



**unicef**   
per a cada infància

Resum executiu. **COMUNITAT VALENCIANA**

# IMPACTE DE LA TECNOLOGIA EN L'ADOLESCÈNCIA

## RELACIONS, RISCOS I OPORTUNITATS

Un estudi comprensiu i inclusiu sobre l'ús saludable de les TRIC

## INFÀNCIA I TECNOLOGIA

Una iniciativa d'UNICEF Espanya en aliança amb la Universitat de Santiago de Compostel·la i el Consell General de Col·legis d'Enginyeria en Informàtica d'Espanya.

### Coordinació

Belén Andrade

Nacho Guadix

*Direcció de Sensibilització i Polítiques d'Infància. UNICEF Espanya*

### Direcció científica

Antonio Rial Boubeta

*Unitat de Psicologia del Consumidor i Usuari*

*Universitat de Santiago de Compostel·la*

### Direcció del suport tecnològic

Fernando Suárez

*Consell General de Col·legis d'Enginyeria en Informàtica d'Espanya*

### Entitats col·laboradores

Ministeri d'Educació i Formació Professional, Junta d'Andalusia (Conselleria d'Educació i Esport), Govern d'Aragó (Departament d'Educació, Cultura i Esport), Govern del Principat d'Astúries (Conselleria d'Educació), Govern de les Illes Balears (Conselleria d'Educació i Formació Professional), Govern de les Canàries (Conselleria d'Educació, Universitats, Cultura i Esport), Govern de Cantàbria (Conselleria d'Educació i Formació Professional), Govern de Castella-la Manxa (Conselleria d'Educació, Cultura i Esports), Junta de Castella i Lleó (Conselleria d'Educació), Junta d'Extremadura (Conselleria d'Educació i Ocupació), Xunta de Galícia (Conselleria de Cultura, Educació i Universitat), Comunitat de Madrid (Conselleria d'Educació i Joventut), Regió de Múrcia (Conselleria d'Educació i Cultura), Govern de Navarra (Departament d'Educació), Govern Basc (Departament d'Educació) i Generalitat Valenciana (Conselleria d'Educació, Cultura i Esport).

### Agraïments

A totes les persones i administracions educatives que per convicció i responsabilitat han fet possible el treball de camp enmig d'una pandèmia. Al grup d'assessors científics i experts que ha contribuït a validar els instruments metodològics emprats en el procés. Als xics i xiques que han exercit el dret d'opinió.

### Edició

UNICEF Espanya

C/ Mauricio Legendre, 36. 28046 Madrid

[www.unicef.es/infancia-tecnologia](http://www.unicef.es/infancia-tecnologia)

### Fotografies

Portada: iStock.com/tommaso79

Pàgina 7: iStock.com/samthomas

**Depòsit legal:** M-19743-2021

**ISBN:** 978-84-124058-0-4

Drets d'autor sobre tots els continguts d'este informe. Se'n permet la reproducció total o parcial.

2021

## OBJECTIU DE L'ESTUDI

L'objectiu fonamental d'este estudi és fer un diagnòstic sobre l'ús i la repercussió de la tecnologia en l'adolescència. S'han analitzat els hàbits d'ús d'Internet, de les xarxes socials, del consum de videojocs i del joc en línia, com també diverses pràctiques de risc (com el sexting i el contacte amb desconeguts) i s'ha recopilat informació sobre el grau de supervisió parental. L'estudi també analitza les motivacions, les creences i expectatives relacionades amb l'ús de les pantalles, perquè només a través de l'opinió de les i els adolescents es pot entendre l'espai que la tecnologia ocupa en la seua vida. Finalment, este estudi constitueix una magnífica oportunitat per a actualitzar les taxes tant d'assetjament escolar com de ciberassetjament arreu del territori nacional.

## MOSTRA

La mostra per al conjunt d'Espanya està formada per 50.957 adolescents de 265 centres educatius d'ensenyament secundari obligatori (ESO), tant de titularitat pública com de titularitat privada i concertada, repartits per les 17 comunitats autònomes. Pel que fa a la Comunitat Valenciana, van participar-hi inicialment 4.182 adolescents de 27 centres educatius. Fruit d'un acurat procés de depuració, la mostra final quedà composta per 3.722 participants, entre 11 i 18 anys (mitjana: 13,9; DE: 1,36); el 52,1% es va identificar amb el gènere masculí, el 47,1% amb el femení i el 0,8% restant amb altres opcions. Les dades s'obtingueren, entre els mesos de novembre del 2020 i març del 2021, mitjançant un qüestionari en línia a les mateixes aules dels centres. Les dades d'este informe corresponen als i les alumnes de la ESO de la Comunitat Valenciana.

## INSTRUMENT

Es va preparar un qüestionari ad hoc amb preguntes d'elaboració pròpia i escales validades internacionalment per a la detecció de possibles addiccions o usos problemàtics: EUPI-a per a Internet i xarxes socials, GASA per a videojocs i BAGS per al joc en línia. Les taxes d'assetjament escolar i ciberassetjament es van estimar amb l'EBIP-Q i l'ECIP-Q. S'hi van incloure també instruments per a avaluar el benestar emocional, el risc de depressió (PHQ-9) i el grau de supervisió parental. Per a la supervisió científica i monitoratge de l'estudi es va constituir un comitè d'experts internacional i es va dur a terme, a més, un doble assaig previ (qualitatiu i quantitatiu) a fi de garantir la comprensió adequada del qüestionari.





## DE LES TIC A LES TRIC

Les tecnologies per a la relació, la informació i la comunicació (TRIC) eixamplen al món virtual la nostra experiència vital, però les conseqüències d'esta activitat sobre la vida diària i l'entorn no es poden percebre de manera conscient i tan immediata com en el món analògic. En l'actualitat, **pràcticament totes les nostres accions tenen reflex en el món virtual**, i és per això que cobra especial importància incloure la R de relacions en l'anàlisi que fem de la repercussió de la tecnologia en la nostra vida i, per extensió, en la vida dels adolescents.

A través d'este estudi **aportem l'opinió i la percepció de les i els adolescents sobre les seues experiències i relacions en el món digital**. Així, volem facilitar informació clau com a eina d'anàlisi i reflexió per a **orientar actuacions en l'àmbit familiar, educatiu i normatiu que permeten enfortir els mecanismes educatius, preventius i de protecció necessaris per a la**

**infància en el món digital**. Després de la pandèmia i amb l'arribada de l'educació a distància, hi ha hagut un augment exponencial de les competències digitals entre infants i adolescents. Tindre més eines digitals i més accés a les xarxes socials els oferix més oportunitats, però també comporta estar més exposats a alguns dels riscos en línia. Prendre mesures restrictives per a controlar l'ús de la tecnologia pot ajudar a reduir uns certs riscos, però també pot dificultar el cultiu de capacitats digitals clau per a un món digitalitzat. Queda clar, per tant, que la digitalització requereix més inversió de temps i recursos destinats a:

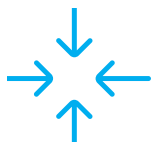
- Accés equitatiu a recursos tecnològics.
- Millora de competències digitals.
- Foment d'un entorn protector en l'àmbit digital.
- Sensibilització i educació de tots els agents (famílies, centres educatius, institucions i empreses), xiquetes, xiquets i adolescents per a promoure l'ús segur i responsable de les TRIC.

### Quins són els drets dels infants i adolescents en l'entorn digital?



La Convenció sobre els Drets de l'Infant (CDI) estableix que les xiquetes, els xiquets i els adolescents tenen dret a la llibertat d'expressió, d'informació i al joc, i també a la privacitat i la protecció contra qualsevol forma de violència o efectes negatius per al seu benestar i correcte desenvolupament integral.

A més de la protecció, també és fonamental garantir que infants i adolescents puguen participar en l'entorn digital, i per a aconseguir-ho cal que disposen de l'accés i l'ajuda necessària en cada etapa del desenvolupament. Els drets de la infància es viuen i s'aprenen en el dia a dia, en cada acció; es reclamen en cada circumstància i a tot arreu, també en l'àmbit digital. Una formació sòlida en drets d'infància és una mesura molt eficaç d'autoprotecció, tant per a identificar les injustícies que puguen patir com per a conèixer mecanismes d'ajuda.



