

ACTAS

Rebeca Martín Nieto
Pilar Laguna Sánchez
Desiré García Lázaro

Coordinadoras

Infancia y adolescencia en la red: por una vida digital
segura

27 y 28 de junio de 2022

ISBN: 978-84-09-47334-2

Infancia y adolescencia en la red: por una vida digital segura

27 de junio y el 28 de junio de 2022

XXIII edición de los Cursos de Verano de la Universidad Rey Juan Carlos

Coordinadoras:

Rebeca Martín Nieto

Pilar Laguna Sánchez

Desiré García Lázaro

Autoras:

Raquel Garrido Abia

Flavia Gomes-Franco e Silva

Organiza:

Observatorio de Educación URJC

Universidad Rey Juan Carlos

Campus Madrid

Índice

1. Introducción	4
Primer día: 27 de junio de 2022	5
TALLERES.....	14
Segundo día: 28 de junio de 2022	16
2. Cierre y conclusiones	26



“Infancia y adolescencia en la red: por una vida digital segura”

PRESENCIAL en Universidad Rey Juan Carlos, Campus de Vicálvaro

27 y 28 de junio de 2022

El curso “Infancia y adolescencia en la red: por una vida digital segura” se enmarca en la XXIII edición de los Cursos de Verano de la Universidad Rey Juan Carlos desarrollado entre el 27 de junio y el 8 de julio de 2022 y organizado por el Observatorio de Educación URJC.

1. Introducción

Con este curso de verano se pretendía actualizar el estado de la ciberprotección y la ciberprevención durante la infancia y la adolescencia, al mismo tiempo que buscábamos la formación de docentes y familias en este campo. Durante el desarrollo de este se contó con diversas instituciones relacionadas con la infancia, la adolescencia y la juventud, con el uso de la tecnología, así como con la aportación de docentes y familias.

Contamos además con la colaboración de: Fundación La Caixa, Gabinete Psicopedagógico Orienta, Fad, Colegio Jara, Escuela IDEO, Fundación Aprender, Colegio BASE, UNICEF, Fundación Atresmedia, CEIP El Bercial, Centro de Psicología Álava Reyes, Asociación Visual TEAF, Escuela de Oficios Kirleo o Prodigioso Volcán;

así como de personas voluntarias que nos ayudaron (Violeta y Marieta en la foto) que echaron una mano en la parte de organización, especialmente en la gestión de las inscripciones y en la entrada al espacio de celebración del curso de verano.



Pretendíamos que el curso que fuera un espacio en el que pudieran plantear sus inquietudes alrededor de la guía y seguimiento del uso que hacen de internet las personas a su cargo. Partimos de una contextualización del tema para después ir profundizando en los problemas y oportunidades de la tecnología.

Primer día: 27 de junio de 2022

La primera jornada del Curso tuvo lugar el lunes 27 de junio de 2022, en el Campus de Vicálvaro URJC. La inauguración quedó a cargo de Ignacio García Rodríguez, director general de Infraestructuras y Servicios de la Comunidad de Madrid, y José Antonio Luengo, Decano del Colegio de Psicólogos de Madrid. En el acto de inauguración, representaron al Observatorio de Educación URJC dos miembros del equipo: Pilar Laguna, directora del Observatorio, y Rebeca Martín Nieto, Secretaria Académica y Responsable de Comunicación del Observatorio, quien, además, organizó y dirigió el Curso de Verano.



A las nueve y media de la mañana, los asistentes tuvieron ocasión de disfrutar de la conferencia inaugural “Sociedad digital y salud mental: el complejo y necesario equilibrio”, impartida por José Antonio Luengo, cuyo título proponía un acercamiento a la salud mental desde la práctica social *online*. Raquel Garrido, subdirectora del Observatorio de Educación URJC, hizo la presentación del invitado y resaltó su brillante trayectoria profesional, que avala la información y el conocimiento trasladado al público.

El psicólogo empezó su intervención reflexionando sobre los últimos resultados de los estudios sobre la sociedad digital y la salud mental. Desde el punto de vista de la estructura sanitaria, el ponente puntualizó que no contamos con un “médico de familia” para orientarnos respecto a la seguridad informática o digital. Esta responsabilidad recae, por tanto, sobre la familia, lo que sugiere que no existe una preocupación social real acerca de estas cuestiones que resultan fundamentales en la actualidad.

En esta línea, Luengo declaró que es conveniente reflexionar sobre la necesidad de equilibrio cuando nos convertimos en ciudadanos digitales, teniendo en consideración el cuidado de la salud mental. “Apenas hay divulgación acerca de este tema y muy pocos eventos que lo tratan”, afirmó el psicólogo.

Los problemas de salud mental provienen del modo de vida, según explicó el ponente, aunque hoy en día se habla mucho de las consecuencias de la pandemia en este ámbito. Es cierto que la pandemia provocada por el virus SARS-CoV-2 ha marcado un antes y un después en términos de salud mental, pero los problemas relacionados con este aspecto ya venían de antes, señaló Luengo.

Y continuó explicando que se identifican con facilidad los momentos de la vida en los que nos encontramos satisfechos, con una sensación de seguridad y confianza en nosotros mismos. No obstante, hay situaciones en las que notamos un incremento en la carga de malestar ocasionado por algún evento que nos provoca inestabilidad, incertidumbre o vacío. Durante la pandemia, por ejemplo, muchas personas han perdido a sus familiares

sin ni siquiera tener la oportunidad de despedirse, lo que conlleva, ciertamente, un duelo difícil de gestionar.

Estas situaciones tan cambiantes, contempladas por Luengo durante la inauguración del Curso de Verano, recordaron la importancia de ejercitar de forma continua el equilibrio. Los escenarios en nuestra vida no son perennes, por lo que es importante contar con la ayuda necesaria en la búsqueda del equilibrio vital.



De acuerdo con el decano, la salud mental es entendida por los profesionales como un constructo en el que todo es importante y todos los factores interpersonales y sociales son relevantes. “Un estudio longitudinal realizado acerca de la aparición de los trastornos mentales indica que el 50% de ellos surge antes de los 14 años y el 75%, antes de los 24 años”, precisó. A raíz de presentar estos datos, el invitado propuso la siguiente cuestión: ¿hemos hecho las cosas bien en cuanto a la gestión de la vida digital de los menores?

El concepto de nativos digitales ha generado falsas interpretaciones respecto a la capacidad de manejarse con responsabilidad en el entorno digital. Prensky, con su teorización en torno a las generaciones que ya han nacido disponiendo de conexión a internet, ha transmitido la falsa idea de que los adultos, considerados inmigrantes digitales, poco pueden hacer para guiar a los menores en el uso de las tecnologías. En esta línea, José Antonio Luengo recordó que el concepto de nativos digitales ha fomentado la idea de que haber nacido en la era digital lleva implícita la habilidad y el conocimiento respecto al uso de herramientas *online*, obviando la formación y la concienciación necesarias para llevar a cabo un uso responsable de estas.

“El problema no es la tecnología en sí”, incidió el ponente, “sino lo que hacemos con ella”. Luengo hizo hincapié en que no toda tecnología es neutra: “Diversos recursos tecnológicos están diseñados de manera que generen adicción, como se ha abordado en algunos estudios y documentales”. Como sociedad se ha llegado a normalizar el mal uso del mundo digital. Aunque esté fuertemente recomendado no exponer a los menores de

tres años a pantallas, por ejemplo, es muy frecuente que los adultos permitan a los más pequeños usar móviles o *tablets* incluso antes de esta edad.

Otro aspecto que tener en cuenta son los contenidos que se comparten en las plataformas digitales, que generan muchos seguidores y que potencian conductas de imitación, como es el caso de los contenidos sobre autolesión. El psicólogo explicó que el número de jóvenes que se autolesionan ha aumentado de manera significativa desde que se comparte este tipo de contenidos en las redes, mostrando cómo los contenidos pueden afectar a la salud mental.

