



# Curso 22-23

## **Educación digital**



# Índice

Índice	2
Sobre macsonrisas	3
Formaciones realizadas este curso 2022-2023	4
Conclusiones	5
Conclusiones en primaria	5
Conclusiones en secundaria	10
Profesorado	16
Familias	16
Recomendaciones	18
Recomendaciones para familias	18
Recomendaciones para centros educativos	20
Agradecimientos	23

## Sobre macsonrisas

Macsonrisas es la marca comercial de Wema Corp SLU. En este momento está integrada por cinco profesionales de la educación, un trabajador social, tres graduados en magisterio, y un profesional del marketing, que crean e imparten las formaciones con mucha ilusión.

Nuestro objetivo es fomentar el uso consciente, seguro y saludable de la tecnología, promover la protección de menores en el mundo online y fomentar la convivencia y la tolerancia en el mundo digital. Cada día vemos los riesgos y amenazas a los que se enfrentan los menores, así como las consecuencias que tiene el uso inconsciente de la tecnología.

Damos formaciones en centros educativos dirigiéndolas al alumnado, a las familias y al profesorado para que desde los tres ángulos lleguen las mismas pautas a los y las menores y puedan integrarlas mejor.

Además, damos charlas y formaciones relacionadas con la educación digital en ayuntamientos, asociaciones y empresas: ciberseguridad, uso consciente de las redes sociales y los juegos online, violencia digital, riesgos y prevención en redes sociales y juegos online, redes sociales y salud mental...

En Álava coordinamos el proyecto de educación digital "Toma el control" de Fundación Vital. Vamos a todos los centros educativos y colaboramos con el Equipo Psicosocial del Departamento de Justicia de Álava dando formaciones a menores que han cometido delitos y están en proceso de mediación. También vamos a pisos tutelados a formar menores y educadores.

Actualmente estamos buscando entidades, fundaciones o empresas con las que colaborar con el objetivo de implantar nuestro proyecto de educación digital en otras provincias para que los centros educativos puedan participar de forma gratuita y llegar así al mayor número de centros educativos posible.

## Formaciones realizadas este curso 2022-2023

Hemos acudido a 84 centros educativos, dando un total de 1.543 sesiones con el alumnado de primaria, secundaria, FP y Bachillerato. En primaria realizamos formaciones a partir de 3º. Hemos realizado 38 formaciones con el profesorado y 83 formaciones con familias. Realizamos las formaciones principalmente en Euskadi y Navarra, aunque también realizamos sesiones en otras provincias.

Este curso, también hemos acudido a diferentes casas de cultura, bibliotecas, casas de juventud y empresas a impartir charlas y formaciones. Al igual que el año pasado, hemos acudido a la UPV (Universidad de País Vasco) a realizar sesiones con el alumnado de magisterio que pronto formará parte del profesorado de primaria y secundaria.

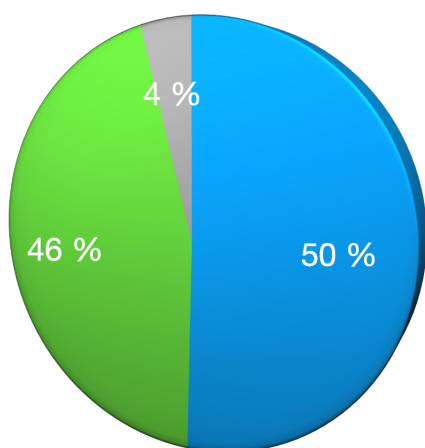
### Curso 2022-2023

1543 formaciones a alumnos/as

83 formaciones a familias

38 formaciones a docentes

www.macsonrisas.es



● Primaria ● ESO ● Bachillerato/FP

# Conclusiones

## Conclusiones en primaria

En primaria, a partir de 3º **en general vemos un uso descontrolado del mundo digital**. En muchos centros hay menores que tienen controlado el tiempo de uso y aunque lo usen durante más tiempo del recomendado, ese control del tiempo ya es algo. Decimos que vemos un uso descontrolado porque tal y como viene siendo habitual en los últimos años ya en 3º de primaria vemos niños y niñas con smartphone propio, con cuentas personales de TikTok, viendo Youtube y Twitch, y jugando a videojuegos para mayores, muchos de ellos para mayores de 18 años como el GTA o el Call of Duty. Al hablar sobre GTA, un juego tristemente muy popular entre los niños de primaria, algunos dicen jugar al videojuego para matar gente y acudir al “club” que se encuentra en el mapa del videojuego, donde pueden ver a mujeres virtuales desnudas de cintura para arriba e incluso entrar a salas privadas con prostitutas. Este acercamiento a la sexualidad, a la prostitución y a la cosificación de las mujeres a edades tan tempranas es muy preocupante.

Más o menos un tercio **de los niños de 3º de primaria dice tener smartphone propio**. En todas las clases de tercero ya hay niños con cuenta personal de TikTok, su número casualmente coincide con el número de niños que tienen smartphone propio. Y según van creciendo los porcentajes aumentan de manera preocupante hasta llegar a que **en 6º de primaria ya dos tercios y usa TikTok de forma habitual**. La mayoría ven Youtube muchos Twitch, y en casi todas las clases juegan a juegos para mayores de 9 años.

Muchos profesores nos dicen que en 2º de primaria hay niños viendo videos de TikTok, ya sea en TikTok o en los Shorts (video cortos) de Youtube.