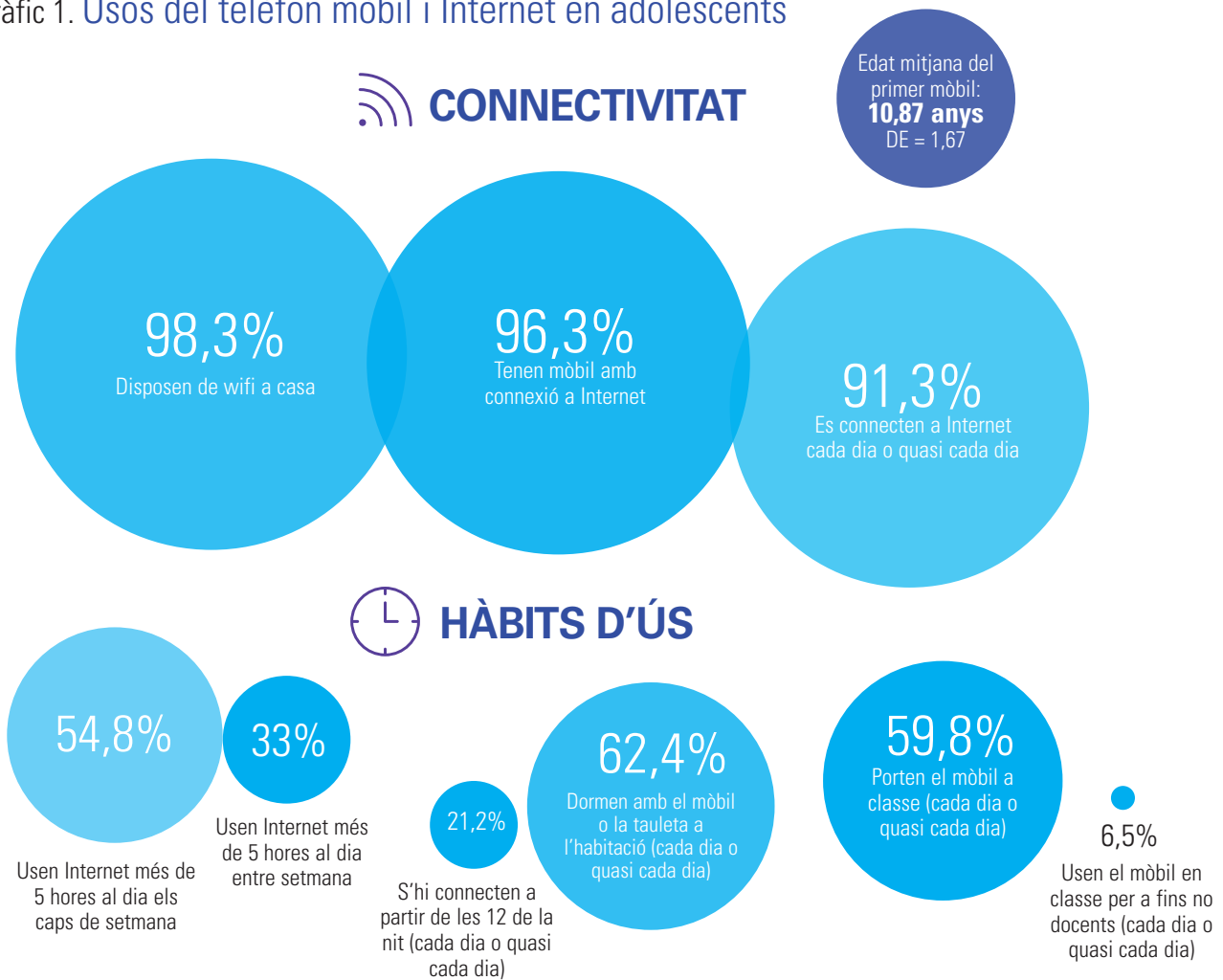
# CREAR CONNEXIONS

L'accés a la tecnologia també és clau per a l'aprenentatge i el desenvolupament integral. Per això, a banda de l'acompanyament i l'educació, la promoció de la participació de xiquets i adolescents en la construcció i transformació digital tenen la mateixa importància.

Estes dades ens indiquen els usos que fan els adolescents del telèfon mòbil, d'Internet i quina classe d'higiene digital tenen. **L'ús del telèfon mòbil i les TRIC entre els adolescents està cla-**

**rament generalitzat des de ben menuts**, encara que en molts casos es tracta d'un ús intensiu i sense supervisió, cosa que pot derivar en problemes de convivència.

Gràfic 1. Usos del telèfon mòbil i Internet en adolescents

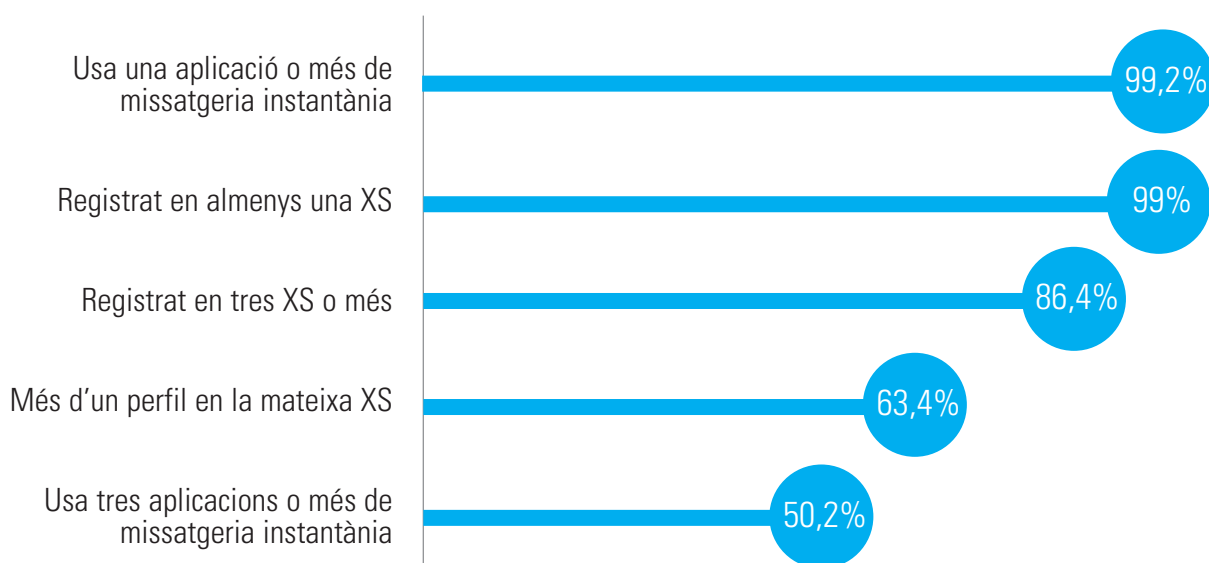


Quasi **6** de cada **10** adolescents dormen amb el mòbil  
**1** de cada **5** s'hi connecta a la nit

Les relacions per Internet són ja inherents a l'activitat diària dels adolescents, que interactuen i es relacionen a través de diversos perfils i segons diverses motivacions. **Les aplicacions mòbils i les**

**xarxes socials formen part del dia a dia de les noves generacions. Poder integrar-les de manera harmoniosa en el seu desenvolupament personal i social és, sens dubte, un gran desafiament.**

Gràfic 2. On són els adolescents en línia?  
Ús de xarxes socials i aplicacions de missatgeria



El **99%** dels adolescents està registrat en alguna xarxa social. No participar en les xarxes és un fet excepcional.

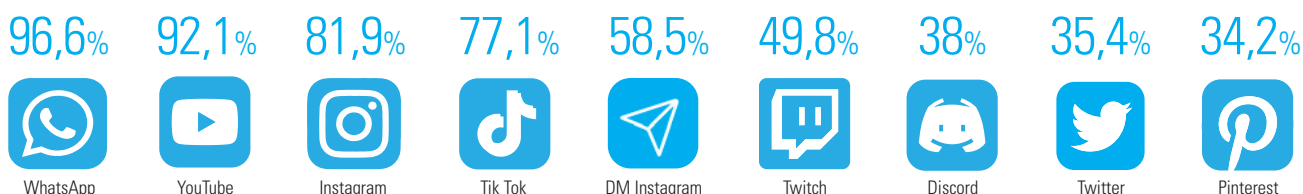


El **63,4%** té més d'un perfil en una mateixa xarxa social.

Els adolescents es mouen en les xarxes de manera massiva i globalitzada i quasi mai testimonial: **quasi 2 de cada 3 té més d'un perfil en la mateixa xarxa social i usen un perfil o altre**

**selectivament per a família i coneguts o per al grup d'iguals.** Obviar esta dada implica que sovint els progenitors poden arribar a tindre una falsa sensació de control.

