



# USOS Y ABUSOS DE LAS TIC EN ADOLESCENTES

DECÁLOGO PARA CENTROS EDUCATIVOS,  
FAMILIAS Y JÓVENES.

---

# USOS Y ABUSOS DE LAS TIC EN ADOLESCENTES

Referencia del proyecto: Usos y abusos de las Tecnologías de la Información y la comunicación en adolescentes. Ayudas a la investigación 2012. Fundación MAPFRE.

Castro, D.(coord.); Gairín, J.(coord.); Bartrina, M.J.; Díaz, A.; Marquès,P.; Mercader,C.; Mozo,M.; Rodríguez, D.; Sabaté, B. (2014).

Diseño gráfico a cargo de David Boix Castell

© 2014. Equipo de Desarrollo Organizacional (EDO). Departament de Pedagogia Aplicada.  
Universitat Autònoma de Barcelona



# DECÁLOGO DE UTILIZACIÓN DE LAS TIC

La Guía es un instrumento de difusión, concienciación, formación y debate que se puede utilizar en los centros escolares, en organizaciones de educación no formal (centros cívicos, centros de ocio, entidades y asociaciones juveniles, clubes deportivos, etc.), en contextos familiares y en otros contextos donde haya jóvenes. Su pretensión es completar, mediante un enfoque diferenciado de otras guías existentes, algunos aspectos que la investigación realizada han evidenciado.

La Guía se basa en los resultados del trabajo de investigación desarrollado durante el curso académico 2012-13 por el Equipo de Desarrollo Organizacional (EDO) de la Universitat Autònoma de Barcelona. El estudio recogió las opiniones de padres y madres, adolescentes, profesorado, orientadores y directivos de institutos de secundaria de tres zonas geográficas (Barcelona, Granada y Madrid). Apoyado en los datos de casi 1000 jóvenes de 31 institutos de educación secundaria, considera también las orientaciones que los expertos (responsables municipales, inspectores de educación, policías, educadores sociales, agentes judiciales y trabajadores sociales) han hecho llegar a través de los diferentes grupos de discusión realizados

La estructuración de la Guía es sencilla y consta de 5 partes bien diferenciadas.

1. Descripción y caracterización general del contenido;
2. Recomendaciones, pautas de buenas prácticas u orientaciones definidas para profesores/centros educativos;
3. Recomendaciones, pautas de buenas prácticas u orientaciones definidas para jóvenes;
4. Recomendaciones, pautas de buenas prácticas u orientaciones definidas para familias;
5. La representación mediante esquemas, gráficos o ideogramas de algunas de las informaciones que nuestra investigación ha manejado y que sirven para ilustrar y justificar la importancia de cada uno de los diez aspectos abordados a lo largo de la Guía.

La Guía así concebida y desarrollada es un material con diversas funcionalidades y usos: (a) como elemento informativo para profesores, adolescentes y familias ya que contiene datos actualizados y vigentes sobre cómo utilizan los adolescentes españoles las TIC; (b) como generador de debate y discusión tanto por las orientaciones que se brindan como por los datos que se presentan; (c) como instrumento de formación, al inspirar acciones didácticas o nuevas propuestas de formación mediante el uso de las TIC; (d) orientar decisiones organizativas como, por ejemplo, actualizar el reglamento de funcionamiento interno de los centros educativos; y (e) como excusa para la acción tutorial y el asesoramiento al alumnado. Finalmente, pensamos que su difusión y uso puede servir, asimismo, para generar debate, abrir vías de diálogo y llegar a acuerdos entre los estamentos de la comunidad educativa para integrar las TIC y fomentar los buenos usos de las mismas en los procesos organizacionales e instructivos de los institutos y colegios de educación secundaria.

## DESCRIPCIÓN

Promover un uso adecuado de las tecnologías entre los adolescentes requiere de una estrecha colaboración entre centros educativos, familias y otros especialistas y agentes sociales. Deben establecerse mecanismos de colaboración que faciliten acciones entre todos los entornos en los que los adolescentes desarrollan su actividad académica, personal y social.