Las redes sociales que más utilizan son TikTok, WhatsApp y YouTube. Youtube está muy normalizado, la mayoría de las familias y centros educativos ignoran que Youtube es para mayores de 13 años y permiten su uso sin ningún tipo de preocupación.

Les siguen de cerca Instagram, Twitch y Snapchat. Algunos utilizan Discord y unos pocos Youtube Kids. Los juegos más utilizados son Roblox, Minecraft, Stumble Guys, Fortnite, Brawl Stars y Fifa.

En cuanto al tiempo de uso, **aunque muchos tienen el tiempo controlado, el uso que hacen es excesivo y encontramos niños con verdaderos problemas de adicción**. Nos llamó mucho la atención el caso de uno niños de 5º de primaria al que todos los compañeros tienen bloqueado porque les ha llegado a llamar a las tres de la mañana para jugar a Roblox. Aunque estos casos extremos no son la norma general ni mucho menos, nos impactan mucho.

La mitad de los alumnos de primaria dice pasar más de dos horas al día entre semana con pantallas fuera del horario escolar, y una cantidad preocupante dice pasar más de 5 horas diarias entre semana.

Los fines de semana ya dos tercios de los niños de primaria dice pasar más de 2 horas delante de pantallas. El 20% dice pasar más de 5 horas al día y un 10% pasa más de 8 horas al día. Vemos una tendencia al uso excesivo, en muchos casos limitada por aplicaciones de control parental. Muchos alumnos aceptan el límite de tiempo “para no engancharnos” pero si pudiesen pasarían más tiempo.

Este uso tan temprano y excesivo, hace que se cree una “presión social” entre los menores de primaria para comenzar a ver todo tipo de contenidos y comenzar a usar smartphones cada vez antes. **En muchos centros educativos nos confirman que los niños de primaria que tienen problemas académicos o de actitud en clase suelen tener menos límites a la hora de usar de pantallas en casa.**

Este año también en las clases hemos preguntado cuántas pantallas tienen en casa, la mayoría dice tener más de 6 pantallas y muchos dicen tener más de 10 pantallas en casa. Muchos estudios demuestran una relación directa entre el incremento de pantallas en casa con el incremento de tiempo de uso de pantallas.

## **Problemas derivados del consumo de contenidos inadecuados**

Uno de los grandes peligros que vemos en Primaria es el consumo de contenidos inadecuados para su edad (alcohol, drogas, insultos, faltas de respeto, violencia,...) que tienen un nivel de influencia muy alto sobre ellos y ellas por ejemplo incorporando un lenguaje y una forma tóxica de relacionarse entre ellos y con su entornos. Se están normalizan los insultos y faltas de respeto de una forma muy preocupante y generalmente se van extendiendo y agravando con la edad. Consumen mucho contenido de Youtubers o Streamers que continuamente se insultan y se faltan al respeto hasta llegar al normalizar esas actitudes como “bromas” entre amigos o amigas.

**En muchas clases de 5º y 6º vemos muchos problemas ocasionados a por el uso de WhatsApp.** Que el uso de WhatsApp genere conflictos en menores no es de extrañar, por algo la edad establecida en los términos de uso para poder utilizarla es de 16 años en Europa.

**Los grupos de WhatsApp de primaria son un desastre:** insultos, amenazas, vocabulario indecente, acoso digital, exposición de información privada, exposición de imágenes de otras personas sin permiso, memes y stickers con las imágenes de compañeros...

Cuando a una madre, porque siempre son madres, se le ocurre mirar qué circula por el grupo de WhatsApp en el teléfono de su hijo/a de 6º, se queda estupefacta con todo lo que lee en los mensajes y escucha a través de los audios. Citando a una madre que vino hace poco a una formación, “me sentí fatal, es que era de p\* zor\* para arriba”.

## Goteos preocupantes

Comenzamos a ver cosas que nos preocupan en primaria aunque no sea algo generalizado y de momento sean cosas puntuales que son reiteradas.

Estamos viendo menores de 4º y 5º primaria utilizando plataformas para mayores de 18 años como Omegle (que conocen gracias a TikTok), menores de 5º y 6º de primaria que intercambian fotos desnudos, difusiones de imágenes íntimas en los chats grupales de clase, niños a los que les piden fotos desnudos en apps y redes sociales o juegos online aparentemente inofensivos. Las niñas que suben videos a TikTok nos dicen que sufren muchos comentarios sexistas por parte de adultos.

Vemos casos de suplantación de identidad ya en 6º de primaria, donde alguien se crea una cuenta de TikTok con la foto de otra persona fingiendo ser esa persona y comienza a insultar a otras personas y a decir tonterías para dañar su reputación.

Vemos niños, suelen ser chicos, de 4º y 5º de primaria que se abren canales de Youtube y tienen que dejarlo debido a los insultos y amenazas que reciben.

También hemos visto varias alumnas de primaria con más de 5.000 seguidores en Instagram.

## De la teoría a la práctica hay un trecho

Aunque la teoría se la saben muy bien no la ponen en practica porque son niños, no pueden hacer un uso consciente de la tecnología sin supervisión constante, no tienen la madurez suficiente para poder hacerlo.

