

Fecha: 27-01-2026
Medio: Hoy x Hoy
Supl.: Hoy X Hoy
Tipo: Noticia general
Título: Los adolescentes pasan hasta cuatro horas haciendo "scroll" cuando están fuera de clases

Pág.: 5
Cm2: 666,4

Tiraje: 82.574
Lectoría: 251.974
Favorabilidad: ☐ No Definida

Los adolescentes pasan hasta cuatro horas haciendo "scroll" cuando están fuera de clases

Estudio recopiló los datos de 400 mil familias en seis países para identificar los usos que le dan los menores de edades a las redes sociales, unas herramientas que Francia planea eliminar en este segmento.

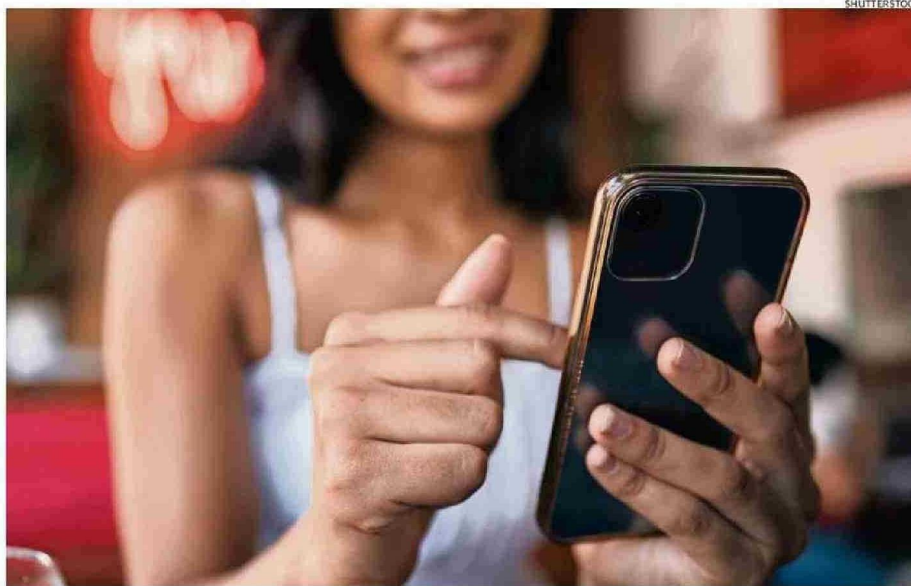
Agencia EFE

Los jóvenes están convirtiendo la navegación por internet en un 'scroll' infinito, ya que el tiempo de uso de las pantallas fuera de las aulas ronda las cuatro horas diarias, con TikTok como la red social preferida y YouTube como la plataforma de video favorita entre los menores, que reciben su primer móvil en torno a los 12 años.

Durante el pasado año, las herramientas de inteligencia artificial se colaron también en los hogares como una herramienta de aprendizaje más y para ayudar a los escolares con sus tareas, y aunque los expertos han valorado que bien empleada puede ofrecer nuevas formas de entender los contenidos y ayudar a organizar las ideas, un mal uso puede reemplazar el razonamiento y la creatividad y dificultar que los niños aprendan por sí solos.

Los datos y los argumentos se ponen de relieve en el informe anual que realiza la plataforma internacional Qustodio, especializada en la seguridad y el bienestar digital para las familias, y que para el trabajo correspondiente a 2025 ha analizado los datos de 400.000 familias con hijos entre 4 y 18 años de seis países (Brasil, España, Francia, Estados Unidos, Reino Unido y Australia).

El consumo de videos ha disminuido ligeramente (de 39 a 37 minutos diarios) y YouTube es la plataforma preferida, tanto a nivel global como en España (43 minutos por día), seguida de Disney+, Amazon Prime Video y Netflix, y ha crecido de una forma significativa el consumo de videos cortos, debido a su ritmo rápido y formato visual, que los hace



TikTok, Youtube e Instagram son las plataformas más utilizadas por los menores.

más atractivos y adictivos.

LOS MAYORES

La psicóloga Gloria Rodríguez Ben subrayó este lunes, durante la presentación en Madrid del trabajo a la prensa, que la exposición constante a videos cortos puede provocar una sobreestimulación en los niños que reduce su capacidad de atención y su paciencia para actividades que requieren más tiempo o esfuerzo, y ha incidido por ello en la importancia de acompañar a los menores y de establecer límites adecuados para favorecer un uso equilibrado de la tecnología.

Las redes, sobre todo TikTok e Instagram, siguen siendo el 'pasatiempo' preferido de los jóvenes, que 'pasan' más de una hora al día en ellas (64 minutos), y España lidera además la lista entre los seis países que han sido objeto del estudio, con una media de 77 minutos diarios.



La psicóloga Gloria Rodríguez Ben analizó los resultados.



37

minutos diarios es el tiempo estándar que pasan los menores viendo videos.

64

minutos es lo habitual que pasaron en redes como TikTok e Instagram.

Rodríguez Ben y la gerente de comunicación de la plataforma, Emily Lawrenson, subrayaron que las redes son "determinantes" para los menores, ya que influyen en cómo se ven a sí mismos y cómo entienden el mundo, y la importancia de crear un 'muro' saludable y construirlo desde la elección consciente.

El uso de internet y de las redes no es en sí mismo negativo, dijeron, y destacaron

la importancia del 'acompañamiento', de la educación, de no prohibir pero sí establecer límites, y también de que los mayores actúen como modelos para los más pequeños y se fijen límites.

NUNCA TEMPORAL

Los videojuegos caen y el tiempo dedicado ha bajado en unos 5 minutos con respecto a las cifras de 2024, y entre los más populares en las aplicaciones móviles sigue destacando Roblox (76 minutos al día a nivel global; 63 minutos en España), seguida de Clash Royale, Brawl Stars, Among Us y Stumble Guys, y los expertos de Qustodio alertaron de que los chats que incluyen los videojuegos se están convirtiendo en un escenario de amenazas para los menores.

Incidieron por ello en la importancia de supervisar esos videojuegos y de prestar atención a factores como el contacto con desconocidos,

el uso de lenguaje inapropiado y las situaciones de acoso, para proteger la privacidad y evitar situaciones incómodas, además de limitar o desactivar el chat, supervisar las partidas y fomentar el juego solo con amistades.

El uso de las herramientas o aplicaciones educativas (Minecraft; Education; Kahoot!, Gauth, Duolingo o Photomath) continúa estancado en unos 6 minutos por día, y es muy bajo también el tiempo que los jóvenes pasan en las aplicaciones de comunicación (Snapchat, WhatsApp, Discord o Microsoft Teams).

La psicóloga incidió en el peligro que suponen en estas aplicaciones los mensajes de una sola visualización, ya que aunque desaparezcan de la pantalla pueden ser capturados, grabados o compartidos, y ha incidido en que los jóvenes deben entender que "lo digital nunca es totalmente temporal".

PARA FRANCIA, ES URGENTE

La Asamblea Nacional francesa inició ayer el debate con carácter de urgencia del proyecto de ley para prohibir el acceso a las redes sociales a los menores de 15 años y vetar los celulares en los colegios, con el objetivo de que la medida pueda aplicarse desde septiembre, al comienzo del próximo curso escolar. De aprobarla, Francia sería el segundo país del mundo, tras Australia, en prohibir el uso de las redes sociales a niños "El cerebro de nuestros niños y de nuestros adolescentes no está en venta. Las emociones de nuestros menores y de nuestros adolescentes no se vende ni se manipula, ni por las plataformas estadounidenses ni por los algoritmos chinos", aseguró el presidente Emmanuel Macron.