## ORIENTACIONES PARA COLECTIVOS

### PROFESORES/CENTROS EDUCATIVOS

- # Desarrollar una política informativa y formativa sobre las TIC dirigida a toda la comunidad educativa (i.e., profesorado, alumnado, familias y otros agentes sociales).
- # Abordar y acordar con las familias estrategias para el buen uso de las tecnologías.
- # Informarse de las acciones de sensibilización ofrecidas por autoridades y entidades locales en las que alumnado, profesorado y familias puedan participar.

### JÓVENES

- # Acudir a nuestros tutores y familiares cuando se nos presente alguna duda o problema vinculado al uso de la tecnologías y las redes sociales.
- # Participar en actividades y seguir las recomendaciones ofrecidas desde el centro educativo, autoridades u otros agentes educativos.

### FAMILIAS

- # Acudir a los centros educativos u otras entidades locales ante cualquier duda o problema vinculado al uso que hacen nuestros hijos de la tecnología.
- # Participar activamente en actividades formativas, informativas y de sensibilización ofrecidas por el centro educativo o cualquier otra entidad local.

# 1. COLABORACIÓN



## MULTIPLICIDAD DE LUGARES DE CONEXIÓN

### Responsabilidad compartida

¿Dónde utilizan las tecnologías los adolescentes?



Instituto Nacional de Estadísticas, 2013

## DESCRIPCIÓN

A menudo, tendemos a dibujar fronteras imaginarias entre nuestra actividad en la Red y lo que hacemos fuera de ella, pero todo lo que sucede en la Red forma parte de la vida real.

Las acciones y relaciones que desarrollamos en la Red determinan las acciones y relaciones que establecemos con nuestro entorno cotidiano.

## ORIENTACIONES PARA COLECTIVOS

### PROFESORES/CENTROS EDUCATIVOS

- # Durante las tutorías, abordar también cuestiones vinculadas a las actividades y relaciones que suceden en la Red.
- # Ayudar al alumnado a conocer las posibles consecuencias de lo que hacen en la Red, hablándoles también sobre sus potencialidades.

### JÓVENES

- # Reflexionar sobre lo que se quiere compartir y/o publicar entre nuestros contactos de la Red.
- # Cuidar las relaciones que establecemos a través de la red, tratando a la gente como nos gustaría que nos trataran a nosotros.

### FAMILIAS

- # Vigilar que no publiquen información personal importante y que mantengan sus datos e información personal en privado.
- # Mantener una comunicación abierta con los jóvenes para que confíen en nosotros cuando tengan problemas en la Red.

# 2. ESPACIOS

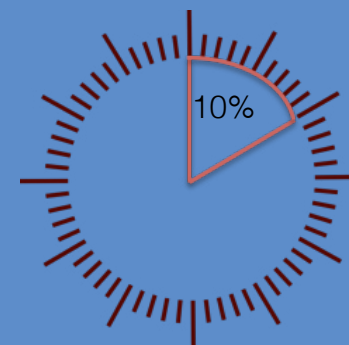


## ESPACIO VIRTUAL + ESPACIO PRESENCIAL

### Cotidianidad en la Red



Un 40% de los jóvenes establecen nuevas amistades a través de Internet.



Un 10% afirma haber reducido el tiempo presencial con sus amigos.

“Una niña me preguntó si estaba casada y le dije que sí y me preguntó que cómo se llamaba mi marido. Al rato me llamó y me dijo que había encontrado su foto en Internet. Me quedé helada y pensé que había entrado en la intimidad de mi casa”.  
(Orientador)

Ayudas a la investigación 2012. Fundación MAPFRE

EDO  
Equipo de Desarrollo  
Organizacional

UAB  
Universitat Autònoma  
de Barcelona

FUNDACIÓN MAPFRE

## DESCRIPCIÓN

Discernir qué es un uso o un abuso en relación a las TIC es muy complicado ya que una misma acción puede ser ambas cosas en función de la finalidad u objetivo que se establezca, la intensidad de uso, el grado de madurez de las personas, la intencionalidad, etc.

## ORIENTACIONES PARA COLECTIVOS

### PROFESORES/CENTROS EDUCATIVOS

- # Analizar qué tipo de usos hacen los jóvenes de las TIC: búsqueda de información, comunicarse, estudiar, relacionarse.
- # Advertir lo fácil que puede ser caer en conductas adictivas y en usos abusivos de las TIC.