Todos saben que no hay que hablar con desconocidos y mucho menos dar información privada, sin embargo **cuando preguntamos cuántos hablan con desconocidos y dan información privada en juegos online, muchos levantan la mano, siempre.** Hay un grupo importante de niños que publican videos en TikTok compartiendo mucho contenido, incluso con el uniforme del centro educativo puesto. En un centro educativo un niño de 6º nos dijo que jugaba con otro chico al Fortnite muy a menudo, quién incluso le hacía regalos, pero un día por el micrófono escuchó la voz de un hombre, y resulta que estuvo utilizando un cambiador de voz para

engañarlo. Comienza a ser frecuente que nos cuenten cómo adultos desconocidos fingen ser niños para intentar entablar una relación con ellos.

Todos saben que está mal insultar, amenazar faltar el respeto a los demás... pero cuando preguntamos si alguien insulta y amenaza a otros en internet cuando se enfada, la mayoría levanta la mano, siempre.

Todos saben que no hay que dar la cuenta de usuario y contraseña a desconocidos, que es peligroso pero mas o menos a la mitad de los niños de primaria que juegan a videojuegos online les han robado la cuenta después de hacerlo. Nos llamó la atención que a un alumno de 4º de primaria le estafaron 300€ en Fortnite.

## Videojuegos en primaria y secundaria

La mayoría de familias no miran a qué videojuegos están jugando sus menores y esto puede generar muchos problemas. Las propias características de muchos juegos hacen que si están recomendados para niños a partir de una edad concreta, hasta cumplir esa edad el videojuego sea contraproducente para los niños.

Además de los contenidos violentos, de la posibilidad de jugar con desconocidos y todos los riesgos que eso implica, ya muchos videojuegos han incorporado elementos de juegos de azar, de casinos, a sus dinámicas. Principalmente los incorporan a través de las "Lootboxes" o "Cajas de Botín", "Sobres de Fifa"...

Esas prácticas aún no están reguladas en Europa, solamente las han prohibido en algunos países concretos como por ejemplo Bélgica. De hecho incluso jugando a juegos recomendados para su edad pueden caer en estas prácticas. En Reino Unido al analizar las Loot Boxes vieron que el 97% se consideran aptas para mayores de 12 años y el 53% para mayores de 7 años. El 80% de los juegos más populares de Apple y Android tienen Lootboxes, y 71% de los juegos más populares de Steam Tienen Lootboxes.

Según un estudio de la Unión Europea "...las cajas de botín no están necesariamente dirigidas a los niños. Sin embargo, hay juegos dirigidos a niños que contienen cajas de botín y hay juegos que contienen cajas de botín que están dirigidos a adultos y también son jugados por niños". Otro estudio concluye que "Las asociaciones demográficas de la participación en las Cajas de Botín de los videojuegos reflejan las de otros comportamientos adictivos y problemáticos, como el juego desordenado, el abuso de drogas y alcohol." Y otro informe, realizado por investigadores de las universidades de Plymouth y Wolverhampton, encontró que las cajas de botín "son estructural y psicológicamente similares a los juegos de azar".

Las empresas de videojuegos han conseguido que la mayoría de niños y adolescentes que juegan a videojuegos se vean forzados a utilizar LootBoxes



de una manera o de otra, ya que muchas veces el propio videojuego te regala algunas (y no se puede evitar) y otras veces las recompensas de las misiones vienen en este formato. La mayor parte del ingreso de las empresas de videojuegos vienen de las LootBoxes, y además, un 5% de los usuarios de son los que más dinero generan, ya que una de las consecuencias del uso de técnicas agresivas de marketing y monetización es la ludopatía.

## Interacción en las formaciones

En general, en Educación Primaria se muestran muy receptivos a este tipo de sesiones, muestran mucho interés y suelen participar mucho en las dinámicas.

El gran descontrol general que hay en el tiempo de uso y contenidos, básicamente que hagan lo que les da la gana sin nadie que les diga nada, hace que muchos niños y niñas ya en primaria tengan un desconocimiento absoluto de los riesgos de las redes sociales y de los juegos online y al mismo tiempo tengan una sensación de conocimiento y control que es muy peligrosa porque es falsa. No tienen ni idea, pero piensan que saben. Bajan la guardia porque creen que “controlan” y adoptan una actitud muchas veces de soberbia llegando a negar muchas de las cosas que les transmitimos en las formaciones, reaccionando de forma negativa y a veces despectiva, y aceptando lo que piensan que saben como realidad absoluta.

Sin embargo, a medida que la formación va avanzando, se pueden ver caras de sorpresa, miradas entre ellos y ellas e incluso en algunos casos hemos podido escuchar comentarios referentes a borrar o quitarse las redes sociales. En muchas formaciones alumnos y alumnas se acercan a preguntarnos si vamos a ir más veces porque la formación les ha resultado muy interesante y útil para ver la “otra cara” de los videojuegos y redes sociales.

## Conclusiones en secundaria

En la ESO vemos con preocupación un uso excesivo de pantallas y vemos muchos adolescentes con cuadros adictivos. Al preguntar en las clases de la ESO, más o menos dos tercios de los alumnos dice pasar de más de 2 horas al día entre semana, y casi un tercio más de 5 horas al día. Los fines de semana el 80% de los alumnos de la ESO dice pasar más de dos horas al día frente a pantallas, (casi la mitad) dice pasar más de 5 horas al día y el 18% dice pasar más de 8 horas al día.

Cuando hablamos sobre el tiempo de uso excesivo, en la ESO no consideran que hagan un uso excesivo de las pantallas porque sus padres y madres las utilizan tanto como ellos. Otros adolescentes admiten la adicción que tienen, la normalizan sin ningún tipo de pudor y niegan que estén sufriendo sus consecuencias.