Gràfic 3. Tipus de xarxes socials i aplicacions de missatgeria més usades





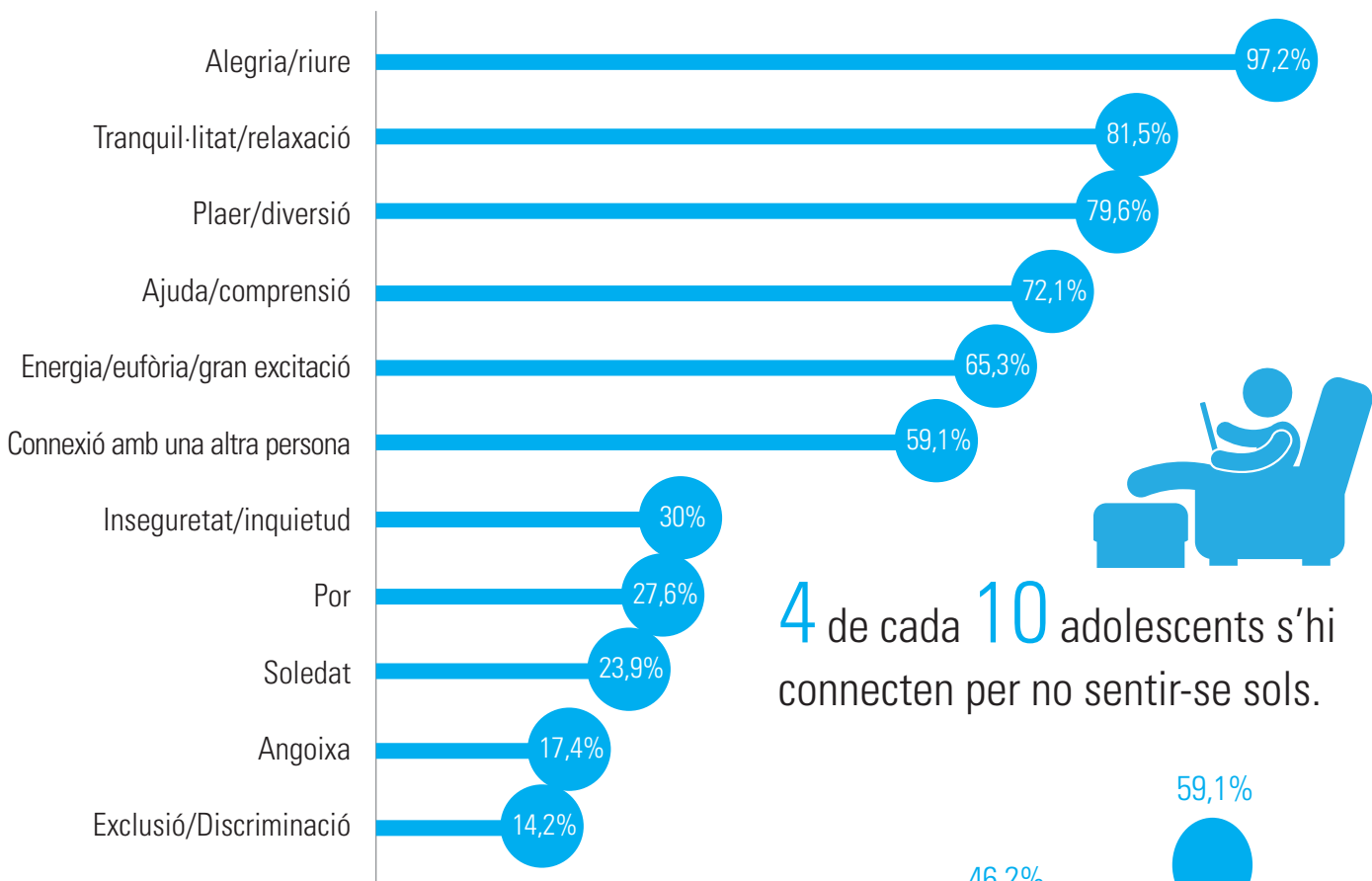
 **CREAR CONNEXIONS**

**Les TRIC com a ecosistema d'interacció i rebost emocional**

Xiques i xics es connecten a la xarxa en cerca de relacions positives, per a comunicar-se amb els amics i divertir-se. No obstant això, **la falta de coneixement sobre alguns perills i també sobre mesures preventives per a evitar-los, poden posar en risc greu**

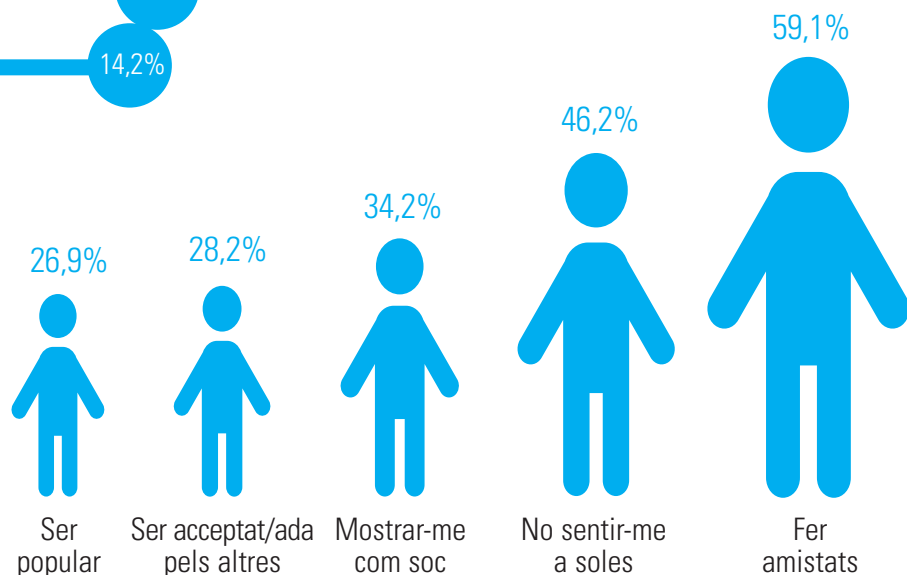
**molts adolescents.** Les dades aportades també indiquen que pot haver-hi falta de presència i acompanyament de la família en la vida dels adolescents, la qual cosa els porta a buscar companyia i suport en Internet i les xarxes socials.

Gràfic 4. He sentit en Internet...



4 de cada 10 adolescents s'hi connecten per no sentir-se sols.

Gràfic 5. Internet i les xarxes socials m'ajuden a...





## A QUINS RISCOS S'ENFRONTEN?

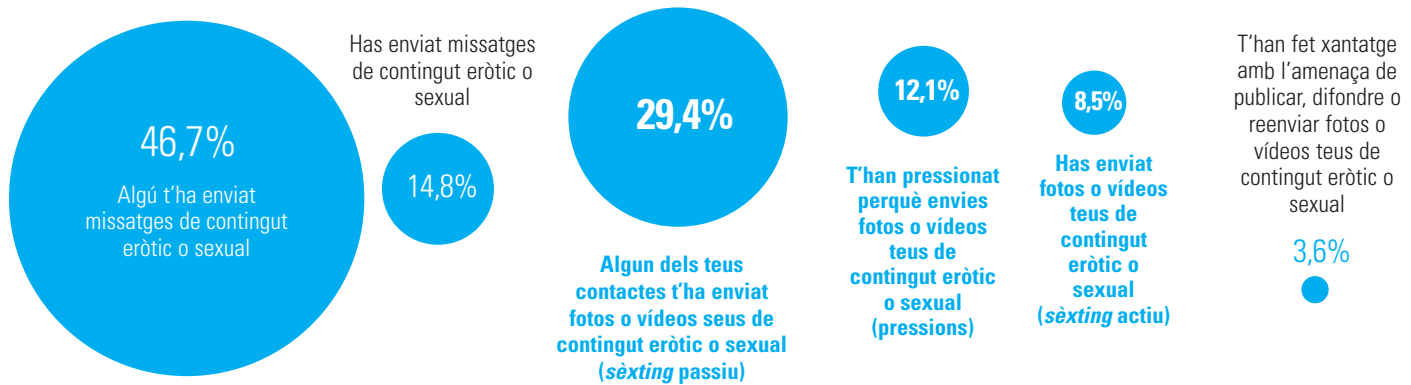
Xiques i xics afirmen que usen Internet i les xarxes socials per a establir relacions, fer amics i no sentir-se sols. Tenint en compte que les relacions són una part essencial del nostre desenvolupament com a éssers humans, si en un moment clau del desenvolupament emocional i social hi ha adolescents que viuen amb por, ansietat i preocupació l'expe-

riència de les xarxes socials, la salut mental pot quedar-ne afectada. Entre els principals riscos identificats per xiques i xics en la navegació pel món digital hi ha **el ciberassetjament, el contacte amb estranys, la discriminació i l'exclusió, el xantatge, la sextorsió i l'accés a continguts inadeguats a la seua edat.**