### JÓVENES

- # Proponerse límites en el uso de las TIC: temporales (tiempo), espaciales (lugares), comportamiento (valores).
- # Reflexionar sobre qué uso se hace de las TIC y de los diferentes dispositivos para diferenciar si son buenos usos o abusos.

### FAMILIAS

- # Facilitar límites para discernir entre usos y abusos de los jóvenes en relación al uso de las TIC.
- # Ayudar a los jóvenes a establecer controles para evitar caer en situaciones de abuso en relación a las TIC.

## 3. (AB) USOS



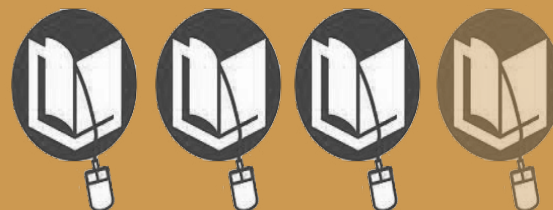
## VARIEDAD DE USOS



1/4 jóvenes afirma que las TIC le hacen perder tiempo que antes dedicaban a otras cosas como estar con los amigos.



2/4 jóvenes afirma que consulta libros digitales.



3/4 jóvenes afirma que les permiten hacer más ejercicios y repasar mejor las lecciones.



2/4 jóvenes dicen bajarse ilegalmente archivos de música y audio.



3/4 alumnos dicen usarlas para buscar información y hacer trabajos.



2/4 jóvenes afirman haber copiado los deberes mediante las TIC

Ayudas a la investigación 2012. Fundación MAPFRE

EDO  
Equipo de Desarrollo  
Organizacional

UAB  
Universitat Autònoma  
de Barcelona

FUNDACIÓN MAPFRE

## DESCRIPCIÓN

La competencia digital no se reduce a ser hábil en el manejo de dispositivos y aplicaciones. La competencia digital implica el desarrollo de capacidades instrumentales, así como habilidades y actitudes y valores para el uso eficiente y responsable de las TIC.

Es necesario saber navegar estratégicamente, evaluar la credibilidad de las fuentes de información y saber integrar informaciones diversas.

## ORIENTACIONES PARA COLECTIVOS

### PROFESORES/CENTROS EDUCATIVOS

- # Incluir el uso de dispositivos y aplicaciones digitales en todas las situaciones de la vida escolar.
- # Diseñar e implementar actividades significativas e interdisciplinares que permitan desarrollar la competencia digital del alumnado.
- # Integrar las experiencias y conocimientos que los estudiantes tienen de los entornos digitales para complementarlos con contenidos más académicos.

### JÓVENES

- # Evitar distraerse con páginas de ocio (Facebook, Tuenti, etc.) cuando el objetivo de la navegación sea localizar información de interés.
- # Antes de iniciar cualquier búsqueda, pensar qué información necesitamos localizar y trazar una ruta de navegación.
- # Analizar con criterio y rigor cualquier información localizada en Internet.

### FAMILIAS

- # Desarrollar el conocimiento, uso y dominio de dispositivos y aplicaciones TIC.
- # Compartir actividades que impliquen el uso de dispositivos y aplicaciones TIC con los hijos.

# 4.COMPETENCIA



## TRANSFERENCIA DE CONOCIMIENTOS



Departament d'Ensenyament de la Generalitat de Catalunya, 2013



6'6% mucho



46'1% poco



6'8% mucho



49'4% poco



5% mucho



51,5% poco

**¿Cuánto usan las TIC en la enseñanza?** (matemáticas, ciencias sociales, lenguaje)

Ayudas a la investigación 2012. Fundación MAPFRE

EDO  
Equipo de Desarrollo  
Organizacional

UAB  
Universitat Autònoma  
de Barcelona

FUNDACIÓN MAPFRE

## DESCRIPCIÓN

El acceso a la tecnología constituye todavía una de las principales barreras para promover un uso adecuado y efectivo de las mismas, tanto en el ámbito educativo, como en el profesional y social. La “diversidad digital” nos obliga a desarrollar políticas y estrategias ajustadas a las personas en función del género, la edad, la identidad cultural, el origen geográfico o cualquier otra característica personal.

## ORIENTACIONES PARA COLECTIVOS

### PROFESORES/CENTROS EDUCATIVOS

- # Atender las características y necesidades diferenciadas del alumnado en el desarrollo de políticas que promuevan un uso adecuado de la tecnología.
- # Compensar desde los centros educativos las carencias de acceso a la tecnología que pueden tener algunos adolescentes.
- # Mejorar la formación del profesorado sobre el uso de las TIC en contextos interculturales.

