



unicef 
para cada infancia

Resumo executivo. **GALICIA**

IMPACTO DA TECNOLOXÍA NA ADOLESCENCIA

RELACIÓNS, RISCOS E OPORTUNIDADES

Un estudo comprensivo e inclusivo para o uso saudable das TRIC

INFANCIA E TECNOLOXÍA

Unha iniciativa de UNICEF España desenvolta en alianza coa Universidade de Santiago de Compostela e o Consello Xeral de Colexios de Enxeñería Informática de España.

Coordinación

Belén Andrade

Nacho Guadix

Dirección de Sensibilización e Políticas de Infancia. UNICEF España

Dirección científica

Antonio Rial Boubeta

Unidade de Psicoloxía do Consumidor e Usuario,

Universidade de Santiago de Compostela

Dirección do soporte tecnolóxico

Fernando Suárez

Consello Xeral de Colexios de Enxeñería Informática de España

Coa colaboración de:

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

Agradecementos:

A todas as persoas e administracións educativas que por compromiso e responsabilidade fixeron posible o traballo de campo no medio dunha pandemia. Ao grupo de asesores científicos e expertos que contribuíu a validar os instrumentos metodolóxicos. Aos mozos e mozas que cumpriron co seu dereito a expresar a súa opinión.

Edita:

UNICEF España

C. Mauricio Legendre, 36. 28046 Madrid

www.unicef.es/infancia-tecnologia

Fotografías:

Portada: iStock.com/tommaso79

Páx.ina 7: iStock.com/sam thomas

Depósito Legal: M-19743-2021

ISBN: 978-84-124058-0-4

Dereitos de autor sobre todos os contidos deste informe. Permitida a súa reprodución total ou parcial.
2021

OBXECTIVO DO ESTUDO

O obxectivo fundamental deste estudo foi levar a cabo un diagnóstico do uso e impacto da tecnoloxía na adolescencia. Estudáronse os hábitos de uso da internet, as redes sociais, o consumo de videoxogos e o xogo en liña, así como diferentes prácticas de risco (como o sexting ou o contacto con descoñecidos), informando ademais do grao de supervisión parental. Análizanse tamén as motivacións, crenzas e expectativas relacionadas co uso das pantallas, xa que só a través da opinión das e dos adolescentes é posible entender o espazo que a tecnoloxía ocupa nas súas vidas. Por último, este estudo constitúe unha magnífica oportunidade para actualizar as taxas tanto de acoso escolar como de ciberacoso no territorio nacional.

MOSTRA

A mostra para o conxunto de España estivo composta por un total de 50.957 adolescentes de 265 centros educativos de Ensino Secundario Obrigatorio (ESO), tanto de titularidade pública como privada e/ou concertada, das 17 comunidades autónomas. Da Comunidade Autónoma de Galicia participaron inicialmente 3.650 adolescentes, correspondentes a 19 centros educativos. Froito dun coidadoso proceso de depuración a mostra final quedou composta por un total de 3.165 participantes, de entre 11 e 18 anos (Media: 13,76; DT: 1,26); o 51,8% identificouse co xénero masculino, o 47,2% co feminino e o 0,9% restante con outras opcións. Os datos foron recollidos mediante un cuestionario en liña nas propias aulas dos centros, entre os meses de novembro de 2020 e marzo de 2021. Os datos deste informe corresponden aos alumnos e alumnas da ESO de Galicia.

INSTRUMENTO

Elaborouse un cuestionario ad hoc con preguntas de elaboración propia e escalas validadas internacionalmente para o screening de posibles adicións ou usos problemáticos: EUPI-a para Internet e redes sociais, GASA para videoxogos e BAGS para o xogo en liña. As taxas de acoso escolar e ciberacoso estimáronse co EBIP-Q e o ECIP-Q. Incluíronse tamén instrumentos para avaliar o benestar emocional, o risco de depresión (PHQ-9) ou o grao de supervisión parental. Para a supervisión científica e seguimento do estudo constituíuse un comité de expertos internacional que levou a cabo ademais unha dobre pilotaxe (cualitativa e cuantitativa) para garantir a adecuada comprensión do cuestionario.





DAS TIC ÁS TRIC

As Tecnoloxías para a Relación, a Información e a Comunicación (TRIC), estenden ao mundo virtual nosa experiencia vital sen que as consecuencias destas accións sobre as nosas vidas e o noso contorno poidan percibirse de forma consciente e tan inmediata como no mundo analóxico. Na actualidade, **practicamente todas as nosas accións teñen un reflexo no mundo virtual**, por iso cobra especial importancia incluír a “R” de relacións na análise que facemos do impacto da tecnoloxía nas nosas vidas e por extensión na das e dos adolescentes.

A través deste estudo **achegamos as opinións e percepción das e dos adolescentes sobre as súas experiencias e relacións no contorno dixital**. Con iso, pretendemos facilitar información clave como ferramenta de análise e reflexión para **orientar actuacións no ámbito familiar, educativo e normativo que permitan fortalecer os mecanismos educativos, preventivos e de protección necesarios para a infancia no contorno dixital**. Tras a

pandemia e coa chegada da educación a distancia, apreciouse un aumento exponencial das competencias dixitais de nenos e adolescentes. Ter máis ferramentas dixitais e maior acceso ás redes sociais ofrécelles maiores oportunidades, pero tamén supón estar máis expostos a algúns dos riscos en liña. Tomar medidas restritivas para controlar o uso da tecnoloxía pode axudar a reducir certos riscos, pero tamén pode dificultar o desenvolvemento de capacidades dixitais clave para un mundo dixitalizado. Para iso, queda claro que a dixitalización require un maior investimento de tempo e recursos destinados a:

- O acceso equitativo aos recursos tecnolóxicos
- Mellorar as competencias dixitais
- Promover o desenvolvemento dun contorno protector no ámbito dixital
- A sensibilización e educación de todos os actores (familias, centros educativos, Institucións e Empresas), nenas, nenos e adolescentes para promover o uso seguro e responsable das TRIC.

Cales son os dereitos de nenas, nenos e adolescentes no contorno dixital?



A Convención sobre os dereitos do neno (CDN) establece que nenas, nenos e adolescentes teñen dereito á liberdade de expresión, de información e ao xogo, así como tamén á privacidade e á protección fronte a calquera forma de violencia ou efectos negativos para o seu benestar e correcto desenvolvemento integral.

Ademais da protección, tamén é fundamental garantir que nenos e adolescentes poidan participar no contorno dixital e para iso é necesario que conten co acceso e o apoio necesario en cada etapa do seu desenvolvemento. Os dereitos da infancia vívense e apréndense no día a día, en cada acción. Reclámanse en cada circunstancia e en todo lugar, tamén no ámbito dixital. Unha sólida formación en dereitos de infancia é unha medida moi eficaz de autoprotección, tanto por identificar as inxustizas que poidan sufrir como por coñecer mecanismos de axuda.

XERANDO CONEXIÓNS

O acceso á tecnoloxía tamén é clave para a súa aprendizaxe e desenvolvemento integral. Para iso, ademais do acompañamento e a educación, a promoción da participación de nenas, nenos e adolescentes na construción e transformación dixital son de igual importancia.

Estes datos indícanos os usos que fan os adolescentes do móbil e Internet e o tipo de hixiene dixital que teñen. **O uso do móbil e as TRIC entre as e os adolescentes está claramente xeneralizado**

desde idades temperás, aínda que en moitos casos trátase dun uso intensivo e sen supervisión, o que pode derivar en frecuentes problemas de convivencia.