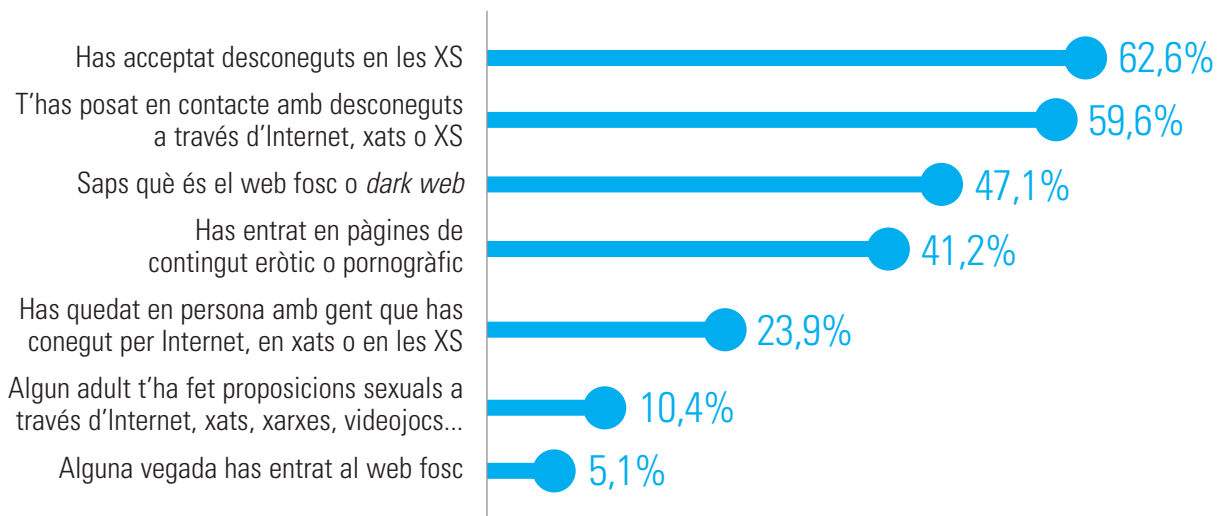
## A QUINS RISCOS S'ENFRONTEN?

Gràfic 6. T'has trobat mai en una d'estes situacions?



L'estudi permet constatar que les pràctiques de sèxting són cada vegada més habituals. El 29,4% reconeix que algun dels seus contactes li ha enviat alguna vegada fotos, imatges o vídeos personals de caràcter

eròtic o sexual (sèxting passiu) i el 8,5% reconeix haver enviat contingut d'este estil (sèxting actiu). El percentatge de joves pressionats perquè envien esta classe de material és fins i tot superior (12,1%).



### Riscos que han d'alertar-nos i preocupar-nos

A banda dels beneficis i les oportunitats que oferixen les tecnologies relacionals de la informació i la comunicació (TRIC), la Xarxa comporta riscos en què els adolescents són especialment vulnerables. **Fruit de pressions i xantatges, molts adolescents poden estar exposant imatges i contingut personal i privat en xarxes socials i altres canals d'Internet.** Això també els exposa a entrar en contacte amb desconeguts i trobar-se en risc de ciberassetjament sexual (grooming). Milers de menors accedixen a un espai virtual on els riscos relacionats amb robatori d'informació, delictes sexuals, violència i tràfic de substàncies es multipliquen dia a dia.

**5,1%** ha entrat al web fosc.

**1** de cada **10** adolescents ha rebut una proposició sexual d'un adult a través d'Internet.



## Assetjament escolar i ciberassetjament

Malgrat els esforços que centres educatius i institucions han fet els últims anys, la realitat continua sent preocupant. L'ús de dos instruments contrastats

internacionalment, l'EBIP-Q i l'ECIP-Q, ens ha permès fer una estimació objectiva de la prevalença actual de l'assetjament escolar i del ciberassetjament.

Taula 1. Prevalença estimada d'assetjament escolar i ciberassetjament en estudiants d'ESO

	EBIP-Q (assetjament escolar)			ECIP-Q (ciberassetjament)		
	VÍCTIMES	VÍCTIMES-AGRESSORES	AGRESSORS	VÍCTIMES	VÍCTIMES-AGRESSORES	AGRESSORS
ESPANYA	18,2%	15,4%	4,2%	10,7%	11,8%	7,9%
<b>C. VALENCIANA</b>	<b>19,4%</b>	<b>14,8%</b>	<b>5%</b>	<b>10,8%</b>	<b>12,3%</b>	<b>8,3%</b>
Femení	24,5%	12,3%	4,1%	13%	9,6%	6,7%
Masculí	14,7%	16,9%	5,8%	8,7%	14,5%	9,8%
1r i 2n d'ESO	21,6%	14,3%	4%	11,1%	11,6%	6,4%
3r i 4t d'ESO	17,2%	15,2%	6,1%	10,5%	12,9%	10,3%

EBIP-Q: european bullying intervention project questionnaire (Del Rey et al., 2015). ECIP-Q: european cyberbullying intervention project questionnaire (Del Rey et al., 2015).

La taxa de victimització d'assetjament escolar estimada se situa en el 34,2% (incloent-hi víctimes pures i víctimes agressores). La taxa de ciberassetjament se situaria en el 23,1%, i en este cas el percentatge de víctimes agressores (12,3%) és més alt que el de víctimes pures (10,8%). Això revela que en Internet el més comú és assetjar i ser assetjat. **En Internet, més de la meitat dels qui patixen assetjament,**

**també assetgen.** Molt sovint els qui patixen assetjament no en són conscients o no tendixen a interpretar-ho en eixos termes. **Només el 3,5% dels adolescents diria que patix assetjament escolar; i el 2%, ciberassetjament. "Pel meu físic", "perquè sóc diferent", "perquè em tenen mania"** o simplement "perquè era una broma", són alguns dels principals motius d'assetjament.



**1** de cada **3** adolescents podria ser víctima d'assetjament escolar.



**2** de cada **10** adolescents podria ser víctima de ciberassetjament.

Tant l'assetjament com el ciberassetjament l'exercixen principalment companys de la mateixa classe i molt sovint l'entorn adult protector no arriba a saber-ho. **Les dades indiquen que l'assetjament no desapareix amb l'edat.** A pesar que les taxes globals per sexe poden no mostrar grans diferències, la manera de patir i d'exercir assetjament sí que pot ser diferent, igual que el perfil de victimització. **L'assetjament escolar i el ciberassetjament estan molt relacionats amb algunes conductes de risc en línia, com el sèxting o el contacte amb desconeguts,** factor que reforça la necessitat de millorar la tasca de prevenció.



El fet d'enviar fotos o vídeos personals de caràcter sexual o acceptar desconeguts en una xarxa social, a més de ser un risc en si mateix, augmenta la probabilitat de patir assetjament escolar i ciberassetjament.



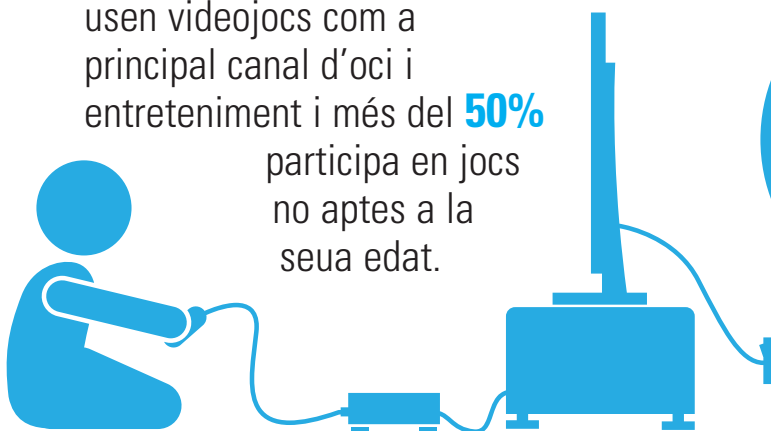
# VIDEOJOCOS

Els videojocs ocupen un lloc molt important en la vida dels joves i per això tenen també una repercussió directa sobre la seua salut i vida diària.

Factors com la freqüència i intensitat del joc poden desencadenar un joc problemàtic o una addicció.

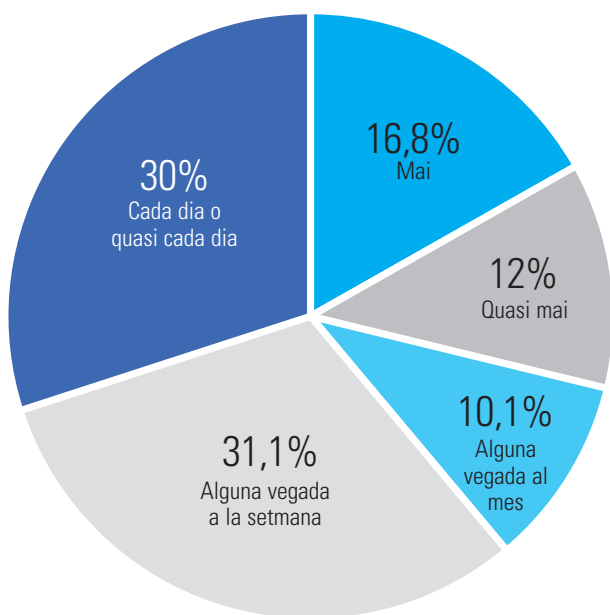
**6 de cada 10** adolescents usen videojocs com a principal canal d'oci i entreteniment i més del **50%**

participa en jocs no aptes a la seua edat.