### JÓVENES

- # Respetar la cultura y usos diferenciados que algunos amigos o compañeros puedan hacer de las tecnologías.
- # Ayudar a nuestros amigos y dejarnos ayudar por ellos, en el caso de disponer de accesos y habilidades tecnológicas diferentes.

### FAMILIAS

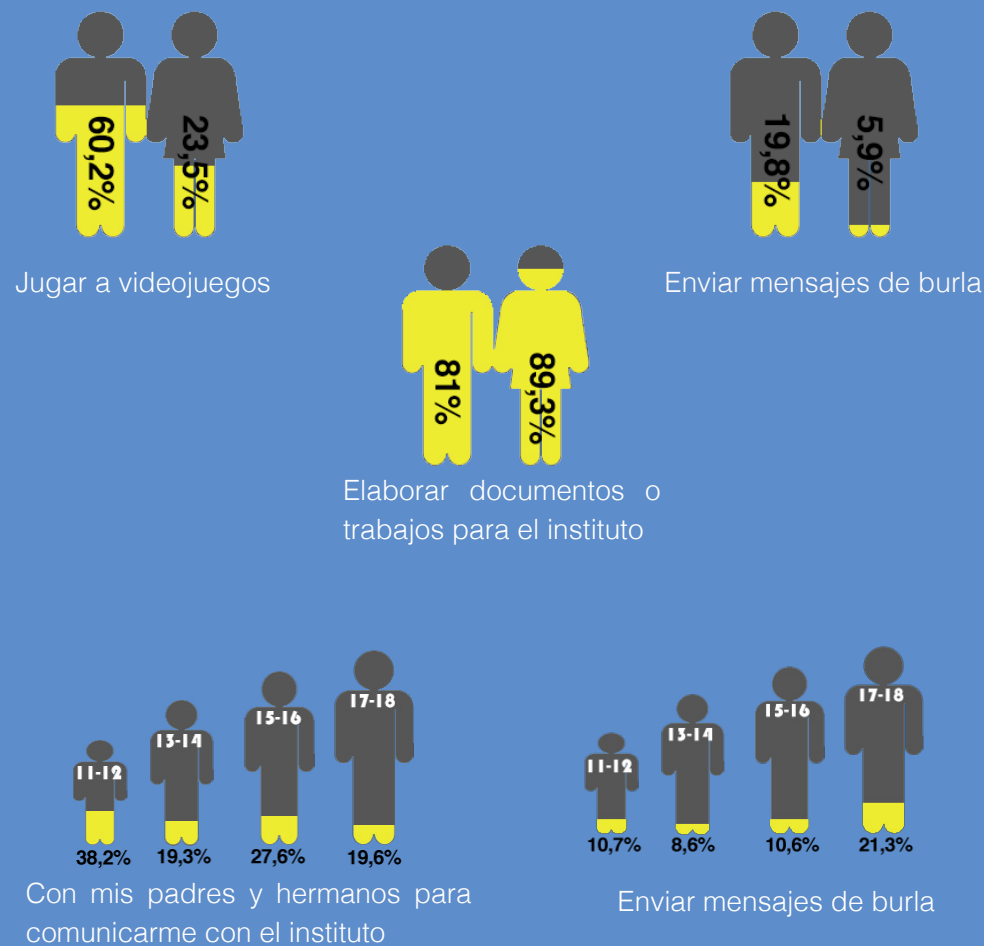
- # Acompañar a nuestros hijos en el uso de la tecnología en edades tempranas.
- # Ayudar a que nuestros hijos no sólo usen las tecnologías como un medio de entretenimiento, sino también como una herramienta de estudio y trabajo.

# 5. PERSONAS



## UTILIZACIÓN DE LAS TIC

En función del sexo y la edad



Ayudas a la investigación 2012. Fundación MAPFRE

## DESCRIPCIÓN

El uso de las TIC se hace mediante diversos dispositivos como la televisión, la videoconsola, la pizarra digital, el ordenador, la tableta o el teléfono móvil. Las posibilidades que ofrece cada dispositivo son distintas y por ello no se utilizan de igual forma. Hay que tener en cuenta todos los dispositivos al alcance de los adolescentes y poner especial atención a aquellos más utilizados como el móvil o el ordenador.

