

# Vivencias y experiencias sobre el uso de tecnologías en escolares

---

Esther Moreno Cabello<sup>1</sup>, Daniel Susín López<sup>1</sup>, Soledad Gómez-Escalonilla Lorenzo<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Enfermera especialista en Enfermería Familiar y Comunitaria. Área de Salud de Toledo. España.

<sup>2</sup>Enfermera especialista en Enfermería Familiar y Comunitaria. Centro de Salud de Torrijos. Toledo, España.

**AUTOR DE CORRESPONDENCIA:** [emcabello@jccm.es](mailto:emcabello@jccm.es)

---

Manuscrito recibido: 28/04/2024

Manuscrito aceptado: 19/05/2025

## Cómo citar este documento

Moreno Cabello, E., Susín López, D., & Gómez-Escalonilla Lorenzo, S. (2025). Vivencias y experiencias sobre el uso de tecnologías en escolares. *Quantitative and Qualitative Community Research RqR*. 2025 Julio; 13 (2): 71-84.

---

**Financiación:** Financiación propia.

**Conflicto de intereses:** Los autores declaran no tener ningún conflicto de intereses.

**Contribución de autoría:** Todos los autores han actuado en los roles de conceptualización, curación de datos, análisis formal, investigación, metodología, administración del proyecto, recursos, supervisión, validación, visualización y redacción.

Original

## RESUMEN

**Objetivo:** El trabajo tuvo como objetivo general indagar en las vivencias y experiencias sobre el uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) en estudiantes de Educación Primaria de la Zona Básica de Salud de Torrijos (Toledo, España).

**Metodología:** Se llevó a cabo un estudio cualitativo en el que se realizaron 3 grupos focales con un total de 18 estudiantes de 6º de Educación Primaria, seleccionados por perfiles representativos de la población de estudio. La codificación de la información obtenida se realizó con el programa Atlas-Ti y los datos se agruparon en torno a las categorías relacionadas con los objetivos.

**Resultados:** Se obtuvo información sobre el uso de las TIC en los ejes temáticos vivencias, experiencias e impacto en la vida diaria (tiempo de uso, tipos de dispositivos, control parental); motivos de uso de las TIC (diversión/entretenimiento, educación, comunicación/socialización, trabajo, redes sociales y videojuegos); y consecuencias del uso de las TIC (consecuencias a nivel físico, mental, conductual y social, adicción, problemas que pueden ocasionar y riesgos asociados).

**Conclusiones:** Las TIC forman parte de su vida cotidiana, siendo capaces de identificar un tiempo adecuado de uso y compartir experiencias de uso excesivo, cuando interfiere con sus estudios o su vida familiar.

## Palabras clave

Tecnologías de la Información; Niño; Educación Primaria y Secundaria; Investigación cualitativa.

# Experiences on the Use of Technologies in Schoolchildren

## Abstract

**Objective:** The main aim of this research was to investigate the experiences and usage of Information and Communication Technologies (ICT) among primary education students in the Basic Health Zone of Torrijos (Toledo, Spain).

**Methodology:** A qualitative study was conducted, consisting of 3 focus groups interviews with a total of 18 sixth-grade Primary Education students. The participants were selected based on representative profiles of the study population. The data obtained were coded using the Atlas-Ti software, and the information was grouped around the categories related to the objectives.

**Results:** Information was obtained regarding the usage of ICT in the following thematic areas: experiences and impact on daily life (usage time, types of devices, parental control); reasons for using ICT (entertainment, education, communication/socializing, work, socialmedia, and video games); and consequences of ICT usage (physical, mental, behavioral, and social consequences, addiction, potential problems, and associated risks).

**Conclusions:** ICT is an integral part of the daily life of the students, and they are capable of identifying appropriate usage time and sharing experiences of excessive usage when it interferes with their studies or family life.

## Key words

Information Technology; Child; Education, Primary and Secondary; Qualitative Research.

