

ADICCIÓNS TECNOLÓXICAS E ADOLESCENTES

¿Quen lle pon o “cascabel” ó gato?

PROF. DR. ANTONIO RIAL BOUBETA

VIGO, 13 FEBREIRO 2019



PLDa

PLAN LOCAL SOBRE
DROGODEPENDENCIAS
E OUTRAS ADICCIÓNS

CONCELLO
DE VIGO



A decorative graphic on the left side of the image consisting of three parallel, wavy vertical lines. The outermost line is white, the middle line is a light blue color, and the innermost line is white. These lines create a sense of movement and depth.

¿QUÉ ESTÁ PASANDO?















¿ES PARA PREOCUPARSE?

El 22% de los adolescentes españoles pasan seis horas al día conectados a internet

■ Una de cada cinco chicas reconocen que van a clase sin haber desayunado

■ Los participantes del informe PISA son competitivos y se muestran seguros de que irán a la universidad



COMENTARIOS



Unas adolescentes utilizan su teléfono móvil.

A+ A- Cuerpo de letra
Imprimir noticia
ENVÍA UNA CARTA AL LECTOR

MARÍA JESÚS IBÁÑEZ / BARCELONA

MIÉRCOLES, 19 DE ABRIL DEL 2017 - 17:21 CEST

El 69% de los alumnos españoles de 15 años asegura que se siente "realmente mal" si no se conecta a internet, según alerta el informe El bienestar de los estudiantes, fruto de las encuestas realizadas a los participantes en el informe PISA del 2015. La media de los países de la OCDE es del 54%.

El consumo de internet ha aumentado, en los últimos tres años, de forma más que significativa en todos los países, hasta alcanzar "niveles realmente altos", ha afirmado Andreas Schleicher, director del área de Educación de la organización internacional. Schleicher ha alertado del preocupante 22% de "usuarios extremos" entre los adolescentes españoles, que pueden llegar a alcanzar en un día las seis horas conectado a la red.

Más de un tercio de los jóvenes valoran más su «smartphone» que a sus amigos

• Un 30 % ponen al teléfono móvil por delante de sus padres y un 20 % antes que a su pareja

madrid / europa press, 07 de junio de 2016. Actualizado a las 07:41 h.

★ ★ ★ ★ ★ 1 votos



PACO RODRÍGUEZ



Más de un tercio de los jóvenes (37,4%) valoran igual o más su teléfono móvil que a sus amigos. Pero la cosa va más allá, también un 30 % ponen al smartphone por delante de sus padres y un 20 % antes que a su pareja. Los datos, extraídos de un experimento realizado por las universidades de Würzburg y Nottingham Trent para Kaspersky Lab, revelan que un gran número de usuarios valoran en igual o mayor medida el smartphone que a sus allegados.

En el experimento se pedía a los participantes que ordenen personas y objetos por importancia: el 37,4 % ponen su teléfono en el mismo nivel que a sus amigos íntimos. O por encima de ellos. El 29,4 % de los participantes dijeron que su smartphone era igual de importante, o más, que sus padres. No solo la familia, también el amor: el 21,2 % de los encuestados afirmaron que su smartphone era igual de importante o más que su pareja. Además, el 16,7 % lo calificaron como una de las cosas más importantes; y un 1,1 % afirmaron que su teléfono inteligente era lo más importante de su vida.

El experimento le pedía colocar imágenes que representaban personas y objetos de sus vidas en un tablero de ajedrez. Después de la familia, amigos y mascotas, los amigos virtuales se sitúan delante de compañeros de trabajo.

LO MÁS VISTO

1. Investigan la muerte de una mujer en la orilla de la playa de Riazor
2. Muere tras pegarse un tiro junto a la Festa do Tinto en Ribadumia
3. Un conductor drogado y sin carné arrolla con su coche a un hombre y a su hijo en una acera
4. «El exceso de higiene, sobre todo en niños, es perjudicial para la piel»
5. Una frenada tardía sobre un bache ocasionó el accidente mortal de Salom
6. Buscan a un pederasta «moreno, calvo y delgado» que intentó raptar a una niña en A Coruña
7. Adele bate un récord de Psy con el «Gangnam Style»
8. «Çolak es un chollo para el Depor»
9. Un conductor de autobús con 35 niños a bordo da positivo por cocaína y cannabis en Cee
10. El cara a cara más agrio entre Iglesias y Rivera

¿Cómo saber cuándo podrá dejar de trabajar?

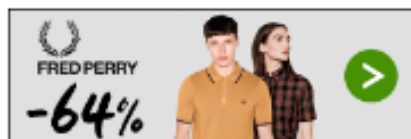
Si tiene 250.000 € para invertir, no dude en descargar sin coste alguno la guía publicada por la empresa consultora de inversiones de Ken Fisher, columnista de la prestigiosa revista Forbes. Aunque ya tenga un plan de inversión, en nuestra guía encontrará valiosos análisis y comentarios aplicables de inmediato. ¡No se la pierda!

Para descargar su guía haga clic aquí

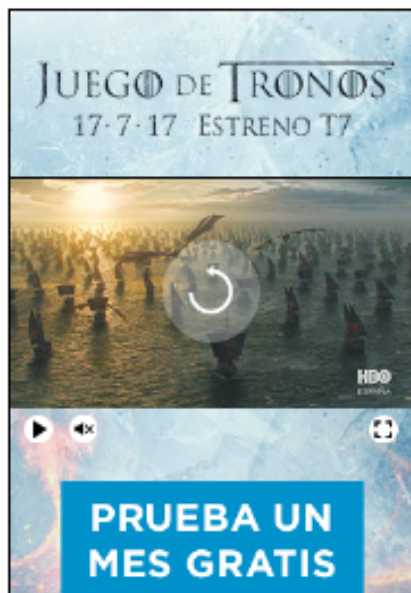
Boa Inversión Boia

Siete de cada diez españoles creen que las nuevas tecnologías dañan la comunicación entre padres e hijos

• Más de la mitad de los ciudadanos están convencidos de que internet y las redes sociales entorpecen las relaciones de pareja



14 Comentarios



EFE. 06 de abril de 2016. Actualizado a las 05:00 h.



DADO RUVIC | REUTERS.



El 68,3 % de los españoles consideran que el uso de las nuevas tecnologías ha tenido un impacto negativo en la comunicación entre padres e hijos y el 52 % está convencidos de que entorpecen las relaciones de pareja, según el último barómetro del CIS divulgado ayer.

★★★★★ 1 votos

TEMAS RELACIONADOS

TIC Whatsapp



MÁS NOTICIAS DE TIC

El largo recorrido de «English Project»



Cuatro centros punteros para el desarrollo tecnológico de Galicia

INTERNET

PORTADA TECNOLOGÍA INTERNET

Uno de cada cinco Internet

• La edad media de acceso a un

JUAN CARLOS MARTÍNEZ. Redacción / La V

ES NOTICIA Cifuentes Pablo Casado CDR Declaración Renta 2017 - 2018 Horóscopo hoy martes Paco Lobatón Supervivientes Respuesta Cabif

ABC MADRID

Buscar en ABC



ESPAÑA INTERNACIONAL ECONOMÍA OPINIÓN DEPORTES CONOCER FAMILIA MOTOR GENTE SUMMUM CULTURA & OCIO MADRID EDICIONES SER

Distritos Municipios Tops Disfruta Videos Galerías Gente&Estilo Sucesos Plan B

La Comunidad de Madrid abre un centro para adolescentes adictos al móvil

• Tratará a jóvenes de 12 a 17 años, y funcionará desde enero



Publicidad

RAIL

18-19 de abril 2018

¡Únete a la exposición
la industria fe



CONSIGUE TU PAS

LO MÁS LEÍDO EN ABC

Madrid

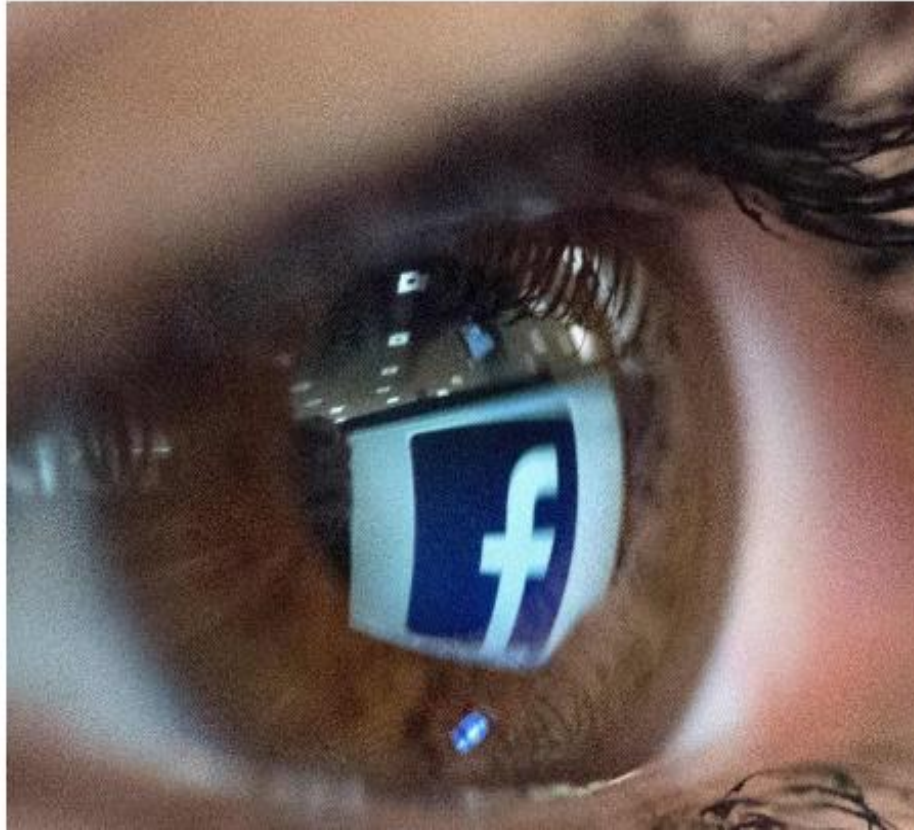
1



El

La depresión navega por las redes sociales

Estas plataformas son un factor de riesgo que puede llevar a los adolescentes a sufrir este problema, como advierten expertos reunidos en el seminario



LAVOZDEGALICIA.ES | DE LA VOZ DE GALICIA

Detectan un trastorno en jóvenes que quieren ser como sus fotos retocadas

DIRECTO Sigue minuto a minuto la clasificación del Gran Premio de Estados Unidos de Fórmula 1

DIRECTO Sigue en vivo todos los resultados de las grandes Ligas de Europa

Las consultas médicas de adolescentes adictos a los triplicado en

- En los últimos dos años se está
- En los casos más extremos los c
comer con la familia o han perdido

Cuando aún no se ha ganado la batalla al alcohol, en la guerra de los peligros que acechan a los menores se abre un nuevo frente, las apuestas en Internet. Pero jugarse dinero no es la única amenaza que acecha en la red de cara a posibles adicciones. Expertos ponen también en el punto de mira ciertos juegos on line.