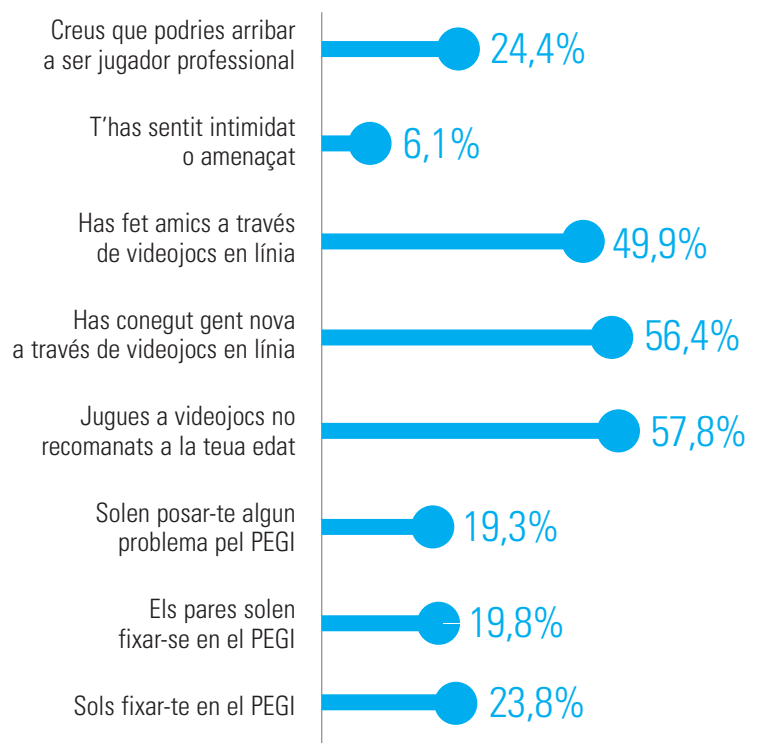
Els adolescents dediquen una mitjana de **8 hores** setmanals a jugar amb videojocs, però n'hi ha un **5,9%** que hi dediquen **més de 30 hores** a la setmana.

Gràfic 7. Temps dedicat al joc...



Jugadors habituals: **61,1%**

Gràfic 8. Quan jugues...



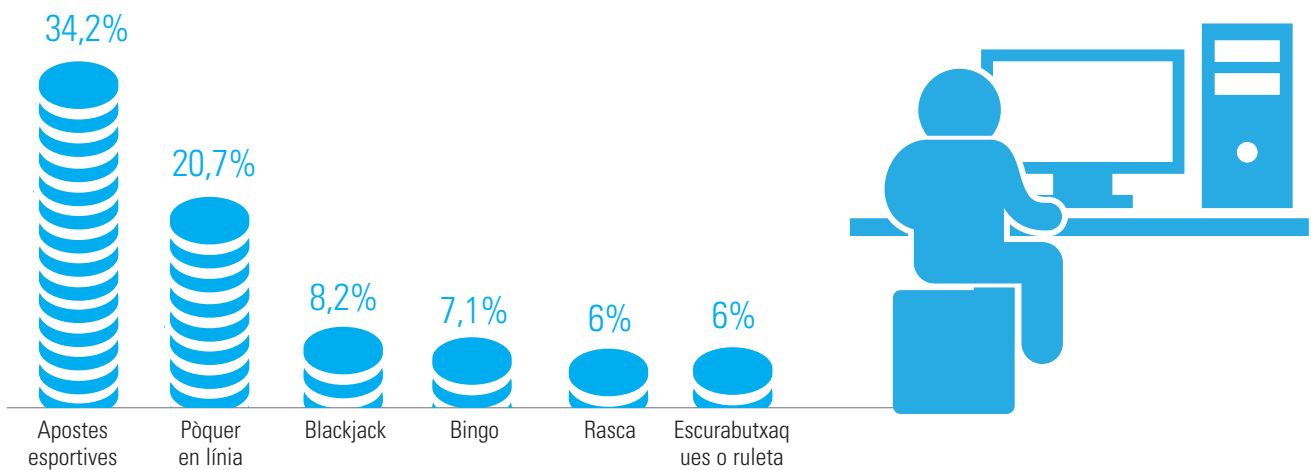


## JOC EN LÍNIA I APOSTES

**El 5% dels estudiants d'ESO reconeixen haver jugat o apostat diners en línia alguna vegada.** Guanyar diners, divertir-se i passar el temps amb els amics són els tres principals arguments per a fer-ho.

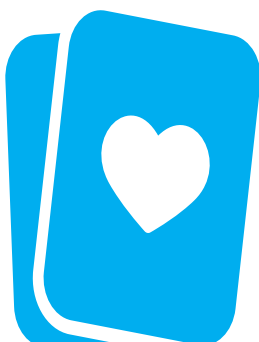
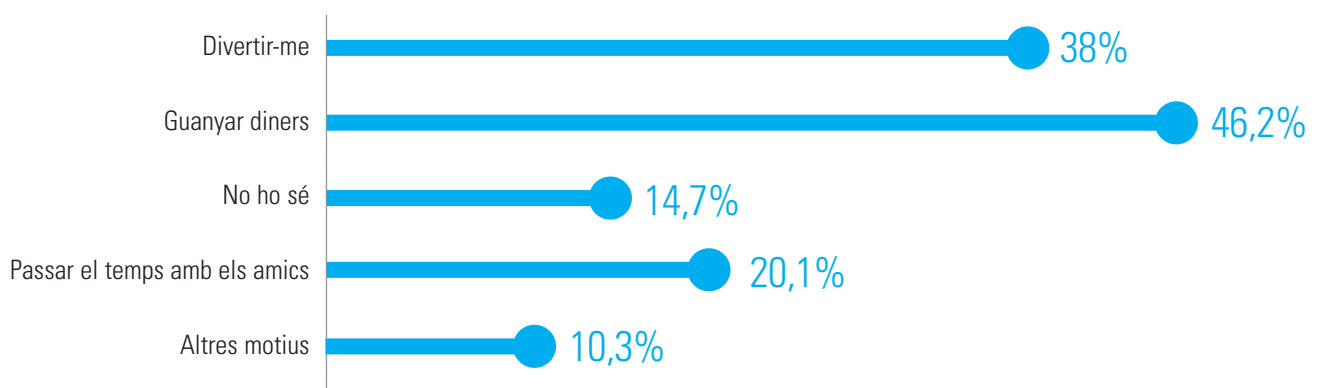
Gràfic 9. Modalitats de joc en línia més acceptades pels adolescents

(Percentatge calculat sobre els qui diuen que han apostat en línia alguna vegada)



Gràfic 10. Motius per a jugar o apostar en línia

(Percentatge calculat sobre els qui diuen que han apostat en línia alguna vegada)



S'estima que **més de 10.000 estudiants d'ESO han apostat diners a través d'Internet alguna vegada**, xifra que permet constatar que es tracta d'una pràctica que comença de molt jove. A més de tindre un clar component lúdic i social, hi ha la creença que és fàcil guanyar diners apostant en la Xarxa.



# ÚS PROBLEMÀTIC I ADDICCIÓ A LES TRIC

L'Organització Mundial de la Salut únicament reconeix l'addicció al joc i als videojocs com les dues úniques addiccions sense substàncies i suggerix usar el terme ús problemàtic per a referir-nos a Internet i les xarxes

socials. **Com que milers de famílies podrien tindre en este moment algun d'estos problemes, més enllà de la consideració clínica, és important que siguem avaluats correctament.**

Taula 2. Prevalença estimada d'addiccions tecnològiques i ús problemàtic d'Internet en estudiants d'ESO

	EUPI-a (Internet/XS)	GASA (videojocs)		BAGS (joc/apostes)
		Possible addicció	Ús problemàtic	Joc problemàtic
ESPANYA	33%	3,1%	16,7%	0,5%
<b>C. VALENCIANA</b>	<b>37,4%</b>	<b>4,1%</b>	<b>18,8%</b>	<b>0,6%</b>
Femení	39,8%	1,5%	7,1%	0,3%
Masculí	35,4%	6,5%	29,3%	0,7%
1r i 2n d'ESO	34%	4,6%	18,7%	0,6%
3r i 4t d'ESO	40,9%	3,7%	18,8%	0,5%

*EUPI-a: escala d'ús problemàtic d'Internet en adolescents (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).*

Gràfic 11. Ús problemàtic per sexe



**1 de cada 3** estudiants d'ESO podrien tindre ja un *ús problemàtic d'Internet* i almenys 1 de cada 5 podrien tindre ja un cert nivell d'enganxament als videojocs.