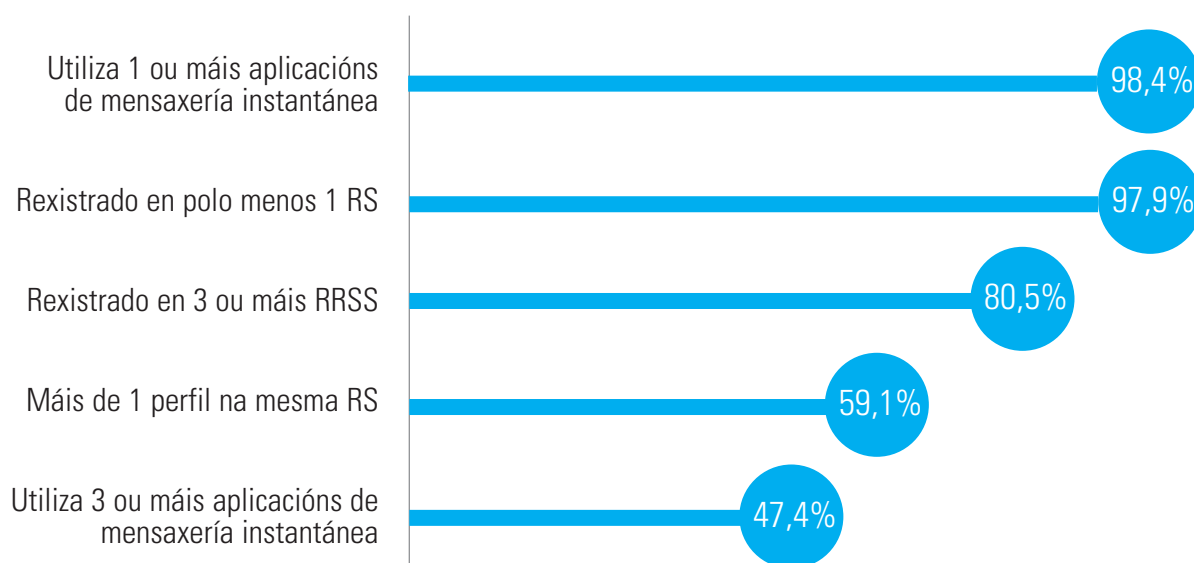
Gráfico 1. Usos do móbil e Internet en adolescentes



Os contextos de relación en liña son xa inherentes aos propios dos adolescentes, que interactúan e se relacionan a través dos seus distintos perfís e segundo as súas diferentes motivacións. **Aplicacións**

e redes sociais forman parte do día a día das novas xeracións. Ser capaces de integralas de forma harmónica no seu desenvolvemento persoal e social é, sen dúbida, un enorme desafío.

Gráfico 2. Onde están os adolescentes en liña?
Uso de redes sociais e aplicacións de mensaxería



O **97,9%** das/dos adolescentes está rexistrado nalgunha rede social. Non estar presente nas redes é un feito excepcional.

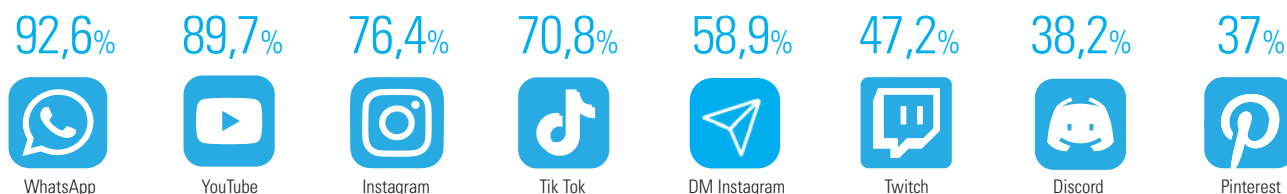


O **59,1%** ten máis dun perfil nunha mesma rede social.

Os adolescentes están nas redes de forma masiva e globalizada e case nunca testemuñal: **case 2 de cada 3 conta con máis dun perfil nunha mesma rede social, que utilizan selectivamente para**

familia e coñecidos ou para o grupo de iguais. Obviar este dato implica que a miúdo os proxenitores poidan chegar a ter unha falsa sensación de control.

Gráfico 3. Tipo de redes sociais e aplicacións de mensaxería máis usadas



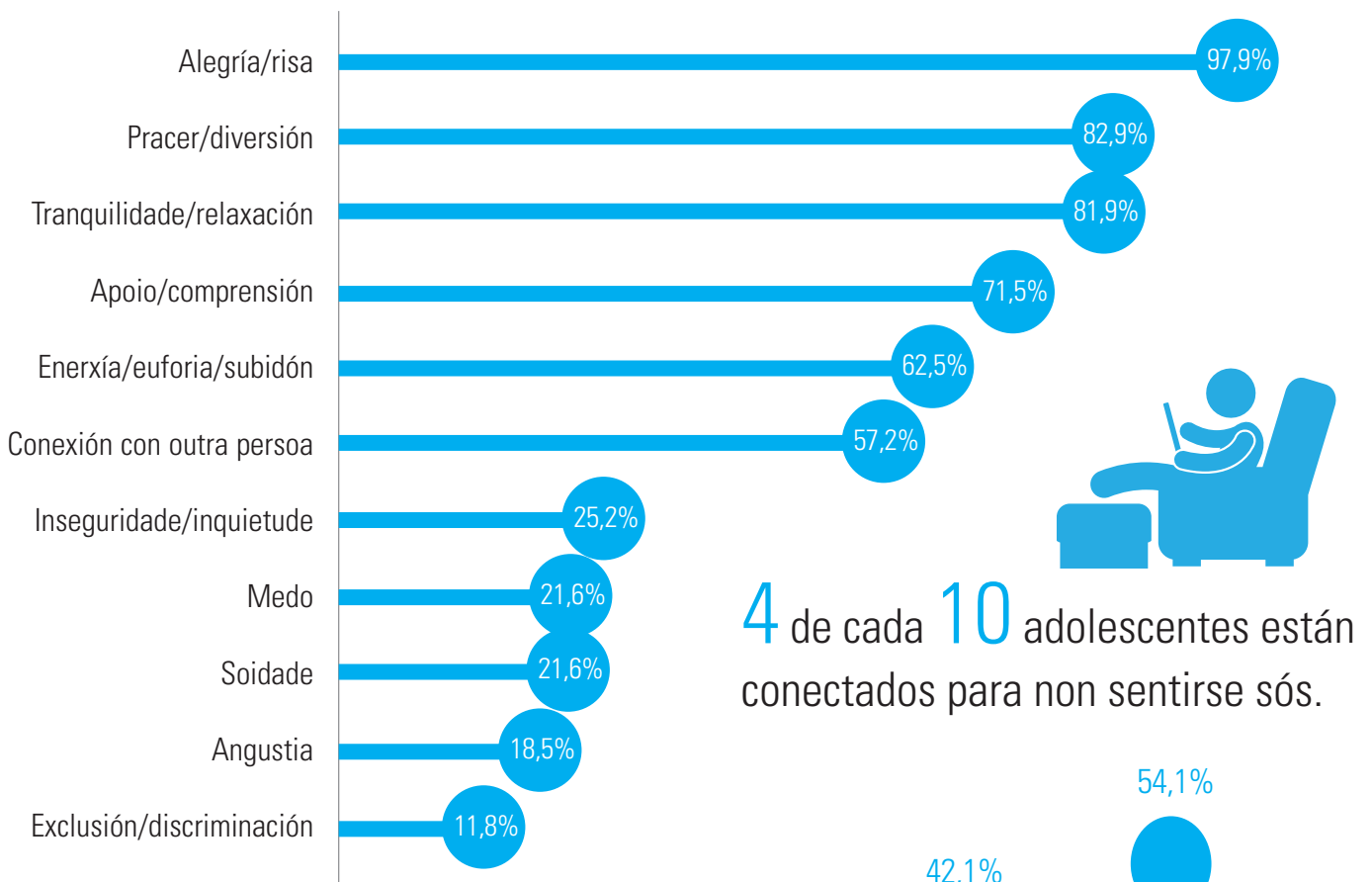
XERANDO CONEXIÓNS

As TRIC como ecosistema de interacción e surtidor emocional

Mozas e mozos conéctanse buscando relacións positivas, comunicarse cos seus amigos e divertirse. Con todo, **a falta de coñecemento sobre algúns dos perigos, así como de medidas preventivas para evitalos, poden poñer en serio risco a moi-**