Los videojuegos, otra posible puerta a la adicción en menores

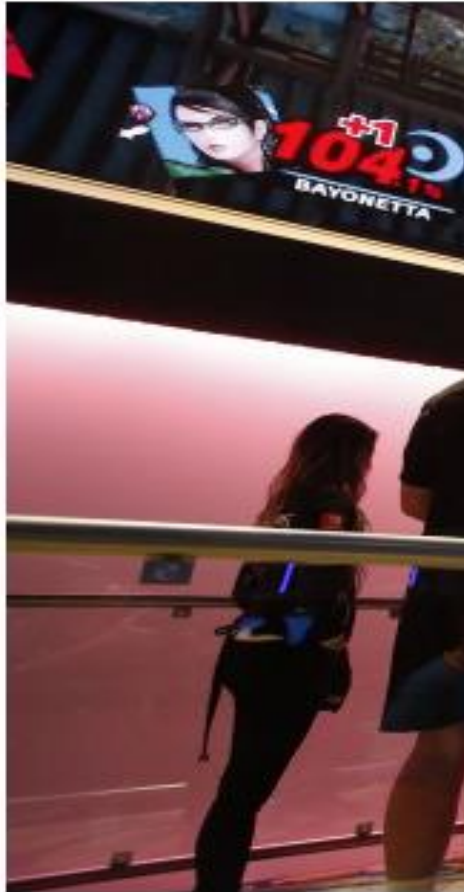
Varones adolescentes que consumen alcohol y están enganchados a internet son los más apostadores, según un estudio

Un niño con un juego. © Mika Lajunen



El uso de videojuegos patológico

El caso de la niña i



LAVOZDEGALICIA.ES | DE LA VOZ DE GALICIA

La OMS reconoce la adicción a los videojuegos como un trastorno mental

Alicante Actualidad Deportes

Alicante Elche Vega Baja Benidorm/Ma

● EN DIRECTO Calificación del

Información.es » Alicante



Adicciones en alza

Aumentan los casos de adicciones deportivas online

La asociación Vida Libre abre una unidad de tratamiento para la ludopatía

ISABEL VICENTE | 10.02.2014 | 20:16

El juego online se ha duplicado en un año y, con ello, los casos de dependencia. La asociación alicantina de afectados por las ludopatías, Vida Libre, ha creado una unidad específica para tratar estas adicciones, incluso a menores y que tienen su aspecto más preocupante en las apuestas deportivas por la falta de conciencia de riesgo al estar vinculadas a una actividad positiva como el deporte.

Cuando hace 7 años se interesó por las

Gran Vigo Galicia Opinión Más Noticias Economía Deportes Cultura Ocio Vida y Estilo Comunidad Multimedia S

Galicia Morrazo Pontevedra Deza-Tabeirós-Montes Arousa Ourense Sociedad Sucesos Mar CONCELLOS

● EN DIRECTO El Eibar, rival del Celta en la Copa del Rey

farodevigo.es » Galicia

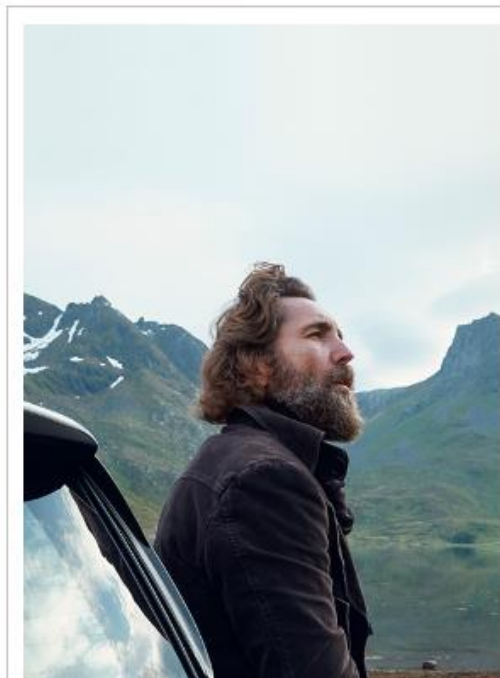


La "epidemia" del juego on line entre los adolescentes

Más de 10.000 menores de edad gallegos apuestan dinero a través de internet

Un estudio revela que el porcentaje de escolares de 12 a 17 años que juega en la web se multiplicó por cinco desde 2010 -La mitad de los que apuestan tiene 15 años o menos

Carmen Villar | Santiago | 25.09.2017 | 16:47





La discusión por el uso del móvil derivó en agresiones de hijos a padres

Los Mossos certifican que la irrupción de las nuevas tecnologías modifica la violencia de ámbito familiar | Cada año se dan en Catalunya 160 incidencias filioparentales que acaban en la detención del menor | La policía advierte un cambio muy notable en el lenguaje y en el trato que los hijos dispensan a su familia

Móviles y Dispositivos | 22/01/2015 - 02:31h | Última actualización: 22/01/2015 - 19:09h



Los teléfonos móviles se han convertido en uno de los motivos de discusión que desembocan en agresiones de hijos a padres. Laura Guerrero

Internado en un centro de menores un niño de 14 años que hirió con un cuchillo a su madre tras quedarse sin internet

El suceso ocurrió cuando el menor estaba jugando una partida en red



10/01/2018 11:22 H

Un juzgado de menores de **Granada** ha ordenado el internamiento cautelar en un centro de menores infractores de un niño de 14 años que presuntamente agredió con un cuchillo a su madre en la mano al quedarse sin internet cuando jugaba una partida en red.

Fuentes judiciales han informado a Efe de que la decisión, que es




EN CALIFORNIA



Una adolescente droga a sus padres para conectarse más tiempo a internet

La joven condimentó unos batidos de un restaurante con medicamentos somníferos para aturdir a sus progenitores

Sucesos | 08/01/2013 - 17:25h

 5

[Notificar error](#) [Tengo más Información](#)   A A

[Seguir](#)  Tweet 119  Me gusta 478  Menéalo 19  +1 4  Share

Madrid. (EP).- Una **adolescente**, junto a una amiga, ha **drogado** a sus **padres** con medicamentos para hacerles **dormir** y vulnerar el control de **acceso a internet** que mantenía su familia. Las jóvenes durmieron a los padres para permanecer conectadas a la Red durante horas.

El control del acceso a internet se ha convertido en uno de los deberes más complicados para los padres en los últimos años. La variedad de formas de conexión, a través de ordenadores o de dispositivos electrónicos, así como la posibilidad de hacerlo a todas horas, han complicado el control que se tiene sobre el acceso a internet de los hijos.

Muchos padres han optado por restringir las horas de conexión a la Red. De esta forma, pueden ejercer un control más directo sobre las páginas que sus hijos visitan y evitar así episodios de adicción a Internet o acoso virtual. Sin embargo, los adolescentes también han investigado diversas formas de vulnerar este control. El último caso lo han protagonizado dos adolescentes de Sacramento, California.

Las jóvenes de 15 y 16 años condimentaron unos batidos de un restaurante con medicamentos somníferos para aturdir a los padres. La pareja mantenía una política de toque de queda que impedía el acceso a Internet a partir de las 10 de la noche, según ha informado *The Guardian*. Para alargar el tiempo de conexión, la hija de la pareja y una amiga drogaron a los padres y cuando estos se durmieron, permanecieron conectadas a internet durante horas. Se desconoce el contenido de sus visitas a la Red.

Desafortunadamente para ellas, los padres notaron los síntomas del aturdimiento al día siguiente y se hicieron un test para comprobar si tenían drogas en el organismo. El resultado

ADMINISTRACIÓN

Estrategia Galega Infancia e Adolescencia (EGIA) 2015 - 2020

ESTRATEGIA
CONVIVENCIA
Informe de diagnóstico
2015 - 2020



Plan de Acción sobre Adicciones 2018 - 2020

Estrategia Nacional sobre Adicciones 2017 - 2024



ESTRATEGIA NACIONAL SOBRE ADICCIONES

2017 - 2024

Documento aprobado por:

- Comisión Inter-autonómica del Plan Nacional sobre Drogas el 18 de octubre de 2017.
- Informe preceptivo favorable del Consejo Español de Drogodependencias y otras Adicciones del 13 de noviembre de 2017.
- Pleno de la Conferencia Sectorial el 21 de diciembre de 2017.
- Consejo de Ministros el 9 de febrero de 2018



¿SE ESTÁ CONVIRTIENDO EN UN VERDADERO PROBLEMA?

- Uso abusivo
- Dependencia
- Ludopatía
- Contenidos sexistas y racistas
- Conflictos familiares y escolares
- Menor rendimiento escolar
- Violencia



- Aislamiento social
- Deterioro del estilo de vida
- Sedentarismo
- Pautas de alimentación y sueño...



Aumento del consumo de drogas



Pérdida de privacidad
Opresión Digital...



Prácticas de riesgo y nuevas formas de delito

❑ ¿SE PUEDE HABLAR DE ADICCIÓN A INTERNET, EL MÓVIL O LAS REDES SOCIALES?

La ***American Psychiatric Association*** (APA) dice que no se puede hablar (todavía) de “adicción a Internet”

- No se recoge en el DSM-5
- Sección III: *Internet Gaming Disorder*
- No se recoge tampoco en la CIE-10 (*Clasificación Internacional de Enfermedades*) de la OMS, aunque sí se incorporaría a la CIE-11 (al menos la parte vinculada a los videojuegos)
- No se han consensuado criterios diagnósticos
- Se recomienda hablar de USO PROBLEMÁTICO DE INTERNET (PIU) y ya se recoge en la Estrategia Nacional 2017-2024 sobre adicciones
- El problema existe: miles de hogares y familias



Full length article

Profiles of Internet use and parental involvement, and rates of online risks and problematic Internet use among Spanish adolescents

Patricia Gómez ^{a,*}, Sion Kim Harris ^{b,c}, Carmen Barreiro ^a, Manuel Isorna ^d, Antonio Rial ^a^a Consumer and User Psychology Unit, Faculty of Psychology, University of Santiago de Compostela, Santiago de Compostela, Spain^b Center for Adolescent Substance Abuse Research, Boston Children's Hospital, Boston, MA, USA^c Department of Pediatrics, Harvard Medical School, Boston, MA, USA^d Department of Psycho-social Educational Analysis and Intervention, Faculty of Education Sciences, University of Vigo, Ourense, Spain

ARTICLE INFO

Article history:
Received 5 March 2017
Received in revised form
15 May 2017
Accepted 17 June 2017
Available online 17 June 2017

Keywords:
Adolescence
Cluster analysis
Online risks
Parental role
Problematic Internet Use
Typology

ABSTRACT

This study aimed to empirically identify the major adolescent Internet user profiles in Spain based on self-reported pattern of use, level of parental control and parent-child conflict, and to characterize their demographics and rates of engaging in online risky exposure screening positive for problematic Internet use (PIU). Students from 255 secondary schools in the Galicia region of Spain completed an anonymous, online survey in school, with 39,961 sufficient data for analyses. We used two-stage cluster analysis to identify the groups, and their demographics, online risks and PIU rates across groups. We identified five clusters: *oc* (21.4%), *moderate users with parental control* (22.2%), *moderate users without parental control* (21.4%), *habitual users with parent-child conflict* (16.8%), and *intensive users* (17.5%). The heaviest use of the highest rates of any online risk (>60%) and PIU (>25%). The majority of adolescents Internet use have engaged in online risky experiences. Such behaviors, and problematic Internet use higher among adolescents without parental control over their use, so empowering parent their child's Internet use is encouraged. These findings highlight the need to support parents and policymakers in prevention, since it is a shared responsibility.