Hay componentes importantes que hemos de tener presentes al hacer uso de herramientas digitales, como es el caso de la explotación exacerbada del sentido de la vista, el poder de influencia que ejercen determinadas personas sobre los usuarios, la envidia que generan ciertos estilos de vida que se comparten en la red, entre otras cuestiones que pueden incidir en la salud mental. Los trastornos del estado de ánimo, los trastornos de ansiedad, los trastornos de conducta alimentaria y los trastornos del estrés postraumáticos son los más complejos de tratar, según Luengo, y que pueden provenir de casos de ciberacoso, explotación de la propia imagen, dependencia de los *likes* o la asociación del concepto de éxito a los estándares impuestos por los *influencers* en las redes sociales, lo que acaba generando cuadros de baja autoestima y ausencia de autoconfianza.

¿Cuál es el papel de la sociedad en todo esto? ¿Cuál es el papel de las administraciones, de las familias, de la escuela o de los maestros? Algunas cuestiones que recordó el ponente al final de su intervención fueron: que la salud mental se cuida en las distancias cortas, mirando al corazón de las personas desde el respeto, compartiendo preocupaciones y promoviendo confianza y seguridad. José Antonio Luengo concluyó su conferencia con el siguiente mensaje: “Una sociedad crece bien cuando las personas plantan árboles cuya sombra saben que nunca disfrutarán”.

A continuación, alrededor de las diez y cuarto, comenzó la conferencia “Impacto de la tecnología en la adolescencia. Relaciones, riesgos y oportunidades”. La invitada a cargo de acercar esta temática a los asistentes fue Adriana Negueruela, responsable de educación y comunicación de UNICEF Comité de Madrid.

Negueruela hizo hincapié en la presencia de los derechos digitales en el ámbito de la infancia. “Los estados tienen una responsabilidad a la hora de promover el cumplimiento de los derechos digitales de los niños y adolescentes”, reivindicó. “Todos deben tener acceso a la tecnología para que no haya desigualdad o discriminación”. En esta línea, recordó que los menores tienen derecho a acceder a un uso correcto y adecuado de las tecnologías.

La ponente hizo una presentación pormenorizada del estudio “Impacto de la tecnología en la adolescencia”, realizado por UNICEF y el que es el mayor estudio que se ha hecho hasta la fecha para indagar en el consumo de las tecnologías en estas edades. En esta investigación, se detectó que el 99% de los adolescentes españoles entre 12 y 16 años tienen conexión a internet. La edad media del momento de adquisición del primer dispositivo conectado es a los 11 años. Además, 6 de cada 10 adolescentes duermen con el móvil y 1 de cada 5 se conecta por la noche.

Profundizando en los datos, Adriana Negueruela destacó que el 97,7% de los adolescentes está registrado en alguna red social y, asimismo, el 59,9% tiene más de un perfil en una misma red social.

El estudio aborda las Tecnologías de la Relación, la Información y la Comunicación (TRIC) como ecosistema de interacción y surtidor emocional. La mayoría de las emociones que sienten los menores al usar redes sociales son positivas, como alegría, tranquilidad, relajación, placer, diversión, apoyo o comprensión. Sin embargo, hay una serie de riesgos que estos usuarios enfrentan al estar conectados: “1 de cada 10 adolescentes de entre 12 y 16 años han recibido alguna proposición sexual por parte de un adulto”, explicó la ponente. Aparte, conviene destacar que un 5% de los menores han entrado en la *Deep Web*, 1 de cada 10 adolescentes podría estar siendo víctima de ciberacoso. Por otra parte, las mujeres tienen una mayor tendencia a ser adictas a las TRIC que los hombres.

En cuanto a los videojuegos, 6 de cada 10 adolescentes los usan como un canal de ocio habitual y como una alternativa para no sentirse solos. Existe, además, una perspectiva profesional fundamentada en los modelos en los que se basan los adolescentes hoy en día, que dan lugar a que muchos de ellos consideren dedicarse profesionalmente al mundo de los videojuegos. Esta actividad se extiende a la práctica de apuestas en la red, donde los menores tienden a creer que pueden conseguir dinero fácil, según comentó la representante de UNICEF en el Curso de Verano.

“Los primeros años de educación primaria son fundamentales para trabajar en el uso responsable de internet”, afirmó Negueruela. No obstante, añadió, la escuela ha de trabajar de forma conjunta con la familia. A este respecto, puntualizó también que los menores suelen repetir los modelos de conducta que ven en casa. Esto puede indicar que un uso inapropiado de dispositivos conectados a internet esté reflejando hábitos y conductas presentes en el hogar.

En su intervención, Adriana Negueruela recordó que este estudio pretende ofrecer unas claves esenciales para la promoción de una buena higiene digital tanto en el ámbito escolar como familiar, aplicando un enfoque de derechos de la infancia. “Las instituciones deben adaptarse, teniendo presente los derechos digitales”, concluyó.

Dando continuidad al programa del evento, a las once de la mañana, pudimos contar con Silvia Álava, psicóloga y Directora del Centro de Psicología Álava Reyes, que presentó la conferencia “Salud mental y pantallas. Cómo tener una relación positiva con las TIC”.

¿Influyen las pantallas en la salud mental? Así inició la ponente su participación en el Curso de Verano, lanzando una pregunta directa a los asistentes. A continuación, les ofreció una respuesta que condujo a los aspectos principales de su presentación: “Sí, pueden influir, pero no podemos afirmar que hay una relación directa entre el uso de las pantallas y los trastornos mentales”.



Hoy en día es muy difícil tener ocasión de aburrirse, como explicó Álava, porque enseguida recurrimos al móvil para entretenernos. El 84% de los adolescentes usan el móvil para no aburrirse, lo que genera una baja tolerancia al aburrimiento, pero también la ausencia de ocasiones para reflexionar y estar en contacto con uno mismo. Aparte, el 55% de los adolescentes piensa que las pantallas les ayudan a ser más felices. “Necesitamos generar experiencias de valor en el entorno *offline* para que la vida no parezca mejor en la pantalla”, señaló la invitada. “El contacto humano es una necesidad”.

Haciendo referencia a la pandemia del Covid-19, Silvia Álava recordó que la incertidumbre se ha instalado en nuestras vidas. En situaciones como esta, solemos utilizar el móvil como “anestesiador” emocional. Según la psicóloga, el 59% de los adolescentes afirma que los videojuegos les ayudan a sentirse mejor. Para ella, este es un indicio más de que necesitamos estrategias para gestionar las emociones que genera la incertidumbre en vez de buscar formas de tajarla e ignorarla. “Las estrategias de regulación que mejor funcionan son las activas, como hacer deporte, salir con los amigos o hacer manualidades”, explicó la ponente.

Durante su intervención, Álava incidió en el miedo que sentimos a estar solos, lo que nos lleva a coger el teléfono para simular la sensación de sentirnos acompañados. Esta actitud retroalimenta la soledad, reforzando el miedo a estar con uno mismo. “En la vida solo tenemos a una persona que nos va a acompañar todos los días, que somos nosotros mismos, de manera que hemos de aprender a estar solos, a estar en silencio”, recordó. Todo ello es necesario en la educación y la formación de la infancia y la adolescencia.

El problema de base puede hallarse, explica, en que hace falta enseñar a comprender y gestionar las emociones. Todas ellas traen informaciones útiles, pero se necesitan estrategias para acceder a estas informaciones de manera productiva y enriquecedora, desde la perspectiva y el fomento de la inteligencia emocional. “No basta solo con poner límite al uso de las tecnologías”, declaró Álava, “sino que hay otros factores que requieren trabajo”.

Todos, como sociedad, tenemos el reto de educar en el uso de la tecnología en el sentido de que no sea la tecnología la que nos utilice a nosotros, sino lo contrario. Para ello, la psicóloga aclaró que necesitamos una serie de normas de uso de las TIC con base en la comunicación, la explicación y la orientación. La formación de los llamados nativos digitales no puede darse solo con normas impuestas, sino que es necesario contextualizarlas y conectarlas con la realidad de los menores.