**Ha quedat patent el potencial addictiu que Internet i les xarxes socials tenen. S'estima que quasi 80.000 estudiants d'ESO podrien presentar un ús problemàtic en este àmbit, caracteritzat no sols per una elevada freqüència i intensitat de connexió** (molts dies i moltes hores), **sinó per un alt grau d'interferència en el dia a dia dels mateixos adolescents i de les famílies.** El consum de videojocs és ja una addicció per al 4,1% dels estudiants d'ESO (especialment xics) i un 18,8% addicional podria

estar començant a covar problemes sobre esta qüestió. En definitiva, **quasi 50.000 adolescents podrien tindre ja un cert nivell d'enganxament als videojocs, xifra que representa un caldo de cultiu realment preocupant.** Finalment, encara que les xifres referides a una possible addicció són molt inferiors (0,6%), reflectirien que aproximadament 1 de cada 10 menors **que juga o aposta diners en línia pot arribar a convertir-se en ludòpata, i això significa parlar de més de 1.200 adolescents.**

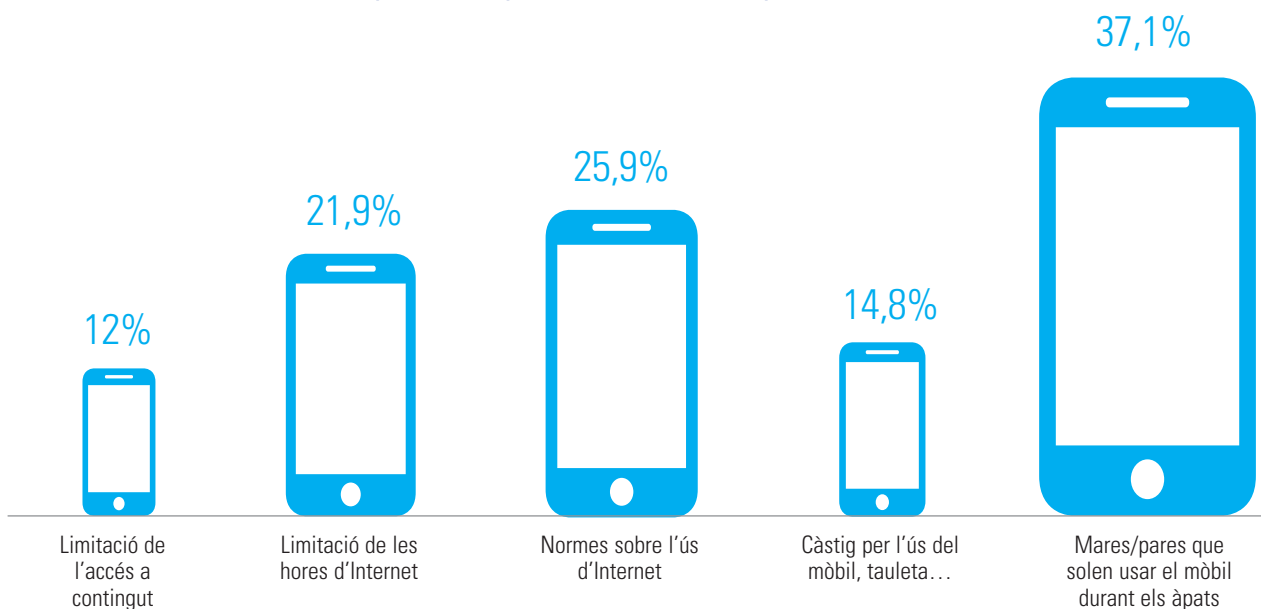


## SUPERVISIÓ PARENTAL MÉS ENLLÀ DEL CONTROL

En contraposició amb tots estos riscos, es constata que hi ha poca supervisió parental: només el 25,9% dels adolescents diu que els pares els posa alguna

classe de norma o límit sobre l'ús d'Internet o de les pantalles; **només el 21,9% limiten les hores d'ús i el 12% els continguts a què poden accedir.**

Gràfic 12. Mesures de supervisió parental més emprades



- Les dades indiquen que el **25,5% té discussions a casa per l'ús de la tecnologia** almenys una vegada a la setmana.

- Els hàbits i les conductes de l'entorn familiar (**l'ús en els àpats, en els moments de descans i d'oci familiar**) podrien condicionar clarament les pràctiques i els usos dels dispositius electrònics entre infants i adolescents.

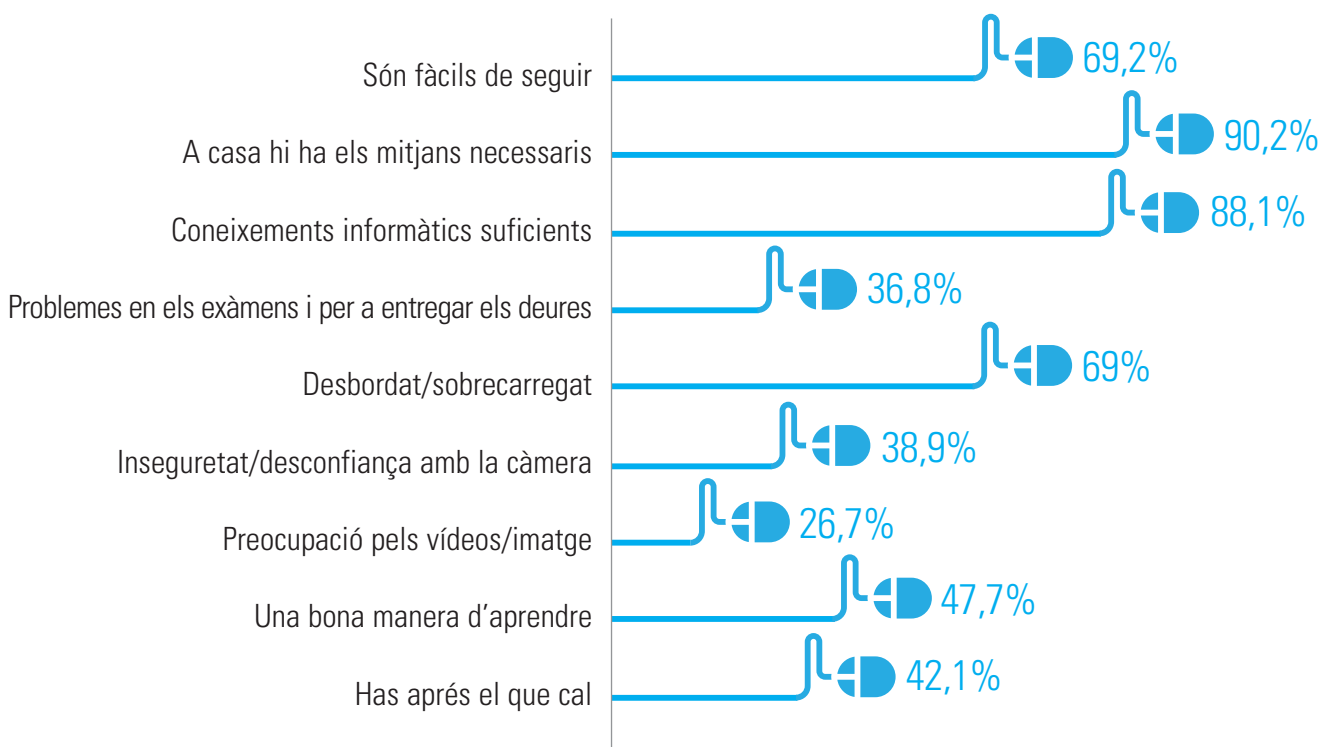




## EDUCACIÓ A DISTÀNCIA

El **76,9%** ha tingut classes en línia des de la pandèmia. La valoració general és discreta: el **38,3% atorga un "regular" a l'educació en línia i el 20,4% la considera "roïna" o "molt roïna"**.

Gràfic 13. Durant el curs passat, en relació amb les classes en línia...



● Les dades mostren que l'accés a les eines tecnològiques i les competències digitals entre els adolescents són molt altes. No obstant això, **el grau de satisfacció i el nivell d'aprenentatge durant el període de classes en línia és baix** i hi ha molt de marge de millora.

● Cal destacar la necessitat d'avançar en la **garantia de la privacitat i la gestió de les dades personals dels alumnes** a través de les plataformes educatives.



# CONCLUSIONS

És indubtable que la tecnologia forma part de la vida dels adolescents, que fan un ús generalitzat d'Internet, les xarxes socials i innumbrables aplicacions, en molts casos de manera intensiva, la qual cosa pot implicar una interferència seriosa en el dia a dia i en el seu desenvolupament personal.