© 2017 Elsevier Ltd. All rights reserved.

1. Introduction

Worldwide, Internet use has become a major part of adolescents' daily lives, thus making the understanding of its patterns and influence on adolescent behaviors and beliefs important topics for research (Livingstone, Haddon, Görzig, & Ólafsson, 2011; Rial, Gómez, Braña, & Varela, 2014). Recent figures indicate that Internet use is nearly universal among adolescents in developed countries. Across the European Union, 91% of 16–19-year-olds use Internet daily (Eurostat, 2016). A recent U.S. study found 92% of 13- to 17-year-olds reported going online daily, with 24% being online "almost constantly," and 56% "several times a day" (Lenhart, 2015).

A growing concern in recent years is the rise in Problematic

Internet Use (PIU), that might be conceptualized as a control one's use of the Internet which leads to negative consequences in daily life (Spada, 2014). As with other risk adolescence is a vulnerable period for onset of PIU which co-occur with other risky behaviors such as alcohol use and playing on slot machines, and be associated with outcomes such as getting into trouble with police, sexually transmitted diseases, and poor sleep or eating (Secades-Villa et al., 2014; Suris et al., 2014; Wang, Kong, 2012). Prevalence rates of adolescent PIU, however, unclear because of lack of agreement on terminology, definition, defining criteria, and the different measures (van Rooij, Shorter, Griffiths, & van de Mheen, 2013; Isorna, Araújo, & Varela, 2015; Spada, 2014). For instance, Spanish secondary school students were found to be Internet Users (Gómez, Rial, Braña, Varela, & Barreiro, 2014), another study of European adolescents reported a 4.4% of Pathological Internet use, and 13.5% being "maladjusted" (Durlak et al., 2012). A systematic review of U.S. studies and university students found rates of PIU to be

* Corresponding author. Consumer and User Psychology Unit, Faculty of Psychology, University of Santiago de Compostela, Xosé María Suárez Núñez street - Campus Vida, 15782, Santiago de Compostela, Spain.

E-mail addresses: patricia.gomez@usc.es (P. Gómez), sion.harris@childrens.harvard.edu (S.K. Harris), carmen.barreiro@outlook.es (C. Barreiro), isorna.caro@uvigo.es (M. Isorna), antonio.rial@bousa@usc.es (A. Rial).

Screening of Problematic Internet Use Among Spanish Adolescents: Prevalence and Related Variables

Patricia Gómez, PhD, Antonio Rial, PhD, Teresa Braña, PhD,
Sandra Golpe, MS, and Jesús Varela, PhD

Abstract

The opportunities and challenges related to Internet use continue to grow, as well as the social concern around problematic Internet use (PIU), online risky behaviors, and the intensive use of Internet, mainly among adolescents. The aim of this study was to conduct a general screening of PIU in a large sample of school-based adolescents in Spain ($n = 40,955$), providing updated prevalence data of PIU and different online risky practices, as well as rates of Internet and social network use. Differences between problematic and nonproblematic users were explored in terms of demographics, parental control, and motivations for using. The association between PIU and the involvement in other online risky behaviors was also analyzed, as well as the role of intensive use. The findings show that the global prevalence of PIU among Spanish adolescents is 16.3 percent although this is higher among females, those in their late teens, intensive users, and those without parental control. Logistic regression confirmed that both PIU and intensive use are risk factors for being involved in any online risky behavior. A tentative explanation could be that there is a common deficit of personal and social skills underlying PIU, intensive use, and most online risky practices. From our perspective, value-based education and life skills training are the best way to reach responsible and sensible use of Internet among adolescents. Parents, schools, institutions, and adolescents themselves are called upon to actively engage in facing this problem.

Keywords: screening, problematic Internet use, adolescence, prevalence, online risky behaviors

Introduction

BEYOND THE BENEFITS of the Internet, the challenges arisen from its availability to be used wherever and whenever have been considered, specifically among adolescents.^{1,2} To understand Internet use among this age group, it should not be demonized or dismissed as temporary; Internet use is continually increasing and we should keep in mind that this is not a fad, but that it is here to stay. Studying the use of Internet among adolescents is relevant precisely because they are the ones who use Internet the most. According to the most recent data from countries in the European Union, 79 percent of the population aged 16–74 used the Internet in the last 3 months.³ This percentage reaches 97 percent when considering only adolescents aged between 16 and 19.³

Internet plays a crucial role in the education and socialization of adolescents;⁴ it is the new meeting place where they can build their identity and acquire or express their values. The habits established at this stage are likely to persist into adulthood and could promote or jeopardize their later health

and well-being. Moreover, adolescence has traditionally been represented as a critical point for the onset and experimentation of risky behaviors.⁵ Therefore, it constitutes a time of high risk for practicing sexting,⁶ being involved in online grooming,⁷ participating in cyberbullying,⁸ or developing problematic Internet use (PIU).⁴

Prevalence rates for PIU among adolescents vary considerably across studies, partly because of the continuous evolution of the phenomenon itself, and because of the lack of agreement on the defining criteria, the terminology used, the scales developed to measure it, and the reference population selected.^{9,10} Following previous researches,¹¹ in this article the concept of PIU is understood as a clinically significant distress or impairment in social, occupational, or other important areas of functioning associated with Internet use.

Therefore, the criteria to distinguish problematic from non-PIU can be grouped into four categories as follows: imbalances in life spheres, associated problems, loss of control, and impairment or significant distress.¹¹ Imbalances in life spheres refer to a significant abandonment of social,



DATOS GALICIA

Evolución 2014/2017

2014 (MOCIDADE ON LINE)

- El 97,8% utilizan Internet de manera regular
- El 93% está registrado en alguna red social y más de la mitad (51%) en 4 o más
- 9 de cada 10 tiene móvil y el 89,2% son usuarios de Whatsapp (94% en 2017)
- La media de edad de acceso al primer móvil son los 11 años

2017:

- La mitad de los alumnos de ESO lleva el móvil a clase habitualmente
 - 1 de cada 3 dice que lo suele utilizar durante las clases.

Motivos por los que se conectan a Internet:

- Uso de mensajería instantánea
- Uso de redes sociales
- Descargar archivos/subir archivos
- Jugar *on line*

DATOS GALICIA

	2014	2017
Uso abusivo		
Más de 5h/día	13,5%	29,4%
A partir de las 12 de la noche	13,6%	22,5%
Discusiones frecuentes en casa	24,2%	42,5%
Control parental uso internet y móvil	48,1%	27,6%
Ciberbullying		
Víctima	8,9%	9,4%
Acosador	6,8%	8,8%
Sexting		
Activo	4%	9,2%
Pasivo		23%
Grooming		
Aceptar a desconocidos en RRSS	31,4%	52,7%
Quedar con alguien que solo conoces de RRSS	10,7%	17,4%
Apostar dinero en la red	4,2%	8,4%

DATOS GALICIA

original

adicciones vol. 27, issue 1 - 2015

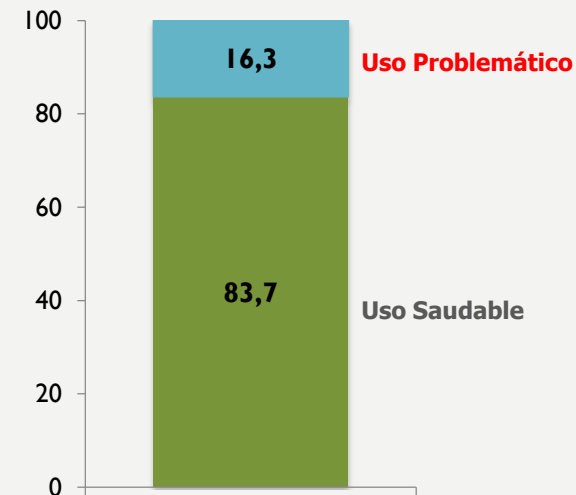
**PIUS-a: Problematic Internet Use Scale in adolescents.
Development and psychometric validation**

*EUPI-a: Escala de Uso Problemático de Internet en
adolescentes. Desarrollo y validación psicométrica*