Respecto a estar a favor o en contra del uso del móvil en la infancia, la invitada explicó que este dispositivo puede distraer y ser contraproducente si los niños aún están aprendiendo a retener la atención. “Es importante no estar pendiente del móvil en momentos que requieren concentración, como el estudio”, aclaró. “Además, es conveniente recordar a los menores que tampoco hay que estar pendiente del móvil en reuniones familiares o actividades con los amigos”.

En cuanto al tiempo de exposición a la pantalla, la experta apuntó las siguientes claves con base en las edades de los menores:

- De 0 a 2 años: ninguna exposición a la pantalla.
- De 2 a 5 años: media hora al día, acompañados de algún adulto que esté supervisando los contenidos consumidos.
- De 6 a 12 años: una hora al día bajo supervisión igualmente, ya que los contenidos condicionan la visión de mundo o incluso el desarrollo de la moral.
- De 12 a 14 años: una hora y media al día.
- De 14 a 16 años: dos horas al día.
- A partir de los 16 años: ya sin límites fijos si hemos hecho un buen seguimiento en las anteriores franjas de edad.

La manera de evitar el desplazamiento digital, como expuso la ponente, está en la promoción del ocio *offline*. Muchos adolescentes dejan de realizar actividades *offline* por no perder ocasión de realizar actividades *online*. El ocio en entornos *offline* requiere una actitud proactiva por parte de los adultos para promoverlo, organizarlo y motivar a los más pequeños a cambiar el mundo *online* por el *offline*.

Llegados a este punto, cabe mencionar las trampas de las redes sociales: “es necesario trabajar la autoestima de los menores para que tengan una relación sana y consciente con la tecnología”, recordó Álava. No todo lo que los usuarios suben a las redes sociales refleja la realidad de sus vidas. En este sentido, se puede trabajar en la detección de las debilidades y fortalezas de los menores, buscando un equilibrio y enseñando que el error es una fuente de aprendizaje. “Es fundamental ser amable con uno mismo, cuidando cómo nos hablamos a nosotros mismos, ya que somos los reporteros de nuestra propia vida. A veces es más sencillo hablarnos a nosotros mismos como si estuviéramos hablando a un amigo”, comentó.

Este proceso de aprendizaje, sin duda, pasa por conseguir ser independiente de las opiniones de los demás, evitando la comparación social. Este tipo de comparaciones generan un malestar que resulta contraproducente respecto al aprendizaje de la gestión de las críticas. En palabras de la psicóloga, “debemos evitar que el móvil sea un chupete emocional”. En este contexto, conviene destacar el hecho de que la autoestima sube cuando la trabajamos con mensajes claros, concisos y concretos.

En definitiva, la regulación emocional es la clave para el buen uso de las tecnologías. Como sabemos, internet es una extensión de la vida cotidiana. Detrás de una cuenta siempre hay una persona, no un robot. “Esa persona tiene sentimientos, emociones y debe ser respetada como persona que es”, explicó la ponente recordando que en la red la despersonalización es una práctica muy frecuente.

A modo de conclusión, Silvia Álava finalizó su participación en el Curso de Verano incidiendo en la importancia de educar en el uso de las tecnologías: “que la red sea lo más amigable posible pasa por la educación digital”.

Tras una breve pausa para el descanso de ponentes y asistentes, se retomó el evento con una mesa redonda que proponía dar respuesta a la siguiente pregunta: ¿qué hay más allá de la pantalla? La conversación giró en torno a las aportaciones de Carmela del Moral, miembro de la ONG Save the Children, Miguel Ángel Rodríguez, Subdirector de

Programas de la Fundación FAD Juventud, Andrea Moya, psicóloga, orientadora y miembro colaborador del Observatorio de Educación URJC, y Pilar Laguna, Directora del Observatorio en representación de las familias.



Carmela del Moral fue la primera en intervenir y explicó que, desde Save the Children, se ha puesto el foco sobre los distintos tipos de violencia y cómo estas afectan a los menores. Lanzó al público una pregunta compleja e intrigante: “¿qué formas de violencia hay en internet, ¿cuánto afectan y cuál es su relación con la violencia física?”. Del Moral, antes de proceder a presentar los resultados de un estudio en el que se basó para preparar su participación en el Curso de Verano, indicó que Save the Children resalta el incremento de los delitos cibernéticos en los últimos años.

En un informe emitido recientemente por la ONG, se categorizan los tipos de violencia con base en las conductas de riesgo. En este contexto, la invitada habló del *sexting* derivado de la situación de vulnerabilidad que genera la pérdida de control sobre el contenido íntimo que una persona haya generado con su pareja o alguien con quien, en ese momento, esté manteniendo una relación. “Esto puede derivar en una *sextorsión*”, advirtió.

Otro de los riesgos en el mundo digital es el *grooming*. De acuerdo con Save the Children, este fenómeno se produce cuando un adulto se hace pasar por un adolescente para ganar la confianza de los menores y pedirles favores sexuales. El 40% de los adolescentes afirma haber padecido ciberacoso, según los datos recogidos en el informe emitido por la ONG, así como las consecuencias que conlleva este tipo de violencia que afecta a todos los ámbitos de la vida de la persona, no solo el ámbito *online*.

Otra forma de violencia que destacó la ponente durante la mesa redonda fue el *happy slapping*. Se trata de generar contenidos con violencia con el único objetivo de subirlos a las redes sociales y que se hagan virales. Cabe destacar, además, otra cuestión relevante en este contexto y que también está ligada a los tipos de violencia: el acceso involuntario a contenidos sexuales por parte de los menores. La invitada aclaró que “la violencia *online* está interconectada con la violencia física, por lo que es necesario romper con esta

dicotomía y entender que violencia es violencia en cualquiera de los ámbitos, tanto *online* como *offline*”.

Respecto al consumo de pornografía, Carmela del Moral recordó que la sexualidad forma parte de la vida y del desarrollo humano. El consumo de pornografía es una realidad, pese a la complejidad que suponga abordar este tema. Save the Children llevó a cabo un estudio sobre el consumo de este tipo de contenidos indagando en la forma en que esto puede afectar al desarrollo de los mejores. En el informe derivado de la investigación encontramos que 7 de cada 10 adolescentes consumen pornografía, siendo mayor el consumo entre los chicos que las chicas. La edad de inicio de consumo de pornografía, que a menudo ocurre accidentalmente, suele estar en torno a los 12 años.

“Hoy en día la pornografía no tiene límites”, aseveró la ponente. Cada vez es más frecuente que se extiendan modelos de prácticas sexuales que reflejan una erotización del dolor, normalizando la violencia en las relaciones sexuales. Si los menores no han tenido una formación sobre sexualidad en casa o en el colegio y la única fuente de información es su grupo de iguales, accediendo a contenidos pornográficos, se va conformando el deseo y la realización sexual en torno a una sexualidad desigual y violenta.

Del Moral, al concluir su ponencia, advirtió: “¡Todo educa!”. Aunque los adultos no traten el tema de la sexualidad con los menores, ellos van a tener acceso a contenidos pornográficos que suplantarán el papel de la educación en la autonomía del propio cuerpo y la prevención del abuso sexual. “No educar en este aspecto es limitar la calidad de vida en cuanto a sexualidad se refiere, siendo este un aspecto fundamental para el ser humano”, explicó la invitada, dejando claro que “sin herramientas, sin una guía, sin la debida orientación no se desarrolla el pensamiento crítico en torno a lo que se está normalizando respecto a las relaciones sexuales”.

Dando continuidad a la mesa redonda, Miguel Ángel Rodríguez explicó que “la Fundación FAD realiza investigaciones sociológicas que revelan que las cosas no son como son, sino como se cree que son”. Con esta introducción, el Subdirector de Programas de la Fundación FAD Juventud puso sobre la mesa una cuestión muy importante: “detrás de la pantalla hay un sinfín de oportunidades y beneficios potenciales”. En este sentido, los menores acaban teniendo que cumplir con el mito del nativo digital, aunque este sea un concepto que les perjudica.