## Introducción

Las TIC (Tecnologías de la Información y la Comunicación) agrupan herramientas que permiten procesar, almacenar y transmitir la información de manera virtual, siendo las más utilizadas los teléfonos móviles, ordenadores y videojuegos<sup>1</sup>. En las sociedades actuales, el uso de las TIC se ha extendido a todas las edades, géneros y niveles sociales, modificando la forma de comunicarse y creando nuevos estilos de vida, especialmente entre los más jóvenes<sup>1,2</sup>.

En este contexto, existe una preocupación creciente por el potencial uso problemático de Internet, los medios digitales y las redes sociales, así como por su papel como facilitadores y/o potenciadores de otras conductas adictivas entre adolescentes (especialmente juegos de apuesta y juego online)<sup>2,3</sup>. Tal es su magnitud que ocupan una línea estratégica en los últimos Planes de Acción sobre Adicciones del Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social<sup>4,5</sup>.

La Estrategia Nacional sobre Adicciones 2017-2024<sup>6</sup> revela que, según los datos de ESTUDES (Encuesta sobre Uso de Drogas en Enseñanzas Secundarias en España), el 18% de jóvenes entre 14 y 18 años usa de manera abusiva las TIC. A pesar de que este uso puede moderarse con la edad, este grupo es más propenso a presentar fracaso escolar y consumo de drogas<sup>6</sup>. El grupo de riesgo con mayor predisposición a adicción digital es el de 9 a 15 años<sup>1,7</sup>. A los 9 años buscan juegos técnicos que desafíen su cognición y habilidades constructivas complejas y, al pasar a los 12, prefieren los que permiten el uso social entre iguales y demostrar sus habilidades<sup>7</sup>.

A nivel local, el I Plan Municipal de Infancia y Adolescencia de Torrijos 2021-2024<sup>8</sup>, señala varias amenazas en el ámbito de las adicciones, incluyendo el abuso de TIC,

que se vuelve más frecuente en edades tempranas, junto al incremento del consumo de alcohol y otras sustancias.

En la evidencia científica consultada se destacan ciertos criterios de riesgo como el aumento de tiempo de conexión con amistades virtuales no conocidas personalmente<sup>9</sup> y criterios diferenciales como la dedicación temporal excesiva, interferencia con la vida cotidiana y síntomas de tolerancia, abstinencia y pérdida de control<sup>1,10</sup>. Aunque hay autores que también señalan factores de protección como la ocupación adecuada del ocio<sup>10</sup>, y que la cantidad de tiempo invertida se emplee de forma óptima<sup>1</sup>.

El uso problemático de dispositivos digitales en la población juvenil hace necesario conocer el uso que este grupo de edad realiza de las TIC como fase previa al diseño de posibles acciones preventivas y de promoción del uso adecuado. Este trabajo tuvo como objetivo general indagar en las vivencias y experiencias sobre el uso de las tecnologías en estudiantes de Educación Primaria de la Zona Básica de Salud de Torrijos (Toledo, España). Además, se plantearon, como objetivos específicos, conocer los motivos del uso de las TIC en esta población, e indagar sobre las consecuencias y riesgos de su utilización.

## Metodología

### 1. Diseño del estudio y participantes

Estudio cualitativo en el que se realizaron 3 grupos focales con un total de 18 estudiantes de 6º curso de Educación Primaria de los tres colegios del municipio de Torrijos. Su distribución por género es de 9 chicas y 9 chicos.

Los grupos focales se realizaron en una aula de los colegios a los que pertenecían los participantes tras obtener el consenti-

miento informado firmado por los padres/ madres o tutores, y contando con la autorización de los centros educativos.

La tabla 1 muestra un esquema de los contenidos abordados en los grupos focales según los objetivos.

La metodología cualitativa permitió recoger los discursos en todas sus dimensiones. La representatividad no radica en la cantidad de la información recibida, sino en garantizar la recogida de todas las posibles configuraciones subjetivas (creencias, experiencias y conocimientos) de la comunidad objeto de nuestro estudio.