También vemos un cambio de chip en las familias cuando sus hijos e hijas pasan a secundaria. De 6º de primaria a 1º de la ESO vemos un aumento exponencial en el tiempo de uso de pantallas y no entendemos a qué se debe.

Este año también hemos preguntado cuántas pantallas tienen en casa, la mayoría dice tener más de 6 pantallas y muchos dicen tener más de 10 pantallas en casa. Muchos estudios demuestran una relación directa entre el incremento de pantallas en casa con el incremento de tiempo de uso de pantallas. Además, comienza a ser normal el utilizar más de una pantalla a la vez, por ejemplo ver Netflix al mismo tiempo que se usan las redes sociales con el móvil.

Al asistir a nuestras formaciones se vuelven conscientes de que pasan mucho tiempo delante de las pantallas y de que eso puede ser un problema muy grande, pero creemos que esa “apertura de ojos”, esa consciencia momentánea se queda ahí porque no va acompañada de pautas y acciones complementarias en casa por parte de sus familias.

## Comportamientos irrespetuosos habituales

Notamos un aumento general del comportamiento irrespetuoso en la mayoría de centros educativos de la ESO y asistimos a un aumento en el número de “clases difíciles”. Llamamos clases difíciles no a aquellas en las que tenemos que pedir constantemente silencio, que son muchas, sino a aquellas en las que no podemos dar las sesiones debido a las constantes faltas de respeto -hacia nosotros, entre ellos y hacia sus profesores- e interrupciones. Faltas de respeto constantes, incapacidad de estar 5 minutos escuchando sin interrumpir, hablar tranquilamente con el de al lado con carácter desafiante mientras miran a los profesores que están intentando dar la clase, insultos entre el alumnado, enfrentamientos verbales con sus tutores...

Presenciamos en primera persona, incrédulos y preocupados, cómo en muchos centros los propios tutores, son incapaces de poner orden y no saben qué hacer.

En marzo comenzamos a contabilizar este tipo de clases en las que andamos al límite o decidimos que es imposible seguir y salimos de clase, y en dos meses y medio fueron 11 clases de las 600 que visitamos. Salimos en 3 ocasiones y en otras 8 estuvimos al límite. En algunas clases tienen que estar tres profesores para que presten un mínimo de atención y no estén constantemente con faltas de respeto.

Este aumento, que llevamos notando de forma progresiva desde hace 5 años se agravó tras la pandemia. Pensamos que varios factores influyen en que cada vez haya más clases así, y estamos convencidos de que una de las razones es que cada vez los adolescentes pasan más tiempo en redes sociales y con pantallas y la toxicidad y violencia que campa a sus anchas en el mundo digital traspasando la pantalla.

Al igual que en primaria también encontramos muchos adolescentes que tienen una falsa sensación de conocimiento absoluto, control y poder, y nos reciben muchas veces con soberbia y desprecio. Esa soberbia les lleva a no ser capaces de detectar los riesgos que pueden encontrarse en las redes sociales y también a pensar solamente en el presente y no en su futuro sin tener en cuenta las consecuencias que sus acciones presentes pueden tener, o incluso sin plantearse pueden tener consecuencias. A veces nos rebaten todo, incluso las acciones que son delitos o no, llegando a pensar cosas tan absurdas como que si ellos creen que no son delito o no están de acuerdo no pasará nada. En la mayoría de casos, no en todos, durante la formación vemos cómo se sorprenden, se miran entre ellos, cambian de actitud y a veces nos preguntan si vamos a volver porque les ha parecido muy interesante.

Las redes sociales más utilizadas son TikTok, Instagram y Youtube. Respecto a WhatsApp muchos dicen que las utilizan para comunicarse principalmente con su familia. Un número cada vez mayor de adolescentes también utiliza Telegram, generalmente para ver porno, para hacer apuestas online e invertir en criptomonedas, y para ver contenido de diferentes plataformas de pago de manera gratuita.

## Delitos

Compartir imágenes e información personal de otras personas es algo habitual. En todos los centros educativos, en todos, circulan multitud de memes y stickers con las imágenes de compañeros/as de clase y de profesores/as. Hemos visto casos en los que lo alumnos graban a profesores en clase o en los pasillos y lo subían a instagram. También ven y comparten mucha violencia, sobre todo peleas reales. Es habitual buscar pelea, grabarlo y difundirlo. Muchas veces en lugar peleas entre iguales son agresiones a personas concretas. También comienza a ser habitual la proliferación de cuentas de “chismes y cotilleos” “anónimas” de centros

educativos en Instagram, donde se habla de menores de esos centros, comparten rumores y mentiras y en algunas ocasiones hasta información privada de menores.

Tal y como hemos dicho antes, muchos menores siguen sorprendiéndose de que muchas acciones que hacen sean delito, nadie les ha explicado qué acciones son constituyentes de delito en internet y no tienen ni idea de lo que implica que algo sea delito, no conoces las consecuencias que tiene. Es habitual que cuando les preguntamos qué consecuencia penal puede tener x delito, nos digan pagar 30€. En algunas clases mientras explicamos los delitos y las consecuencias se suele escuchar “si hombre, es que no se puede hacer nada”. **En algunos casos nos cuesta hacerles entender que aunque no entiendan por qué o no estén de acuerdo, si cometen un delito van a sufrir las consecuencias igualmente.**

Vemos muchos casos de suplantación de identidad. Algunas disfrazadas de “bromas”, otras con la intención explícita de dañar la reputación de las personas suplantadas. Hemos visto hasta suplantaciones de profesores.