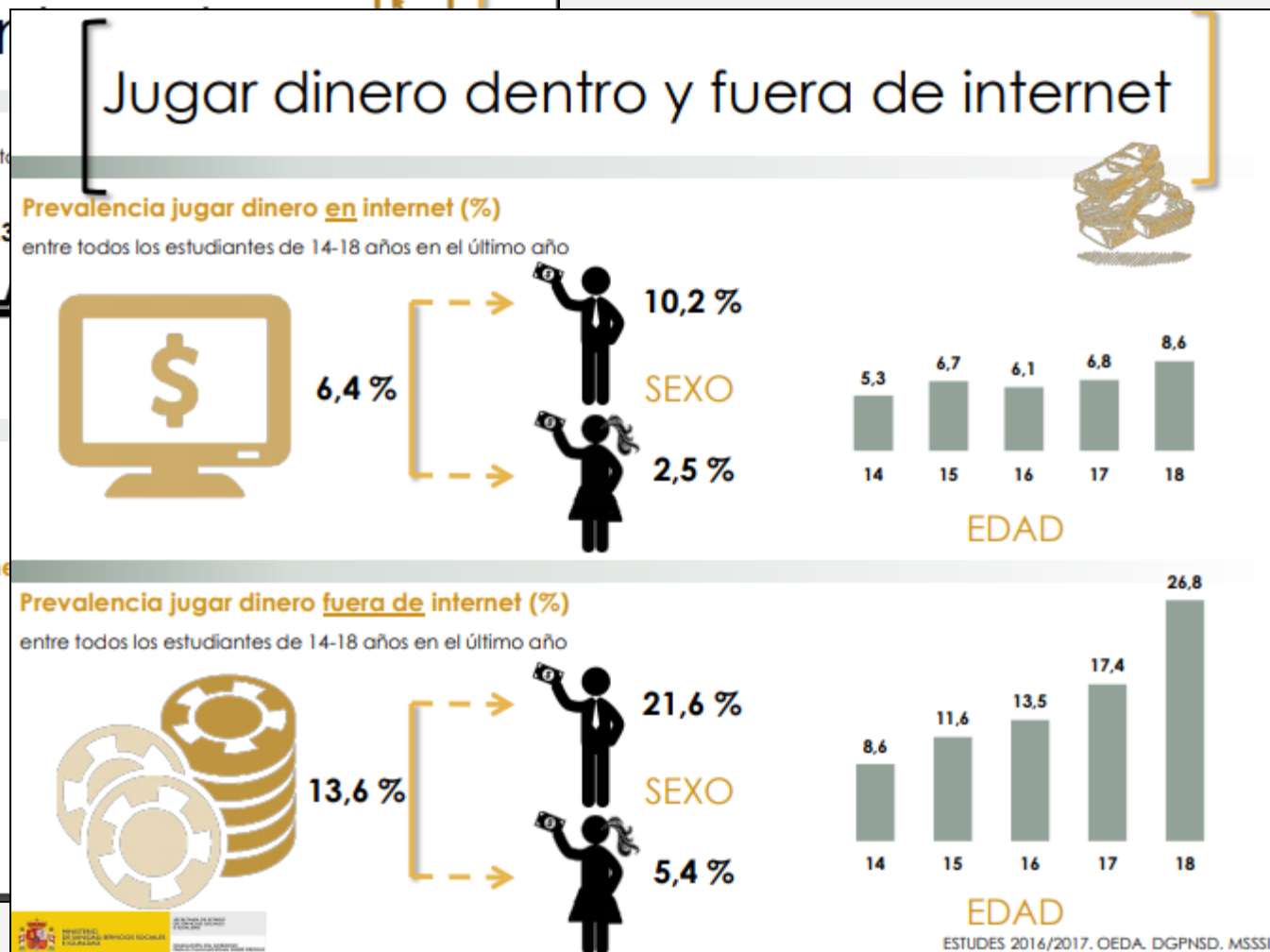
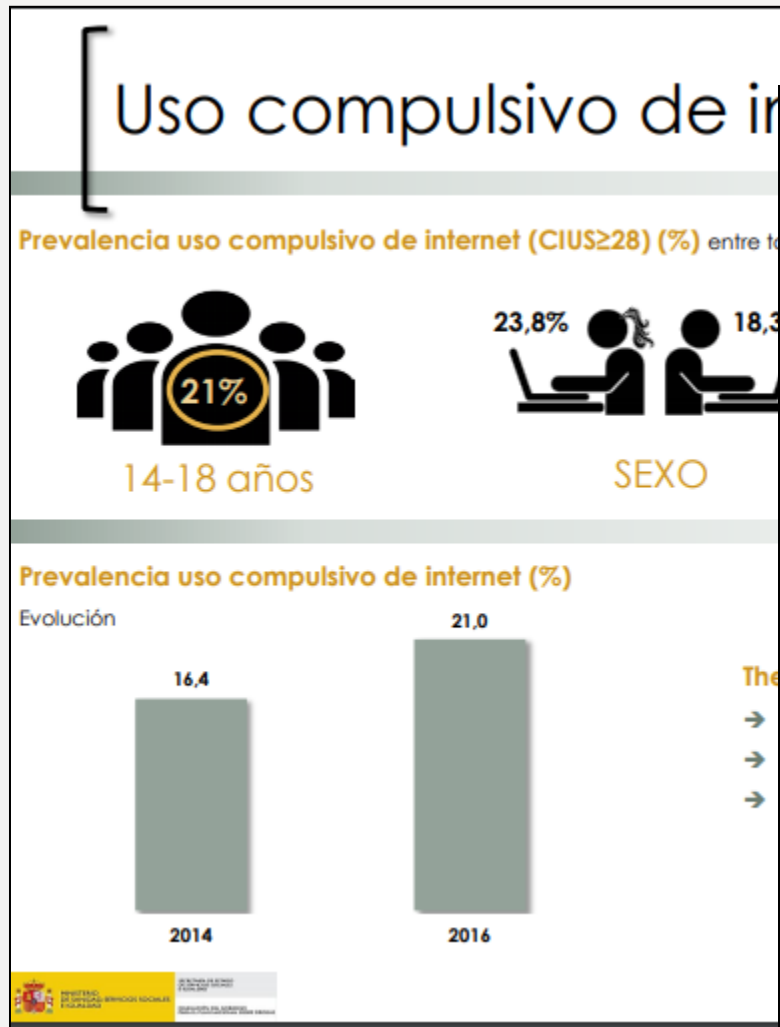
ANTONIO RIAL BOUBETA*; PATRICIA GÓMEZ SALGADO*; MANUEL ISORNA FOLGAR**;
MANUEL ARAUJO GALLEGOS*; JESÚS VARELA MALLOU*

USO PROBLEMÁTICO

- ✓ Si bien la OMS no reconoce todavía como tal la Adicción a Internet, se estima que el 16,3% de los adolescentes estarían haciendo un Uso problemático de Internet y las TIC (**18,4%** en 2017; **21,8%** en 14-18 años)
- ✓ Aunque no existe un claro perfil de riesgo...
- ✓ Es mayor entre las chicas, entre los 14-16 años, núcleos urbanos, centros privados y sobre todo en niños/as **cuyos padres no supervisan el uso que hacen de Internet.**



DATOS ESPAÑA (ESTUDES 2016/17)



INDICIOS DE UNA POSIBLE ADICCIÓN

- Mentiras sobre el tiempo de conexión
- Intentos fallidos de controlar el uso de Internet, móvil...
- Poner en peligro cosas importantes (relaciones, actividades, estudios...)
- Uso excesivo y continuado a pesar de conocer los problemas derivados
- Pérdida de interés por hobbies y actividades previas gratificantes
- Euforia o activación anómala cuando se está navegando
- Pérdida de control en el tiempo y frecuencia de conexión, pérdida de la noción del tiempo
- Uso de Internet/móvil como vía de escape o desahogo y como fuente principal de placer
- Preocupación y ansiedad excesiva por no poder conectarse, irritabilidad manifiesta
- Tolerancia (necesidad de incrementar la cantidad de tiempo de conexión)
- Quejas de terceros por el tiempo empleado en la Red
- Pensamientos obsesivos...



Cuestión de:

1. Frecuencia
2. Intensidad y, sobre todo,
3. Interferencia en la vida cotidiana

NO ES UN PROBLEMA AISLADO

original

adicciones vol.29, nº4 - 2017

Relación entre el consumo de alcohol y otras drogas y el uso problemático de Internet en adolescentes

The Relationship between Consumption of Alcohol and Other Drugs and Problematic Internet Use among Adolescents

SANDRA GOLPE*, PATRICIA GÓMEZ*, TERESA BRAÑA*, JESÚS VARELA*, ANTONIO RIAL*.

*Universidad de Santiago de Compostela, España.

Resumen

En España y en el conjunto de la Unión Europea el consumo de alcohol y otras drogas entre los adolescentes viene causando una enorme preocupación social desde hace décadas. Por otra parte, el auge tecnológico experimentado en las dos últimas décadas ha contribuido a la aparición de un nuevo problema sociosanitario: el uso problemático de Internet. El creciente protagonismo que ambos problemas han ido adquiriendo en los últimos años ha llevado a algunos autores a analizar la relación entre el consumo de alcohol y otras drogas y el uso problemático de Internet, aportando evidencias empíricas al respecto. La realización del presente trabajo, a partir de una muestra de 3.882 adolescentes españoles de entre 12 y 18 años, ha permitido constatar que efectivamente existe una estrecha relación entre el consumo de alcohol (medido a través del AUDIT) y otras drogas (medido a través del CRAFFT y del CAST) y el uso problemático de Internet (medido a través del EUPIA). No solo se han encontrado unos niveles de consumo significativamente mayores entre los usuarios problemáticos, sino que la probabilidad de desarrollar un consumo de riesgo de drogas llega a ser incluso 3 veces mayor entre éstos (39,4% vs 13,3%). Ello pone de manifiesto la necesidad de desarrollar una prevención transversal capaz de actuar sobre las variables comunes a ambas problemáticas, más allá de desarrollar programas centrados en conductas específicas. En ese sentido, la educación en valores y habilidades de vida deberían ocupar un lugar prioritario en materia de prevención.

Palabras clave: Internet; Adolescentes; Alcohol; Consumo de drogas; Prevención.

Abstract

Alcohol and drug use among adolescents has been causing great concern for decades in Spain and in the European Union as a whole. In addition, the technology boom experienced over the last two decades has contributed to the emergence of a new public healthcare issue: problematic Internet use. The increasing importance that both problems have been gaining in recent years has led some authors to analyze the relationship between alcohol and the consumption of other drugs alongside problematic Internet use, and to provide relevant empirical evidence. Based on a sample of 3,882 Spanish adolescents aged between 12 and 18, the results obtained confirm that there is a relationship between the consumption of alcohol (measured by the AUDIT) and other drugs (measured by the CRAFFT and the CAST), and problematic Internet use (measured by the EUPIA). Problematic Internet users among them not only have more significant levels of substance use, but also a three-times greater chance of developing hazardous drug use (39.4% vs 13.3%). This highlights the need to develop transversal prevention capable of acting on the common variables to both issues, beyond developing programs focused on specific behaviors. In this sense, values-based education and life skills training should be given priority in prevention.

Keywords: Internet; Adolescents; Alcohol; Drug use; Prevention.

Consumo Drogas (patrón riesgo)	Uso Problemático Internet	
	Positivo	Negativo
AUDIT (alcohol)	38,1%	15,8%
CAST (cannabis)	7%	2,9%
CRAFFT (Drogas general)	39,4%	13,3%

La Adicción a Internet y el consumo de sustancias están muy relacionadas.

Las tasas de “consumidores de riesgo” se triplican entre los Usuarios Problemáticos de Internet.

ADICCIÓN A LOS VIDEOJUEGOS

Gaming



¿A QUÉ JUEGAN NUESTROS HIJOS?



“Free to Play-Pay to Win”

Videojuegos que se pueden descargar y jugar sin necesidad de pagar, convirtiendo a los Smartphone en pequeñas consolas

F2P-P2W

SUPERCELL: empresa finlandesa que con sólo tres juegos en el mercado y una plantilla de 150 trabajadores consiguió 1.500 millones de euros de ingresos el año pasado. Al menos 100 millones de personas juegan al día a alguno de sus juegos.

Clash Royale: 80 millones de dólares durante su mes de lanzamiento y mensualmente 110 millones, más de 1.000 millones de facturación año.

CLAVES DEL ÉXITO:

- Partidas breves, aprox. 3-4min
- “Jugabilidad” sencilla y muy atractiva
- En línea y en tiempo real, no juegas contra el móvil, sino con otro amigo.
- Fomenta la **competitividad**, sistema de clasificación basado en ganar “Coronas” que permite escalar posiciones y divisiones en función del ratio de victorias/derrotas.
- **juego en línea** con otros y posibilidad de crear “**Clanes**” con los amigos o gente que conocen a través del juego, **chatear** con estos, **comparar sus posiciones en el ranking**, llevar a cabo **batallas amistosas** o **presumir de sus colecciones de cartas**.



- A través de las victorias el jugador recibe **cofres** donde obtiene oro y **cartas**, que sirven para mejorar y aumentar las tropas disponibles.
- **El coleccionismo de esas cartas, resulta ser el verdadero filón de su rentabilidad y su adicción.**
- Miles de impedimentos para el progreso del jugador al menos que tire de **monedero**: “**cofres recompensa**” (**LOOT-BOX**) con cartas con las que crear una baraja competitiva para ser capaces de ganar. Limitados y tiempos de espera muy restrictivos para su desbloqueo (de 4h los comunes a 24h los más exclusivos).
- Esperar **o pagar** para seguir avanzando: comprar **GEMAS**, la verdadera **divisa del juego**. Con ellas puedes acelerar los tiempos y **comprar cofres** con las mejores cartas .
- Por azar y una paciencia infinita también se pueden conseguir buenas cartas, que se van renovando cada pocos meses, cada vez más exclusivas “**épicas-legendarias**” y que marcan la diferencia entre ganar o perder.



Se ha extendiendo a muchos otros videojuegos como Dragon Ball, Fifa, Call of Duty...