## 2. Metodología y procedimiento

Para los grupos focales se seleccionaron perfiles diferentes para que la información fuera lo más representativa de la población de estudio, de acuerdo con las características de la población según el Plan Municipal de Infancia y Adolescencia 2021-2024 de Torrijos<sup>8</sup>. Los sujetos fueron escogidos por los equipos directivos de los centros educativos participantes, según estas directrices:

- Inmigrante o de padres inmigrantes: 1 estudiante.
- Problemática individual o familiar por adicciones: 1 estudiante.
- Colaborador o colaboradora con el grupo de iguales: 1 estudiante.
- Familia numerosa: 1 estudiante.
- Familia estructurada sin problemática conocida en adicciones: 2 estudiantes.

Se realizó un grupo focal por colegio, aplicándose el -criterio de saturación de datos-. La saturación teórica se alcanza cuando la información recogida no aporta nada nuevo al desarrollo de las propiedades y dimensiones de las categorías de análisis. Los criterios para determinar la saturación son: la integración y densidad de la teoría (se satura cuando se ha analizado y explicado el mayor número de variaciones dentro de la teoría, y cuando la relación entre las categorías emergentes obedece a un patrón lógico-explicativo del problema investigado); la combinación de los límites empíricos de los datos (se alcanza la saturación cuando el investigador no tiene acceso a otros datos que contribuyan

Tabla 1: Contenidos abordados en los grupos focales según los objetivos planteados.

OBJETIVOS	EJES TEMÁTICOS	PREGUNTA GENERAL	PREGUNTAS CONCRETAS
Indagar en las vivencias y experiencias sobre el uso de las TIC de los estudiantes de Educación Primaria	VIVENCIAS, EXPERIENCIAS E IMPACTO EN LA VIDA DIARIA <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tiempo de uso.</li> <li>• Uso los fines de semana.</li> <li>• Dispositivos utilizados.</li> <li>• Control parental.</li> </ul>	¿Cuánto tiempo utilizáis las TIC?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Cuánto tiempo usáis las TIC los días que tenéis colegio?</li> <li>• ¿Y los fines de semana?</li> <li>• ¿Qué dispositivos utilizáis?</li> <li>• ¿Vuestros padres y madres os controlan el tiempo?</li> <li>• ¿Y los contenidos?</li> </ul>
Conocer los motivos del uso de las TIC en esta población	MOTIVOS DE USO <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tareas del colegio</li> <li>• Tiempo libre</li> <li>• Diversión</li> <li>• Aplicaciones, redes sociales utilizadas</li> <li>• Comunicación con los amigos/as</li> </ul>	¿Para qué utilizáis las TIC?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Forman parte de vuestro tiempo libre?</li> <li>• ¿Qué aplicaciones utilizáis?</li> <li>• ¿Las utilizáis para las tareas del colegio?</li> <li>• ¿Usáis redes sociales?</li> </ul>
Indagar sobre las consecuencias del uso de las TIC en esta población	CONSECUENCIAS DEL USO DE LAS TIC <ul style="list-style-type: none"> <li>• Consecuencias a nivel físico, psicológico, social.</li> <li>• Problemas que puede ocasionar.</li> <li>• Experiencias Riesgos</li> </ul>	¿Qué consecuencias pueden tener?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Conocéis alguna consecuencia a nivel físico?</li> <li>• ¿Afecta a la vista?</li> <li>• ¿Os afecta al sueño?</li> <li>• Riesgos a nivel psicológico, social</li> <li>• ¿Creéis que puedes ser adicto/a a las TIC?</li> </ul>

al desarrollo de la investigación); y la sensibilidad teórica de quien realiza el análisis (capacidad de los investigadores para abordar teóricamente los datos)<sup>11</sup>.

Los grupos focales fueron dirigidos por dos o tres enfermeras de familia y comunitaria que no son el profesional sanitario de referencia de los participantes en los grupos focales.

Se realizó el registro de los datos cualitativos en cuanto a la transcripción de las grabaciones y la inclusión de la información no verbal.

Paralelamente a este estudio se llevó a cabo una investigación cuantitativa para conocer los hábitos de uso de TIC en esta población<sup>12</sup>, y así validar y contrastar los resultados obtenidos.

## 1. Análisis de los datos

La recogida de datos se llevó a cabo de diciembre de 2021 a marzo de 2022.