## ORIENTACIONES PARA COLECTIVOS

### PROFESORES/CENTROS EDUCATIVOS

- # Dominar las TIC en sus diferentes dispositivos facilita la intervención y soporte necesario para con los adolescentes.
- # Aprovechar las posibilidades educativas del móvil y la tableta dentro de la institución como elemento motivador.
- # Ser coherentes con el reglamento en el uso del móvil. Si no se va a respetar la norma, es mejor adecuarla.

### JÓVENES

- # Saber utilizar móvil, tableta y ordenador demuestra un diverso manejo de las TIC pero cuidado que no quite tiempo para otras actividades.
- # Disponer de todos los dispositivos no siempre está a nuestro alcance pero eso no significa que no podamos lograr los mismos resultados.
- # Controlar los gastos que se hacen con el móvil o tableta, tanto en las descargas de aplicaciones como los SMS de concursos.

### FAMILIAS

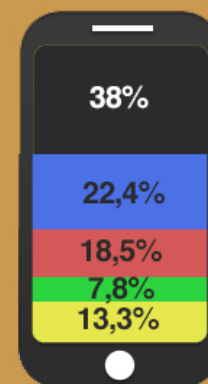
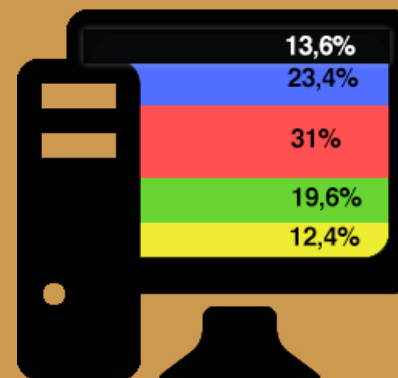
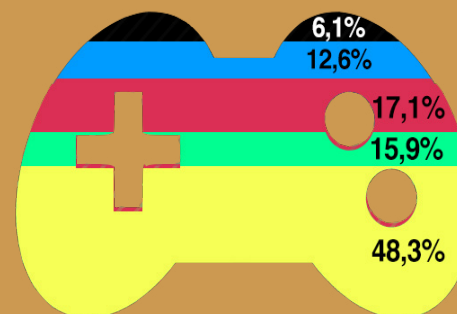
- # Comprobar lo que tus hijos hacen con las TIC pues no sólo lo utilizan para el ocio, también para el estudio.
- # Conocer cuáles son los dispositivos que tus hijos suelen usar y siempre que sea posible, tenerlos en zonas comunes.

# 6. DISPOSITIVOS



## TIEMPO DE CONEXIÓN EN EL FIN DE SEMANA

Distribución según el dispositivo  
(consola, ordenador y móvil)



- Ninguna
- < 1 hora
- 1-3 horas
- 3-6 horas
- > 6 horas

Ayudas a la investigación 2012. Fundación MAPFRE

EDO  
Equipo de Desarrollo  
Organizacional

UAB  
Universitat Autònoma  
de Barcelona

FUNDACIÓN MAPFRE

## DESCRIPCIÓN

El término protección hace referencia tanto a la protección del propio dispositivo para su buen funcionamiento: a través del uso de antivirus, cortafuegos, back ups y revisiones, así como también de la protección del individuo que hace uso de los mismos: horas dedicadas, accesos restringidos por edad, identidad, etc.

## ORIENTACIONES PARA COLECTIVOS

### PROFESORES/CENTROS EDUCATIVOS

- # Restringir las páginas de contenido no adecuado o que no tienen un uso académico/escolar.
- # Enseñar a prevenir, detectar y saber abordar posibles virus que puedan dañar los dispositivos.
- # Controlar el acceso y el uso que hace el alumnado de vuestros dispositivos.

### JÓVENES

- # Comprobar que la fuente es fiable/conocida antes de facilitar datos personales o de entablar una relación; ante la duda consultar a un adulto.
- # Proteger los dispositivos de virus o personas ajenas que puedan acceder a áreas privadas. Evitar abrir archivos de desconocidos.
- # Cumplir las normas en cuanto al uso de las TIC y si no se comprenden preguntar el por qué.