Uno de los aspectos principales de su intervención fue la identificación de las principales brechas que podemos encontrar en cuanto al uso de las tecnologías:

- La brecha socioeconómica, que no se refiere tanto al acceso a internet, sino a la forma de uso. Se detectan muchas diferencias en el uso que hacen de la red los menores que proceden de entornos vulnerables respecto a los que no proceden de estos entornos.
- La brecha de género, que es una brecha estructural cuya prevención depende de la educación en el respeto. Estudios realizados por la Fundación FAD revelan que las niñas, en comparación con los niños, se sienten más apáticas, presentan mayor cansancio, más trastornos del sueño, más ansiedad, sufren con más frecuencia problemas psicológicos o de salud mental, dicen con más frecuencia que las relaciones sociales les generan estrés, entre otras cuestiones alarmantes.

Después de todo lo expuesto hasta ese momento, el público ya tenía claro que las redes y las tecnologías no son inocuas. Para que el uso de las TIC resulte adecuado, provechoso y enriquecedor, es preciso cargar a los usuarios de una profundidad mental que dé lugar al pensamiento crítico. Esta dinámica, sin embargo, es difícil de llevar a cabo en entornos digitales, que se caracterizan por la inmediatez. El pensamiento crítico requiere tiempo.

“Pensar críticamente está muy poco de moda”, comentó Rodríguez. “Esto debe ser un objeto de alfabetización mediática. Detrás del fomento del pensamiento crítico debe haber una promoción de valores, información, investigación y educación”.

La siguiente intervención quedó a cargo de Andrea Moya, que empezó comentando que, debido a sus labores de orientación, se relaciona en su día a día con escolares, motivo por el que quiso invitar a dos adolescentes a participar en la jornada.

En colaboración con los menores, la psicóloga elaboró un cuestionario interactivo en la herramienta Kahoot! con una serie de preguntas centradas en los hábitos virtuales de los adolescentes. El cuestionario se hizo con el fin de evidenciar la brecha generacional que existe entre menores y adultos, ya que los padres o responsables no siempre están al día de los temas de interés de los más pequeños. “La actitud de los adultos debería ser de curiosidad y ganas de aprender para establecer una conexión con las nuevas generaciones”, afirmó la ponente.

Moya enlazó su exposición con la importancia de trabajar la educación emocional también en los entornos *online*. La psicóloga explicó que, cuando usamos las redes sociales, a menudo nos impactan las emociones. “Aprendamos de ello y desarrollemos competencias emocionales para darles un uso productivo a estas plataformas”, reivindicó.

En esta línea, la invitada propuso planificar y desarrollar actividades que se puedan hacer en casa y en el aula fomentando el apego seguro en los menores. Para ello, es necesario entender que la exploración de las redes sociales es una práctica que requiere acompañamiento, límites y gestión emocional. “El apego seguro requiere conexión desde una mirada hacia los menores y a sus necesidades, una mirada de amor incondicional y confianza”, aclaró la ponente. Entre las actividades sugeridas por la orientadora, se destaca la propuesta de escribir una carta a las redes sociales para agradecer lo que estas plataformas nos han aportado durante la pandemia. Este ejercicio puede hacerse en grupo, a partir de una puesta en común en familia o en la escuela.

Por otra parte, se podría realizar una actividad de investigación acerca del tiempo idóneo de uso de las pantallas, con el fin de que lo descubran los propios menores a partir de ejercicios guiados en la escuela. Andrea Moya propuso dedicar una mañana a la semana a las redes sociales en los colegios para elaborar un mural de actualidad que se renueve cada semana.

Finalmente, la psicóloga puso el broche final a su participación en la mesa redonda relacionando la educación y la confianza, que conforman las bases del apego seguro: “la educación debería fomentar la libertad de expresión sin juzgar, porque si no hay confianza para hablar, no habrá espacios para educar, los cuales serán suplidos por las pantallas, sin límites y sin filtros”.

La última intervención de la mañana vino de la mano de la Directora del Observatorio de Educación URJC, Pilar Laguna, quien retomó el propósito fundamental de este Curso de Verano al inicio de su ponencia, incidiendo en la importancia de la participación de la sociedad representada por padres, madres, docentes, estudiantes y tantos otros agentes sociales. “No hay que obviar los problemas sociales que influyen en la crianza y la educación de los menores”, señaló la profesora. “Si los adultos no están presentes en la vida diaria de los menores, damos lugar a que las pantallas sean las que rellenen el vacío que generan las numerosas responsabilidades que deben atender los padres y las madres”.

Pilar Laguna comentó que se suele delegar en la escuela, en los medios de comunicación o incluso en internet la labor de cuidar, educar y formar. La ponente invitó al público a reflexionar acerca del modelo de sociedad y de crianza de los menores que estamos construyendo en la actualidad. “Ninguna de las partes implicadas debería hacer dejación de funciones”, alertó.

La primera parte del curso finalizó con importantes puntualizaciones realizadas por Laguna respecto a los criterios que se establecen habitualmente a la hora de decidir si ha llegado el momento de que el menor pueda tener su propio teléfono móvil. La Directora del Observatorio concluyó la sesión con la siguiente consideración: “la edad no debe ser un criterio para elegir el momento de tener un móvil, sino otros elementos, como el nivel de responsabilidad o estar capacitado o no para tenerlo”.

TALLERES

La tarde empezó con dos talleres prácticos en paralelo. Tras la pausa para la comida, tanto asistentes como ponentes se dirigieron a las aulas asignadas para las actividades previstas de en programa del Curso de Verano.

Cristina Gutiérrez Borge, Técnico de Ciberseguridad para Menores del Instituto Nacional de Ciberseguridad de España (INCIBE), impartió el Taller de Competencias Digitales Docentes sobre Ciberseguridad, el cual empezó con un intercambio respecto de las expectativas que genera una sesión práctica como esta.

Tras la puesta en común entre la invitada y el público, se dio inicio al taller, cuya temática central giró en torno a la competencia digital, de la cual se pueden extraer los primeros pasos necesarios para realizar un uso seguro de la red. “Los centros educativos están inmersos en el contexto digital, pero es necesario conocerlo y saber manejarlo desde la familiaridad y la prevención de riesgos”, señaló la experta.

Gutiérrez Borge explicó que prefiere referirse a competencias digitales en el plural, ya que son tres destrezas las que ella considera fundamentales en este marco competencial. La primera es la alfabetización mediática, que genera una acción preventiva ante las *fake news*. La ponente definió la alfabetización mediática como la “habilidad para identificar, analizar y evaluar los mensajes en los medios de comunicación”.

Desde la aparición de las redes sociales, el ecosistema mediático se ha visto alterado, ya que no solo se compone de los medios de comunicación convencionales, sino que también cuenta con los *social media*. “La juventud acaba informándose y compartiendo

información mucho más a menudo en los medios sociales que a través de los medios tradicionales”, explicó la técnica, que es también una de las promotoras de la iniciativa Internet Segura for Kids (IS4K). “Los medios sociales albergan información imprecisa, sesgada o incluso información que esté fabricada intencionadamente para condicionar la opinión pública”.

La primera parte del taller estuvo ligada sobre todo a las consecuencias de la dinámica de inmediatez que caracteriza las redes sociales. “No hay tiempo para la reflexión”, expuso la invitada, “pero tampoco para contrastar información”. Muchos contenidos que se publican en plataformas interactivas *online* están elaborados para que provoquen el efecto del *call for action*, que son aquellos contenidos que llaman la atención y provocan una reacción rápida. Estas publicaciones no siempre son información falsa, pero es recomendable disponer de recursos para contrastar la información compartida por los usuarios. En esta labor, podemos contar con los *fact-checkers*, como Maldita.es o Newtral.

Llegados a este punto, la ponente propuso un ejercicio: extraer de una publicación en Facebook la fuente, el titular, las referencias y cualquier detalle relevante respecto a la redacción. Con ello, se pretende lanzar una mirada crítica hacia la información que se publica en los medios tanto sociales como tradicionales. La docente aclaró que “hay una serie de estrategias para difundir con éxito el morbo a través de la Red, como es el *clickbait*, los contenidos en el *feed* o el efecto de los algoritmos sobre este”. El objetivo de estas estrategias es, por tanto, conseguir el clic.