La codificación de toda la información se realizó con el programa Atlas-Ti. Se identificaron las principales dimensiones del discurso y se distinguieron los aspectos más relevantes de cada uno de los temas, agrupando los datos recogidos en

torno a las categorías relacionadas con los objetivos específicos del estudio.

La codificación y categorización fueron verificadas por todos los miembros del equipo de investigación para alcanzar un consenso. La revisión externa se realizó por miembros del equipo de investigación que no habían participado directamente en las entrevistas.

## 2. Consideraciones éticas

Se obtuvo dictamen favorable del Comité Ético de Investigación Clínica del Complejo Hospitalario Universitario de Toledo, autorización de los centros educativos y permiso por escrito de los padres/madres o tutores de los participantes en los grupos focales.

Los datos fueron tratados según la Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de Protección de Datos Personales y garantía de los derechos digitales.

## Resultados

Los resultados se presentan según los tres ejes temáticos y las categorías de los discursos de los participantes que se muestran en la Tabla 2.

Tabla 2: Temas y categoría emergentes después del análisis del contenido

Ejes temáticos.	Vivencias, experiencias e impacto en la vida diaria.	Motivos de uso de las tecnologías.	Consecuencias del uso de las tecnologías.
Categorías emergentes.	Tiempo de uso. Tipos de dispositivos.	Diversión / entretenimiento.	Consecuencias a nivel físico, mental, conductual y social.
		Educación.	
	Control parental.		Adicción.
		Comunicación / socialización. Trabajo.	Problemas que pueden ocasionar y riesgos asociados.
		Redes sociales y videojuegos.	

## 1. Vivencias, experiencias e impacto de las tecnologías en su vida diaria

El tiempo de uso que consideran adecuado es alrededor de 2 horas. Las usan más en fines de semana y tiempo libre. Consideran positivo el control parental del tiempo y el control del uso de los menores de edad.

*"Mi reflexión es que, a ver, hay que utilizar la tecnología con precaución, no estar muy adicto, estar dos horas o una hora nada más, y luego ponerte a hacer otra cosa... Deporte, o ir con tu familia" (1:85)*

Los dispositivos que más nombran son, en este orden, móvil, consola, tablet, ordenador y televisión. La mayoría de los participantes tienen móvil y reconocen que cada vez acceden a las TIC con una edad menor.

*"Que cada vez empezamos antes. O sea, yo empecé a los 9 años y mi hermano empezó a los 6, el pequeño, con teléfono móvil. Mi hermano mayor empezó a los 12, que se lo tuvo que comprar porque fue de fin de curso a una excursión. A mí me lo compraron un poco antes, pero sin tarjeta, y mi hermano todavía no tiene tarjeta porque tiene solo 7 años" (1:72)*

El control parental se centra más en el control del tiempo, aunque también se refieren a la vigilancia de los contenidos.

*"A mí solamente me dejan viernes, sábado y domingo, mis padres, porque de lunes a jueves a mí no me dejan, porque con todo esto de estudiar, y para que no nosentengamos, lo único que me dejan el ordenador portátil, el mío, para buscar información sobre trabajos" (2:11)*

*"Yo de todas formas tengo, mi madre tiene una aplicación que todo lo que yo vea en el móvil lo ve ella y si yo por*

*ejemplo estoy viendo algo que no es para niños pues ella automáticamente me puede desde la aplicación bloquearme el móvil" (3:29)*

Refieren que el tiempo de uso de las tecnologías está asociado a un incentivo si sacan buenas notas o realizan las tareas, y en el mismo sentido, es utilizado por parte de los padres/madres como castigo.

*"A mí mis padres me ponen un límite, sobre las notas, que, si saco de ocho pa'arriba, me dejan utilizar las máquinas los fines de semana y cualquier otra cosa, pero si saco menos de un ocho para abajo, no me los dejan utilizar durante un fin de semana. Pero también si saco de nueve para arriba, me dan un premio que son 10 euros para gastarme en todo lo que quiera" (2:35)*

## 2. Motivos de uso de las TIC

Suelen utilizar las TIC como forma de ocio, mayoritariamente durante su tiempo libre.

