

Qustodio: Los retos virales en redes sociales: ¿moda pasajera o dependencia entre los jóvenes?

Un estudio de TikTok señala que la mitad de los jóvenes describen como peligrosos los retos virales que ven en internet. Pese a ello, un 8% de los adolescentes españoles ha realizado algún reto viral peligroso en internet, tal y como refleja un informe de la UNIR
El último estudio de Qustodio refleja que el año pasado los menores españoles pasaron de media 178 minutos diarios en las principales redes sociales.

Desde desaparecer 48 horas o inhalar desodorante hasta aguantar la respiración para perder la consciencia. La moda de los retos virales han plagado las redes sociales de los más jóvenes: "Caza del Pijo", "Blockout challenge", "Chroming", "Fractal Burning"... Internet está inundado de retos virales, que han sufrido un boom entre los jóvenes: más de un 20% ha realizado algún challenge, según un estudio de TikTok.

Sin embargo, desde Qustodio, la plataforma líder en seguridad digital para las familias, advierten de que la moda inicial de estos retos ha derivado en otros challenges que pueden conllevar una serie de riesgos para los menores que los ejecutan.

De hecho, el mismo informe impulsado por TikTok expone que los propios adolescentes conocen los peligros que generan: la mitad de ellos describe como peligrosos los retos virales que ven en internet. Pese a ello, un estudio de la Universidad Internacional de la Rioja señala que un 8% de los adolescentes españoles ha realizado algún reto viral peligroso en internet.

Los expertos de Qustodio explican que este tipo de retos pueden llegar a ocasionar una serie de problemas a los menores, entre los que destacan:

Falta de autoestima: muchas veces los adolescentes buscan aceptación realizando estos retos y no superarlos puede afectar psicológicamente con problemas de autoestima o ansiedad.

Daños físicos: muchos de los retos conllevan una actividad física que puede provocar lesiones o daños entre los menores. Hay muchos retos que tienen relación con el peso o el consumo de productos peligrosos que exponen la integridad física de los jóvenes.

Dependencia emocional: los retos virales corren el riesgo de convertirse en un método de adaptación social entre los jóvenes. Hay miles de retos virales y es importante que los menores no adopten como costumbre realizarlos siempre por presión social.

¿Cómo prevenirlos?

Los expertos de Qustodio señalan que un abuso continuo de los retos virales suele ir de la mano de un excesivo uso de las redes sociales. El último estudio, Del cambio a la adaptación: 'viviendo y

aprendiendo en un mundo digital', refleja que los menores españoles pasaron de media casi tres horas diarias en las principales redes sociales.

Por tanto, desde Qustodio recomiendan encontrar un equilibrio digital que no genere excesiva dependencia de las redes sociales, así como fomentar una comunicación fluida entre padres e hijos para conocer cómo es la vida online de los más jóvenes.

Eduardo Cruz, CEO de Qustodio, asegura que "la formación digital es fundamental para la educación de los niños. Aunque no siempre se vea, la vida online de los menores afecta a su vida offline. Los retos virales son un buen ejemplo de ello: los jóvenes empiezan haciéndolos en busca de likes, que pueden acabar siendo un delito o causando sufrimiento en la familia. Es importante sentar las bases de una buena educación digital para conseguir un equilibrio en la actividad de los menores en redes sociales".

Datos de contacto:

Alfonso Gonzalez-Carrascosa Vericat
609448202

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

Categorías: [Sociedad E-Commerce](#) [Ciberseguridad](#) [Ocio para niños](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>