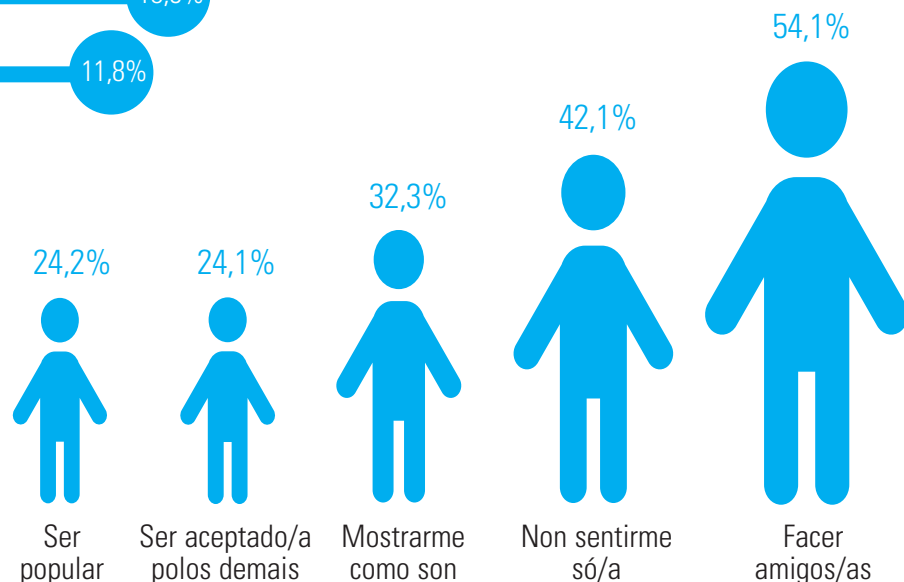
tos adolescentes. Os datos achegados tamén indican que pode haber unha falta de presenza e acompañamento por parte das familias na vida dos adolescentes, o que os leva a buscar compañía e apoio en internet e nas redes sociais.

Gráfico 4. En internet sentín...



4 de cada 10 adolescentes están conectados para non sentirse sós.

Gráfico 5. Internet e as redes sociais axúdanme a...





A QUE RISCOS SE ENFRONTAN?

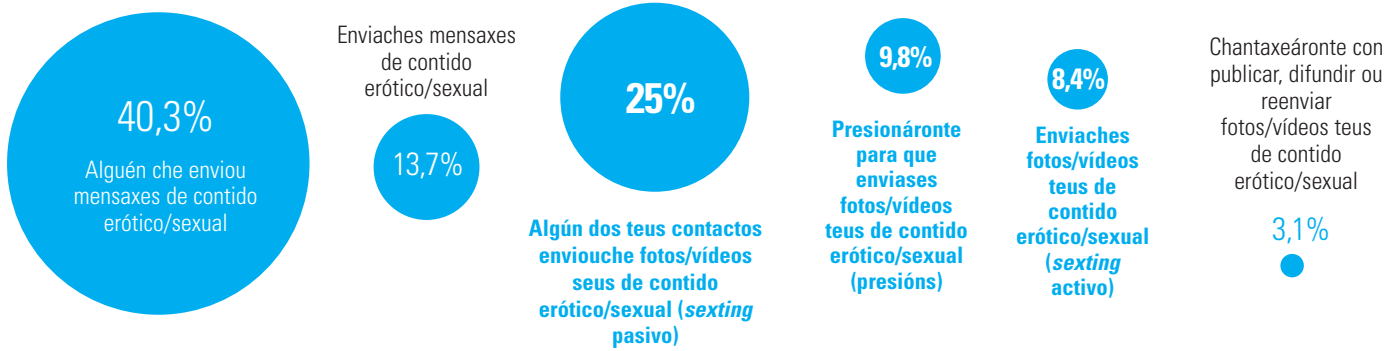
Mozas e mozos indican que usan Internet e redes sociais para establecer relacións, facer amigos e non sentirse sós. Tendo en conta que as relacións son unha parte esencial do noso desenvolvemento como seres humanos, se nun momento clave do seu desenvolvemento emocional e social hai adolescentes que viven con medo, angustia e preocupación a

súa experiencia nas redes sociais, a súa saúde mental pode verse afectada. Entre os principais riscos identificados por mozas e mozos na súa experiencia no contorno dixital está o **ciberacoso, o contacto con estraños, sentirse discriminados ou excluídos, a chantaxe e a sextorsión, ou o acceso a contidos inadecuados para a súa idade.**



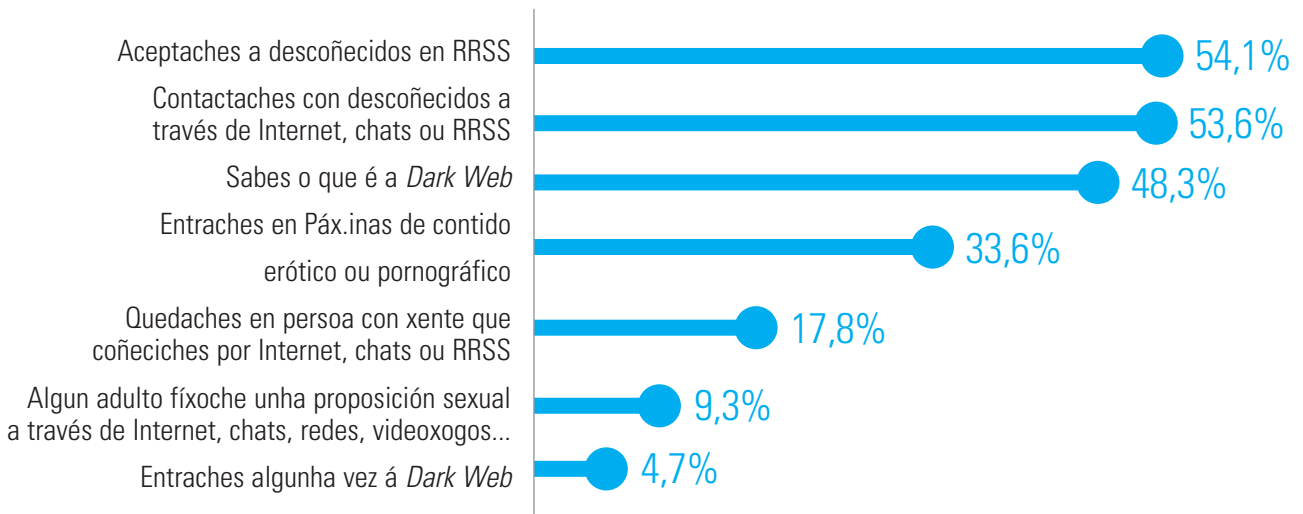
A QUE RISCOS SE ENFRONTAN?

Gráfico 6. Vícheste algunha vez na vida nunha destas situacións?



Constátase que as prácticas de sexting son cada vez máis habituais. O 25% reconece que algún dos seus contactos envioulle algunha vez fotos, imaxes ou vídeos persoais de carácter erótico ou sexual

(*sexting* pasivo) e o 8,4% reconece envialos elas/eles mesmas/os (*sexting* activo). A cifra de presións para o envío deste tipo de material é incluso superior (9,8%).



Riscos que deben alertarnos e ocuparnos

Á marxe dos beneficios e oportunidades que ofrecen as Tecnoloxías Relacionais da Información e a Comunicación (TRIC), a Rede comporta riscos aos que os adolescentes son especialmente vulnerables. **Froito de presións e chantaxes moitos adolescentes poden estar a expoñer imaxes e contido persoal e privado en redes sociais e outras canles da Internet.** Isto tamén os expón a entrar en contacto con descoñecidos e atoparse en risco de grooming ou acoso sexual en liña. Miles de menores están a acceder a unha Rede na que os riscos relacionados co roubo de información, os delitos sexuais, a violencia ou o tráfico de substancias se multiplican.