## Ciberseguridad

Nos sigue llamando la atención que muy pocos utilicen antivirus y que no sepan realizar acciones básicas como copias de seguridad o ajustes básicos o no conozcan funciones que las redes sociales ofrecen para su propia protección. Volvemos a comprobar que **aunque de forma generalizada en la sociedad se haya generado esa idea es falso que los adolescentes sepan mucho de informática y de redes sociales, que controlan mucho, no es cierto.** Utilizan mucho las redes sociales, los smartphones e internet pero solamente saben realizar acciones básicas. Al profundizar un poco casi todos se pierden.

Muchos realizan acciones arriesgadas como descargar aplicaciones falsas y gratuitas desde cualquier lugar, y la mayoría utiliza aplicaciones pirata porque son “gratis”, cuando la recomendación es no usarlas porque la mayoría traen malware o virus. Por contar una anécdota a modo de ejemplo, un alumno de la ESO nos dijo que tenía Spotify Premium pirata pero que el antivirus no le dejaba usarlo. Al preguntarle qué hizo dijo que se desinstaló el antivirus.

## Pornografía

**El consumo de pornografía entre adolescentes, lejos de ir reduciéndose, cada año va en aumento.** No tienen ningún pudor en reconocer que ven pornografía, principalmente los chicos, y aunque no es algo habitual comienzan a darse casos en los que adolescentes publican sus prácticas sexuales en las historias de Instagram hasta que alguien lo denuncia o Instagram detecta qué tipo de contenido es y lo bloquea.

También ha aumentado el envío y recepción de pornografía, muchas veces recepción involuntaria sin haberlo pedido, incluso de pornografía donde el/la o los protagonistas son adolescentes, es decir pornografía infantil. Al hablar de las consecuencias de estas prácticas, de que la pornografía infantil es delito y sus consecuencias, los adolescentes se quedan blancos y se comienzan a mirar entre ellos en la mayoría de clases. No entendemos cómo las familias no toman parte en el asunto, educando o limitando el uso de smartphones, muchas de estas clases son de primero de secundaria. Pensamos que las familias ignoran lo que los adolescentes hacen en el mundo digital.

Por poner un ejemplo, en uno de los centros nos comentaron que en segundo de la ESO se había compartido un vídeo en un grupo de WhatsApp de una menor que conocían manteniendo relaciones sexuales con una persona mayor de edad. Salió a la luz porque en ese grupo de WhatsApp, uno de los alumnos accedía desde el teléfono de su padre y este al verlo lo denunció. Pero si no llega a ser así, creemos que ese vídeo habría sido compartido en muchos más sitios y se habría mantenido en secreto como tantos otros.

**Seguimos presenciando casos de sextorsión entre adolescentes**, donde uno de los menores chantajea a la otra persona que previamente le ha mandado imágenes y videos de carácter sexual, amenazando con publicarlas si no hace lo que quiere. Estos casos se dan en todos los cursos de la ESO, también en primero.

En muchos centros nos dicen que han habido problemas muy serios relacionados con el mundo digital pero no quieren especificar lo que ha pasado y estamos viendo cómo problemas o delitos que antes se daban más en 3º o 4º de las ESO se comienzan a dar de forma habitual el 1º y 2º de la ESO.

## Desinformación

Al igual que en años anteriores, **hay adolescentes que piensan que conseguir un Sugardaddy es una forma aceptable de ganar dinero sin trabajar**. Los Sugardaddies son hombres maduros con mucho dinero que buscan chicas muy jóvenes para cuidarlas económicamente a cambio de "compañía". Les compran cosas caras, les llevan de viaje, les pagan la universidad...

Este tipo de prostitución se está vendiendo de una forma romántica en las redes sociales y muchas adolescentes y adultas jóvenes buscan uno para ganar dinero "sin trabajar", cuando la realidad es que se vuelven sus esclavas sexuales. Al explicarles lo que realmente significa la prostitución cambian de idea muy rápido pero a través de las redes sociales muchos adolescentes son bombardeados con mucha desinformación, y si no hay nadie cerca que les prevenga o le ponga contexto a las cosas sacan conclusiones muy peligrosas.

Otro tipo de desinformación relacionada con ganar dinero fácil, sin trabajar, es la de las apuestas y las inversiones en criptomonedas. El mensaje que desde la redes sociales se manda una y otra vez es que se puede ganar dinero rápido y fácil, y si no los haces y te ganas la vida con un trabajo tradicional eres tonto. Y muchos streamers e influencers lo dicen así de claro, sin tapujos para “reclutar” a seguidores con engaños y mentiras.

Las apuestas deportivas online son un fenómeno que no tiene pintar de que vaya a desaparecer en un futuro cercano, y va en aumento. La falta de control en muchos negocios de apuestas digitales hace que adolescentes menores de 18 años puedan apostar sin problemas. Aunque la característica principal de una apuesta es que el desenlace es completamente aleatorio, hay muchas personas e incluso empresas en internet que aseguran que pueden ofrecer consejos y “tips” para realizar apuestas seguras. Todo esto claro, si te suscribes a sus servicios y pagas por ello. Estos engaños y estafas hacen que muchas personas piensen erróneamente que las apuestas pueden ser una forma de obtener ingresos económicos.

