

El 35% de los menores internautas españoles tiene contactos con desconocidos, y el 18% se cita con ellos

- Una "Guía sobre uso seguro de Internet, videojuegos y móviles" ayudará a padres y educadores a prevenir posibles adicciones juveniles a las nuevas tecnologías
- El Defensor del Menor en la Comunidad de Madrid, Obra Social Caja Madrid y la Fundación Gaudium se unen para promover su uso saludable y responsable

Madrid, 20 de octubre de 2011

El 96% de jóvenes se conecta habitualmente a Internet, más del 90% utiliza todos los días el teléfono móvil y, en el grupo de 12-18 años, el 63'8% juega a diario con su videoconsola. Este telón de fondo revela que, por primera vez en la historia, las jóvenes generaciones de 'nativos digitales' conocen mucho mejor las nuevas tecnologías que sus progenitores. También confirma la necesidad de dotar a los adultos de conocimientos básicos que les ayuden a educar y acompañar a los menores en su uso.

Los evidentes beneficios de Internet, los móviles y los videojuegos tienen su 'otra cara' de riesgos, sobre todo en la adolescencia y primera juventud. Según un estudio del Instituto de Adicciones de Madrid, el 13'5% de jóvenes madrileños manifiesta un uso problemático en una o más tecnologías lúdicas o de la comunicación (casi el 4% en videojuegos, 4,5% en Internet, 6,5% en el correo electrónico y 8,5% en el móvil). Según un estudio europeo, el 35% de los menores internautas españoles tiene contactos con personas que no conoce y el 18% acude a encuentros con ellas.

A partir de estos datos, el gran reto es la prevención, que para ser eficaz debe ir más allá de la simple información, que por sí sola no cambia actitudes ni comportamientos. Por eso la familia tiene un papel clave, ya que el principal factor de protección frente a una posible adicción infantil y juvenil a las nuevas tecnologías es una relación paterno-filial basada en el cariño, la comunicación y el ejemplo de los progenitores. El problema es que también hace falta cerrar la 'brecha digital' entre generaciones. Según el estudio madrileño citado, el 47'1% de padres, madres y tutores reconoce su conocimiento nulo de Internet, que se amplía hasta el 63,8% en el correo electrónico y hasta el 75.5% en el chat. Incluso en el móvil, el 62'9% apenas tiene un conocimiento básico.

Para que los adultos puedan ponerse al nivel de los jóvenes 'nativos digitales' se publica ahora la **"Guía para padres y educadores sobre el uso seguro de Internet, videojuegos y móviles"**, que es fruto del esfuerzo conjunto del **Defensor del Menor en la Comunidad de Madrid**, empeñado en la protección y atención a los menores; **Obra Social Caja Madrid**, comprometida con el bienestar y mejora de nuestra sociedad, y la **Fundación Gaudium**, entidad de ámbito nacional dedicada a la investigación y prevención de adicciones a las nuevas tecnologías en la población infantil y juvenil. Junto a esa obra, se editan también otras dos **"Guías sobre el uso saludable de las nuevas tecnologías"** destinadas a padres con hijos en Educación Primaria y en Educación Secundaria.

La autoría de las obras corresponde a **Francisco Labrador Encinas**, catedrático de Modificación de Conducta, director del Departamento de Psicología Clínica de la Universidad Complutense de Madrid y coautor del manual "Adicción a las nuevas tecnologías en adolescentes y jóvenes"; **Ana Requesens Moll**, directora de la Fundación Gaudium y pionera de los programas para el buen uso de las nuevas tecnologías que se imparten ya en 400 centros escolares españoles, y **Mayte Helguera Fuentes**, psicóloga clínica especializada en el diseño de programas preventivos con adolescentes.

La Guía principal, que se cierra con un útil "Decálogo práctico" para padres y madres, aclara que las señales de alarma sobre un posible uso excesivo de nuevas tecnologías por los menores deben encenderse "cuando interfiere gravemente en la vida cotidiana y el adolescente pierde interés por otras actividades". En definitiva, cuando su vida comienza a girar en torno a ellas y el no usa ya el ordenador, la consola o el móvil para pasarlo bien, sino para aliviar el malestar que le supone no utilizarlos.

Las 'pistas' sobre una posible adicción a las nuevas tecnologías las dan ciertas conductas típicas o síntomas como la tolerancia (necesidad de dedicarles más y más tiempo para obtener el efecto placentero deseado), la pérdida de control (necesidad de usarlas para aminorar el disgusto que provoca estar desconectado), la ocultación (se niega el problema a pesar de evidencias como el fracaso escolar o el aislamiento social), el abandono de otras actividades (se encadenan los problemas familiares, escolares y relacionales, hasta afectar a la higiene personal, el sueño o la alimentación) y los cambios de comportamiento (la adicción va provocando cambios físicos, emocionales, de hábitos y rutinas cotidianas, etcétera).

La Guía recuerda que también hay factores de protección que pueden ser potenciados por padres y educadores, como la autoestima, las habilidades sociales y de comunicación, las alternativas variadas y saludables de ocio y tiempo libre. Ese 'acompañamiento educativo', que debe traducirse en "navegar y jugar con" los hijos y que necesita siempre del ejemplo coherente de los progenitores, no está reñido con la fijación de normas y límites claros y precisos. Al contrario, es un aspecto básico de la educación, porque los menores necesitan ser guiados por los adultos, e incluso saber que las transgresiones tendrán su castigo proporcionado y cumplible.

**Para más información:
Eva Manzano tel. 650 79 97 33 / Nuria Salas. tel. 629 56 84 71**