4,7% entrou na *Dark Web*.



1 de cada 10 adolescentes recibiu unha proposición sexual en internet por parte dun adulto.



Acoso escolar e ciberacoso

A pesar dos esforzos que centros educativos e institucións viñeron realizando nos últimos anos, a realidade segue a ser preocupante.

A utilización de dous instrumentos contrastados a

nivel internacional, como son o EBIP- Q e o ECIP- Q, permitiunos facer unha estimación obxectiva da prevalencia actual do acoso escolar e do ciberacoso.

Tabla 1. Prevalencia estimada de acoso escolar e ciberacoso en estudantes de ESO

	EBIP-Q (Acoso escolar)			ECIP-Q (Ciberacoso)		
	VÍTIMAS	VÍTIMAS-AGRESORAS	AGRESORES	VÍTIMAS	VÍTIMAS-AGRESORAS	AGRESORES
ESPAÑA	18,2%	15,4%	4,2%	10,7%	11,8%	7,9%
GALICIA	19,5%	14,2%	3,2%	10,5%	11,3%	7%
Feminino	23,8%	11,8%	3,1%	12,9%	9,7%	5,8%
Masculino	15,2%	16,2%	3,3%	8,1%	12,8%	8%
1º e 2º de ESO	21%	12,7%	2,1%	9,7%	8,8%	6,2%
3º e 4º de ESO	18,1%	15,6%	4,2%	11,3%	13,6%	7,7%

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

A taxa estimada de vitimización de acoso escolar sitúase no 33,7% (incluíndo vítimas puras e vítimas agresoras). A de ciberacoso situaríase nun 21,8%, sendo neste caso maior a porcentaxe de vítimas agresoras (11,3%) que o de vítimas puras (10,5%). Iso revela que en internet o máis común é acosar e ser acosado. **Máis da metade de quen sofre acoso,**

tamén o exerce. Moi a miúdo quen o sofre non é consciente diso ou non tende a interpretalo neses termos. **Só o 3,5% dos adolescentes diría que está a sufrir acoso escolar e o 1,6% ciberacoso. “Polo meu físico”, “Por ser diferente”, “Porque me teñen teima” ou simplemente porque “era unha broma”,** son algúns dos principais motivos de acoso.



1 de cada **3** adolescentes podería estar a ser vítima de acoso escolar.



2 de cada **10** adolescentes podería estar a ser vítima de ciberacoso.

Tanto o acoso como o ciberacoso exérceno principalmente compañeiros/os da mesma clase e en moitos casos o contorno adulto protector non o chega a saber. **Apréciase que o acoso non desaparece coa idade.** A pesar de que as taxas globais por xénero poden non lanzar grandes diferenzas, a maneira de sufrir e de exercer o acoso e o perfil de vitimización poden ser diferentes. **O acoso escolar e o ciberacoso están moi relacionados con algunhas condutas de risco en liña, como o sexting ou o contacto con descoñecidos,** o que recalca a necesidade de mellorar o labor de prevención.



Enviar fotos ou vídeos persoais de carácter sexual ou aceptar a descoñecidos nunha rede social, ademais de constituír un risco en si mesmo, aumenta a probabilidade de sufrir acoso escolar e ciberacoso.

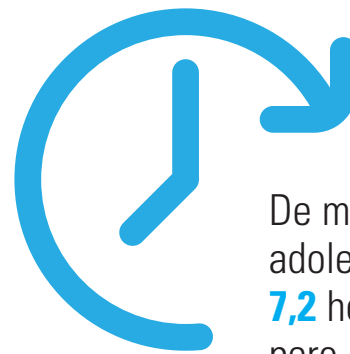
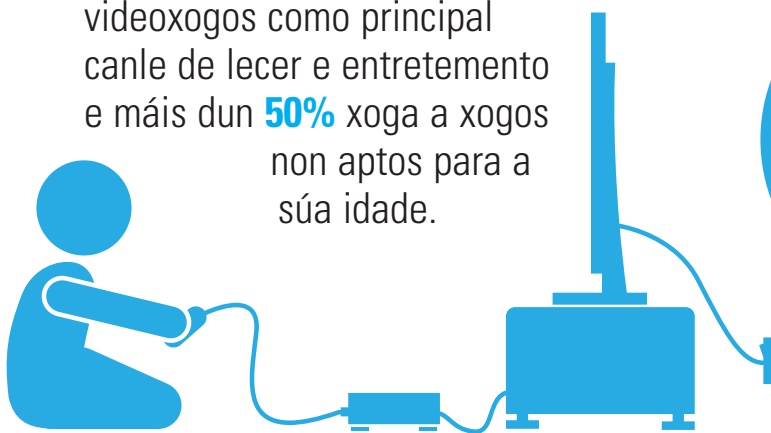


VIDEOXOGOS

Os videoxogos ocupan un lugar moi importante na vida dos adolescentes e por iso teñen tamén un impacto directo sobre as súas vidas e a súa saúde.

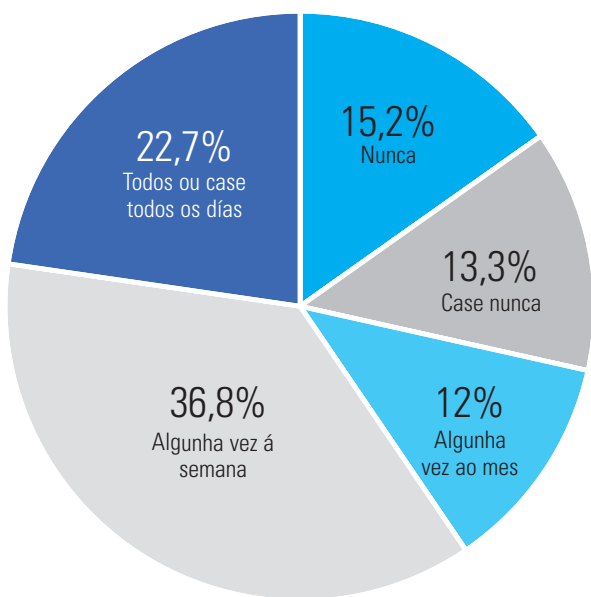
Factores como a frecuencia e intensidade do xogo son causantes dun posible uso problemático ou adicción.

6 de cada 10 usan videoxogos como principal canle de lecer e entretemento e máis dun **50%** xoga a xogos non aptos para a súa idade.



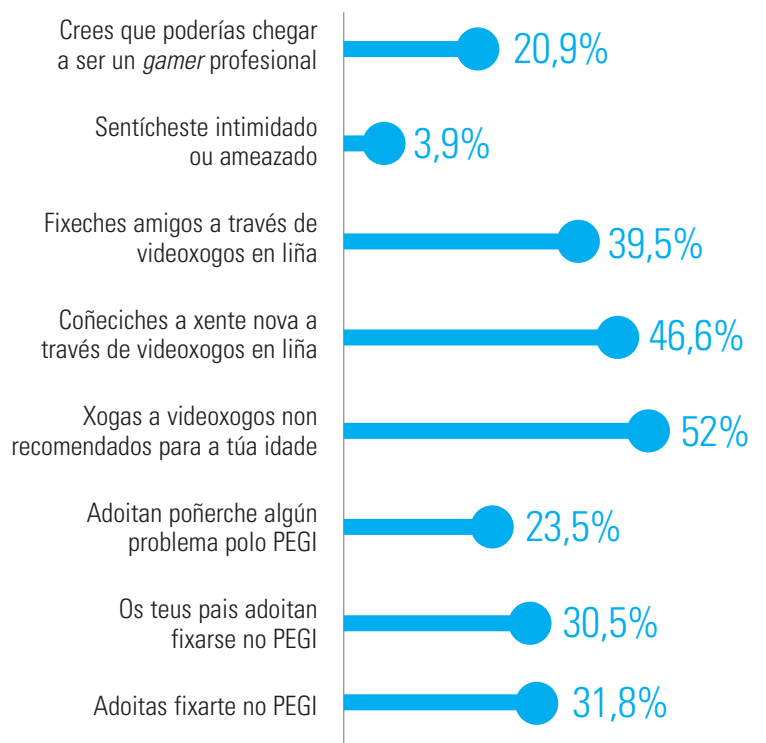
De media, os adolescentes xogan **7,2** horas semanais, pero hai un **4,3%** que xogan máis de **30 horas** á semana.