Finalizando su exposición acerca de la primera de las tres destrezas que conforman las competencias digitales, hizo hincapié en que la alfabetización mediática es capaz de promover el análisis de la información. En el contexto de la educación en pro del pensamiento crítico, es recomendable apoyarse en la educomunicación para enseñar a pensar en la seguridad antes de hacer clic. En esta línea, una selección de materiales que pueden ser usados de manera práctica en el aula están disponibles a través del recurso online *Unidad Didáctica 5. Sabes elegir*.

La segunda destreza se desarrolla en torno a la privacidad y la identidad digital. “La huella que dejamos en internet da forma a nuestra identidad digital y condiciona cómo nos ven los demás”, puntualizó la invitada haciendo referencia al concepto de reputación. La identidad digital indica quiénes somos en internet, pero no se nutre solo de la información que facilitamos nosotros, sino de lo que los demás comparten sobre nosotros y del rastro que vamos dejando al interactuar con los diferentes servicios *online*. “Hay una serie de datos a los que las redes sociales pueden acceder, como nuestra ubicación o dónde hemos realizado determinada compra, que condiciona la imagen que tenemos en el ámbito digital”, alertó Gutiérrez Borge.

En el taller se explicó que la privacidad es la capacidad que tenemos de acotar la información sobre nosotros. Cabe buscar un equilibrio entre la exposición que hacemos de nosotros mismos en la red y los riesgos que esto conlleva. Una forma de practicar esta búsqueda de equilibrio es probar a editar las opciones de privacidad de las diferentes aplicaciones que utilizamos.

En cualquier caso, “uno de los controles básicos y más eficaces es pensar antes de publicar”, recordó la invitada. “Esto implica pensar no solo en nuestra privacidad o intimidad, sino pensar en la intimidad de los demás, ya que podemos alterar la identidad digital de otras personas dependiendo de lo que publiquemos sobre ella”.

La tercera y última destreza que desarrollar en términos de competencias digitales es la comunicación docente. Para ello, conviene utilizar canales oficiales que estén respaldados por la ley de protección de datos. En entornos educativos, es importante evitar herramientas de mensajería instantánea, como WhatsApp, ya que no son aplicaciones homologadas para uso docente.

Como último apunte para concluir el taller, la técnico de INCIBE comentó que las empresas suelen buscar el perfil social de los candidatos a una plaza antes de contratarlos. Para adelantarnos a lo que pueden encontrar y ejercer un cierto control sobre nuestra imagen y reputación *online*, podemos practicar *egosurfing* buscando nuestros nombres en internet.

En paralelo, Daniel Navarro Báscones impartió el taller: "La figura del docente en las nuevas generaciones digitales". Navarro Gascones es Graduado en Psicología por la Universidad Pontificia de Comillas, tras finalizar el máster en Psicofarmacología y Drogas de Abuso en la Universidad Complutense de Madrid, enfocó su trabajo a la intervención con adolescentes y familias; también ha trabajado como Técnico de convivencia en el Instituto San Isidro en un proyecto piloto de la Comunidad de Madrid. Actualmente, compagina el papel de Técnico de Convivencia en el Instituto Cardenal Cisneros de Madrid, con su participación en el Servicio de Atención en Adicciones Tecnológicas (S.A.A.T.), en el que trabaja en el ámbito clínico con familias y adolescentes.

Con este taller buscábamos acercar una visión amable y objetiva sobre la naturaleza de las nuevas tecnologías y su poder, y se centró en el impacto que pueden tener sobre una población adolescente con características propias, de tal manera que se pueda entonces introducir y aprovechar la importante figura del docente en la detección y prevención de abuso de tecnologías durante la adolescencia.

Segundo día: 28 de junio de 2022

El segundo día de curso empezó con una enriquecedora conversación en torno a una mesa redonda que pretendía promover el debate sobre una cuestión crucial: ¿control o formación en el uso de la tecnología? A las 9:00, inauguraron la jornada Marta Pellico, Vicepresidenta de iCmedia, Cristina Gutiérrez Borge, Técnico de Ciberseguridad para Menores en INCIBE e impulsora del proyecto IS4k y Mario Tascón, Director de Prodigioso Volcán. Pilar Laguna, Directora del Observatorio, fue la encargada de dinamizar la conversación y moderar la mesa.



Gutiérrez Borge (segunda por la izquierda en la foto) inicia el debate hablando del uso seguro de internet entre niños y adolescentes y, de igual modo, la responsabilidad de las familias, así como los educadores y profesionales de la infancia.

La experta presentó las estrategias a nivel europeo, en el marco de la Agenda Digital 2025, relativa a la ley digital y el esfuerzo de concienciación a toda la sociedad a través de dicho proyecto. “La finalidad es conseguir un internet mejor para los niños, no solo en aspectos relativos a la seguridad, sino en muchos otros aspectos relativos a una red más crítica, más estimulante y mejor”, expuso la ponente. Para ello, se deben implicar todos aquellos que se encuentran en determinadas posiciones influyentes, incluyendo sector privado, familias, sociedad y los propios menores. De hecho, es necesaria una participación activa de la infancia, ya que es la que mejor defiende sus derechos. Lo más destacable del proyecto se resume en el binomio protección y capacitación.

La invitada señaló que hay un marco europeo ya existente, con sistemas de protección para que la tecnología incorpore la seguridad a su propio diseño. Dicha tecnología debe ser lo suficientemente segura y estar adaptada a la edad de los niños que van a hacer uso de ella, sin interfaces complicadas, ni lenguaje inaccesible, por ejemplo. “La tecnología debe convertirse en un sitio amigable para el niño, para que esta sea un medio, no un fin en sí mismo”, remarcó.

Otro aspecto importante, recogido igualmente en la estrategia europea, es el hecho de que esté incorporada la ley de protección de datos, puesto que el menor es visto por la industria como un consumidor más. En este sentido, cabría evitar las prácticas abusivas, como puede ser el uso de la información de manera comercial, sin proporcionar ningún tipo de protección al respecto.

Además, Gutiérrez Borge subrayó que es imprescindible contar con una ley específica de servicios digitales que contemple acciones de protección a la infancia: “por ejemplo, entre otras cosas, tratar de adecuar la publicidad para que no sea engañosa para el menor”. Del mismo modo, los aspectos legales han de fomentar la formación, no solo capacitando a los estudiantes, sino también a los formadores. Esto conecta de nuevo con el marco de competencias digitales, que pretende que la escuela sea el germen de capacitación de los

docentes, incorporando a sus rutinas un uso seguro de internet con el fin de transmitir prácticas saludables al alumnado en todos los niveles de escolarización.

Entre los riesgos que corren los más pequeños al acceder a internet sin disponer de recursos que garanticen su protección, se destacan:

- El acceso a contenidos inapropiados.
- El contacto con personas desconocidas y potencialmente malintencionadas.
- La conformación de su perfil como consumidores de cualquier tipo de producto.

“Nuestra estrategia tiene el propósito de ordenar el marco normativo para, posteriormente, poder establecer los marcos de actuación”, aclaró la técnico. Se comunican, por tanto, las leyes que proponen y establecen mecanismos de protección, como la verificación de la edad o la adecuación de contenidos, y la nueva ley de protección a la infancia (Ley Orgánica 8/2021, de 4 de junio, de protección integral a la infancia y la adolescencia frente a la violencia).

“Desde INCIBE han contado con un proyecto llamado SIC SPAIN, cofinanciado por la Unión Europea, que trata de aglutinar a las personas que trabajan sobre el terreno para capacitar, concienciar, sensibilizar e informar en diferentes ámbitos”, precisó la ponente. A este respecto, encontramos en la web de INCIBE, las tres principales líneas de trabajo desarrolladas en este proyecto: concienciación mediante programas de sensibilización en ciberseguridad, línea de ayuda para asesoramiento gratuito y confidencial y línea de denuncia en colaboración con los Cuerpos y Fuerzas de Seguridad del Estado.

A este respecto, la invitada recalcó que INCIBE ofrece una línea de ayuda en ciberseguridad, que se encuentra a disposición de empresas, ciudadanos, padres, menores y educadores donde pueden realizar consultas mediante un formulario web o a través de una línea telefónica gratuita a través del número 017. Los usuarios también cuentan con una sección de preguntas frecuentes donde encontrar respuesta a las principales dudas sobre la seguridad de los menores en internet.