Suponen ya un negocio de más de 20.000 millones de euros

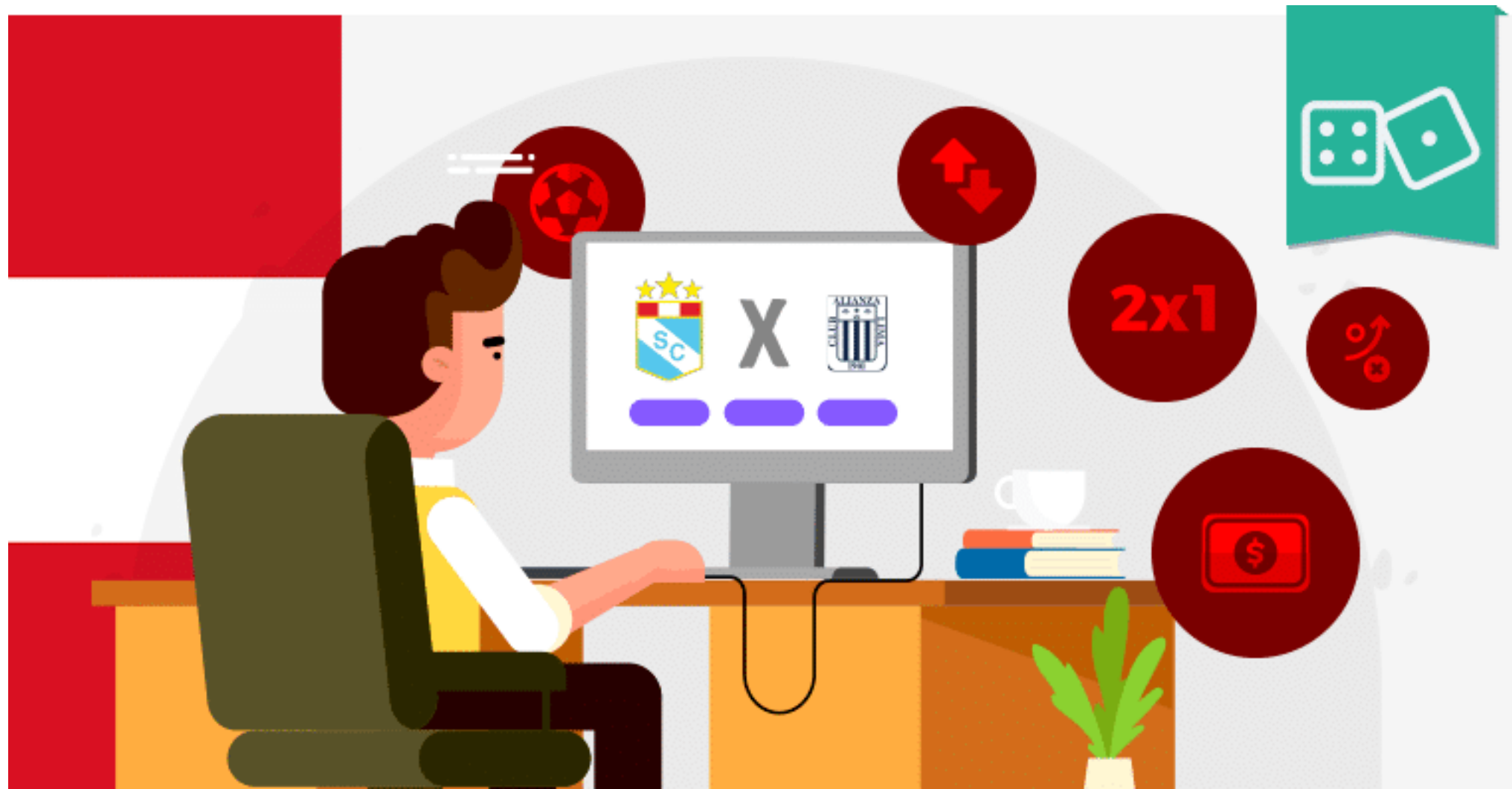
Por iniciativa de países como Bélgica se está intentando cambiar la legislación europea.

Internet Gaming Disorder

Nueva categoría diagnóstica en el DSM-5 y en la CIE-11

JUEGO (ONLINE Y PRESENCIAL)

Gambling



Las apuestas deportivas generan 742 millones de beneficios, 2,5 veces más que hace cinco años

- ▶ Se ha convertido en un nuevo modelo de entretenimiento, destaca el informe Codere
- ▶ El juego online ya mueve en España 13.000 millones de euros
- ▶ Más de 800.000 personas apuestan dinero online de forma habitual
- ▶ La Quiniela se ha visto afectada por los nuevos modelos de apuestas y decrece
- ▶ Frente al Espejo: ¿Somos una sociedad adicta al juego?

31.10.2018 | actualización 22:09 horas Por RTVE.es



EL “JUEGO”

- En España, en el año 2017 circularon 41.828,68 millones de € en las distintas formas de juego y apuestas.
- Se estima que representaría el 3% del PIB español.
- Un negocio monstruoso que no para de crecer: incremento interanual del 34% en 2016 y del 20% en 2017.
- En 2017 2.896 salones de juego en España y 395 páginas de apuestas y juegos de azar en español
- En 2018 sólo en apuestas deportivas se movió una cantidad de 1.868,5 Mill de €.
- Fenómeno mundial: los 20 equipos de la Premier League están patrocinados por alguna casa de apuestas.
- Los tres equipos profesionales de Galicia: Luckia

GAMBLING



MOTIVOS PARA JUGAR



MODELO ECO

E
XPECTATIVAS

C
OSTE

O
PORTUNIDAD



LaLiga Santander

MULTIPLICA LA EMOCIÓN

BONO DE BIENVENIDA HASTA 200€



bet365

REGISTRARSE

100€ BONUS DE INGRESO

Se aplicarán las condiciones



bwin Deportes Noticias Gráficos Apuestas deportivas Regístrate

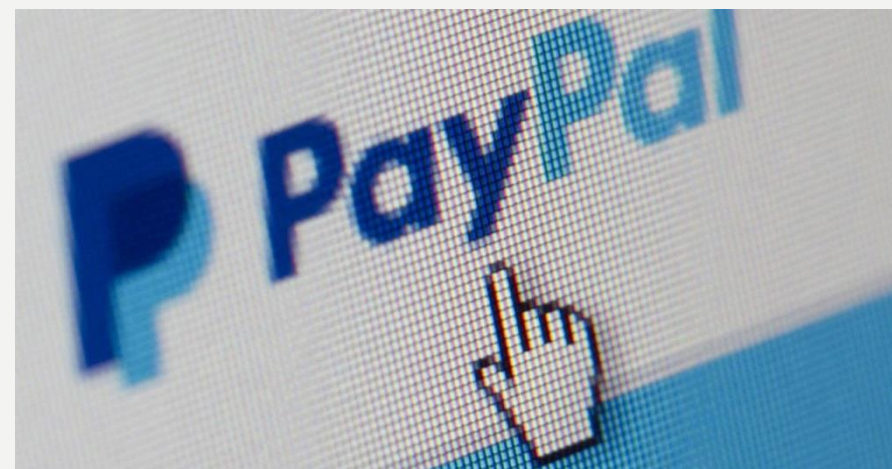
Cómo disfrutar del bono bwin: ¡hasta 200€!










Publicado 03.08.2017 por Lorena Solís

bwin Vive emoción, elige bwin

BONO BIENVENIDA HASTA 200€

[Regístrate ahora](#)



	Edad 20	Duración 7 - 30 días	Importe 50 - 1.000 €	Máx TAE. 57252.3%	Valoración ★★★★★	SOLICITAR →
<small>Ejemplo: 600€ a 15 días. TAE: 5209%. Total: 687€. Plazo mín: 7 días. Plazo máx: 30 días.</small>						
	Edad 18	Duración 1 - 30 días	Importe 1 - 900 €	Máx TAE. 2424.6%	Valoración ★★★★★	SOLICITAR →
<small>Ejemplo: 180€ a 25 días. TAE: 2424.6%. Total: 249€. Plazo mín: 1 día. Plazo máx: 30 días.</small>						
	Edad 18	Duración 13 - 42 meses	Importe 500 - 4.000 €	Máx TAE. 24.51%	Valoración ★★★★★	SOLICITAR →
<small>Ejemplo: 2.500€ a 31 meses. TAE: 24.51%. Total: 3.020€. Plazo mín: 13 meses. Plazo máx: 42 meses.</small>						
	Edad 22	Duración 7 - 30 días	Importe 50 - 1.000 €	Máx TAE. 5431.2%	Valoración ★★★★★	SOLICITAR →
<small>Ejemplo: 200€ a 20 días. TAE: 2112.6%. Total: 299€. Plazo mín: 7 días. Plazo máx: 30 días.</small>						
	Edad 18	Duración 3 - 72 meses	Importe 1 - 4.000 €	Máx TAE. 151.8%	Valoración ★★★★★	SOLICITAR →
<small>Ejemplo: 500€ a 3 meses. TAE: 151.8%. Total: 582.06€. Plazo mín: 3 meses. Plazo máx: 72 meses.</small>						
	Edad 18	Duración 5 - 30 días	Importe 50 - 800 €	Máx TAE. 1009.48%	Valoración ★★★★★	SOLICITAR →
<small>Ejemplo: 200€ a 62 días. TAE: 1009.48%. Total: 451.69€. Plazo mín: 5 días. Plazo máx: 30 días.</small>						
	Edad 25	Duración Crédito Flexible	Importe 100 - 500 €	Máx TAE. 334.47%	Valoración ★★★★★	SOLICITAR →
<small>Ejemplo: 500€ a 4 meses. TAE: 334.47%. Total: 557.72€. Plazo mín: Crédito Flexible. Plazo máx: Crédito Flexible.</small>						
	Edad 18	Duración 6 - 36 meses	Importe 1.000 - 5.000 €	Máx TAE. 60%	Valoración ★★★★	SOLICITAR →
<small>Ejemplo: 2.000€ a 24 meses. TAE: 62%. Total: 3.229€. Plazo mín: 6 meses. Plazo máx: 36 meses.</small>						
	Edad 18	Duración Crédito revolving	Importe 200 - 4.000 €	Máx TAE. 301.34%	Valoración ★★★★	SOLICITAR →

Autores	Año	Muestras	Prevalencia del juego de azar online
Tsitsika, Tzavela, Mavromati e o consorcio EU NET ADB	2012	13.300 adolescentes europeos de entre 14 y 17 años	5,9%
Carbonell e Montiel	2013	4.1261 jóvenes españoles de entre 12 y 20 años	18%
Rial et al. (USC)	2016	44.054 adolescentes gallegos de entre 12 y 17 años	6,4%
Rial et al. (USC)	2018	3.412 adolescentes compostelanos de 12 a 17 años	8,4%

- M. GRIFFITHS
- M. CHÓLIZ
- ✓ La prevalencia de juego problemático es mayor entre los jugadores online que entre los jugadores presenciales. El juego *online* 3-4 veces mayor potencial adictivo (1%-4%)
- ✓ Comenzar a jugar en la adolescencia triplica el riesgo de desarrollar una ludopatía

Aunque la mayoría de los adolescentes juegan ocasionalmente y no experimentarían un problema de dependencia, constituye una población de riesgo especial (Derevensky y Gilbeau, 2015).

