerado como una adicción por la OMS, se está convirtiendo en **un problema de salud pública.**

- La utilización de un test de *screening* específico para el uso problemático de Internet entre los adolescentes (EUPI-a), ha permitido cifrar en un 33% el porcentaje de estudiantes de ESO que estarían comenzando a desarrollar un problema real con el uso de Internet y las redes sociales (más de 600.000 adolescentes). El porcentaje es significativamente mayor entre las chicas y se incrementa significativamente a partir de los 14 años.
- A pesar de no poder establecer relaciones de causalidad, es indudable la asociación entre el UPI y la sintomatología depresiva en la población infanto-juvenil, con tasas tres veces mayores de depresión grave o moderadamente grave.
- Al mismo tiempo, se constata una correlación negativa entre el UPI y el bienestar emocional, la satisfacción vital e incluso con la integración social.
- Las tasas de UPI son significativamente mayores entre aquellos cuyos progenitores acostumbran a hacer uso del móvil durante las comidas y, especialmente, entre los adolescentes que acostumbran a conectarse a Internet a partir de la medianoche.

6

El uso de videojuegos constituye uno de los principales canales de ocio, con importantes implicaciones 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.

- Prácticamente, 6 de cada 10 adolescentes juegan a videojuegos al menos algún día por semana (un 26,5% todos o casi todos los días). En el caso de los chicos, estas cifras ascienden al 86,5% y el 43,2%, respectivamente. A pesar de que lo habitual es que dediquen alrededor de 7 u 8 horas semanales a los videojuegos, un 4,4% les dedica más de 30 horas. Aunque el 78% no acostumbra a emplear dinero en los videojuegos, un 4,5% se gasta más de 30€ al mes.
- El 21,9% de los jugadores (18,7% del total de adolescentes entrevistados) creen que podrían llegar a ser un *gamer* profesional, dato que refleja la aceptación actual de los videojuegos entre niños, niñas y adolescentes.
- Los videojuegos más populares se caracterizan por el hecho de que se puede jugar *online*. En muchos casos, presentan contenidos violentos o implican la utilización de dinero para subir de nivel, lo que incrementaría su potencial adictivo.
- Más de la mitad de los adolescentes juegan habitualmente a videojuegos no recomendados para menores [PEGI18], pero solo 1 de cada 4 progenitores se fija en dicho indicador para poner algún tipo de impedimento al respecto.
- La utilización de un test de *screening* específico (GASA) ha permitido cifrar en un 3,1% el porcentaje de adolescentes españoles que presentaría síntomas de una posible adicción a los videojuegos. En términos poblacionales, supondría hablar de más de 60.000 casos. A este porcentaje habría que añadir un 16,7% adicional de adolescentes para los que el consumo de videojuegos estaría empezando a convertirse en un problema. Las tasas de una posible adicción se triplican entre los que 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.
- Los niveles de bienestar emocional, integración social y satisfacción con la vida son inferiores entre quienes presentan una posible adicción a videojuegos y la tasa de depresión es casi el triple.



Más de 70.000 estudiantes de ESO 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 firme creencia de que es probable ganar dinero jugando *online* son las dos principales creencias para desmontar.

- El porcentaje de adolescentes que ha apostado o jugado dinero *online* alguna vez en su vida es del 3,6%. El 1,6% lo hace al menos una vez al mes. Los porcentajes son mayores entre los chicos (4-5 veces más) y en 3.º-4.º de ESO.
- Aunque la variedad de formatos es enorme, las apuestas deportivas son la modalidad más aceptada entre los estudiantes de ESO, especialmente entre los chicos de 3º y 4º.
- Los medios de pago son diversos, pero el uso de tarjetas de crédito o cuentas *Pay Pal* o *Skrill* son las dos opciones más habituales.
- El gasto medio mensual no suele exceder los 10€, pero el 17% de los jugadores se gasta más de 30€ cada mes.
- Ganar dinero, divertirse y pasar el rato con amigos son las tres principales motivaciones para jugar y apostar. Existe una creencia relativamente asentada de que es bastante o muy probable ganar dinero jugando *online* (43,1%). Además, más de la mitad de los que apuestan lo hace con sus amigos, lo que refleja el componente social del juego.
- La utilización de una escala específica de *screening* ha permitido estimar en un 0,5% la prevalencia de una posible ludopatía o juego problemático, cifra inferior a la obtenida en otros estudios, aunque en este caso referida a una franja de edad más temprana y únicamente a la modalidad de juego *online*. Tal y como insisten los expertos, al menos 1 de cada 10 adolescentes que juegan *online* podrían llegar a desarrollar una adicción al juego (14,4%).
- Los niveles de bienestar emocional, integración social y satisfacción con la vida son también inferiores entre quienes presentan juego problemático. La tasa de depresión llega a duplicarse.



La lucha contra el acoso escolar y el ciberacoso debe ser una prioridad. Las tasas de victimización encontradas (sensiblemente mayores que las que recogen las estadísticas oficiales) así lo indican. Un análisis detenido de los datos, además de romper algunos mitos, puede ser útil para el diseño de nuevas políticas de prevención.