Marta Pellico del Castillo dio continuidad al debate proponiendo las siguientes preguntas: ¿cómo se ejerce un control sobre los medios?, ¿sería oportuno consultar la clasificación por edades?

La Vicepresidenta de iCmedia empezó su intervención elogiando el título de la mesa redonda, el cual, según la invitada, refuerza la importancia de impulsar no solo acciones de control, sino también de formación. “La formación es una medida necesaria para la capacitación de los usuarios y, sobre todo, para los menores”, afirmó.

En este orden de cosas, cabe destacar la aprobación de la Ley General de Comunicación Audiovisual, que intenta responder a la evolución y la realidad del mercado audiovisual y las tecnologías digitales. “Muchos aspectos que poco a poco se han ido impulsando desde distintos sectores de la sociedad, finalmente han sido recogidos en el texto”, puntualizó la ponente. “Uno de los objetivos de esta norma, en línea con la Ley Orgánica de protección integral a la infancia y la adolescencia frente a la violencia, es incrementar la protección de los menores, obligando a todos los prestadores a facilitar información sobre el contenido que puede ser perjudicial para ellos mediante sistemas de calificación por edades”.

A raíz de lo señalado, la referida ley procura regular los contenidos con el fin de orientar a los usuarios sobre quién podría consumir qué tipos de contenidos y a qué edad. Una información sin duda imprescindible y que se ha trabajado de igual modo desde iCmedia. Para ello, se propone una unificación de criterios de clasificación tanto de los contenidos que se emiten por televisión como los que se ofertan en diferentes plataformas de *streaming*, así como videojuegos, cine, etc. Se trabaja, por tanto, en una estandarización de los criterios de clasificación.

Pellico del Castillo incidió, asimismo, que la nueva ley añade información acerca de las plataformas de intercambio de vídeos, como es el caso de YouTube, Vimeo o similares. “Estas plataformas deberán estar inscritas en el registro estatal de prestadores de servicio de comunicación audiovisual y operar sistemas de verificación de edad. También deberán incluir una funcionalidad para que los usuarios que suban vídeos declaren si estos contienen publicidad”, explicó la experta.

La ley contempla, igualmente, el llamado “usuario de especial relevancia”. De acuerdo con la ponente, desde la Comisión Nacional de los Mercados y de la Competencia se había propuesto incluir en el texto la definición de “prestadores de servicios de comunicación audiovisual que se soportan en plataformas de intercambio de vídeos” con el objetivo de identificar aquellos agentes que cada vez tienen más presencia en el mercado audiovisual, como son los *influencers* o prescriptores de opinión. Hasta ahora, estos usuarios quedaban fuera del marco jurídico, aunque deberían cumplir una serie de obligaciones, como evitar publicar contenidos perjudiciales a la infancia o promover la alfabetización mediática. De hecho, la ley dedica un artículo concreto a estas cuestiones.

La invitada finalizó su ponencia precisando que “la CNMC entiende que la inclusión de este nuevo concepto en la nueva Ley General de Comunicación Audiovisual, el de ‘prestadores de servicios de comunicación audiovisual que se soportan en plataformas de intercambio de vídeos’, dotaría a estos agentes de una seguridad jurídica mínima para que tengan claro que su régimen es el del sector audiovisual y puedan conocer de antemano qué tipo de derechos y obligaciones les corresponden como tal y, además, se aplicarían las normas relativas a la protección del menor respecto a contenidos inadecuados o la protección del consumidor respecto a las comunicaciones comerciales que se realicen”.

El tercer ponente en intervenir fue Mario Tascón, asesor general de “Levanta la cabeza”, un movimiento de Responsabilidad Corporativa de Atresmedia Televisión que aboga por una digitalización sostenible de la sociedad. El invitado puso el foco en el papel que juegan los medios de comunicación y cuál es su responsabilidad en torno a la temática que nos ocupa.

Tascón explicó que el grupo Atresmedia es el único que cuenta con una iniciativa de promoción de internet como espacio seguro, responsable y universal. Esta propuesta surge en 2018 para impulsar la digitalización sostenible de la sociedad española y contiene una serie de iniciativas que tratan de trascender la idea de la simple difusión de contenidos audiovisuales.

“Levanta la cabeza” propone igualmente un acuerdo entre padres e hijos para un uso responsable de los dispositivos tecnológicos. En su web encontramos la siguiente

aclaración: “Este acuerdo digital, estructurado sobre diez puntos principales, está especialmente dirigido para los padres con hijos entre los 10 y los 17 años, una franja de edad en la que, según las estadísticas, comienzan a adquirir sus primeros teléfonos móviles. Además, la fecha elegida no es casualidad, puesto que la mayoría de los jóvenes adquieren este tipo de dispositivos durante las fechas navideñas”.

El ponente retomó el debate en torno al momento idóneo para la entrega del primer móvil a un menor, invitándonos a contestar a las siguientes preguntas: ¿cuándo es el momento?, ¿a qué edad?, ¿son marginados sociales si no tienen un móvil? El Acuerdo LLC ayuda a dar respuesta a estas cuestiones, ya que va dirigido a los padres cuyos hijos pueden rondar la edad de acceder a su primer teléfono móvil, que suele ser entre 10 y 14 años aproximadamente. El acuerdo consiste en hacer la entrega del móvil con unas determinadas instrucciones. A través de una *webapp* disponible en acuerdolevantacabeza.com, padres e hijos podrán firmar y hacer vigente este acuerdo, así como descargar un certificado en formato PDF. Además de proporcionar las pautas para el uso responsable del dispositivo, el texto también tiene como base el fomento de las relaciones familiares.

Por último, el invitado quiso ofrecer un listado de problemas que deberíamos considerar:

- El primero de todos es la entrega del móvil al menor “antes de tiempo”, aprovechando fechas conmemorativas y celebraciones tales como las navidades, comuniones o unas vacaciones de verano.
- El control no lo tienen los usuarios, sino las grandes empresas y multinacionales, cuyo objetivo principal es conocer nuestra conducta de usuario, es decir, saber qué hacemos *online* y cómo nos comportamos.
- Damos por hecho que la alfabetización mediática es mayoritaria y que ya no es una asignatura pendiente en la sociedad cuando esto no es así en absoluto.
- Por último, cabe considerar los problemas más básicos, como los de accesibilidad. Para algunas personas, acceder a determinadas funcionalidades burocráticas supone un verdadero reto.

Cristina Gutiérrez Borge recogió el testigo y planteó dos preguntas a modo de reflexión: ¿cómo vemos la competencia digital de los adultos?, ¿cómo se pueden ajustar las estrategias en función del contexto?

La ponente explicó que el enfoque que tienen en INCIBE para abordar el tema de la protección y la formación está disponible en la web de Internet Segura for Kids, iniciativa cuyo propósito es fomentar el “uso seguro y responsable de Internet y las nuevas tecnologías entre los niños y adolescentes”. IS4K está liderado y coordinado por la Secretaría de Estado de Digitalización e Inteligencia Artificial (SEDIA), ejecutando sus funciones a través de INCIBE en colaboración con otras entidades de referencia en el ámbito de la seguridad y la responsabilidad en entornos digitales.

La experta puntualizó que el público objetivo de IS4K son especialmente aquellos adultos de referencia para el menor, sobre todo familiares y docentes. La intención es, por tanto, desarrollar programas formativos específicos para todos ellos en colaboración con INTEF en el Marco de Competencia Docente Digital.

“En el ámbito de la orientación a familias, IS4k ayuda a entender las motivaciones de los niños a la hora de estar en internet, entender su mundo digital y adelantarse a ello, sobre todo al momento en que a un progenitor se le ocurre dar una *tablet* a un niño para que se entretenga, por ejemplo, viendo vídeos”, comentó la técnica. Gutiérrez Borge recordó que IS4K proporciona recursos que facilitan el uso productivo, constructivo y saludable de la tecnología, ofreciendo herramientas de control parental que proporcionen una mayor autonomía al menor de manera progresiva y responsable.