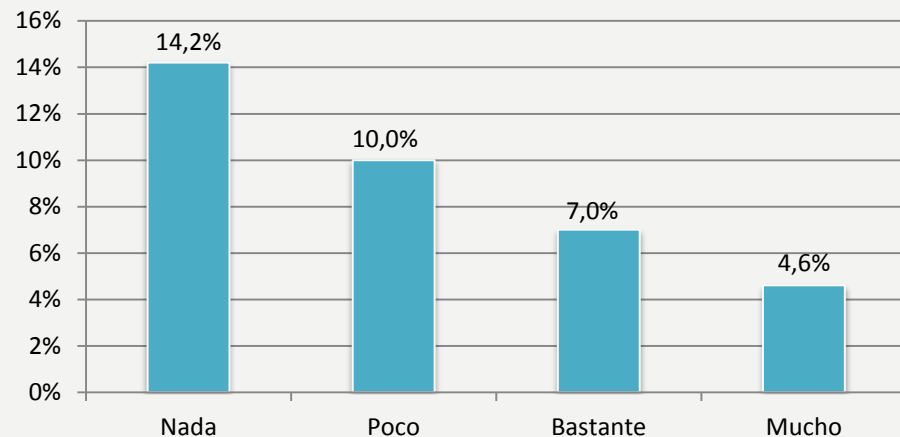
ESTUDIOS USC

1. **Afecta a más adolescentes de los que pensamos** (8,4% de los menores gallegos reconocen haber apostado en juegos de azar *on line* o en webs de apuestas; más de 10.000 menores).
2. **Va en aumento:** 1,5% en 2010, 4,2% en 2014, 6,4% en 2016 y el 8,4 en 2017)
3. **PERFIL:**
 - ✓ 8 de cada 10 son varones
 - ✓ La media de edad del adolescente que apuesta en la Red es de 15 años
 - ✓ Es una práctica que aumenta con la edad, pero comienza antes de lo que cabría pensar (1 de cada 4 de los que apuesta en la Red lo hace ya con 12 o 13 años)
 - ✓ Elevada impulsividad y déficit de asertividad
 - ✓ Tiene mucho que ver con las Normas y Límites a nivel familiar: a) En el 81% de los casos los padres no controlan o limitan el uso de Internet/móvil; b) La tasa de “apostantes” es 3 veces mayor entre los adolescentes que acostumbran a conectarse a Internet a partir de las 24h
4. **No es un problema aislado**, presentan un claro patrón de riesgo:
 - ✓ Tasas mayores de PIU, de ciberacoso, sexting, sextorsión, contacto con desconocidos, etc.
 - ✓ Mayor consumo de alcohol y otras drogas
 - ✓ Rendimiento académico inferior

Evidencias sólidas a favor de una **PREVENCIÓN INTEGRAL**

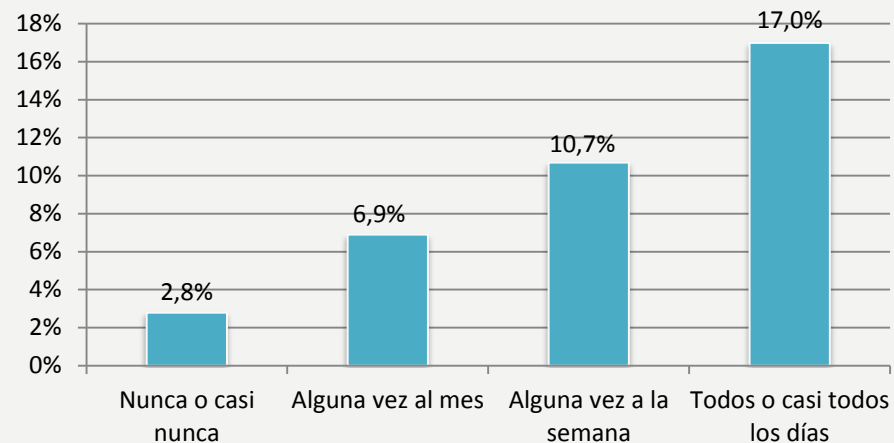
PAPEL DE LOS PADRES

% JUGADORES ON LINE



Tus padres se preocupan por enseñarte y aconsejarte sobre el uso responsable de Internet...

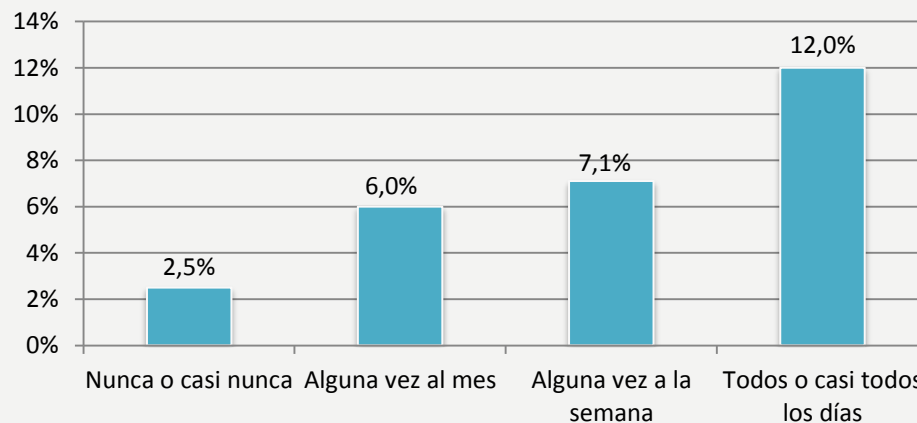
% JUGADORES ON LINE



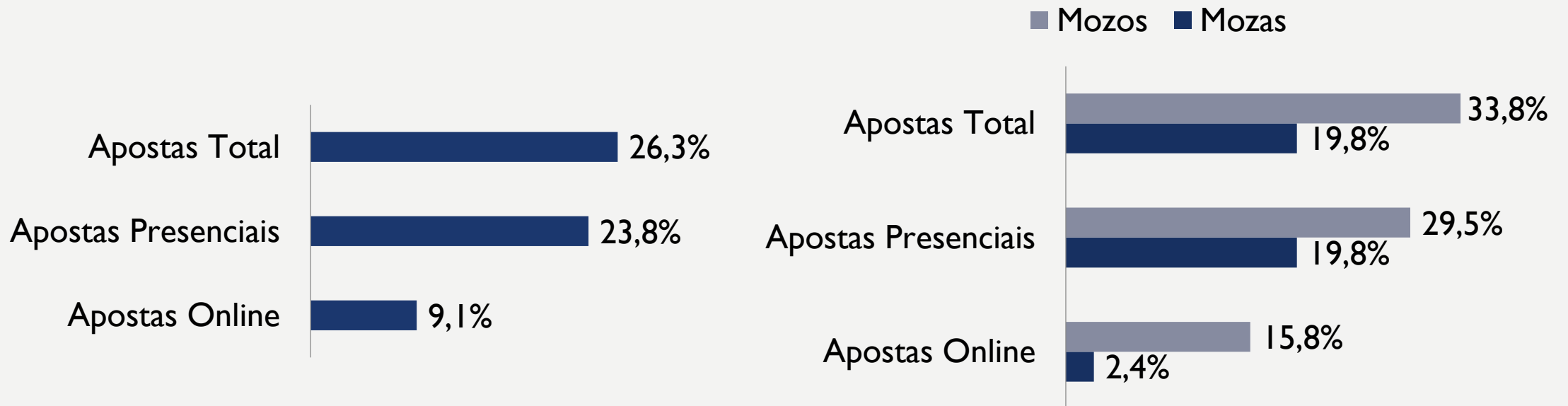
Te sueles conectar a partir de las 12 de la noche...

% JUGADORES ON LINE

Llevas el móvil a clase...



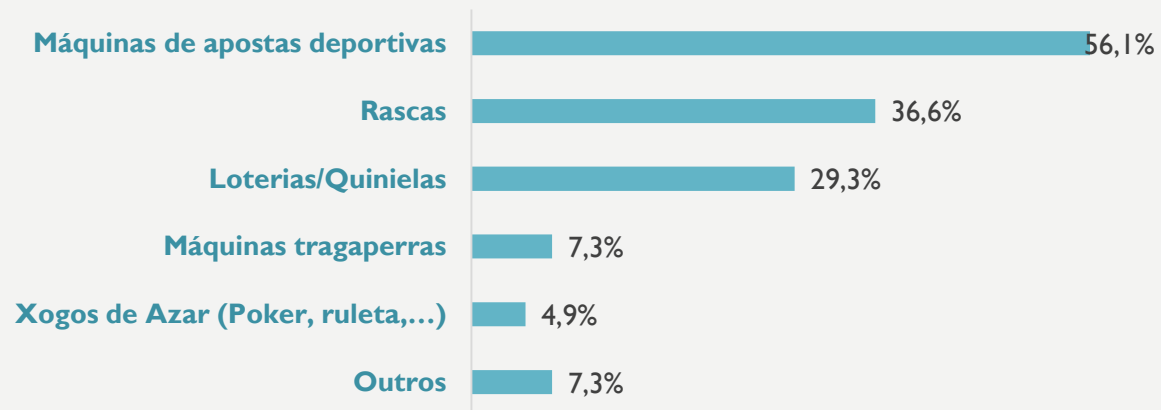
NUEVOS DATOS (2019-ESO)



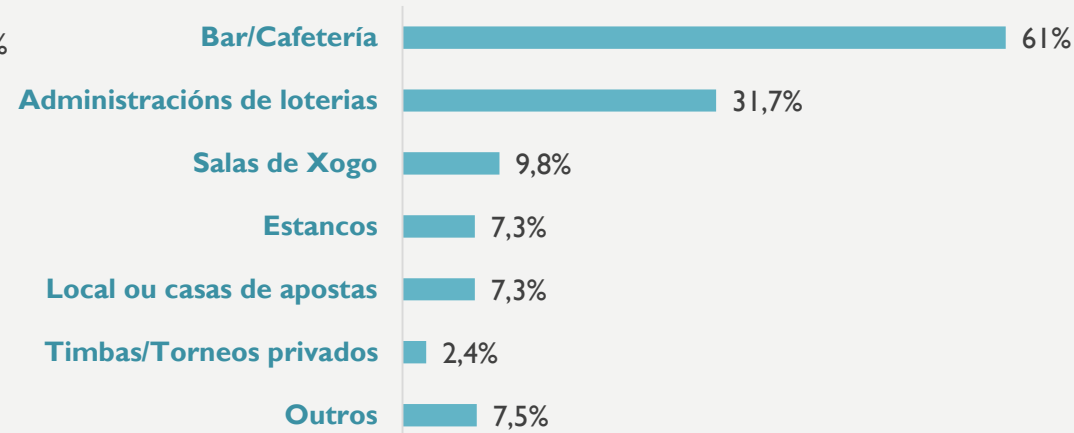
- **BAGS:** un **3,6%** estaría en un **RIESGO ALTO** de desarrollar una adicción al juego (el 15,4% de los que juegan).
- La inmensa mayoría de los que apuestan (84,2%) saben que non es legal
 - **Un 42,3% de los progenitores saben que sus hijos/as apuestan**