### FAMILIAS

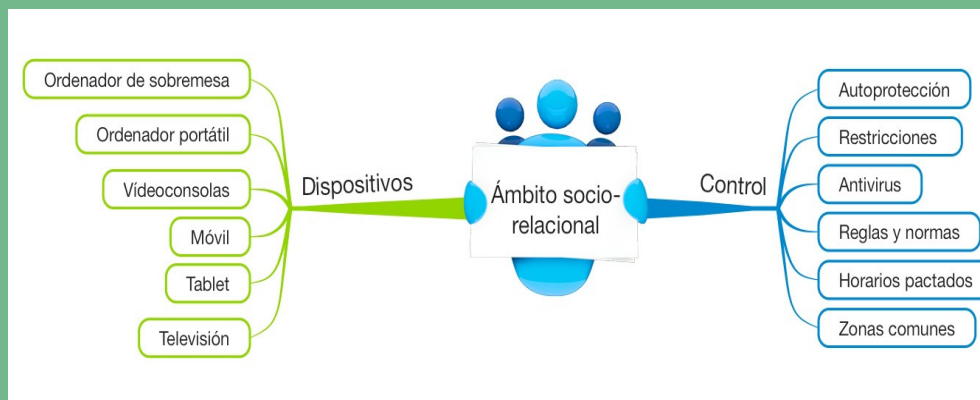
- # Colocar los dispositivos en lugares comunes de la casa para controlar el uso que les dan.
- # Marcar límites y pautas firmes respecto al horario y momentos de uso, sino utilizar controles parentales.
- # Restringir las páginas de contenido no adecuado a cada edad.

# 7. PROTECCIÓN



## LAS AMENAZAS DE LA RED

### Protección y reflexiones



El principal peligro que los jóvenes identifican en relación al uso de las TIC, es la suplantación de identidad o el engaño de determinados perfiles; este temor es lógico si consideramos que argumentan que uno de los principales usos es la comunicación y el traspaso de mensajes orales, escritos, fotográficos o video gráficos. Por ello, y asociado a ese peligro, identifican el robo o mal uso de las fotografías, enlaces y documentos compartidos como otro gran riesgo.

Ayudas a la investigación 2012. Fundación MAPFRE

## DESCRIPCIÓN

Los jóvenes son conscientes de las posibles consecuencias del uso de las tecnologías pero, suelen percibir que éstos efectos no les afectan porque actúan con precaución.

Es importante educar en el respeto y cuidado hacia la propia persona en aspectos como la pérdida de intimidad, la adicción, falta de sueño o la pérdida de amistades.

## ORIENTACIONES PARA COLECTIVOS

### PROFESORES/CENTROS EDUCATIVOS

# Potenciar la responsabilidad de los jóvenes sobre las propias acciones en el uso de las TIC, analizando las consecuencias que éstas pueden tener.

# Concienciar al alumnado de las consecuencias legales, sociales y personales de determinados usos de las TIC en las horas de tutoría y con charlas de profesionales.

### JÓVENES

# Evitar que las TIC te impidan dormir las horas necesarias, quedar con amigos y mantener las aficiones.

# Valorar bien qué contenido colgar o compartir por Internet. Lo que se hace y cuelga en la “nube” queda para siempre y es accesible para muchos usuarios.

### FAMILIAS

# Asesorar a los jóvenes para enfrentarse a determinadas situaciones mientras navegan o usan las TIC.

# Asesorar a los jóvenes y hacer un seguimiento de los usos de las tecnologías para ayudarlos a entender las consecuencias que pueden tener determinadas acciones en sus vidas.

## EL DIA A DIA CON LAS TIC



42,8% de los padres señala la adicción o dependencia de las TIC como un riesgo bastante o muy grave



34,5% de los padres señalan el aislamiento social como una conducta muy o bastante grave

A yellow sticky note with two red pushpins at the top. The text on the note is as follows:

El profesorado de secundaria muestra preocupación por el número de horas excesivo de conexión de los jóvenes a las pantallas relacionándolo con:

- El posible desarrollo de adicciones o trastornos.
- Su interferencia en el rendimiento escolar por falta de concentración y horas de sueño (por estar delante de las pantallas hasta altas horas).