Respecto a la influencia responsable en las redes sociales, Marta Pellico trató de contestar a las siguientes preguntas planteadas en la mesa: ¿Qué impacto tienen los *influencers* sobre los menores? ¿Existen intereses económicos y comerciales tras este fenómeno?

La ponente aclaró que, junto con SIC Spain, se adquirió el conocimiento necesario sobre el tema en cuestión y se detectó la existencia de una demanda social y una preocupación, sobre todo por parte de padres y docentes, respecto a lo que está ocurriendo en la comunicación de los *influencers*. Para atender a esta demanda, se elaboró el Libro Blanco de la Influencia Responsable, donde se analizan las claves para fortalecer la credibilidad y la transparencia de un sector que crece a nivel global y que triunfa entre los jóvenes. Además, se contribuye a la creación de un entorno de influencia más transparente, confiable y responsable, proponiendo, entre otros aspectos, un decálogo con medidas concretas.

¿Qué deberían hacer las diferentes marcas para impulsar un espacio digital saludable? Dicho de otro modo, ¿en qué pueden y deben ayudar? Pellico alertó de que las marcas no deben trabajar con *influencers* que no digan claramente que están haciendo publicidad, evitando contenidos publicitarios encubiertos o subliminales. “Claramente es un trabajo de todos”, señaló la ponente. “Si queremos crear un espacio saludable, tanto las plataformas como las personas que las usan y se aprovechan de ellas deben pensar qué tenemos que hacer en este sentido y aportar su granito de arena”.

El Libro Blanco de la Influencia Responsable –que se publicó el 30 de noviembre de 2021, coincidiendo con el Día del *Influencer*– aborda la vulnerabilidad de los menores, sobre todo entre los 7 y 12 años, ya que este público todavía no ha desarrollado el espíritu crítico que ayuda a distinguir lo bueno de lo que no lo es tanto. El libro cuenta con un capítulo destinado a la salud mental, elemento necesario si se quiere llegar a construir en la red un espacio saludable. Este material puede descargarse gratuitamente a través de la web de Influencer Trust Project.

Para finalizar el debate, Mario Tascón procuró contestar a una pregunta más derivada de este enriquecedor intercambio de ideas: ¿qué papel tienen los medios en este contexto y hacia dónde deberían ir? Tascón remarcó que, actualmente, se comenta que puede haber más de 16 millones de analfabetos digitales en el mundo. En su opinión, este no es un problema exclusivo de los medios, sino de la propia sociedad. “De hecho, los medios ya no tienen el mismo papel que hace años, y en ellos simplemente se trasladan los problemas con los que cuenta la sociedad”, puntualizó.

El invitado considera que no existe una cultura de gestión de lo digital. Además, los medios padecen los mismos problemas que la sociedad misma: “seguimos estando en un ambiente de acoso a periodistas femeninas, que todavía siguen encontrando con un

entorno hostil de trabajo”, ejemplificó el ponente, recordando que “no siempre los medios tienen la capacidad ni la influencia que creemos”. La realidad actual parece haber desplazado la influencia de los medios a otros focos que gozan de un alcance mucho más masivo en entornos como las redes sociales. Según el experto, han entrado más participantes en el campo de juego, haciendo que los medios pierdan su capacidad de influencia.

En su reflexión final, el invitado declaró que los medios deberían difundir aquellas informaciones de especial relevancia para la sociedad, ser críticos en el filtrado de las noticias y consecuentes con cómo se transmite esta información a la audiencia. En una especie de alegato, Mario Tascón defendió la necesidad de contar con personas adecuadas para tratar temas específicos en los medios, ya que determinados contenidos requieren un abordaje especializado para evitar la desinformación.

Siguiendo el programa del evento, a las 10:30 tuvo inicio la conferencia titulada “La vulnerabilidad del individuo en las adicciones tecnológicas”, impartida por Devi Uranga Irusta, Directora del Servicio de Atención en Adicciones Tecnológicas de la Comunidad de Madrid. La profesora empezó su intervención agradeciendo la organización de este Curso de Verano, el cual considera un elemento clave para la prevención.

“No es lo mismo el abuso en el uso por parte de adultos que por parte de los menores”. Con esta explicación, Uranga Irusta introdujo el tema de los diferentes niveles de vulnerabilidad en la red, recordando que el menor se encuentra en etapa de desarrollo y sus experiencias vitales serán determinantes para su futuro. “La infancia y la adolescencia son etapas fundamentales”, aseveró la psicóloga. “Cualquier abuso marcará una huella en la personalidad de estos menores”.



Un dato alarmante que trajo la ponente es el hecho de que, por primera vez en la historia, empezamos a identificar comportamientos precoces de adicción a edades tan tempranas, los cuales dejan una huella cerebral provocada por una conducta de riesgo. “No son sustancias adictivas”, explicó la participante, “pero es otro tipo de adicción igualmente importante de prevenir y, posteriormente, de tratar”.

Se considera que el mayor riesgo de estas conductas señaladas por Uranga Irusta son los altos porcentajes de aislamiento y sentimiento de soledad. La invitada remarcó que un menor aislado es un problema para la sociedad, ya que determinados aspectos de su desarrollo no llegan a término. “Las secuelas pueden durar años o incluso aflorar mucho tiempo después”, aclaró. Un desarrollo saludable requiere prácticas como jugar, explorar el mundo y relacionarse con los demás. La ponente alertó de que el aislamiento interrumpe abruptamente todos estos aspectos fundamentales para el desarrollo del menor.

Uno de los temas principales que abordó la docente fueron las señales de alarma que indican el abuso de tiempo de exposición a las pantallas:

- Trastornos de sueño.
- Problemas de rendimiento.
- Problemas para mantener la atención.
- No salir de la habitación.
- Higiene personal deficitaria.

El riesgo empieza a partir de las dos horas de uso de pantalla, que es cuando surge una mayor necesidad de consumo: “cuanto más consumo, más quiero”, precisó la experta.

La prevención supone, por tanto, un uso de la tecnología durante un tiempo adecuado, sin que esto suponga un aislamiento para el menor. Deberían saltar las alarmas cuando el niño o adolescente pasa más tiempo haciendo uso de dispositivos tecnológicos que explorando el mundo.

La psicóloga explicó que no es tan sencillo como parece establecer una relación adictiva con algo, como puede ser el caso de la adicción a las tecnologías. No se trata de una causa con efecto inmediato, sino que hay muchos factores que intervienen en este proceso, incluido un cierto grado de vulnerabilidad que puede predisponer a unos individuos más que a otros en términos de adicción. “Ahora son las tecnologías”, matizó la docente, “pero siempre han existido este tipo de problemas con el juego, por ejemplo, o con adicciones a sustancias como el tabaco o el alcohol. Siempre hay personas que son más proclives a caer en adicciones”.

En este sentido, los padres y otros adultos del entorno del menor deben trabajar para minimizar las vulnerabilidades y el riesgo de caer en conductas adictivas. La ponente remarcó que es muy fácil convivir con una adicción a la tecnología, ya que esta puede pasar desapercibida, camuflándose con otros comportamientos. En comparación, una adicción a la cocaína o al alcohol es mucho más visible y da pie a que alguien intervenga o intente ayudar a la persona que la padece. No obstante, las adicciones a las tecnologías no son tan evidentes.