Lo mismo ocurre con las inversiones en criptomonedas. La única forma en la que una criptomoneda pueda aumentar su valor es que más personas quieran invertir en ella. Por eso, todas aquellas personas que ya han invertido tienen un interés económico en que más personas inviertan, es un interés egoísta y se inventan cualquier cosa para que más gente invierta. **Adolescentes de 3º y 4º de la ESO nos muestran las aplicaciones que usan para invertir en criptomonedas y para realizar apuestas online.** Esto nos ha hecho desarrollar una nueva formación sobre apuestas y videojuegos que comenzaremos a impartir el curso que viene, ya que en sus familias no tienen ni idea de lo que están haciendo, nadie les está advirtiéndoles de que les están engañando y el problema de la ludopatía entre adolescentes cada día va a más, sobre todo en España que tiene la tasa de ludópatas adolescentes más alta de Europa.

## Desconocidos

Aunque no es algo que nos cuenten en todas las clases que vamos, nos llama la atención que cada vez haya más adolescentes que quedan en la calle con desconocidos que dicen tener su edad y al llegar el día las personas que aparecen son personas adultas. **En la ESO la mayoría de alumnos han encontrado perfiles falsos de personas que decían ser otras personas y es muy habitual hablar con desconocidos.**

## Salud mental

Los adolescentes **no son conscientes de la forma en la que el uso excesivo de las redes sociales afecta a su autoestima y a su salud mental aunque lo sufren a diario**, sobre todo las chicas. Son conscientes de que en muchas personas hay efectos negativos pero no se reconocen entre esas personas aunque hablando con ellas quede claro que los están sufriendo.

Es preocupante que ya la mayoría de adolescentes ( y adultos) que publican imágenes y videos, lo hagan con filtros para verse mejor: filtros para que la piel se vea más tersa, para que los dientes se vean más blancos, para que los ojos se vean más bonitos, para que las caras se vean más bellas... la mayoría de adolescentes ( y adultos) que publican videos e imágenes en redes sociales no tienen una autopercepción positiva sobre sí mismas y creen que necesitan utilizar filtros para verse bien. No para verse mejor, para verse bien. Eso, acompañado de los algoritmos de las redes sociales que dan prioridad a contenidos de personas que se ajustan más a los cánones de belleza establecidos, hace que en redes sociales lo que más se vean son cuerpos, caras, pieles, ojos, dientes... perfectos, o que se acercan a la perfección. Y es inevitable, que antes o después comencemos a compararnos.

Estamos viendo casos de anorexia en diferentes provincias en los que una de las primeras acciones es quitarles las redes sociales a las adolescentes. Casi la mitad del contenido de TikTok está relacionado con la pérdida de peso.

## Profesorado

En general hay un desconocimiento del mundo digital en el que se mueven los menores. Exceptuando algunos profesores jóvenes, la mayoría ignoran los juegos a los que niños y adolescentes juegan de forma habitual y la dinámica, contenidos y riesgos de estos juegos. En las redes sociales pasa algo parecido, aunque muchos profesores usen redes sociales, ignoran como los menores las utilizan y muchos de los riesgos a los que se enfrentan, aunque de primera mano vean el mal uso que los menores hacen de ellas y las consecuencias que eso acarrea.

El desconocimiento general que tiene profesorado, nos hacía presuponer que prestarían atención en las formaciones quedamos para los alumnos, y nuestra sorpresa ha sido bastante grande cuando hemos comprobado que aunque no la mayoría, muchos de los profesores tienen una actitud pasiva y negativa en las formaciones. A veces se ausentan de las formaciones, a pesar de saber que tienen que estar presentes. Otras veces se ponen a trabajar en su ordenador, sin prestar atención a lo que decimos o a las vivencias que los alumnos cuentan. No sabemos si influye o no la presión y la carga de trabajo que suelen haber en los centros educativos. También tenemos que decir que hay más ocasiones en lo que ocurre todo lo contrario y el profesorado participa de forma activa en las formaciones con los alumnos.

Respecto a las formaciones que damos para el profesorado, algunas veces comprobamos que cuando ellos son los que reciben formaciones tienen las mismas actitudes que los alumnos. Por ejemplo, se sientan en las sillas más lejanas o comienzan hablar entre ellos durante la formación sin prestar atención. Nos resulta un poco violento increpar o dar toques a los profesores que acuden a las formaciones y no prestan atención. Todos estamos cansados en algún momento, y entendemos que haya centros en los se obligue al profesorado a asistir a la formaciones, pero creemos que el respeto es fundamental, mucho más cuando luego esos mismos profesores exigen a sus alumnos lo que ellos mismos no hacen.

## Familias

Al igual que el año pasado la asistencia de las familias a las formaciones es muy baja, apenas conseguimos que en muchos centros salgan grupos de 10 para dar la sesión. En los centros que más participación hay suelen venir 20 - 30 personas, pero ese nivel de asistencia se da muy pocas veces y en centros grandes. El profesorado nos dice, y nosotros también lo vemos, que siempre acuden las familias que están más concienciadas y aquellas que más lo necesitan, por ejemplo las familias de los alumnos que tienen más problemas desrivados del uso excesivo y sin control no vienen.



Tenemos la sensación de que muchas familias buscan una solución mágica para que sus hijos e hijas no pasen tanto tiempo delante de las pantallas y no son conscientes que ellas mismas han ido provocando ese desenlace: Por un lado a través del ejemplo que dan ellas mismas en su forma de usar las pantallas y por otro con la falta de límites y reglas en el mundo digital desde que los menores eran pequeños. Ser padres nunca ha sido fácil y en estos tiempo tan digitales, el tiempo y esfuerzo que requiere una buena educación es mayor.