*"Pues entretenimiento. Juegos, redes sociales en las que ves cosas que hace la gente. Por ejemplo, que pinta, que juega a un juego o que te explica actualizaciones de un juego, cosas...". (1:14)*

Aunque admiten que el uso excesivo les llega a resultar aburrido.

*"Si pero es que llega un momento en el que dices esto te aburre. Y te sales y no sabes qué hacer; Y al final te quedas ahí estancado; Y al final luego te vuelves a meter otra vez por el aburrimiento." (3:7).*

Ven las tecnologías como un medio facilitador del aprendizaje y las usan para sus tareas escolares.

*"Que me parece a veces puede venir bien la tecnología para estudiar y a veces, cuando tienes tiempo libre para*

*jugar, divertirse, pero no hay que hacer un uso excesivo". (2:1)*

También las utilizan como un medio de desconexión / descanso de los quehaceres escolares.

*"[...] porque de tanto estudiar, de tanto hacer los deberes, tengo que desconectar de alguna manera, y desconecto tanto a veces, que me paso muchísimas horas". (2:10)*

Consideran las TIC un medio de comunicación con su entorno y una vía para conocer a otras personas.

*"Positivas, puedes ver a tus amigos, puedes hablar con ellos, imagínate que yo ahora, me voy a Estados Unidos, y tengo que hablar con mi madre, pues yo cojo y mamá que pasa esto, que estoy aquí en Estado Unidos, estoy aquí estudiando. También por el trabajo, imagínate, que yo me voy a Francia y estoy trabajando, no voy a bajar aquí, aquí apostando, para ver a mi familia, pues me meto en WhatsApp, y hago una videollamada y así" (2:84)*

*"Yo con mi primo es una cadena, yo conozco a alguien, ese alguien conoce a otro, conoce a otro, y así acabamos todos enlazados"; "Es el ciclo de los amigos". (2:93)*

También admiten que las TIC pueden ser una vía de trabajo, aunque se muestran críticos con ella.

*"El trabajo de ser influencer en sí es un trabajo porque te tienes que dedicar para que la gente no te deje de seguir, te tienes que dedicar a subir vídeos todos los días, esforzarte y cosas de esas." (3:37)*

*"Porque nada más con eso, en Internet todo el día jugando y hablando... pues, a ver, ganas mucha publicidad, mucho di-*

*nero, pero búscate un trabajo en el que hagas algo, aprendas algo" (1:58)*

Las redes sociales mayormente utilizadas para estos fines son, por orden, TikTok, Instagram, YouTube, Twitch, Facebook. También destaca el uso social que realizan de los videojuegos.

*"Pues TikTok también para ver vídeos. Por ejemplo, si te entretiene ver a gente jugando un juego, o querer saber cómo se llama un juego, o ver cómo alguien pinta un dibujo bien hecho, o de cómicos. Pues te entretienes ahí un rato. Luego, WhatsApp para hablar con tus amigos o familia. YouTube para ver vídeos. Videojuegos para a veces jugar con mis amigos o sola..." (1:52)*

### 3. Consecuencias del uso de las TIC.

Reconocen que las TIC pueden llegar a ser una adicción como la adicción a sustancias y que es bastante fácil engancharse.

*"Yo diría que puede ser las tecnológicas una de las mayores de adicciones hasta el momento, y que puede ser en algunos momentos, incluso una droga, es que hay gente que no controla". (2:110)*

Admiten que el uso excesivo de las TIC puede repercutir negativamente en la salud física y mental.

*"Pues te puede producir pues algo grave, unas lesiones en los ojos, o dolores de cabeza... O como le pasó a una amiga mía, que tuvo migrañas". (1:18)*

*"También los móviles te afectan, porque también puedes estar 24 horas y te hacen antisocial, también como dice X moverte más agresiva, adicción mucho, caer en depresión y ansiedad". (2:104)*

Algunos de los problemas que les ocasiona el uso excesivo de las TIC es el dejar las responsabilidades.

*"Yo nunca hago primero las tecnologías porque luego te enganchas, dices que te vas a tirar 5 minutos y luego te tiras 2 horas y se te olvida que tienes que irte extraescolares." (1:47)*

También, consideran problemática la posible falta de privacidad en redes sociales y les genera conflicto el hacer públicos algunos datos personales.