Gráfico 7. Tempo dedicado ao xogo...



Xogadores habituais: **59,5%**

Gráfico 8. Cando xogas...





XOGO EN LIÑA E APOSTAS

Un 3,3% dos estudantes de ESO recoñecen que xogaron ou apostaron diñeiro en liña algunha vez na súa vida. Gañar diñeiro, divertirse e pasar tempo cos amigos, son os tres principais argumentos identificados.

Gráfico 9. Modalidades de xogo en liña máis aceptadas polos adolescentes
(Porcentaxe calculada sobre os que din apostar en liña algunha vez na súa vida)

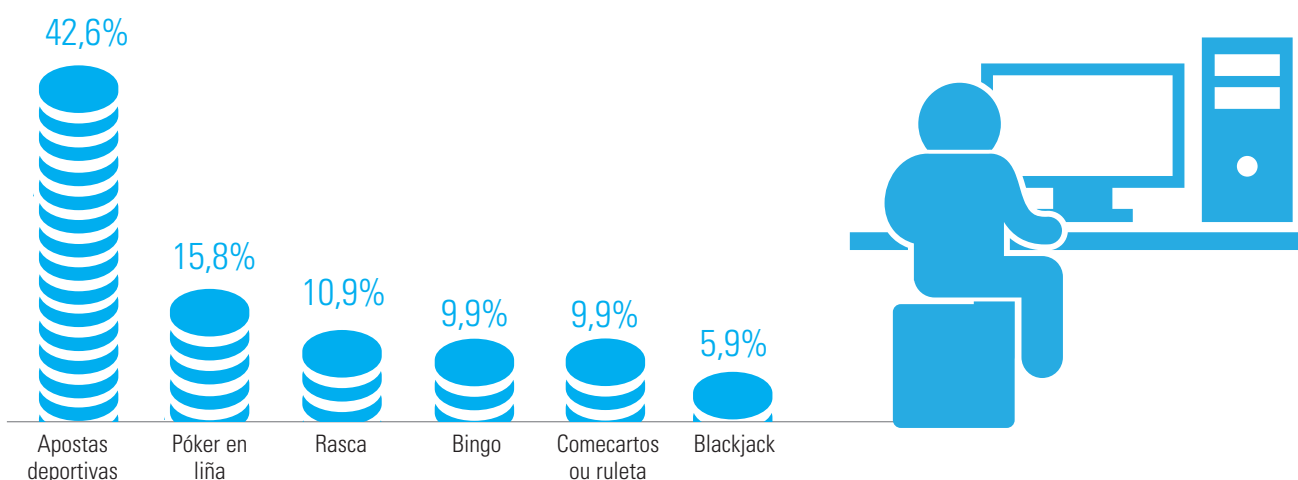
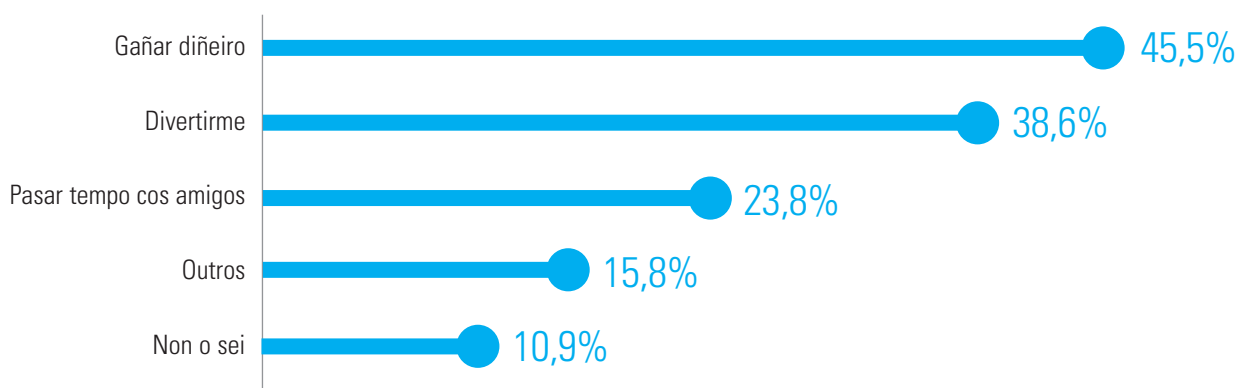


Gráfico 10. Motivos para xogar ou apostar en liña
(Porcentaxe calculada sobre os que din apostar en liña algunha vez na súa vida)



Estímase que máis de 3.000 estudantes de ESO apostaron diñeiro a través de Internet nalgunha ocasión, o que permite constatar que se trata dunha práctica que se inicia a idades temperás. Ademais de ter un claro compoñente lúdico e social, existe a crenza de que é fácil gañar diñeiro apostando na Rede.



USO PROBLEMÁTICO E ADICCIÓN ÁS TRIC

A Organización Mundial da Saúde reconece a adicción ao xogo e aos videoxogos como as dúas únicas Adiccións Sen Substancia e suxire utilizar o termo “Uso Problemático” para referirnos a Internet e

as redes sociais. **Miles de familias poderían ter neste momento calquera destes problemas, polo que, máis aló da súa consideración clínica, é importante que sexan debidamente avaliados.**

Tabla 2. Prevalencia estimada de adiccións tecnolóxicas e Uso Problemático da internet en estudantes da ESO

	EUPI-a (Internet/RRSS)	GASA (Videoxogos)		BAGS (Xogo/Apostas)
		Posible adicción	Uso Problemático	Xogo problemático
ESPAÑA	33%	3,1%	16,7%	0,5%
GALICIA	27,4%	2,4%	15,7%	0,3%
Feminino	29,9%	1%	6,8%	0,1%
Masculino	24,9%	3,6%	23,9%	0,4%
1º e 2º ESO	22,7%	2,1%	15,7%	0,3%
3º e 4º ESO	31,7%	2,7%	15,8%	0,4%

EUPI-a: Escala de Uso Problemático de Internet para Adolescentes (Rial et al., 2015). GASA: Game Addiction Scale for Adolescents (Lemmens et al., 2009; Lloret et al., 2018). BAGS: Brief Adolescent Gambling Screen (Stinchfield et al., 2017).

Gráfico 11. Uso Problemático por xénero



1 de cada 4 estudantes de ESO poderían ter xa un “Uso Problemático da internet” e **1 de cada 5** poderían ter xa certo nivel de “enganche” aos videoxogos.