También creemos que una de las razones por las que las familias permiten que los niños y adolescentes use mucho las pantallas es que tienen miedo a que los menores se aburran. Hay una especie de miedo al aburrimiento cuando el aburrimiento forma parte de nuestro desarrollo.

Nos alegra mucho comprobar, que después de las formaciones en algunos centros educativos, desde las asociaciones de padres y madres, se comienza a impulsar una iniciativa para ponerse de acuerdo en las clases de primaria e intentar entregar el smartphone todos a la vez llegar a los 14 años, o por lo menos una vez hayan terminado primaria.

## Recomendaciones

### Recomendaciones para familias

Para que los menores hagan un uso adecuado de las pantallas, de cualquier tipo de pantalla desde televisiones hasta smartphones, conviene que se establezcan reglas básicas de uso desde que son pequeños:

- Qué se puede ver con cada edad o que se puede usar con cada edad: Programas, apps, dispositivos, videojuegos...
- Durante cuánto tiempo se pueden utilizar las pantallas. Cuanto menos tiempo mejor, y se aconseja dejar el uso de pantallas para el fin de semana. Tan importante como esto es desarrollar alternativas de ocio a las pantallas para que aprendan a entretenerse sin pantallas.
- Dónde se pueden usar las pantallas. Se recomienda usarlas y cargarlas en lugares comunes de la casa evitando los cuartos. Está comprobado que cuantas más pantallas hay en casa más uso se hace de ellas con lo que se recomienda tener el menor número de pantallas posibles en casa.
- Ser ejemplo de un uso adecuado. Es imposible educar en el uso adecuado y consciente de las pantalla si los adultos no se lo aplican a sí mismos.
- Una vez que tengan la edad necesaria para poder usarlas, si las familias permiten que los menores las usen, se recomienda que por lo menos durante el primer año se cree una cuenta familiar y se use esa cuenta familiar en el tiempo que se establezca y con la supervisión de las familias, es decir las familias deberían estar con ellos mientras las usan. Es la única forma de enseñar a los menores a utilizar las redes sociales de forma consciente y a prevenirles los riesgos. Debemos enseñarles a detectar y bloquear acercamientos inadecuados, a diferenciar desinformación y contenidos dañinos, a comunicarse de forma positiva, a ser conscientes de qué acciones son delitos y las consecuencias penales de esas acciones, cómo afecta la pornografía a nuestro acercamiento al sexo, la importancia de la privacidad y de no hablar con desconocidos, a ser críticos con lo que vemos y con las personas que seguimos... Usarlas junto a ellos es la única forma posible de hacerlo.

### Acuerdo entre familias de clase

Llevamos años viendo cómo el miedo a que los menores no sean capaces de socializarse normalmente sin smartphone propio y/o el desconocimiento de los riesgos asociados a su uso lleva a que muchas familias regalen smartphones a edades cada vez más tempranas, generando una presión muy grande sobre las familias que quieren esperar y poniéndoselo mucho más difícil.

Por ello hace ya un tiempo pusimos en marcha la iniciativa “Smartphones y redes a partir de los 14”. La idea es que en las clases de primaria las familias formen grupos para ponerse de acuerdo (es muy difícil que todas las familias de cada clase se pongan de acuerdo) para no entregar el smartphone ni permitir usar redes sociales hasta los 14 años. En nuestra web podéis encontrar un ejemplo del documento de compromiso así como las recomendaciones para llevarlo a cabo en los centros educativos.

### Acuerdo uso smartphone entre familias y menores

Una vez que los menores tengan la edad adecuada para usar smartphones u dispositivos digitales se recomienda tener una especie de contrato de uso entre los menores y los adultos donde se establezcan las condiciones para poder usarlo. Básicamente son las reglas básicas de uso, pero con un compromiso también por parte de los adultos para conocer los riesgos y las buenas prácticas, y para tener tiempo para usar las redes sociales junto a los menores en el tiempo establecido y para atender a los menores cuando tengan dudas o preguntas. Tenéis un ejemplo de contrato en nuestra web.

## Recomendaciones para centros educativos

### Redes sociales

Una de las recomendaciones que hacemos a las familias es la de no poner imágenes de niños en redes sociales. No tenemos ni idea de quiénes las van a ver ni de qué van a hacer con ellas. Es curioso que ahora que empieza a ver familias que se toman en serio estas pautas, los centros educativos, sobre todo los de primaria y educación infantil, sigan publicando constantemente imágenes y videos en redes sociales donde aparecen sus niños y niñas jugando, en clase, realizando diferentes actividades... Aunque las familias de esos menores hayan dado permiso, es un poco preocupante que muchos centros educativos no vean ningún riesgo al hacerlo, sobre todo en cuentas públicas.

Muchos centros educativos usan las redes sociales para compartir imágenes y videos con las familias y para hacer publicidad de cara a traer más familias y estudiantes, sobre todo en periodo de matriculación. Por eso, la mayoría de las cuentas de centros educativos en redes sociales son públicas, cualquiera puede ver las imágenes y los vídeos que allí se ponen, y por consiguiente cualquiera puede quedarse con ese material y utilizarlo como quiera.

