

## **El 20% de los adolescentes sufren trastornos de comportamiento por su dependencia a las pantallas**

**Sonae Sierra y la Fundación Aprender a Mirar, lanzan una campaña con el objetivo de concienciar acerca de la dependencia de los jóvenes a la tecnología (TIC)**

El abuso y la sobre exposición al teléfono móvil e internet, puede acarrear otros muchos problemas como: ciber acoso, pornografía, o fracaso escolar.

La campaña “Mi vida es tuya” pone de relieve una realidad cada vez más preocupante, a través de una sorprendente pieza audiovisual.

La rapidez con la que se han extendido las nuevas tecnologías de la información ha sido especialmente intensa entre adolescentes y jóvenes, mucho más familiarizados con su uso que los adultos. Este proceso explica que prácticamente todos los adolescentes dispongan de ordenador y usen Internet o que en su mayoría tengan teléfono móvil. Sin embargo, este comportamiento en ocasiones llega a ser extremo, presentando conductas adictivas que cada vez están más extendidas. Las cifras son preocupantes y por este motivo, Sonae Sierra, y la Fundación Aprender a Mirar, unen fuerzas con el objetivo de sensibilizar y concienciar a padres y jóvenes a través de la campaña “Mi vida es tuya”.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) explica que se trata de “trastornos del comportamiento persistentes o recurrentes que pueden provocar un deterioro significativo a nivel personal y familiar, principalmente en lo que se refiere a los videojuegos y la ciberludopatía” CIE-11. En relación a los dispositivos móviles, se ha detectado en los últimos años, una situación de “dependencia” e incluso trastornos derivados de su uso compulsivo, repetitivo y prolongado, con una incapacidad para controlar o interrumpir su consumo y con consecuencias sobre la salud, la vida social, familiar, escolar o laboral. La persona con este problema presenta síntomas de estrés, vive con la necesidad de estar siempre conectada y experimenta disminución de la concentración, e incremento de la impaciencia e irritación. Esto solo a nivel emocional, sin embargo, derivado de ello también aparecen otros síntomas físicos asociados: dolores de cabeza, malestar estomacal, dolores de espalda y dificultad para conciliar el sueño. También se relaciona con problemas oftalmológicos como miopías precoces, y sedentarismo. Los datos revelan que, en España, el 20% de los jóvenes entre 14 y 25 años sufre trastornos del comportamiento por culpa de la tecnología, y que sólo un 32% de adolescentes hacen un uso adecuado de Internet, un 13% muestran dependencia comportamental al respecto, y un 31% muestran señales de riesgo.

Por todos estos motivos, la Fundación Aprender a Mirar lleva desde el año 2000 trabajando para enseñar a usar bien los dispositivos y prevenir o frenar los riesgos de los malos usos. La Fundación tiene por objeto la defensa de los derechos del consumidor audiovisual, en especial del consumidor menor de edad, y trabaja en toda España con actividades de información y talleres de formación en la promoción de valores. Domingo Malmierca, Adjunto a la Dirección General de la Fundación Aprender a Mirar, pone de relieve la importancia que juega la educación en estos casos: “Todos debemos conocer

y enseñar, cada vez con mayor urgencia, las mejores formas de usar bien las pantallas, la necesidad de poner límites concretos al tiempo de uso, y debemos estar especialmente atentos al pensamiento crítico de los hijos, para que dominen su autocontrol”.

Sonae Sierra, en colaboración con esta organización, ha lanzado la iniciativa “Mi vida es tuya”. Dentro de la campaña se ha desarrollado una pieza audiovisual que busca impactar para lograr la identificación con el problema, por parte no solo de los padres, sino también de los propios adolescentes. La pieza muestra un joven que vive una situación de casi aislamiento con respecto a su entorno, debido a una enigmática criatura por la cual siente fascinación y que finalmente resulta ser un objeto cotidiano como el teléfono móvil. Con este paralelismo se quiere poner en relieve una situación cada vez más común entre los jóvenes. El título de la pieza va acompañado del lema “Algunas relaciones van demasiado lejos”, ya que se pretende reflejar la relación de dependencia que se crea en ocasiones con respecto a la tecnología. Por otro lado, se ha buscado llegar a los jóvenes utilizando los códigos y la estética que imperan hoy en día en el ámbito audiovisual y del entretenimiento.

La pieza audiovisual se puede visualizar en la web [www.mividaestuya.com](http://www.mividaestuya.com), donde además se pueden consultar diferentes informaciones, consejos y material educativo relacionado con el uso de la tecnología por parte de los jóvenes. La iniciativa, que hace un llamamiento a la sociedad para dar visibilidad a una problemática cada vez más extendida, cuenta ya con el apoyo de las principales instituciones locales. Los Ayuntamientos de las ciudades donde se localizan cada uno de los Centros Comerciales de la compañía se han sumado a la campaña y han respaldado este proyecto de concienciación. Además, desde Sonae Sierra se ha activado un plan integral de comunicación con institutos, centros de educación secundaria y asociaciones juveniles para ayudar a trasladar el problema a la dependencia de la tecnología en el lenguaje que los propios adolescentes hablan.

En España hay casi 5 millones de adolescentes y pre-adolescentes (jóvenes entre 12 y 19 años). Se trata de un grupo de población muy vulnerable a ciertos comportamientos adictivos, ya que, a nivel neurológico, sobre todo los más jóvenes, se encuentran en un proceso de desarrollo. “Mi vida es tuya” se activará en los Centros Comerciales que gestiona la compañía en España: Luz del Tajo (Toledo), Valle Real (Camargo – Cantabria), Plaza Mayor (Málaga), Max Center (Barakaldo-Bizkaia), GranCasa (Zaragoza), y Área Sur (Jerez de la Frontera). “Desde Sonae Sierra llevamos años trabajando para apoyar causas sociales y ayudar a la comunidad local. En esta ocasión nos gustaría hacer hincapié en un colectivo vulnerable como es el de los adolescentes, y exponer una problemática que puede parecer inofensiva, e incluso pasar desapercibida, pero realmente puede acarrear consecuencias graves en los más jóvenes. Confiamos en que esta impactante campaña pueda sensibilizar a los colectivos implicados y remover conciencias en toda la sociedad”, afirmaba Maitane Alburquerque, Coordinadora de Marketing de Sonae Sierra en España.

Link para acceder al site de la campaña

Link para conocer más información de la campaña

**Datos de contacto:**

Alejandra Domínguez

914569090

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Nacional](#) [Educación](#) [Sociedad](#) [Infantil](#) [Solidaridad](#) y [cooperación](#) [Ocio](#) para niños

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>