Quedou patente o potencial adictivo que Internet e as redes sociais posúen. Estímase que máis de 25.000 estudantes de ESO poderían presentar un Uso Problemático, que está caracterizado non só por unha elevada frecuencia e intensidade de conexión (moitos días e moitas horas), senón tamén por un alto grao de interferencia no día a día dos propios adolescentes e das súas familias. O consumo de videoxogos supón xa unha adicción para un 2,4% dos estudantes de ESO (especialmente rapaces) e un 15,7% adicional pode-

ría estar a comezar a desenvolver problemas relacionados con ese consumo. En definitiva, **máis de 17.000 adolescentes poderían ter xa certo nivel de “enganche” aos videoxogos, o que supón un “caldo de cultivo” realmente preocupante.** Por último, aínda que as cifras referidas a unha posible adicción son moi inferiores (0,3%) estarían a reflectir que **aproximadamente 1 de cada 10 menores que xoga ou aposta diñeiro en liña pode chegar a converterse en ludópata, o que supoñería estar a falar de preto de 300 adolescentes.**

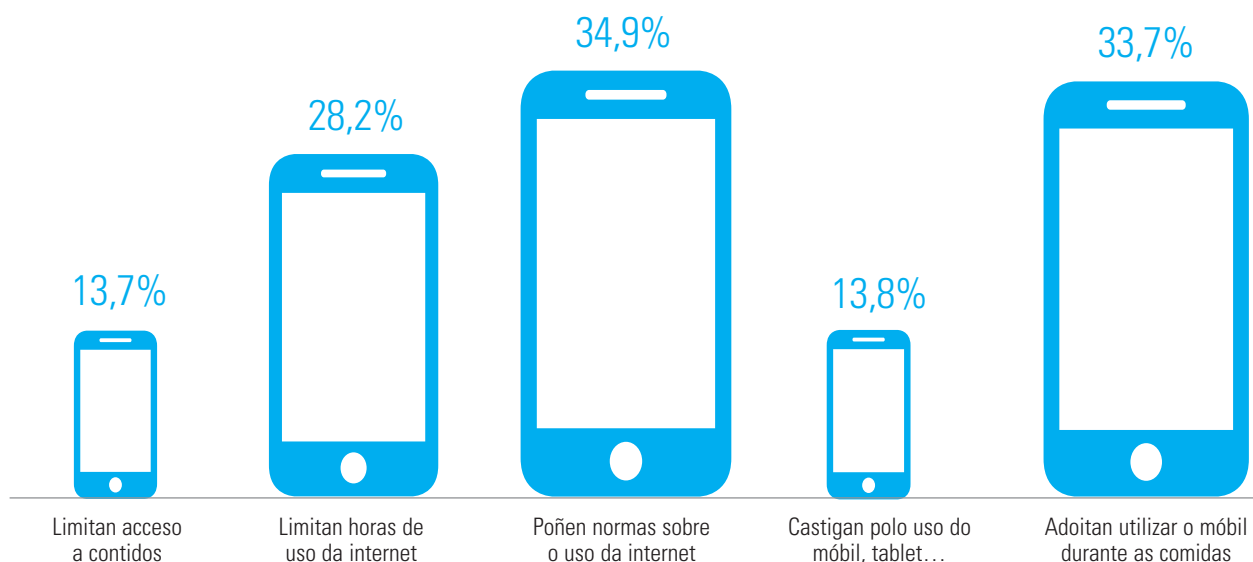


SUPERVISIÓN PARENTAL. MÁIS ALÁ DO CONTROL

En contraposición con todos estes riscos, conséntase unha escasa supervisión parental: só o 34,9% dos adolescentes sinala que os seus pais lles poñen algún tipo

de normas ou límites sobre o uso da internet e/ou as pantallas; **só o 28,2% limitan as horas de uso e o 13,7% os contidos aos que poden acceder.**

Gráfico 12. Medidas de supervisión parental máis usadas



- Os datos indican que un **22,6% ten discusións na casa polo uso da tecnoloxía** polo menos unha vez á semana.

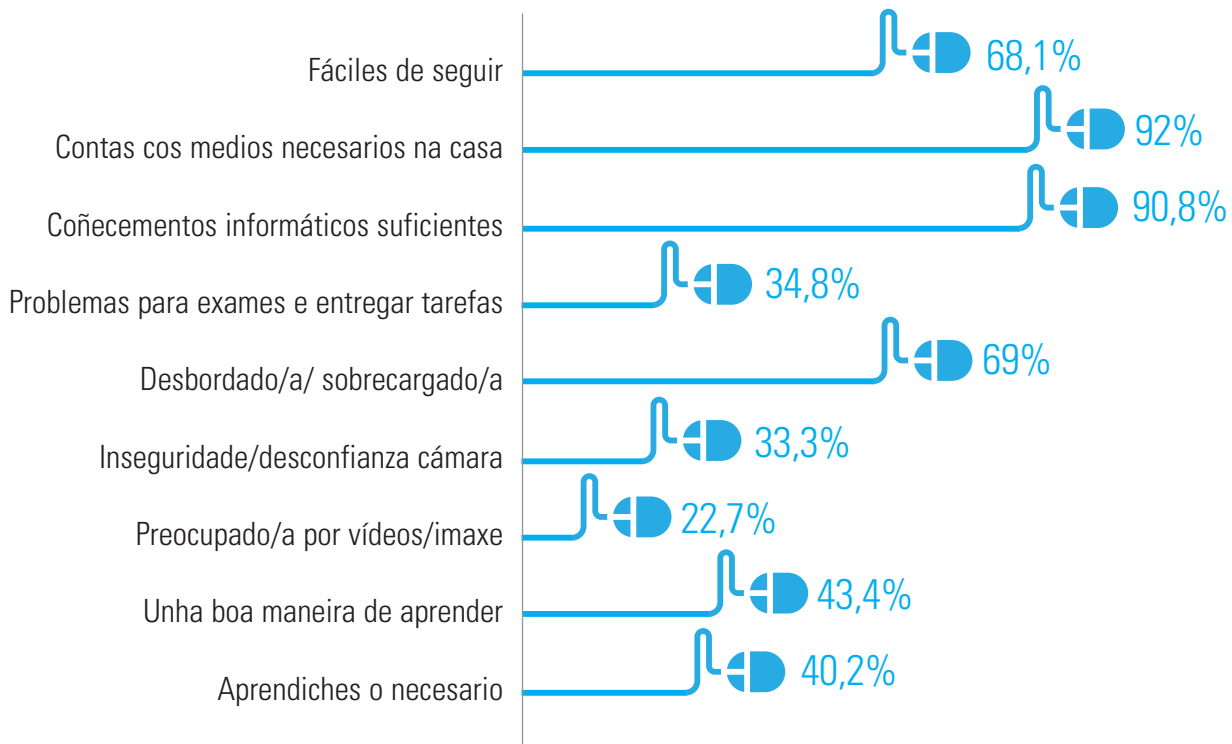
- Os hábitos e condutas do contorno familiar **(o uso durante as comidas, nos momentos de descanso e de lecer familiar)** poderían estar a condicionar claramente as prácticas e usos dos dispositivos electrónicos por parte de nenos, nenas e adolescentes.



EDUCACIÓN A DISTANCIA

O **88,7%** tivo clases en liña desde a pandemia.
 A valoración xeral é discreta: **o 37,6% outórgalle un “Regular” e un 22,3% valóraa como “Mala” ou “Moi mala”.**

Gráfico 13. Durante o curso pasado, con relación ás clases en liña...



● Pódese observar que o acceso ás ferramentas tecnolóxicas e as competencias dixitais entre os adolescentes son moi altas, con todo, **o grao de satisfacción e nivel de aprendizaxe durante o período de clases en liña é baixo**, apreciándose moita marxe de mellora.

● É destacable a necesidade de avanzar en **garantir a privacidade e a xestión dos datos persoais dos alumnos** a través das plataformas educativas.



CONCLUSIÓN

É indubidable que a tecnoloxía forma parte da vida dos adolescentes, que fan un uso xeneralizado da internet, as redes sociais e innumerables aplicacións, en moitos casos de maneira intensiva, o que pode implicar unha interferencia seria no día a día e no seu desenvolvemento persoal.