JUEGO PRESENCIAL

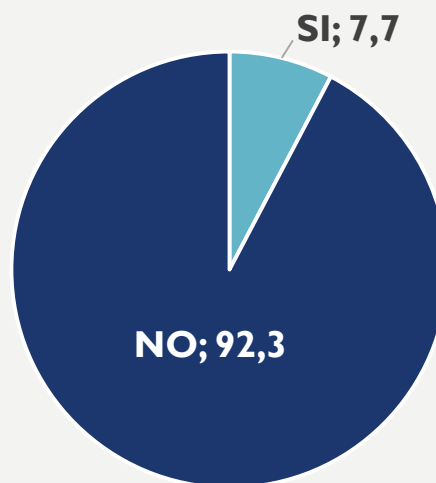
Tipos de apuestas más comunes



Lugares donde apuestan

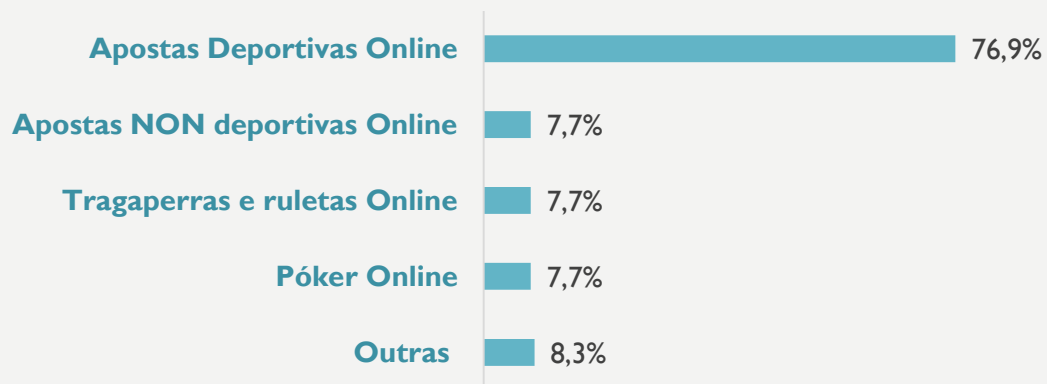


¿Te pidieron el DNI?

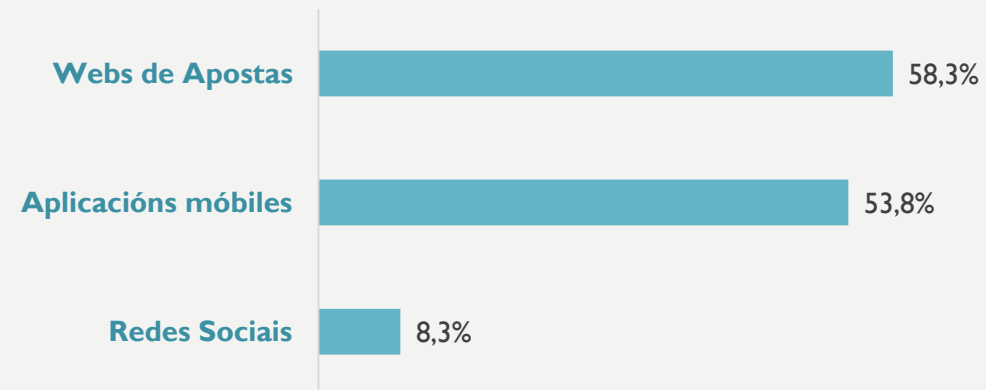


JUEGO ONLINE

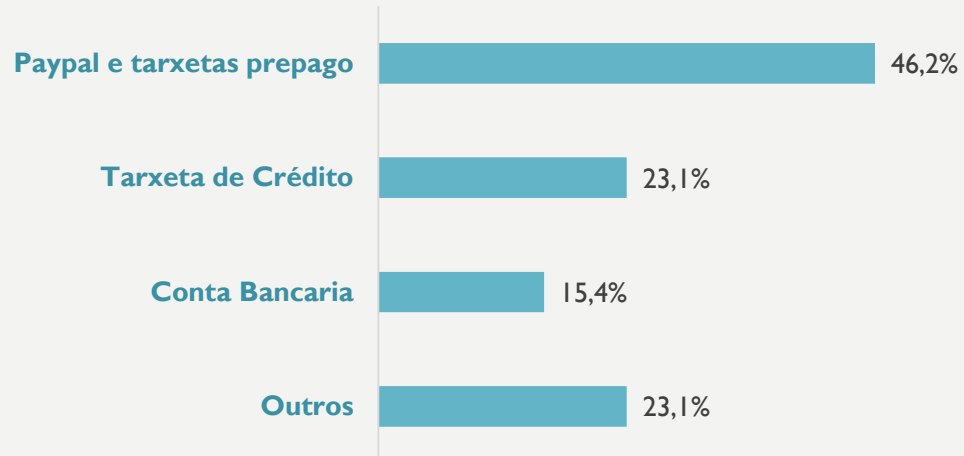
Tipo de apuestas más comunes



Medios a través de los que apuestan



¿Cómo sueles pagar?



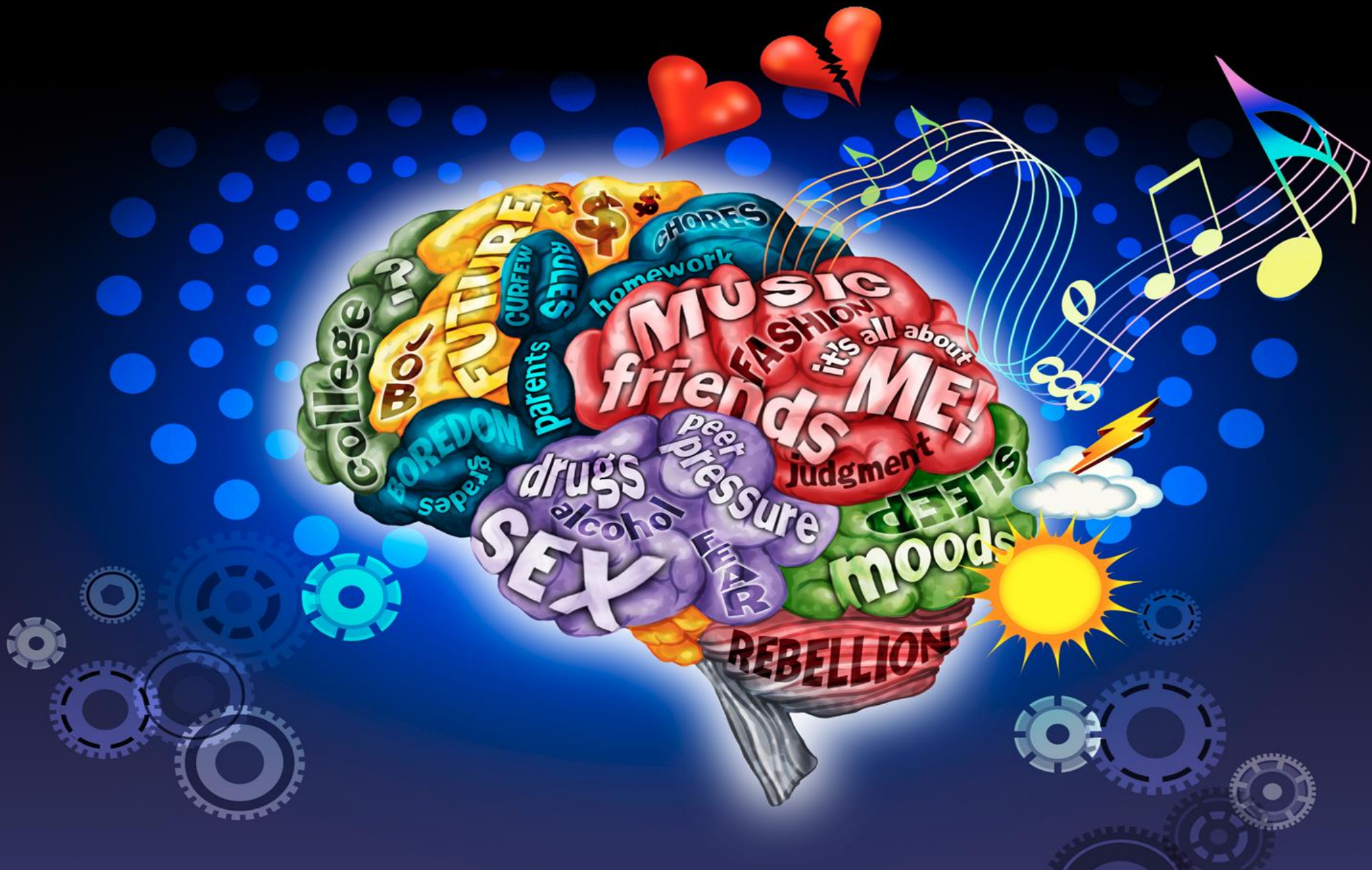
A decorative graphic on the left side of the slide, consisting of two parallel, wavy vertical lines. The inner line is a light blue color, and the outer line is white. They are set against a dark blue background.

¿QUÉ PODEMOS HACER?

PREVENCIÓN INTEGRAL



LA GRAN PIRÁMIDE DE LA PREVENCIÓN





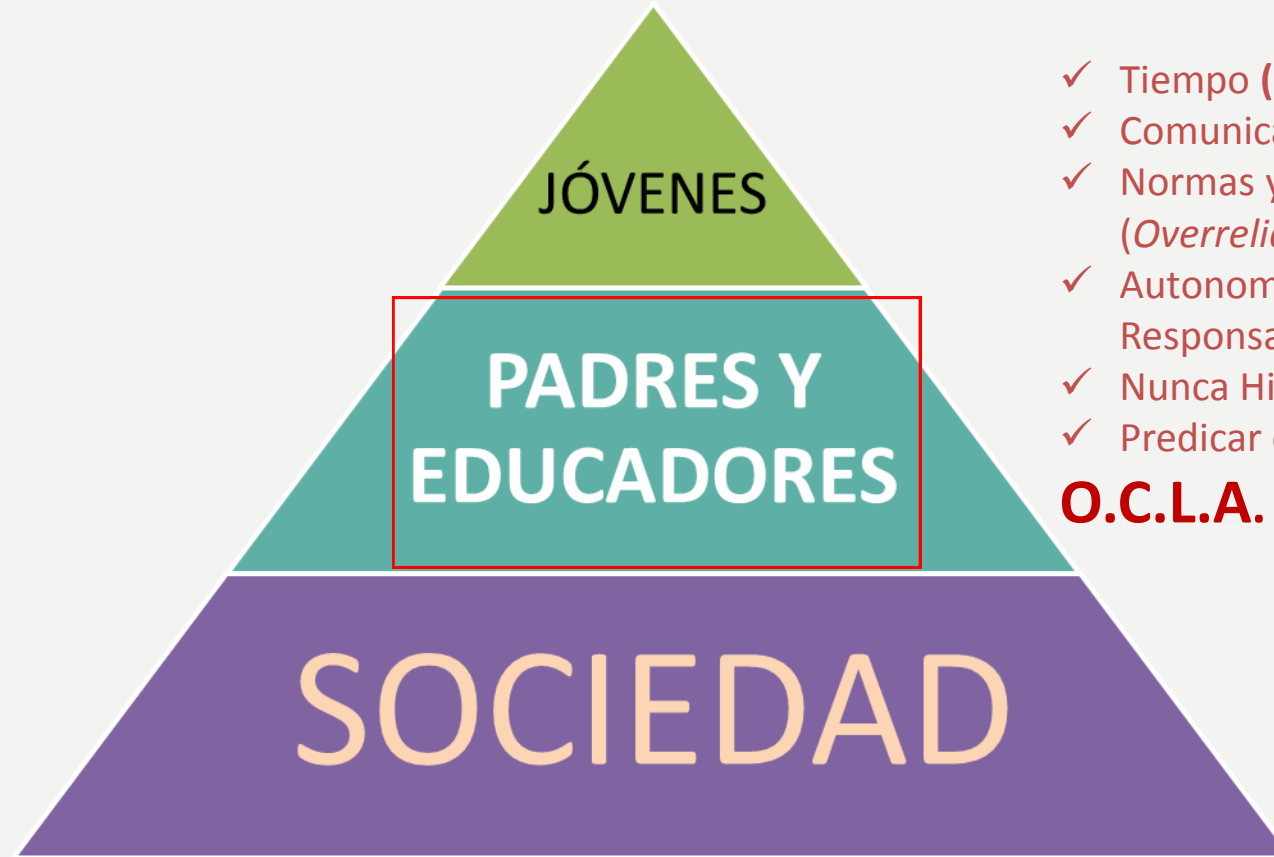


PREVENCIÓN INTEGRAL



LA GRAN PIRÁMIDE DE LA PREVENCIÓN

PREVENCIÓN INTEGRAL



LA GRAN ASIGNATURA PENDIENTE

- ✓ Tiempo (PRE-OCUPARSE)
- ✓ Comunicación
- ✓ Normas y límites (*Overreliance*)
- ✓ Autonomía y Responsabilidad...
- ✓ Nunca Hiperprotección
- ✓ Predicar con el **Ejemplo**

O.C.L.A.

