



El temor a ser expuesto en redes sociales



Que los contenidos que publicamos en nuestras redes sociales sean utilizados sin consentimiento o de mala manera, es uno de los principales temores que manifiestan los jóvenes, quienes cada vez más toman conciencia de lo cuidadoso que hay que ser con lo que se publica.

Por Family and Media
dialogo@iglesiadeconcepcion.cl

A menudo se piensa que los adolescentes no son plenamente conscientes de los riesgos de las tecnologías digitales. No les consideramos lo suficientemente maduros para entender los peligros y dependencias que pueden surgir de un uso excesivo de las redes y pensamos -con razón- que los adultos deben ejercer el papel de tutores, casi de control, en estos comportamientos, para evitar abusos y desvíos. Por suerte, la mayor parte de los adolescentes son conscientes.

Una reciente investigación llevada a cabo por el Teléfono Azul y Doxa kids mostró que más del 70% de los jóvenes entre 12 y 18 años es, de hecho, muy cuidadoso a la hora de com-

partir los propios contenidos en las redes. Esto quiere decir que 7 de cada 10 tiene miedo de que sus datos, una vez publicados en la web, sean utilizados por otros sin su consentimiento y de forma incorrecta.

La citada investigación se titula Entre la realidad y el metaverso. Adolescentes y padres en el mundo digital. Se trata de un estudio realizado en Italia con una muestra de 804 padres y 815 jóvenes de entre 12 y 18 años, que ofrece una visión de esta relación con el mundo digital, abarcando temas como los juegos, la salud mental, el intercambio de datos y la privacidad.

Además del dato mencionado al principio, hay otra cifra destacable: el 65% de los jóve-

nes declara tener miedo de ser contactado por adultos desconocidos. El porcentaje se eleva al 70% si sólo se tienen en cuenta las niñas y los niños más pequeños, de 12 a 14 años. Una cifra que permite reflexionar sobre cómo la conciencia de los jóvenes sobre los posibles riesgos de la web ha crecido en los últimos años. El acoso sexual online, especialmente de menores, ha sido siempre la mayor preocupación de las familias. Los juegos de rol y los videojuegos online son los más peligrosos en este sentido, ya que permiten un amplio campo de acción para la pedofilia, por la facilidad de captar a menores de forma inmediata a través de los servicios de chat y mensajería.

¿Cuál debe ser el rol de los padres?

Con respecto a la visualización de contenidos, un joven de cada 2 se encontró con contenidos inapropiados y en un 25% los contenidos que aparecían les perturbaban. En el 68% de los casos, el contenido más difundido era violento, seguido inmediatamente

de contenidos pornográficos (59%) y sexualmente explícitos (59%).

Sobre la presencia online, el 50% de los jóvenes entre 12 y 18 años pasa de dos a tres horas diarias en Internet. El 14% de los adolescentes está online incluso entre cuatro y seis horas diarias.

Por ello, es lógico preguntarse hasta qué punto sea crucial el papel de la familia en este proceso. Visualizaciones de contenidos inapropiados y excesivo tiempo de permanencia en redes son dos indicadores fundamentales que nos hacen darnos cuenta de que, a nuestros jóvenes, aunque sean conscientes de los riesgos de la red, no se les puede dejar solos. En esto el estudio nos da cifras que por desgracia son poco alentadoras. Sólo en el 19% de los casos, los padres aparecen como referencia para los hijos, en caso de situaciones desagradables que suceden online. El 49% considera que los propios hijos lo hablarían en familia si ocurriera, aunque por el momento no han sucedido episodios de este tipo. Porcentajes aún muy bajos, que nos hacen

Según el estudio efectuado, el 50% de los jóvenes entre 12 y 18 años pasa de dos a tres horas diarias en Internet. El 14% de los adolescentes está online incluso entre cuatro y seis horas diarias.

Las redes sociales pueden provocar una verdadera adicción, similar a la del alcohol o las drogas, hasta el punto de que se prevé que para el 2030 será la primera causa de enfermedad en los países de renta alta.

comprender cómo el puente de confianza y revelación entre padres e hijos está aún por construir en este campo.

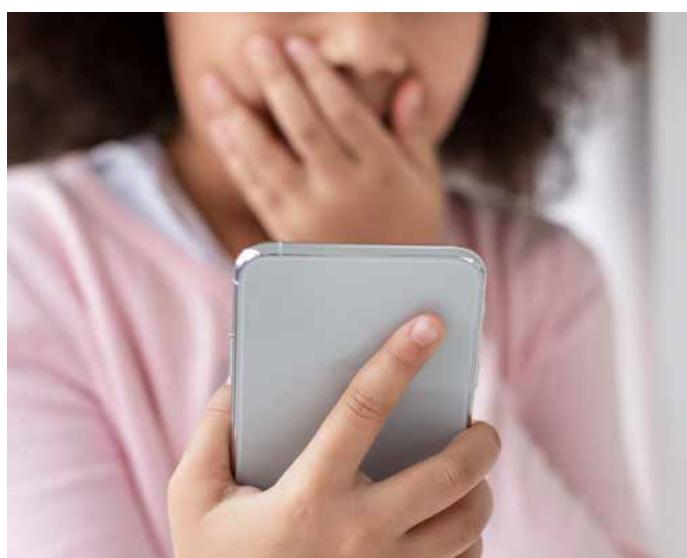
Bienestar mental y herramientas digitales

El uso cada vez más generalizado de las tecnologías digitales ha tenido un fuerte impacto en nuestra salud mental. El 27% de los jóvenes entrevistados declara sentirse angustiado o agitado cuando no puede usar las redes sociales, mientras que el 22% se sentiría incluso perdido sin ellas.

Además, los contenidos difundidos por las redes sociales podrían suscitar sentimientos negativos. Más de 1 joven sobre 2 (el 53%) dicen experimentar sentimientos desagradables, como la envidia por la vida de otros, viendo sus historias, imágenes y videos. El

21% afirma que se sintió inadecuado, el 18% diferente y el 10% aceptado. El resto sentía soledad (12%) o rabia por la vida de los demás (9%). Atención, no es una novedad. En una pasada investigación de la Universidad de Pittsburgh, se había ya detectado una correlación entre las redes sociales y los sentimientos negativos. En este estudio, que vale la pena recordar, se destacaba cómo las redes sociales se habían vuelto tan 'subcutáneas' en la vida de los jóvenes americanos que llegaban al punto de alcanzar una dimensión patológica. El estudio lanzaba una advertencia: las redes sociales pueden provocar una verdadera adicción, similar a la del alcohol o las drogas, hasta el punto de que se prevé que para el 2030 será la primera causa de enfermedad en los países de renta alta.

La mayor parte de los jóvenes no sabe cómo



defenderse. Si es cierto que uno de cada dos adolescentes se ha topado al menos una vez con contenidos violentos o sexualmente explícitos, la pregunta que nos debemos poner en definitiva es quién puede y quién debe realmente tutelar a los jóvenes de los contenidos inapropiados y de

los riesgos de internet. ¿El colegio?, ¿los filtros de control parental?, ¿las instituciones públicas? Son necesarios nuevos modelos educativos que impliquen a los distintos actores sociales, es necesario acompañar así el crecimiento de los jóvenes.