- Gracias al uso de instrumentos de *screening* específicos, permitió estimar en un 33,6% la tasa de victimización de acoso escolar y en un 22,5% de ciberacoso, cifras sensiblemente mayores que las que reflejan las estadísticas oficiales. A pesar de los esfuerzos que centros educativos e instituciones han venido realizando en los últimos años en materia de convivencia, la realidad sigue siendo preocupante.
- Las cifras son algo mayores entre las chicas y en la primera etapa de ESO, implicando además un perfil relativamente diferente: las chicas presentan mayores porcentajes de víctimas puras, y los chicos de agresores y de víctimas-agresoras.
- Tan solo el 3,3% de los encuestados, diría que está sufriendo acoso escolar y el 2,2%, ciberacoso. Esto es, solo 1 de cada 10 de quienes realmente lo sufren. Ello constituye un claro reflejo de la normalización de la violencia en las aulas y en la Red y de las dificultades que subyacen en su detección.
- 4 de cada 10 adolescentes que dicen haber sufrido acoso escolar tardaron meses o años en contarlo, o no llegaron a contarlo nunca.
- En el 70% de los casos, el acoso lo ejercen compañeros de la misma clase.
- Por el físico, ser diferente, ser tímido o simplemente porque era una broma, son los principales motivos de acoso.
- Las tasas de victimización se duplican entre los que se definen con una orientación sexual no heterosexual.
- Por último, más de la mitad de quienes sufren acoso a través de la Red (52,4%), también lo ejercen. El 72,9% de las/os adolescentes que sufren acoso *online*, también lo sufren *offline*. Ambos hallazgos suponen una nueva evidencia de que el acoso escolar y el ciberacoso no deben considerarse como fenómenos independientes.



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

- A pesar de que el ajuste emocional medio de los estudiantes españoles de ESO es adecuado y las tasas de depresión encontradas son, de algún modo, las esperadas, quienes presentan problemas relacionados con el uso problemático de Internet, el uso problemático de videojuegos o una posible ludopatía vinculada al juego *online*, presentan significativamente menores niveles de bienestar emocional y satisfacción con la vida, además de una menor integración social, familiar y escolar.
- Las tasas de una posible depresión grave o moderadamente grave se multiplican también por 2 o por 3. Esto abre el debate acerca de si son los adolescentes con más dificultades a nivel emocional los que tienden a refugiarse y hacer un uso más intensivo de las TRIC, o si pueden ser estas nuevas formas de adicción o uso desadaptativo de las TRIC las que ejercen un impacto emocional negativo.
- Algo similar puede decirse respecto al acoso escolar y el ciberacoso, aunque en esta área las dudas parecen menores, ya que a nadie se le escapa las serias consecuencias que ambos fenómenos pueden tener a nivel emocional. El presente trabajo ha servido para volver a constatar que aquellos adolescentes que sufren acoso presentan tasas hasta 5-6 veces mayores de depresión y 4 veces mayores de ideación suicida.
- Futuros trabajos de naturaleza longitudinal podrían aportar más luz, desde un punto de vista científico, sobre todo este tipo de cuestiones.

10

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

- Se intentó conocer el posible impacto que el obligado recurso a las clases *online* puede haber tenido, intentando identificar posibles barreras tanto a nivel técnico, como didáctico u organizativo.
- Como resultado, puede decirse que la implantación de la docencia *online* ha sido un logro fuera de toda duda, convirtiéndose en una herramienta accesible para la gran mayoría de los estudiantes de secundaria de nuestro país. El 85,2% ha tenido clases *online* desde la pandemia; 2 de cada 3 las consideran “fáciles de seguir” y 9 de cada 10 dicen contar tanto con los medios técnicos, como con los conocimientos necesarios para seguirlos.
- Sin embargo, desde un punto de vista didáctico y vivencial queda todavía un amplio margen de mejora: más del 70% se ha sentido desbordado o saturado por la carga de trabajo, con dificultades para organizarse y dar respuesta de forma adecuada a todas las tareas que se les pedía.
- Poco más del 40% considera que ha sido una buena manera de aprender y que realmente ha aprendido lo necesario.
- Un último dato que resume en buena medida estos resultados es que solo 38,7% de los estudiantes hace una valoración positiva de la experiencia. El 39% le otorga un regular y un 22,3% la valora como mala o muy mala.

COMITÉ DE EXPERTOS

Uso de la tecnología

MAIALEN GARMENDIA
Phd. Responsable en España de *EuKids Online*.
Universidad del País Vasco.

PATRICIA GÓMEZ
Phd. Investigadora experta en
Menores y Nuevas Tecnologías.
Universidad de Santiago de Compostela.

DANIEL KARDEFELT
Phd. Media & Communications (PhD) 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

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

FRANCISCO RIVERA
Phd. Profesor Titular 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.

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.
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.

Prevención de las adicciones

GREGOR BURKHART
Phd. Responsible for prevention responses.
EMCDDA-European Monitoring Centre for the
Drugs an Drugs Abuse.

GERARDO FLÓREZ
Phd. Psiquiatra especializado en adicciones
comportamentales en jóvenes y adolescentes.
Servizo 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.
Universidad de Vigo.

PATRICIA ROS
Phd. Responsable en España de *Planet Youth*.
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. UNESCO.

ROSARIO DEL REY
Phd. Responsable del grupo Interpersonal
Aggression and Socio-Emotional Development
(IASSED) y copresidenta del International
Observatory for School Climate and Violence
Prevention. 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 los niños y niñas 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. Este 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.

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.

GLOSARIO

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).

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 compartidas 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).

UNICEF promueve los derechos y el bienestar de todos los niños y niñas en todo lo que hacemos. Junto a nuestros aliados, trabajamos en 190 países y territorios para transformar este compromiso en acciones prácticas, centrando especialmente nuestros esfuerzos en llegar a la infancia más vulnerable y excluida para el beneficio de todos los niños y niñas, en todas partes.

unicef  | para cada infancia