- **O uso da tecnoloxía supón unha achega transcendental tanto a nivel social como emocional para un adolescente.** Axúdalles a facer amigos/as, a non sentirse sós... e atopan a través dela alegría, diversión, apoio, comprensión e benestar emocional, unha fonte de afectos e experiencias sen o que hoxe é moi difícil vivir.
- Quedou patente, con todo, que o **uso globalizado da Rede implica unha serie de riscos que non debemos obviar** e que quedan retratados nas preocupantes cifras de sexting, contacto con descoñecidos e posibles casos de grooming.
- **A loita contra o acoso escolar e o ciberacoso debe ser unha prioridade.** As taxas de vitimización atopadas (sensiblemente maiores que as que recollen as estatísticas oficiais) así o indican. Unha análise detida dos datos ademais de romper algúns mitos, van ser fundamentais para deseñar as novas políticas de prevención.
- **O uso de videoxogos constitúe unha das principais canles de lecer das novas xeracións,** o que pode ter importantes implicacións a nivel de saúde mental e de convivencia. Moitos adolescentes **poderían estar a facer un uso intensivo e sen supervisión de videoxogos non recomendables para a súa idade.**
- Aínda que as cifras son reducidas, **en España hai miles de adolescentes que comezaron a apostar ou xogar diñeiro en liña,** o que multiplica o risco de desenvolver a medio prazo unha ludopatía. O carácter social do xogo e a firme crenza de que é “probable” gañar diñeiro xogando en liña son os dous principais elementos motivadores a “desmontar”.
- **As taxas dunha posible adición ou Uso Problemático atopadas son preocupantes,** especialmente no referido a redes sociais e videoxogos, que poderían estar a afectar a 1 de cada 4 e a 1 de cada 5 adolescentes, respectivamente.
- En contraposición, **chama a atención o escaso nivel de supervisión que parecen estar a exercer nais e pais,** non do todo conscientes do seu papel como modelo no uso das pantallas, da necesidade de acompañamento e de establecer unha boa hixiene dixital no fogar.



5 claves para a promoción dunha boa hixiene dixital

A Convención sobre os Dereitos do Neno (CDN) constitúe un marco de referencia para que os Gobernos prioricen o **interese superior do neno nas súas decisións** e na definición da súa actuación, garantindo que nenas, nenos e adolescentes sexan unha prioridade á hora de transferir a CDN en políticas, leis e servizos. **Facemos un chamado ás familias** para que dean os pasos

necesarios para acompañar ás súas fillas e fillos no uso das TRIC, contribuíndo a minimizar os riscos existentes. Para iso, **é necesario asumir un rol activo que permita garantir o uso seguro, responsable e crítico da tecnoloxía**, facilitando que nenas, nenos e adolescentes poidan aproveitar das súas vantaxes e promovendo unha boa hixiene dixital.

#01

As familias tamén necesitan contar coas ferramentas e o apoio necesario para poder exercer o labor educativo e de acompañamento necesarios nesta era dixital.

#02

O sistema educativo é clave na transformación cara a unha educación crítica e na aprendizaxe das ferramentas e pautas necesarias para manexarse en internet.

#03

Se nenos, nenas e adolescentes están informados e contan coas ferramentas necesarias para actuar, terán maiores posibilidades de comprender os riscos, informar sobre situacións de abuso e buscar axuda cando a necesiten.

#04

As Institucións deben xerar as medidas e mecanismos de protección, educación e promoción dos dereitos de nenas, nenos e adolescentes necesarios no contorno dixital. Concretar medidas que se traduzan en accións e en plans de actuación é clave.

#05

A industria tecnolóxica ten un rol fundamental para garantir a protección dos adolescentes a través dos servizos, contidos, permisos e contratos, de forma que promovan o seu benestar dixital. Difundir recomendacións claras de uso e privacidade, así como desenvolver ferramentas e mecanismos para atopar axuda en caso de atoparse cunha situación de risco son medidas necesarias.

“Os dereitos de todos os nenos deben respectarse, protexerse e facerse efectivos no contorno dixital. As innovacións nas tecnoloxías dixitais teñen consecuencias de carácter amplo e interdependente para a vida das nenas e nenos e para os seus dereitos, mesmo cando os propios nenos non teñen acceso a Internet. A posibilidade de acceder ás tecnoloxías dixitais de forma proveitosa pode axudar aos nenos a exercer efectivamente toda a gama dos seus dereitos civís, políticos, culturais, económicos e sociais. Con todo, se non se logra a inclusión dixital, é probable que aumenten as desigualdades existentes e que xurdan outras novas”.

Observación xeral núm. 25 (2021) do Comité de Dereitos do Neno, relativa aos dereitos dos nenos en relación co contorno dixital.

Acoso escolar ou *Bullying*

A violencia escolar ou “school bullying” constitúe unha das formas máis comúns de vitimización durante a infancia e a adolescencia, que afecta a un terzo das nenas e nenos de todo o mundo (UNESCO, 2019) e que segundo a OMS (2020) posúe serias consecuencias a nivel de saúde. Olweus propuxo nos anos 70 a que hoxe segue sendo a definición máis aceptada de acoso escolar: “Acto agresivo e intencionalmente daniño, que xeralmente se repite no tempo e é levado a cabo por un ou máis menores cara a outro que non pode defenderse facilmente”.

Ciberacoso ou *Cyberbullying*

O uso cada vez máis estendido da tecnoloxía provocou un aumento das condutas de acoso en contornos dixitais, fenómeno que se coñece como ciberacoso ou “cyberbullying”. Segundo Smith (2008) podería definirse como “unha agresión intencional e repetida, perpetrada por un grupo ou un individuo, utilizando formas electrónicas de contacto, en contra dunha vítima que non pode defenderse facilmente”. Existe certa controversia acerca da necesidade de que deban cumprirse algúns criterios requiridos no acoso tradicional, como a intencionalidade ou o desequilibrio de poder, pero segundo a UNESCO (2020) ambos están intimamente relacionados, podendo considerarse o ciberacoso unha extensión do acoso escolar.

Condutas de risco en liña

Diferentes informes nacionais e internacionais veñen chamando reiteradamente a atención sobre diferentes condutas na Rede, que poden implicar riscos importantes a diferentes niveis. Algúns exemplos son o *sexting*, a sextorsión, o *grooming*, o ciberacoso, o acceso a contidos pornográficos ou o contacto con persoas descoñecidas en liña.

Control e Supervisión Parental

O control parental fai referencia de forma xenérica a todas aquelas medidas adoptadas polos proxenitores para a prevención dos usos inadecuados da Rede. Este pode exercerse recorrendo a diferentes estratexias, ben sexa a *Restricción* (establecer límites no tempo de uso, contidos e actividades aos que acceder, etc.) ou a *Supervisión* (comprobar a actividade en liña, revisar os perfís nas redes sociais...) (Álvarez, 2018). Máis aló desta diferenciación, os expertos coinciden en que ambas estratexias deben responder a un labor continuado de Acompañamento e Educación no uso das TRIC, que debe caracterizar a prevención familiar.

Deep web

Coñecidos con nomes similares (*Dark net*, *Deep web* ou *Dark web*) Internet agocha niveis de navegación máis profundos e perigosos para calquera internauta, pero especialmente para os adolescentes, etapa na cal a curiosidade e as condutas de risco están premiadas socialmente. Estas diferentes capas ou niveis de navegación fan referencia a toda aquela porción da internet que non se atopa tras as canles comúns de procura (Google, Bing ou Yahoo) e aos que só é posible acceder a través de buscadores específicos. Grazas ao seu carácter anónimo estoutras redes ou capas chegaron a converterse na canle idónea para o roubo de información, o tráfico de drogas ou de armas ou mesmo para o terrorismo ou a pederastia, facendo moitas veces invisibles aos seus usuarios a ollos dos servizos policiais.

Free to play- Pay to win

Tipo de videoxogos que permite ter acceso ao seu contido (ou a gran parte do mesmo), sen necesidade de realizar ningún pago (*Free to play*), pero require do desembolso de certas cantidades para mellorar ou progresar no xogo (*Pay to win*). Noutras palabras, xogar resulta Gratis, pero débese Pagar para gañar, avanzar ou conseguir unha vantaxe competitiva, podendo substituír tempo de xogo ou habilidade por *micropagos*. Representa un novo modelo de negocio que segundo os expertos podería implicar un alto potencial adictivo, o que levou a países como Bélxica a desenvolver unha lexislación específica para a súa regulación e instar á Comisión Europea a seguir o seu exemplo.