A raíz de lo expuesto, surge una pregunta: ¿qué ha pasado antes para que un adolescente llegue a abusar de la tecnología? Asumimos que hay un contexto que ha propiciado la necesidad o el deseo del menor de estar aislado. A este respecto, Uranga Irusta enumeró algunos aspectos importantes:

- Las tecnologías en sí son muy atractivas. A los niños el mundo real les puede parecer empobrecido, teniendo en cuenta que las tecnologías son ilimitadas, no necesitan costearlas económicamente cuando es la familia la que provee tanto el acceso a la red como a los dispositivos conectados, no hay peligro de sobredosis, etc. “En la tecnología no hay límites”, comentó. “Puedes consumirla 24 horas al día y puedes jugar casi siempre que quieras. El contenido se renueva todo el tiempo. No tiene fin”. Además, se aportan elementos reforzadores con bajo esfuerzo, ya que organizar una salida o un viaje, por ejemplo, requiere el esfuerzo de buscar información, planificar, gestionar reservas, desplazarse, etc. Jugar en línea no requiere ninguno de estos esfuerzos y, a cambio, la conectividad está asegurada mediante la interacción con los numerosos usuarios que están *online*. Todo ello redundará en relaciones con desconocidos, sin elementos de profundidad

o intimidad, pero que a un menor le puede generar confianza para hablar de su día a día, sus preocupaciones o cualquier otro asunto de carácter personal.

- El contexto del menor y la familia en la que crece son factores relevantes. Un entorno familiar enriquecido, equilibrado y saludable nada tiene que ver con entornos disruptivos provocados por choques culturales, padres ausentes, entre otros factores. En contraposición, es necesario promover contextos apropiados para los menores, contando con juegos, relaciones sociales, ocio y cultura. Las reuniones familiares en casa son ocasiones idóneas para generar entornos enriquecidos a través de juegos de mesa, por ejemplo, las fiestas de cumpleaños o cualquier entretenimiento que resulte motivador. “Que vivan”, animó la psicóloga, “y que disfruten”.
- Los recursos con los que cuenta el menor. Este puede ser un factor de empobrecimiento en todos los niveles. No tener dinero para salir con amigos puede llevar a un uso de la tecnología para entretenerse. “Si la sociedad pudiera desarrollar muchos recursos, los niños podrían aprovechar más la riqueza del entorno”, comentó la docente.

La Directora del Servicio de Atención en Adicciones Tecnológicas de la CAM finalmente resaltó la importancia de que los menores crezcan rodeados de herramientas que les impulsen a una vida plena y saludable. Sin duda, la escuela es un factor de protección. De ahí la importancia de ofrecer las herramientas adecuadas a los centros educativos para que puedan abordar el uso de las tecnologías desde una perspectiva constructiva, luchando asimismo contra el absentismo.

Durante la mesa redonda siguiente, con título “Experiencias educativas” intervinieron con Diego Gómez docente en Escuela IDEO, Mario Alcarazo, responsable del área digital del colegio BASE y M^a Victoria Fuentes Ruiz, directora del CEIP El Bercial (Getafe). Diego Gómez, habló de la necesidad de coordinar la parte digital con la analógica y sobre la necesidad de formar en los centros sobre seguridad en el uso de la tecnología. Desde Colegio BASE, Mario Alcarazo explicó durante su intervención las estrategias digitales que se están poniendo en marcha en su centro, si bien fue más allá de la tecnología y destacó la necesidad de introspección y creación de espacios de pensamiento en los centros para reflexionar sobre el uso propio de la tecnología. Por su parte, M^a Victoria Fuentes mostró a los asistentes de manera remota la transformación que había experimentado el CEIP El Bercial, un centro público de Infantil y Primaria y cómo habían integrado un proyecto educativo centrado en el uso de la tecnología con un fin claro: la adquisición de contenidos y competencias curriculares.

El cierre del Curso de Verano quedó a cargo de Juan García Álvarez de Toledo (en la foto, junto a Rebeca Martín), consultor digital de GAM Soluciones, quien, a las 13:30, inició la conferencia de clausura con el título “Nuevos retos en la educación digital de los menores”. El invitado posee una amplia experiencia en ciberconvivencia y uso seguro y responsable de las TIC para menores, profesores y familias. Asimismo, lleva más de 15 años trabajando y desarrollando temáticas en torno a los riesgos de internet. Un dato anecdótico remonta a los inicios de la red social Twitter, siendo el ponente uno de los 50 primeros usuarios del *microblogging* en España con la cuenta @blogoff. Su filosofía respecto al uso de las TIC se resume en el siguiente mensaje: “Creo en la tecnología para formar ciudadanos más libres y felices”.



Juan García considera que es compatible el buen uso de la tecnología con el percibir, del mismo modo, sus riesgos. Para explicarlo mejor, puso como ejemplo, a modo de metáfora, la “trampa de la Thermomix”, que muchos piensan que es un robot de cocina que va a solucionar todos los problemas culinarios: “le regalas a un niño una Thermomix, le explicas cómo se usa y, por si acaso, le facilitas un libro de recetas para que pueda sacar el máximo partido del robot”, expuso el ponente. Después de todo ello, no nos aseguramos de que el niño haya aprendido a comer de forma saludable. Es una metáfora sencilla y eficaz para intentar transmitir la idea de que debemos estar por encima de las herramientas, ya que estas se vuelven obsoletas cada cuatro años y nos toca empezar de cero.

En esta línea, el educador explicó que, cuando hablamos de los problemas que tienen los menores en internet, cómo han de gestionar sus relaciones personales, el amor en Instagram, la popularidad en TikTok, la amistad en WhatsApp, el ocio en Twitch o incluso posibles situaciones de acoso, lo que importa realmente no es la plataforma.

En términos de tecnología, no todo está inventado. El experto recordó que recientemente se ha lanzado BeReal, “una nueva aplicación que te abre las puertas a compartir contenidos, pero solo en determinados momentos”, precisó. Los usuarios solo disponen de dos minutos para crear una foto o imagen y compartirla, promoviendo la espontaneidad, así como la demanda inmediata de atención.

El ponente nos invitó a buscar y encontrar el equilibrio en vez de dejarnos llevar por la idea de que los niños nos dan mil vueltas y que van a saber siempre mucho más que nosotros. Aparentemente dominan la tecnología, pero muchos no saben realizar tareas básicas, como transformar un documento de Word a PDF, dividirlo en diferentes partes y enviarlo a otra persona a través de un navegador seguro. “Los niños saben cosas distintas, ni mejores ni peores”, remarcó.

Juan García comentó que todo lo expuesto en este Curso de Verano supone mucho esfuerzo por parte de los adultos, padres, responsables y docentes. No obstante, es fundamental recordar que este esfuerzo merece la pena. “Contamos con filtros de control parental, pero también podemos acudir al Plan Director para que un ‘señor con pistola’ les diga lo que no tienen que hacer en las redes sociales, pero también hay otro tipo de mediación”, señaló el ponente refiriéndose a la labor realizada por INCIBE y la FAD a través de la mediación habilitante.

Para ilustrar esta parte de la conferencia, el invitado recurrió a los datos recabados por el proyecto internacional EU KIDS Online a raíz de una encuesta llevada a cabo entre 21.964 menores de entre 9 y 16 años, en 19 países europeos, con el propósito de valorar su nivel de acceso a internet, sus actividades en línea, habilidades digitales, riesgos y oportunidades. Según se recoge en la web de IS4K, en la edición del informe español, el equipo de EU Kids Online Spain (UPV/EHU) ha contado con el apoyo institucional del INCIBE a través de la iniciativa Internet Segura for Kids, en el marco del proyecto SIC-Spain. El informe se puede descargar de forma gratuita desde la web de IS4K, donde se encuentran disponibles todos los resultados de la encuesta.

2. Cierre y conclusiones

Con esta aportación de gran valor para los asistentes, finalizamos el Curso de Verano “Infancia y adolescencia en la red: por una vida digital segura” con énfasis en las ideas principales que conformaron la base del evento en las distintas conferencias, debates y talleres. La salud mental no debe ser obviada en el contexto de las TIC, ni debemos apoyarnos en el concepto de nativos digitales, considerando que los menores ya poseen las destrezas necesarias para manejarse de manera segura en entornos digitales. Se incidió una vez más en el papel de la familia y la escuela en la construcción de ambientes saludables y enriquecidos para evitar que la vida parezca más interesante en la pantalla que realizando actividades al aire libre, en familia o con amigos. La clave para una educación digital segura, como dijo Juan García en los últimos minutos de su intervención, se halla en el interés de los adultos por la mediación habilitante, que es la que promueve un cambio de perspectiva en cuanto al uso de las tecnologías desde el equilibrio, el apego seguro y la responsabilidad.