En 2019, Jordi Pérez Colomé, un reportero de El País, publicaba un artículo estremecedor titulado “Así acaba el video inocente de una niña en una lista erótica de Youtube”. En este artículo describe cómo pederastas van recopilando imágenes y videos de niños haciendo cosas de niños (jugando, haciendo deporte, estudiando...) y crean listas de vídeos donde hacen comentarios lascivos parecidos a “en el minuto tal se ve a una niña sin la parte de arriba en una piscina”, “en el minuto tal se ve a un niño haciendo gimnasia y se le marca el...” y van creando comunidades para compartir sus perversiones. Los pederastas utilizan imágenes inocentes que las familias y los centros educativos publican para crear ese tipo de material. Este tipo de actos ya había llevado a Youtube a bloquear los comentarios en la mayoría de videos donde aparecen niños a principios de 2019 como también recogía El País en marzo de 2019 en otro artículo llamado “Youtube bloquea los comentarios en la mayoría de videos donde aparecen niños”.

En el caso de las imágenes compartidas por los centros educativos, estos depredadores, y cualquiera que vea las imágenes, saben exactamente dónde pueden encontrar a estos niños y niñas.

Este es solo uno de los ejemplos de cómo se pueden utilizar las imágenes de niños y niñas que circulan alegremente a través de las redes sociales.

Los centros educativos deberían pensar en formas de promocionarse sin enseñar imágenes de menores, o acostumbrarse a pixelar o difuminar las caras de los menores aunque tengan el permiso de las familias para publicarlas. No es sencillo, un

video, unas fotos siempre quedan más alegres si aparecen niños jugando y riendo, pero entre todos deberíamos desarrollar nuevas formas de hacerlo.

Para compartir imágenes con las familias se recomienda utilizar una zona privada de las páginas web de los propios centros donde únicamente puedan acceder las familias. Si este es el único objetivo de tener una cuenta de Instagram, compartir las imágenes con las familias, los centros podrían tener cuentas privadas y aceptar como seguidores solamente a las familias del centro.

Vemos problemas en muchos centros educativos cuando se realizan actividades deportivas o extraescolares porque las familias sacan fotos a diestro y siniestro (fotos de muchos menores de forma directa o indirecta) y las comparten de cualquier forma sin pensar en las consecuencias. Es de agradecer que algunos centros ya estén tomando medidas al respecto y que no permitan sacar fotos ni grabar videos durante estas actividades, sino que lo hagan ellos y luego las compartan a través de la página web o de formas más privadas.

También es importante que todos los centros educativos, en las reuniones que hacen con las familias, hablen de la importancia de mantener las imágenes de menores fuera de redes sociales y que todos tomemos un poco más de conciencia de los riesgos que pueden conllevar. Nunca pasa nada hasta que pasa.

### Regulación uso smartphone

Vemos centros educativos de secundaria que tienen regulado el uso del smartphone en el centro educativo en horario escolar. Es decir, no se prohíbe llevarlo pero no se puede utilizar en horario escolar es para utilizarlo el camino de ida o de vuelta. Aunque es muy difícil controlar su uso y si ven que alguien lo está utilizando lo requisan. Nos parece una buena iniciativa.

En algunos centros educativos de primaria vemos cómo los menores que tienen smartphone se lo entregan al llegar a su tutor/a y el/ella se lo devuelve a la salida. También nos parece una buena solución.

En centros educativos puntuales directamente está prohibido llevar smartphones (que no teléfonos móviles). También nos parece una buena iniciativa.

Sin embargo nos parece que una vez más los centros educativos recaen con la carga de gestionar cosas que deberían hacer las familias. No vemos la necesidad de que un menor, de primaria o secundaria, lleve un smartphone al centro educativo y no entendemos cómo tantas familias les permiten llevarlo. Si alguna familia necesita ponerse en contacto con el menor puede llamarle al centro educativo, y si los menores necesitan estar localizados durante los desplazamiento por situaciones específicas, con tener un teléfono de teclas sin internet ni redes sociales es suficiente para llamar y mandar mensajes. Las familias no entienden que los menores no tienen

la madurez suficiente para utilizar correctamente esa herramienta, y aunque piensen que sus hijos/as son muy responsables (y probablemente lo sean) siguen siendo menores y no tienen la capacidad de usarlos de forma responsable.

## Agradecimientos

Nos gustaría agradecer a todo el profesorado en su conjunto y a los equipos directivos de todos los centros educativos el esfuerzo y dedicación que muestran cada día, así como sus ganas de aprender y su disposición por proteger al alumnado de las amenazas y riesgos a los que se enfrentan cada día en el mundo digital.

Todo ello a pesar de la cantidad ingente de trabajo que cada día realizan, incrementada por la presión y las exigencias, muchas veces desproporcionadas, que las familias y la sociedad les imponen. Su labor no es fácil y siempre pasa desapercibida.

También agradecemos a todas aquellas familias concienciadas de la necesidad de la educación digital por su esfuerzo y trabajo extra diario. Ser padres y madres nunca ha sido fácil. Con las redes sociales, los juegos online, los smartphones y demás dispositivos se ha añadido una dificultad extra, y la inconsciencia, el desconocimiento y la permisividad del resto de familias hacen su labor aún más complicada generando sentimientos de incompreensión y soledad. Ánimo, no estáis solas y lo estáis haciendo muy bien.

Por último nos gustaría agradecer a Fundación Vital su compromiso con la educación digital y la protección de los menores en Internet, y la confianza depositada en nosotros para coordinar y llevar a cabo el programa de educación digital “Toma el control” en Álava.