26% de los menores reconoce haber tenido épocas de dependencia

Ayudas a la investigación 2012. Fundación MAPFRE

INTECO, 2009

# 8. CONVIVENCIA



EDO  
Equipo de Desarrollo  
Organizacional

UAB  
Universitat Autònoma  
de Barcelona

FUNDACIÓN MAPFRE

## DESCRIPCIÓN

Nuestra comunidad necesita de una regulación en la conducta de los jóvenes para la promoción saludable de la convivencia en el aula y en las relaciones personales, familiares tanto físicas como virtuales. Promover un trato al adolescente acorde a valores y actitudes tales como el respeto y la empatía.

## ORIENTACIONES PARA COLECTIVOS

### PROFESORES/CENTROS EDUCATIVOS

- # Fomentar los valores de respeto y empatía hacia los demás en el uso escolar y no escolar de los soportes tecnológicos.
- # Promover el trabajo individual y en equipo en el mundo virtual para la promoción personal y académica de los alumnos.

### JÓVENES

- # Respetar la privacidad de los demás puesto que sólo a ellos les pertenecen sus datos personales.
- # Solicitar siempre permiso a la persona que sale en una foto antes de etiquetarla o subirla a la Red.
- # Participar con una actitud positiva teniendo en cuenta la diversidad de opiniones y pensamientos.

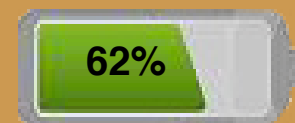
### FAMILIAS

- # Comprender que el espacio virtual debe regirse por las mismas actitudes y normas de comportamiento que el espacio presencial.
- # Intervenir y derivar a profesionales especializados, si fuera necesario, cuando haya señales de victimización en el joven.

# 9. RESPETO



## LA VIDA PERSONAL EN EL ENTORNO VIRTUAL



Utiliza más el Smartphone que la cámara para sacar fotos

Utilizan el móvil para ligar  55%

A través de...

Redes Sociales  21%

Mensajería instantánea  53%



Radiografía Tuenti Móvil, 2013

## DESCRIPCIÓN

Las TIC suponen una nueva forma de comunicarse, trabajar, relacionarse, aprender y comunicarse. Por ello deben replantearse las formas de trabajo tradicional, las estructuras organizativas y el planteamiento educativo de los centros escolares. Se hace necesario un cambio en la cultura escolar dónde las TIC puedan integrarse de una forma más orgánica.

## ORIENTACIONES PARA COLECTIVOS

### PROFESORES/CENTROS EDUCATIVOS

- # Evitar caer en la cultura de la prohibición, la sanción o la recriminación por el uso de las TIC.
- # Incorporar TIC en la vida del aula y del centro educativo.
- # Favorecer un cambio de cultura organizativa más adaptativa con el uso de las TIC.

### JÓVENES

- # Colaborar con el profesorado en hacer un uso más racional de las TIC dentro del centro educativo.
- # Cumplir las normas que proponga el centro educativo sobre el uso de las TIC.

