

Los menores pasan un 30% más de tiempo en las pantallas durante el verano

Según el estudio "De Alpha a Z, educando a las generaciones digitales" realizado por Qustodio, el 80,5% de los padres cree necesario supervisar el uso que hacen sus hijos de la tecnología. Los jóvenes viven permanentemente conectados, un 91% de los menores entre 11 y 18 años tiene alguna red social, acorde con un informe llevado a cabo por Doxa Comunicación

La tecnología se ha convertido en el mejor aliado y a la vez en el peor enemigo para la vida cotidiana. Hoy en día, es complicado alejar a los niños durante un tiempo de las pantallas y este comportamiento se potencia sobre todo cuanto más tiempo libre se tiene. Por eso, las vacaciones de verano pueden ser peligrosas. Según el estudio "De Alpha a Z, educando a las generaciones digitales" realizado por Qustodio, los menores pasan una media de cuatro horas al día conectados a las pantallas; a partir de junio, su uso aumenta en un 30%, en redes sociales, vídeos online, streaming, videojuegos... El tiempo crece en todos los aspectos.

Las nuevas tecnologías son muy atractivas puesto que son fuentes inagotables de diversión y distracción. Los jóvenes tienen al alcance todo tipo de contenido para estar entretenidos e informados y este tipo de disponibilidad y accesibilidad hace que estos dispositivos se conviertan en un recurso insustituible.

¿Están los jóvenes "enganchados" al teléfono?

No es ningún secreto que la tecnología es un complemento más en el día a día. El origen de estar pegados al teléfono no es diferente a cualquier otro tipo de adicción. Todo aquello que reporta un estímulo positivo, puede acabar fácilmente enganchando, sobre todo, si es de manera rápida, como ocurre con las redes sociales. Por eso, actualmente, hay muchos menores que pasan largas horas conectados a una pantalla.

Sin embargo, un estudio elaborado por UNICEF España muestra la gran mayoría de los jóvenes están en redes sociales para no sentirse solos. Por lo que una de las soluciones para desengancharse es ayudar a los hijos a pasar el tiempo de una manera diferente y establecer un equilibrio entre la vida online y la vida offline.

¿Habría que limitar el uso de las pantallas en verano?

El verano es muy largo, y quizás sea un buen momento para que los niños pasen más tiempo en las pantallas al tener más tiempo libre, pero siempre desde un uso limitado en los dispositivos digitales. La Generación Alpha se ha criado en una sociedad de pantallas: son nativos digitales. Es algo que los padres deben tener en cuenta. De hecho, el 91% de los menores entre 11 y 18 años tiene alguna red social, según un estudio realizado por Doxa Comunicación, por lo que los jóvenes viven permanentemente conectados.

Consciente de ello, los expertos de Qustodio recomiendan hacer un uso basado en el equilibrio y que los padres sepan cómo utilizan sus hijos la tecnología. De hecho, el 80,5% de las familias cree necesario supervisar lo que hacen, según el informe de Qustodio. Es decir, enseñar a los jóvenes formas diferentes de pasar el tiempo y que existen unas normas de uso de las pantallas.

Eduardo Cruz, CEO de Qustodio, "para evitar un exceso de pantallas, es conveniente desarrollar unos hábitos saludables y fomentar un buen uso de estos dispositivos. Para ello, siempre recomendamos poner límites y tratar de inculcar la importancia del buen uso de los aparatos tecnológicos para que cuando sean más mayores, ellos sean los que adquieran esta responsabilidad y sepan que no todo su tiempo libre tiene que invertirse en su vida online".

Datos de contacto:

Juan Boberg Aguirre
638371247

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

Categorías: [Nacional](#) [Educación](#) [Sociedad](#) [Ocio para niños](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>