- **L'ús de la tecnologia és una aportació transcendental tant en l'àmbit social com emocional per a l'adolescent.** Els ajuda a fer amistats, a no sentir-se sols... i troben a través seu alegria, diversió, ajuda, comprensió i benestar emocional, un conjunt d'afectes i experiències sense el qual hui és molt difícil viure.

- Ha quedat patent, no obstant això, que **l'ús globalitzat de la Xarxa implica una sèrie de riscos que no hem d'obviar** i que queden retratats en les preocupants xifres de sèxting, contacte amb desconeguts i possibles casos de ciberseducció de menors.

- **La lluita contra l'assetjament escolar i el ciberassetjament ha de ser una prioritat.** Les taxes de victimització detectades (sensiblement més altes que les que arrepleguen les estadístiques oficials) així ho indiquen. Una anàlisi detinguda de les dades, a més de trencar alguns mites, serà fonamental per a dissenyar noves polítiques de prevenció.

- **L'ús de videojocs és un dels principals canals d'oci per a les noves generacions** que pot tindre implicacions importants en la salut mental i en la convivència. Molts

adolescents **podrien estar fent un ús intensiu i sense supervisió de videojocs no recomanables a la seua edat.**

- Encara que les xifres són reduïdes, **a Espanya hi ha milers d'adolescents que han començat a apostar o jugar diners en línia**, la qual cosa multiplica el risc de ludopatia. El caràcter social del joc i la ferma creença que és probable guanyar diners jugant en línia són els dos principals elements motivadors que cal desmuntar.

- **Les taxes detectades d'una possible addicció o ús problemàtic són preocupants**, especialment pel que fa a xarxes socials i videojocs, que podria afectar 1 de cada 3 i 1 de cada 5 adolescents, respectivament.

- En contraposició, **cria l'atenció el poc nivell de supervisió que semblen exercir mares i pares**, no del tot conscients del seu paper com a model en l'ús de les pantalles, de la necessitat d'acompanyament i d'establir una bona higiene digital a casa.



# 5 claus per a fomentar una bona higiene digital

**La Convenció sobre els Drets de l'Infant (CDI)** és un marc de referència perquè els governs prioritzen **l'interés superior de l'infant en les seues decisions** i, també, a l'hora de definir la seua actuació, i que es garantisca que xiquetes, xiquets i adolescents siguen una prioritat a l'hora de plasmar la CDI en polítiques, lleis i serveis. Fem una **crida a les famílies** perquè facen els passos

necessaris per a acompanyar les filles i els fills en l'ús de les TRIC a fi de contribuir a minimitzar els riscos existents. Per a fer-ho, **cal assumir un paper actiu que permeta garantir l'ús segur, responsable i crític de la tecnologia**, que facilite que xiquets i adolescents gaudisquen dels avantatges de les TRIC i que promoga en els joves una bona higiene digital.

## #01

Les famílies també necessiten disposar de les eines i l'ajuda necessària per a poder complir el seu quefer educatiu i d'acompanyament necessari en esta era digital.

## #02

El sistema educatiu és clau en la transformació cap a una educació crítica i en l'aprenentatge de les eines i pautes necessàries per a moure's per Internet.

## #03

Si els xiquets i adolescents estan informats i tenen les eines necessàries per a actuar, tindran més possibilitats d'entendre els riscos, informar sobre situacions d'abús i buscar ajuda quan calga.

## #04

Les institucions han de generar les mesures i els mecanismes de protecció, educació i promoció dels drets de xiquetes, xiquets i adolescents necessaris en l'entorn digital. És clau concretar mesures que es traduïsquen en accions i en plans d'actuació.

## #05

La indústria tecnològica té un paper fonamental per a garantir la protecció dels adolescents a través dels serveis, continguts, permisos i contractes, de manera que promoguen el seu benestar digital. En este procés, són mesures necessàries la difusió de recomanacions clares d'ús i privacitat i, també, el desenvolupament d'eines i mecanismes per a trobar ajuda en cas d'estar en situació de risc.

“Els drets de tots els infants han de respectar-se, protegir-se i fer-se efectius en l'entorn digital. Les innovacions en les tecnologies digitals tenen conseqüències de caràcter ampli i interdependent en la vida i els drets dels infants, fins i tot quan els mateixos infants no tenen accés a Internet. La possibilitat d'accedir a les tecnologies digitals de manera profitosa pot ajudar els infants a exercir de manera efectiva tot el ventall dels seus drets civils, polítics, culturals, econòmics i socials. No obstant això, si no s'aconsegueix la inclusió digital, és probable que augmenten les desigualtats actuals i que n'apareguen de noves”.

**Observació general número 25 (2021) del Comitè de Drets de l'Infant, relativa als drets dels infants en relació amb l'entorn digital.**

## Assetjament escolar o *bullying*

L'assetjament escolar o *schoolbullying* és una de les formes més comunes de violència durant la infància i l'adolescència. Afecta un terç dels infants arreu del món (UNESCO, 2019) i, segons l'OMS (2020), té serioses conseqüències en la salut. Olweus va proposar en els anys setanta la que hui continua sent la definició més acceptada d'assetjament escolar: "Acte agressiu i intencionalment nociu que generalment es repeteix en el temps dut a terme per un o més menors contra un altre menor que no pot defensar-se fàcilment".

## Ciberassetjament o *cyberbullying*

L'ús cada vegada més estès de la tecnologia ha provocat un augment de les conductes d'assetjament en entorns digitals, fenomen que es coneix com a ciberassetjament o *cyberbullying*. Segons Smith (2008) podria definir-se com "una agressió intencional i repetida, perpetrada per un grup o un individu, usant formes electròniques de contacte, en contra d'una víctima que no pot defensar-se fàcilment". Hi ha un miqueta de controvèrsia sobre la necessitat que hagen de complir-se alguns criteris requerits en l'assetjament tradicional, com la intencionalitat o el desequilibri de poder, però segons la UNESCO (2020), tots dos estan íntimament relacionats i el ciberassetjament pot considerar-se una ampliació de l'assetjament escolar.

## Conductes de risc en línia

Diversos informes nacionals i internacionals van cridant reiteradament l'atenció sobre certes conductes en la xarxa que poden implicar riscos importants en diversos àmbits. Alguns exemples són el *sèxting*, la sextorsió, la ciberseducció de menors, el ciberassetjament, l'accés a continguts pornogràfics i el contacte amb persones desconegudes en línia.

## Control i supervisió parental

El control parental fa referència de manera general a totes les mesures adoptades pels progenitors per a prevenir els usos inadequats de la Xarxa. Este control pot exercir-se recurrent a diverses estratègies, bé siga la restricció (establir límits en el temps d'ús, en els continguts i les activitats a què s'accedix, etc.) o la supervisió (revisió de l'activitat en línia, revisió dels perfils en les xarxes socials...) (Álvarez, 2018). A banda d'esta diferenciació, els experts coincideixen a afirmar que les dos estratègies han de respondre a una tasca continuada d'acompanyament i educació en l'ús de les TRIC que ha de caracteritzar la prevenció familiar.

## Ciberseducció de menors o *grooming*

Nova forma de pederàstia vinculada a Internet i les xarxes socials. Es pot definir com una sèrie de pràctiques dutes a terme per persones adultes en Internet a fi de guanyar-se la confiança de menors, fingint empatia i adaptant-se al seu llenguatge, amb finalitats sexuals. El cas més comú consisteix a crear un perfil fals en una xarxa social o aplicació de videojocs, fent-se passar per menors, amb la intenció de guanyar-se en poc temps la confiança del jove i tindre-hi un contacte sexual. Esta pràctica constitueix un nou tipus delictiu que figura en l'article 183 del Codi penal. Diversos estudis indiquen que vora la meitat dels menors reconeix haver acceptat alguna vegada en una xarxa social persones que realment no coneixien de res, i en molts casos han arribat a tindre una cita físicament amb estes persones.

## *Free to play-pay to win*

Tipus de videojocs que permet tindre accés al contingut (o a gran part) sense necessitat de fer cap pagament (*free to play*), però requerix el desemborsament d'unes certes quantitats a fi de millorar o progressar en el joc (*pay to win*). En altres paraules, jugar al videojoc és debades, però s'ha de pagar per a guanyar, avançar o aconseguir un avantatge competitiu, i es pot substituir temps de joc o habilitat per micropagaments. Representa un nou model de negoci que segons els experts podria implicar un alt potencial addictiu, la qual cosa ha portat que països com Bèlgica elaboren una legislació específica per a regular-lo i instar la Comissió Europea a seguir el seu exemple.