### FAMILIAS

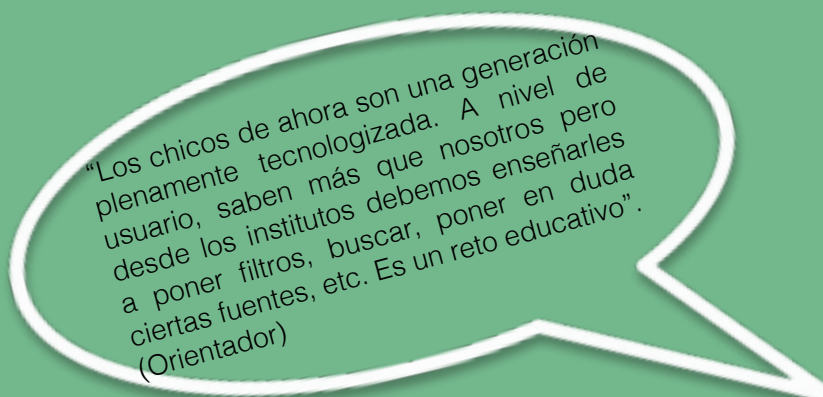
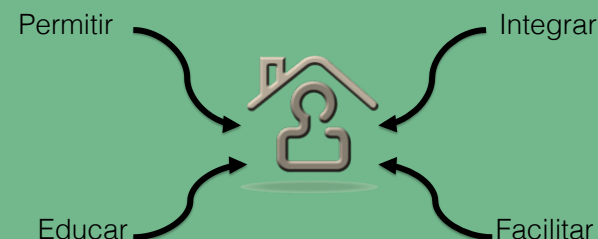
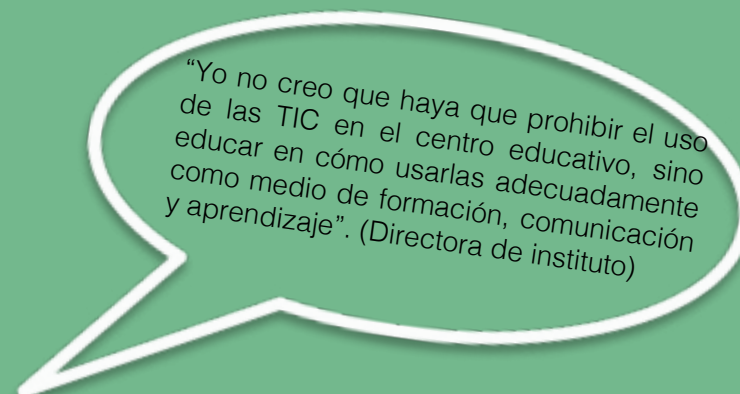
- # Estar informadas de las normas que establecen los centros educativos en relación al uso de las TIC.
- # Participar en las reuniones, comisiones y actos que se organicen para fomentar una cultura más flexible ante el reto de las TIC.

# 10. RETOS



## ¿HACIA DÓNDE IR?

### Retos y oportunidades



Ayudas a la investigación 2012. Fundación MAPFRE

# FUENTES

## Portada

# Icono colaboración: <http://us.cdn1.123rf.com/168nwm/marish/marish1203/marish120300040/12874819-apreta-n-de-manos-ilustracia-n-vectorial-abstracto.jpg>

# Icono espacios: [http://previewcf.turbosquid.com/Preview/2011/05/31\\_\\_16\\_45\\_08/Paf\\_world\\_connetc\\_0060.jpgb8c08d7b-3a37-4fd5-bb8f-e3af583fe7a4Large.jpg](http://previewcf.turbosquid.com/Preview/2011/05/31__16_45_08/Paf_world_connetc_0060.jpgb8c08d7b-3a37-4fd5-bb8f-e3af583fe7a4Large.jpg)

# Icono competencia: <http://www.gfi.com/blog/wp-content/uploads/2012/02/ultimate-checklist1.jpg>

# Icono protección: <http://www.volkswagen.co.uk/assets/common/content/owners/seat-belt-buckles-icon.jpg>

# Icono respeto: <http://etc-mysitemyway.s3.amazonaws.com/icons/legacy-previews/icons/black-paint-splatter-icons-business/077893-black-paint-splatter-icon-business-thumbs-up2.png>

# Icono retos: <http://pictogram-free.com/material/152.png>

## Estudios referenciados

# Encuesta sobre Equipamiento y Uso de Tecnologías de Información y Comunicación en los Hogares (TIC-H). Notas de prensa, 25 de octubre de 2013. Disponible en: <http://www.ine.es/prensa/np803.pdf>

# Informe “Usos y abusos de las tecnologías de la comunicación y la información en adolescentes”. Ayudas a la investigación 2012. Fundación MAPFRE, 2014.

# Publicación “Competencies bàsiques de l'àmbit digital” Departament d'Ensenyament de la Generalitat de Catalunya, 2013. [http://premsa.gencat.cat/pres\\_fsvp/docs/2013/11/06/14/41/9adc0b97-0440-4770-a8f9-73ed38940d5d.pdf](http://premsa.gencat.cat/pres_fsvp/docs/2013/11/06/14/41/9adc0b97-0440-4770-a8f9-73ed38940d5d.pdf)

# Estudio sobre hábitos seguros en el uso de las Tic por niños y adolescentes y e-confianza de sus padres (INTECO, Marzo 2009).

# Estudio Radiografía Tuenti Móvil - IPSOS sobre hábitos de uso y conexión a Internet en el móvil entre los jóvenes en España) 2013. Universo: personas entre 16 y 35 años.



<http://edo.uab.cat>

**FUNDACIÓN MAPFRE**

<http://www.fundacionmapfre.org>