LA GRAN PIRÁMIDE DE LA PREVENCIÓN

EDUCACIÓN EN VALORES Y H



Full length article

Minors and problematic Internet use: Evidence for better prevention

Antonio Rial^a, Sandra Golpe^a, Manuel Isorna^b, Teresa Braña^a, Patricia Gómez^{a,*}

^a Consumer and User Psychology Unit, Faculty of Psychology, University of Santiago de Compostela, Santiago de Compostela, Spain

^b Department of Psycho-socio-educational Analysis and Intervention, Faculty of Education Sciences, University of Vigo, Ourense, Spain



ARTICLE INFO

Keywords:

Adolescents
Alcohol and other drugs use
Online risky behaviors
Personal variables
Prevention
Problematic Internet use

ABSTRACT

The expansion of ICT has contributed to the emergence of a new issue of increasing importance: problematic Internet use. Addressing this phenomenon comes with the understanding that it is not isolated from other online risky behaviors or other common problems in adolescence, such as substance use. This suggests the desirability in identifying common factors that can guide preventive work. This empirical study based on a sample of 3772 Spanish adolescents aged between 12 and 17 years has allowed: a) to verify that the use of Internet and social networking sites is widespread; b) to demonstrate that problematic Internet use is associated with different online risky practices (contacting strangers, sexting, online gambling ...), as well as substance use, and c) to identify personal variables related to problematic Internet use and online risky behaviors. The results obtained emphasize the relevance of relying on a transversal approach to prevention, based on values and life skills education.

1. Introduction

One of the hallmarks of society in the 21st century is the widespread use of Information and Communication technology (ICT), the success of which has contributed to the birth of a new social concern related to adolescents' use of the Internet. Abusive use or misuse of the Internet, social networks and ICT, are primary concerns in the educational community nowadays, as is demonstrated in the Director's Plan (Ministry of Education, Culture and Sport, Interior Ministry and Ministry of Health, & Social Services and Equality of Spain, 2016). Beyond the benefits of the Internet and ICT expansion to society, there are many risks that result from its misuse (Livingstone, Haddon, Görzig, & Ólafsson, 2011). Access to xenophobic, racist, homophobic, sexist and/or chauvinist content has contributed to aggravating some intolerant and retrograde attitudes among young people (Golpe, Gómez, Harris, Braña, & Rial, 2017). Additionally, many works have warned about abusive use of the Internet by adolescents, relating it to negative consequences, both physical and psychological (Kelly & Gruber, 2013; Rial, Golpe, Gómez, & Barreiro, 2015).

Moreover, the Internet has become a place for many risky practices, such as cyberbullying, sexting, extortion, grooming and the access to pornographic and gambling websites (Garaigordobil & Alri, 2013; Strassberg, McKinnon, Sustaita, & Rullo, 2013; Wolak, Finkelhor, & Mitchell, 2004), considered to be, in some cases, new forms of crime. Some authors have referred to a new type of addiction (Young, 1998),

while others prefer to talk about Pathological Internet Use (Durkee et al., 2016) or, at least, Problematic Internet Use (Shapira et al., 2003). The lack of recognition of a specific diagnostic category in the DSM-5 (American Psychiatric Association [APA], 2013), along with the lack of agreement regarding the conceptualization and the operationalization, make the estimated prevalence figures very unclear. For example, at a Spanish national level, Oliva et al. (2012) found 0.76% of adolescents and young people with a severe level of Internet addiction and 21.9% with a moderate addiction, while the prevalence was 16.3% in a recent study of 41,000 Galician adolescents (Golpe, Gómez, Harris et al., 2017), which had been significantly greater in girls than in boys (17.8% vs 14.7%). At present, many experts use the term Problematic Internet Use while no alternative agreement exists among the scientific community. The term refers to the presence of clinically significant distress or impairment in social, occupational or other important areas of functioning associated to Internet use (Acier & Kern, 2011).

Furthermore, empiric evidence has related Problematic Internet Use to other relatively frequent risky behaviors during adolescence, such as online pathological gambling (Barrault & Vareson, 2012), video game addiction (Gunuc, 2015), parent-child conflicts (Wang, Zhou, Lu, Wu, & Hong, 2011) or even alcohol and other drug use (Cía, 2013; Golpe, Gómez, Braña, Varela, & Rial, 2017; Sun et al., 2012). In fact, there are works that have linked problematic Internet use and substance use to personal variables such as high impulsivity (Chuang et al., 2017), as well as to difficulties in social skills (Schneider, Limberger, & Andretta,

* Corresponding author.

E-mail addresses: antonio.rial.bouloa@usc.es (A. Rial), sandra.golpe@usc.es (S. Golpe), isorna.maria@uvigo.es (M. Isorna), teresa.braña@usc.es (T. Braña), patricia.gomez@usc.es (P. Gómez).



MAGISTER

www.elsevier.es/magister



ARTÍCULO DE INVESTIGACIÓN

Diferencias en la ocupación del tiempo libre entre los escolares que practican deporte federado y no federado

M. Isorna Folgar^{a,*}, A. Rial Boubeta^b y R. Vaquero-Cristóbal^c

^aDepartamento de Análisis e Intervención Psicoeducativa. Facultad de Ciencias de la Educación, Universidad de Vigo, Vigo, Pontevedra, España

^bÁrea de Metodología de las Ciencias del Comportamiento, Universidad de Santiago de Compostela, Santiago de Compostela, A Coruña, España

^cFacultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Cátedra de Traumatología del Deporte. Universidad Católica de Sant Antonio de Murcia, Murcia, España

Recibido el 4 de octubre de 2013; aceptado el 4 de abril de 2014

PALABRAS CLAVE

Ocio;
Ejercicio físico;
TIC;
Niños;
Adolescentes

Resumen

El objetivo de la presente investigación fue analizar la distribución del tiempo libre que realizan los niños/adolescentes en función de si están federados, de su género y de la modalidad deportiva que practican. Un total de 306 alumnos/as de 5.º de primaria a 4.º de la Educación Secundaria Obligatoria, con edades comprendidas entre los 9 y 16 años, completaron un cuestionario para conocer cómo ocupan su tiempo libre de lunes a viernes. Se encontró que los escolares que practicaban deporte federado ocupaban más tiempo realizando ejercicio físico que los que practicaban deporte no federado, ocupando estos un mayor número de horas en la utilización de tecnologías de la información y la comunicación y ayudando en las tareas del hogar. Además, las chicas ocupan menos tiempo que los chicos realizando deporte y más escuchando música y haciendo actividades culturales. No se encontraron diferencias en función de la modalidad deportiva practicada. En conclusión, ya que la práctica físico-deportiva debe prevalecer sobre cualquier ocupación del ocio de forma sedentaria es necesario que los niños y adolescentes se incorporen a los clubes deportivos de sus respectivos pueblos o ciudades, por lo que se debe adaptar la oferta a las demandas de esta población.

© 2013 Facultad de Formación del Profesorado y Educación de la Universidad de Oviedo. Publicado por Elsevier España, S.L. Todos los derechos reservados.



INICIO ACERCA DE ACCESO A USUARIOS NUEVOS USUARIOS BUSCAR ACTUAL ARCHIVOS ANUNCIOS NORMAS
PARA AUTORES ENVÍO ARTÍCULO Nº 33 EN ELABORACIÓN ENERO 2018 Nº 34 EN ELABORACIÓN JULIO 2018

Inicio > Núm. 31 (2017) > Golpe Ferreiro

Uso problemático de Internet y adolescentes: el deporte sí importa (Problematic Internet use and adolescents: sport does matter)

Sandra Golpe Ferreiro, Manuel Isorna Folgar, Patricia Gómez Salgado, Antonio Rial Boubeta

Resumen

Más allá de los innumerables beneficios que ha supuesto la expansión de Internet y las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC), cada vez son más los estudios que recalcan también los problemas y riesgos que suele conllevar, especialmente en el caso de los adolescentes. El aumento del sedentarismo y el aislamiento, la distorsión de la socialización, de las pautas de sueño y alimentación y, en general, el uso problemático de Internet, están suscitando una creciente preocupación social a la que expertos e investigadores siguen intentando dar respuesta. Sin embargo, el desarrollo de estrategias educativas o preventivas realmente eficaces es todavía una cuenta pendiente. El fomento de la práctica deportiva de manera regular puede deparar beneficios importantes también en este contexto. El objetivo de este trabajo ha sido precisamente aportar evidencias al respecto, intentando comprobar si efectivamente el hecho de que los adolescentes realicen deporte de forma regular, e incluso vinculados a un club y con licencia federativa, implica tasas de uso problemático de Internet significativamente menores. Los resultados obtenidos a partir de una muestra de 509 estudiantes de entre 10 y 17 años evidencian que realmente así es. Como consecuencia, más allá de las limitaciones muestrales del trabajo empírico y de su carácter exploratorio, lo que se pone sobre la mesa es la importancia que posee a estos niveles la supervisión del tiempo de ocio de nuestros hijos/as y la promoción de la actividad física y deportiva de forma regular. El potencial que a nivel preventivo tienen los programas encaminados a fomentar el deporte entre los adolescentes está, a nuestro modo de ver, aun por aprovechar.

PREVENCIÓN.... EDUCACIÓN

1º Educar en el Uso Responsable de Internet y las TIC

2º Apostar por la Educación en valores y Habilidades de Vida

- **Herramientas transversales** de gran valor para afrontar los diferentes retos y problemas que emergen en la adolescencia

Efectivas a la hora de prevenir:

- Consumo de alcohol y sustancias
- Acoso y ciberacoso
- **Uso problemático de Internet**
- **ADICCIONES SIN SUSTANCIA**

3º LA “MIOPÍA DIGITAL”

... Competencias digitales sí, ¡¡¡Competencias humanas más!!!