*"A mí la red social que más me da miedo es Facebook, es porque tú te tienes que hacer obligatoriamente una cuenta para utilizar Facebook, y además te pide que pongas toda tu información, pongas, donde vives, donde estudiaste, donde trabajas, qué más, muchas cosas, tu correo electrónico, absolutamente todo, y a la mínima que tú le digas, por ejemplo, la contraseña a alguien, ya se van a meter en tu vida, y te pueden hacer mucho daño". (2:59)*

Detectan el peligro asociado a la inversión de dinero en videojuegos.

*"Y hay mucha gente que se gastó dinero en los juegos y luego se lo quitan todo..." (2:69)*

Además, destacan el hackeo como uno de los grandes peligros.

*"Y también yo pienso que, con las cuentas, pueden entrar a tu perfil, pueden ver lo que haces, lo hackers pueden ver, por ejemplo, lo que estás haciendo, pueden mirar por la cámara de tu móvil, entonces sin cuenta es como si tú no existieses, entonces es como mejor". (2:58)*

Aunque usan las tecnologías para hacer nuevos amigos, también detectan que puede conllevar problemas el hablar con desconocidos.

*"Sí, muchos, porque, es decir, tú hablas con esa persona, le pasas tu número y le pasas tu dirección de la casa y todo eso, pues puede entrar a robarte porque no sabes quién es... o te manda cosas que no debe, porque hay algunas personas que se dedican a mandar cosas que son malas." "Pedir cosas." "O pedirte cosas a cambio de algo." (1:99)*

Comentan que el uso excesivo puede provocar cambios conductuales e incluso aislamiento social.

*"Te da más agresividad". (2:41)*

*"Te puedes aislar de otras personas". (2:43)*

Incluso tienen que recurrir a excusas para dejar las tecnologías.

*"También es importante que estar un rato con las Tablet, pero también aprovechar el tiempo con nuestros familiares".-"Justo por eso yo, por las noches, cuando estoy con mis amigos, les digo que me tengo que ir, les digo alguna excusa rara que es para jugar con mi familia a las cartas" (2:27)*

## Discusión

Para comenzar con el eje temático 1, vivencias, experiencias e impacto de las TIC en su vida diaria, los y las participantes identifican que el tiempo adecuado de uso de las TIC en su franja etaria es de máximo 2 horas al día, así como indican las recomendaciones del Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social<sup>13</sup>. Sin embargo, la evidencia muestra que los adolescentes suelen utilizarlas más de ese tiempo. Un estudio transversal en adolescentes europeos señala que el 40% pasan más de 2 horas al día conectados a Internet<sup>14</sup>. En otro estudio se constata que más de un 55,7% supera este tiempo<sup>12</sup>. Nuestros y nuestras participantes refieren que el tiem-

po dedicado a las TIC aumenta durante los fines de semana, coincidiendo con otro trabajo dirigido a población entre 11 y 18 años, donde se refleja que el 31,5% utiliza Internet más de 5 horas al día, aumentando esta cifra al 49,6% en fines de semana<sup>15</sup>.

Respecto al control parental, se ha demostrado que las conductas de riesgo y/o bajo rendimiento escolar están ligadas a niveles bajos de supervisión parental. No obstante, la evidencia señala que el control es escaso tanto en términos de restricción como de supervisión<sup>15</sup>. Un estudio cualitativo con padres y madres de adolescentes entre 11 y 20 años refleja lo que también indican los y las participantes de nuestro estudio: los límites suelen centrarse en el tiempo de uso<sup>16</sup>. Además, el uso como “recompensa-castigo” de las TIC por parte de los padres/madres, también identificado por nuestros y nuestras participantes, ha sido descrito en la literatura científica<sup>17</sup>. Los sujetos de nuestra investigación consideran positivo el control parental de las TIC, en línea con otro estudio cualitativo en España<sup>18</sup>.