## Joc en línia

Es considera joc en línia qualsevol variant de joc d'atzar o aposta que es fa a través d'Internet en la qual es posen en joc diners o un altre objecte de valor, i en què la possibilitat de guanyar és condicionada per l'atzar i no sols per l'habilitat del jugador. Els formats més populars són els casinos en línia, les apostes esportives i loteries en línia i les plataformes de pòquer en la Xarxa. Té una sèrie de característiques situacionals i estructurals pròpies (com ara intimitat, accessibilitat, disponibilitat o immediatesa) que li conferix un potencial addictiu més fort (Griffiths et al., 2006).

## Joc patològic/Joc problemàtic

L'OMS ha definit el *joc patològic o trastorn per joc d'apostes* com un trastorn caracteritzat per la participació de manera reiterada en jocs d'apostes, jocs sobre els quals es perd el control, tenen prioritat enfront d'altres activitats i la persona afectada persisteix en esta conducta malgrat les conseqüències adverses (OMS, 1992). En el cas d'adolescents, se suggerix emprar el terme *joc problemàtic* perquè en general no sol transcórrer el temps necessari per a poder diagnosticar-se com un vertader trastorn (Becoña, 2010).



## PEGI (*pan european game information*)

Sistema de classificació europeu del contingut dels videojocs, elaborat per la ISFE (Interactive Software Federation of Europe) i implantat des de l'any 2003 en més de 35 països. Té com a finalitat orientar els consumidors, especialment progenitors, en la decisió de compra d'un determinat videojoc. La classificació PEGI considera l'edat idònia per a jugar a un videojoc no pel nivell de dificultat, sinó pel contingut (violència, drogues, sexe explícit...) i indica l'edat mínima recomanada d'ús (3, 7, 12, 16 i 18 anys).

## Sèxting

Pràctica cada vegada més generalitzada (especialment entre adolescents), que consisteix a enviar per mitjans digitals continguts personals de caràcter eròtic o sexual (fotografies o vídeos produïts pel mateix remitent). Sol distingir-se entre sèxting actiu (la persona envia el vídeo o la imatge de si mateixa) i sèxting passiu (la persona rep el vídeo o la imatge d'una altra persona). Encara que no han de considerar-se pràctiques necessàriament negatives, poden arribar a ser motiu de conflicte quan els continguts són reenviats a tercers sense consentiment, acció que dona lloc fins i tot a un nou tipus de delictes (article 197 del Codi penal). A més, poden estar en la base de pressions, intents de xantatge o sextorsió i fins i tot de ciberassetjament.

## Sextorsió

La sextorsió o extorsió sexual és amenaçar una persona amb difondre material eròtic o sexual (imatges o vídeos seus habitualment compartits mitjançant la pràctica del sèxting), a fi d'assolir algun benefici, en general de tipus econòmic o sexual. Sol portar implícites conseqüències greus de tipus emocional per a les víctimes, no sempre fàcils de detectar.

## Trastorn per ús de videojocs

L'OMS no va incloure fins a l'any 2018 el trastorn per ús de videojocs en la seua Classificació internacional de malalties (CIM-11). Este trastorn es defineix com un patró de comportament persistent en *jocs digitals* o videojocs, tant fora de línia (sense accés a Internet) com en línia (amb accés Internet) caracteritzat per: deterioració o pèrdua de control en l'ús de videojocs; increment en la prioritat donada als videojocs de manera que s'anteposen a altres interessos o activitats de la vida diària; increment de l'ús de videojocs malgrat les conseqüències negatives que això provoca. Este patró, que pot ser continu o episòdic, deriva en angoixa i en una deterioració significativa en les principals àrees vitals de l'individu (personal, familiar, social, educativa...), que com a norma general ha d'observar-se durant almenys 12 mesos.

## Ús problemàtic d'Internet

Fins ara, l'OMS reconeix l'addicció al joc i als videojocs com les dos úniques addiccions sense substàncies. Suggestiu usar el terme *ús problemàtic d'Internet* per a referir-se al possible *enganxament* a Internet i les xarxes socials, sense arribar a incloure'l encara en els manuals diagnòstics. Este ús es caracteritzaria per un alt grau d'interferència en la vida quotidiana, amb repercussió tant en l'esfera personal com familiar, acadèmica i laboral i pot fins i tot anar acompanyat d'uns certs símptomes clínics.

## Víctimes agressores o *bully-victims*

Representa un dels perfils més comuns tant en l'assetjament escolar com en el ciberassetjament, en el qual la victimització i l'agressió es produïxen de manera concurrent o alterna (Yang i Salmivalli, 2013), és a dir, menors que patixen i exercixen assetjament. Segons els experts, este perfil és especialment *problemàtic*, tant des del punt de vista de la salut com de les conductes de risc (Feijóo et al., 2021).

## Web fosc o *dark web*

El web fosc, que en anglés es denomina *dark net* o *dark web*, forma part *del web* profund o *deep web*. Internet amaga nivells de navegació més profunds i perillosos per a qualsevol internauta, però especialment en l'adolescència, etapa en què la curiositat i les conductes de risc són premiades socialment. Estes capes o nivells de navegació fan referència a tota aquella porció d'Internet que no es troba en els canals habituals de cerca (Google, Bing o Yahoo) i als quals només pot accedir-se a través de cercadors específics. Gràcies al seu caràcter anònim, estes altres xarxes o capes han arribat a convertir-se en el canal idoni per al robatori d'informació, el tràfic de drogues, d'armes i, fins i tot, per al terrorisme i la pederàstia, i sovint fa que els usuaris siguen invisibles als ulls dels serveis policials.



# CONSELL ASSESSOR DE L'ESTUDI

## Prevenició de les addiccions

GREGOR BURKHART  
Doctor. Responsable de mesures de prevenció.  
*EMCDDA-Observatori Europeu sobre Drogues i Toxicomanies.*

GERARDO FLÓREZ  
Doctor. Psiquiatre especialitzat en addiccions comportamentals en joves i adolescents.  
*Servicio Galego de Saúde. Editor de la revista Adicciones i membre de la junta directiva de Socidrogalcohol.*

SION KIM HARRIS, PHD CPH  
Codirector, 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  
Doctor. Investigador expert en adolescents, addiccions i convivència.  
*Universitat de Vigo.*

PATRICIA ROS  
Doctora. Responsable a Espanya de Planet Youth.  
*Planet Youth.*

## Assetjament escolar i ciberassetjament

JAMES O'HIGGINS  
Doctor. Director of National Anti-Bullying Center. Càtedra de la UNESCO per a la lluita contra l'assetjament a l'escola i el ciberespai.  
*Dublin City University. UNESCO.*

ROSARIO DEL REY  
Doctora. Responsable del grup Interpersonal Aggression and Socio-Emotional Development (IASSED) i copresidenta de l'International Observatory for School Climate and Violence Prevention.  
*Universitat de Sevilla.*

## Ús de tecnologia

MAIALEN GARMENDIA  
Doctora. Responsable a Espanya d'EuKids Online.  
*Universitat del País Basc. EU Kids Online.*

PATRICIA GÓMEZ  
Doctora. Investigadora experta en menors i noves tecnologies.  
*Universitat de Santiago de Compostel·la.*

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 Recerques i Estudis d'UNICEF Internacional, Innocenti.*

## Drets de la infància

M. ÀNGELS BALSELLS  
Catedràtica de Pedagogia, Departament de Pedagogia, Facultat d'Educació, Psicologia i Treball Social.  
*Universitat de Lleida.*

FRANCISCO RIVERA  
Professor titular. Àrea de Metodologia de les Ciències del Comportament.  
*Universitat de Sevilla.*

SARA LUNA  
Investigadora de l'Àrea de Metodologia de les Ciències del Comportament.  
*Universitat de Sevilla.*

## Diversitat, inclusió i perspectiva de gènere

MARÍA TERESA ANDRÉS  
Directora del Departament d'Inclusió.  
*Fundació Secretariat Gitano.*

JESÚS MARTÍN BLANCO  
Delegat de Drets Humans i per a la Convenció.  
*CERMI (Comité Espanyol de Representants de Persones amb Discapacitat).*

YOLANDA RODRÍGUEZ  
Doctora. Investigadora experta en joves i TIC amb enfocament de gènere.  
*Universitat de Vigo.*

## Seguretat, protecció de dades i ciberdelinqüència

JOSÉ JULIO FERNÁNDEZ  
Director del Centre d'Estudis de Seguretat de Galícia (CESEG). Professor titular de la Facultat de Dret i delegat de Protecció de Dades.  
*Universitat de Santiago.*

SANTIAGO REBOYRAS  
Inspector del Cos Nacional de Policia. Expert en ciberseguretat.  
*Prefectura Superior de Policia de Galícia.*

JOSÉ TORRES  
Cap d'equip d'Investigació Tecnològica de la Policia Judicial. Expert en ciberdelinqüència.  
*Comandància de la Guàrdia Civil de Pontevedra.*

