

S2 Grupo analiza las claves para evitar la dependencia tecnológica en los más jóvenes

El equipo de expertos de S2 Grupo, ha advertido que es fundamental asesorar a los menores en el uso seguro de las nuevas tecnologías tanto para no caer en las redes de la ciberdelincuencia (por ejemplo, a través del grooming, phishing, malware, etc.) como para no cometer ciberdelitos (por ejemplo, cyberbullying) y, muy importante, evitar trastornos psicológicos derivados de un mal uso de esta

La Navidad es una de las épocas en las que los más jóvenes incrementan su contacto con la tecnología porque tienen más tiempo libre para utilizar este tipo de dispositivos y porque muchos de los regalos que reciben están conectados a la red. En este sentido, la empresa especializada en ciberseguridad y gestión de sistemas críticos ha destacado en un comunicado que "la dependencia tecnológica es el momento en el que ya hay una relación tóxica de los más jóvenes con el mundo digital. Actualmente, el desafío de los padres es saber guiar a sus hijos en este ámbito y, para ello, es necesario crear un camino seguro para ellos. El tiempo que dedican a las pantallas se incrementa cada año notablemente y esto se correlaciona con un aumento en los casos de ansiedad, depresión y aislamiento social de los menores".

Según los expertos de S2 Grupo, la causa principal que impulsa la dependencia digital de los menores es la búsqueda constante de validación en las redes sociales, porque puede conducir a una espiral de comparación y descontento. Aun así, la empresa de ciberseguridad advierte de la adicción a los 'likes', ya que cada 'like' y comentario positivo se convierte en una dosis de validación, mientras que la falta de estos puede disparar sentimientos de inadecuación. En tercer lugar, S2 Grupo advierte de la presión por mantener una imagen 'perfecta' en redes a la que se someten los jóvenes que, junto con el acoso cibernético, son aspectos que pueden desencadenar o exacerbar la ansiedad y la depresión.

"Como padres, es vital que estemos atentos a estos signos y fomentemos un ambiente de confianza donde nuestros hijos e hijas puedan expresar sus preocupaciones. La educación digital es una necesidad imperante. Los jóvenes necesitan estar equipados con las habilidades y el conocimiento necesarios para navegar seguros y responsablemente por el ciberespacio", ha incidido José Rosell, socio director de S2 Grupo.

Claves para prevenir la dependencia digital en los más jóvenes

En su comunicado a los medios, S2 Grupo ha destacado los seis puntos que se deben tener en cuenta a la hora de prevenir y evitar la dependencia digital entre los menores.

Establecer límites saludables en el uso de la tecnología: que su tiempo de uso sea limitado.

Promover interacciones cara a cara como actividades extraescolares fuera de casa.

Utilizar herramientas como aplicaciones y software de control parental.

Fomentar un ambiente donde los jóvenes se sientan cómodos compartiendo sus experiencias en la red.

Educación continua: proporcionar información actualizada sobre ciberseguridad y comportamiento ético en redes sociales e internet así como explorar con ellos el ciberespacio y mostrarles webs educativas que enriquezcan sus habilidades.

Los padres han de ser 'modelos a seguir' y ser un buen ejemplo de cómo utilizar la tecnología de manera responsable.

En su comunicado, S2 Grupo destaca su programa de responsabilidad social corporativa #Evoluciona2, que contiene más de 150 iniciativas orientadas a través de 7 ejes a contribuir con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS): los empleados de S2 Grupo, sus familias, el fomento de la igualdad a través de acciones en el ámbito de la mujer, los jóvenes, la salud y el bienestar, la sociedad y el mundo a través de la sostenibilidad y la ciberseguridad.

Datos de contacto:

Luis Núñez

S2 Grupo

667574131

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

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

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>