Grooming

Nova forma de pederastia vinculada a Internet e ás redes sociais. Pódese definir como unha serie de prácticas levadas a cabo por persoas adultas en internet para gañar a confianza de menores, finxindo empatía e adaptándose á súa linguaxe, con fins sexuais. O caso máis común consiste en crear un perfil falso nunha rede social ou aplicación de videoxogos, facéndose pasar por menores, coa intención de gañar en pouco tempo a súa confianza e ter un contacto sexual. Esta práctica constitúe un novo tipo de delito, recollido no artigo 183 do código penal. Os estudos insisten en que aproximadamente a metade das e dos menores recoñece ter aceptado algunha vez nunha rede social a persoas que realmente non coñecían de nada, chegando en moitos casos a ter unha cita fisicamente con estas persoas.



Xogo en liña

Calquera variante de xogo de azar ou aposta realizada a través de Internet na que se pon en xogo diñeiro ou outro obxecto de valor, quedando a posibilidade de gañar condicionada polo azar e non só pola habilidade do xogador. Os formatos máis populares son os casinos en liña, as apostas deportivas e loterías en liña ou as plataformas de póker na Rede. Posúe unha serie de características situacionais e estruturais propias (tales como privacidade, accesibilidade, dispoñibilidade ou inmediatez) que lle confire un maior potencial adictivo (Griffiths et al, 2006).

Xogo Patolóxico/Xogo Problemático

O "Xogo Patolóxico" ou "Trastorno por xogo de apostas" foi definido pola OMS como un trastorno caracterizado pola participación en xogos de apostas de forma recorrente, sobre os que se perde o control, adquirindo prioridade fronte a outras condutas e persistindo a pesar das súas consecuencias adversas (OMS, 1992). No caso de adolescentes súxírese utilizar o termo "Xogo problemático", xa que polo xeral non adoita transcorrer o tempo necesario para poder diagnosticarse como un verdadeiro trastorno (Becoña, 2010).

PEGI (Pan European Game Information)

Sistema de clasificación europeo do contido dos videoxogos, desenvolto pola ISFE (Interactive Software Federation of Europe) e implantado desde o ano 2003 en máis de 35 países. Ten como fin orientar aos consumidores, especialmente proxenitores, na decisión de compra dun determinado videoxogo. A clasificación PEGI considera a idade idónea para xogar a un videoxogo non polo seu nivel de dificultade, senón polo seu contido (violencia, drogas, sexo explícito...), indicando a idade mínima recomendada para o seu consumo (3, 7, 12, 16 e 18 anos).

Sexting

Práctica cada vez máis xeneralizada (especialmente entre adolescentes), que consiste no envío por medios dixitais de contidos persoais de carácter erótico ou sexual (fotografías ou vídeos producidos polo propio remitente). Adoita distinguirse entre *Sexting* activo (é a persoa a que envía o vídeo ou imaxe de si mesmo) e *Sexting* pasivo (quen o recibe). Aínda que non deben considerarse como prácticas necesariamente negativas, poden chegar a ser motivo de conflito cando os contidos son reenviados a terceiros sen consentimento, dando lugar a un novo tipo de delito (art. 197 do código penal). Poden ademais estar na base de presións, intentos de chantaxe ou sextorsión e mesmo de ciberacoso.

Sextorsión

Ameazar a unha persoa con difundir material erótico ou sexual (imaxes ou vídeos seus habitualmente compartidas mediante *Sexting*) co obxectivo de conseguir beneficios, polo xeral de tipo económico ou sexual. Adoita levar implícitas consecuencias severas para as vítimas a nivel emocional, non sempre fáciles de detectar.

Trastorno por Uso de Videoxogos

A OMS non incluíu ata o ano 2018 o *Trastorno por Uso de Videoxogos* na súa *Clasificación Internacional de Enfermidades* (CIE-11). Defínese como un patrón de comportamento persistente en "xogos dixitais" ou videoxogos, tanto *offline* (sen acceso a Internet), como en liña (con acceso Internet) caracterizado por: deterioración ou perda de control no uso de videoxogos; incremento na prioridade dada aos videoxogos, antepoñéndoos a outros intereses ou actividades da vida diaria; incremento do uso de videoxogos a pesar das consecuencias negativas que iso xera. Este patrón pode ser continuo ou episódico, derivando en angustia e nunha deterioración significativa nas principais áreas vitais do individuo (persoal, familiar, social, educativo...), que como norma xeral debe observarse durante polo menos 12 meses.

Uso Problemático da internet

Ata hoxe a OMS recoñece a adicción ao Xogo e aos Videoxogos como as dúas únicas *Adiccións Sen Substancia*. Suxírese utilizar o termo "Uso Problemático da internet" para referirse ao posible "enganche" a Internet e as redes sociais, sen chegar a incluílo aínda nos manuais diagnósticos. Este uso caracterizaríase por un alto grao de interferencia na vida cotiá, cun impacto tanto a nivel persoal, como familiar, académico ou laboral e podendo mesmo ir acompañado dunha sintomática a nivel clínico.

Vítimas agresoras ou *Bully- Victims*

Representa un dos perfís máis comúns tanto no acoso escolar como no ciberacoso, no que a vitimización e a agresión se producen de forma concorrente ou alterna (Yang & Salmivalli, 2013), isto é, menores que sofren e exercen o acoso. Segundo os expertos este perfil resulta especialmente "problemático", tanto desde o punto de vista da saúde como de condutas de risco (Feijóo et al., 2021).

CONSELLO ASESOR DO ESTUDO

Prevenición das Adiccións

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

GERARDO FLÓREZ
Phd. Psiquiatra especializado en adiccións comportamentais en mozos e adolescentes.
Servizo Galego de Saúde. Editor da Revista Adicciones e membro da xunta directiva de Sociodrogalcohol.

SION KIM HARRIS, PhD CPH
Co-Director, Center for Adolescent Behavioral Health Research
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, adiccións e convivencia.
Universidade de Vigo.

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

Acoso escolar e Ciberacoso

JAMES O'HIGGINS
Phd. Director of National Anti-Bullying Center. Cátedra da UNESCO para a loita contra o bullying na escola e o ciberespacio.
Dublin City University. UNESCO.

ROSARIO DEL REY
Phd. Responsable del grupo Interpersonal Aggression and Socio-Emotional Development (IASSED) e co-presidenta do International Observatory for School Climate and Violence Prevention.
Universidad de Sevilla.

Uso da Tecnoloxía

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

PATRICIA GÓMEZ
Phd. Investigadora experta en Menores e Novas Tecnoloxías.
Universidade de Santiago de Compostela.

DANIEL KARDEFELT
Media & Communications (PhD) London School of Economics Computer Science and Psychology (BSc).
UNICEF's research programme on Children and Digital Technologies, Oficina de Investigacións e Estudos de Unicef Internacional, Innocenti.

Dereitos da Infancia

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

FRANCISCO RIVERA
Profesor Titular Área de Metodoloxía das Ciencias do Comportamento.
Universidad de Sevilla.

SARA LUNA
Investigadora da Área de Metodoloxía das Ciencias do Comportamento.
Universidad de Sevilla.

Diversidad, Inclusión e Perspectiva de Xénero

MARÍA TERESA ANDRÉS
Directora do Departamento de Inclusión.
Fundación Secretariado Gitano.

JESÚS MARTÍN BLANCO
Delegado de Dereitos Humanos e para a Convención.
CERMI (Comité Español de representantes de persoas con discapacidade).

YOLANDA RODRÍGUEZ
Phd. Investigadora experta en menores e TIC desde un enfoque de Xénero.
Universidade de Vigo.

Seguridade, Protección de datos e Ciberdelincuencia

JOSÉ JULIO FERNÁNDEZ
Director do Centro de Estudos de Seguridade de Galicia (CESEG). Profesor Titular da Facultade de Dereito e Delegado de protección de datos.
Universidade de Santiago.

SANTIAGO REBOYRAS
Inspector do Corpo Nacional de Policía. Experto en Ciberseguridade.
Xefatura Superior de Policía de Galicia.

JOSÉ TORRES
Xefe de equipo de Investigación Tecnolóxica da Policía Xudicial.
Experto en Ciberdelincuencia.
Comandancia da Guardia Civil de Pontevedra.