Sobre los dispositivos de uso, la investigación confirma que la edad de acceso a estas herramientas es cada vez más temprana<sup>19</sup>, tal como perciben los y las escolares que participan en nuestro estudio. El informe Net Children Go Mobile<sup>19</sup> refleja que, en España, la edad promedio de inicio en el uso de Internet era de 7 años en 2016. Los datos del Instituto Nacional de Estadística (INE)<sup>20,21</sup> muestran que, en 2019, el 93,1% de los adolescentes entre 10 y 15 años utilizaba Internet, cifra que aumentó al 95,4% en 2023.

Los dispositivos portátiles son los mayoritariamente utilizados en la edad adolescente<sup>22</sup>. La mayoría de los participantes de nuestro estudio refieren disponer de un dispositivo móvil, afirmación que concuerda con los datos de la última Encuesta sobre Equipamiento y Uso de Tecnologías de Información y Comunicación (TIC) en los

Hogares<sup>21</sup> y los datos sobre edad media de tener el primer móvil (10,96 años) del estudio de UNICEF España<sup>15</sup>, así como con otro estudio cuantitativo realizado en esta población (9,13 años)<sup>12</sup>.

Pasando al eje temático 2, motivos de uso de las TIC, en los y las estudiantes de nuestro estudio destaca el uso como forma de ocio / vía de entretenimiento y como medio de comunicación. Estos datos concuerdan con los datos que refleja UNICEF España<sup>15</sup>, donde se constata que los cuatro usos más habituales de la red tienen que ver con fines relacionales y lúdicos (chat, música, RRSS y visualización de vídeos). También coinciden con otros estudios donde casi dos tercios de los adolescentes dedican gran parte de su tiempo en Internet a escuchar música y más de un tercio a ver recomendaciones, juego online o visualización de películas y series<sup>22</sup>. En esta línea, también es importante el tiempo que pasan en Internet para la realización de las tareas escolares, ocupando el quinto uso más habitual en el ranking<sup>15</sup>.

El impacto de las RRSS en la población joven es innegable. La bibliografía consultada expone que un 98,5% de los adolescentes españoles entre 11 y 18 años están registrados en, al menos, una red social<sup>15</sup>. Las RRSS mayormente utilizadas según la literatura por esta población son YouTube, Instagram y TikTok<sup>12,15</sup>, coincidiendo estos datos con los obtenidos en nuestro estudio. En esta línea, destaca el uso que los y las participantes de nuestro trabajo realizan de las RRSS como medio de comunicación con sus amigos, familia e incluso con personas no conocidas personalmente. Un estudio con metodología mixta sobre la influencia de las TIC en la socialización de los y las adolescentes muestra que ven en las RRSS una oportunidad para encontrar a personas con las que compartir aficiones comunes<sup>23</sup>.

Por otro lado, los y las participantes de nuestro estudio también refieren utilizar

los videojuegos como medio de socialización. Esto coincide con los datos obtenidos en otro trabajo, donde se alude a la posibilidad de interacción con otros jugadores/as como uno de los principales motivos de uso<sup>23</sup>.

Respecto al uso de TIC como medio para desarrollar un empleo surge entre nuestros y nuestras participantes el concepto de “*influencer*”. En la literatura actual se muestra que se ha introducido entre las opciones laborales a las que les gustaría dedicarse a los jóvenes, sobre todo entre aquellos que cursan primer ciclo de Enseñanza Secundaria Obligatoria, probablemente motivados por la idealización de las mismas. Sin embargo, al alcanzar una edad más próxima a la adultez, el deseo de dedicarse a las RRSS se ve reducido en pos de la elección de su futuro académico y/o profesional<sup>24</sup>.

Entrando ya al último eje temático sobre consecuencias del uso de las TIC, un estudio realizado en la Comunidad de Madrid muestra que solo un 32% de los adolescentes harían un uso adecuado de Internet, mientras que un 31,5% mostrarían señales de riesgo, un 23,3% llevarían a cabo conductas de uso abusivas y un 13,2% mostrarían clara dependencia comportamental<sup>25</sup>. Nuestros y nuestras participantes parecen ser conscientes de que un uso excesivo puede tener repercusiones a nivel físico, mental, conductual y social, e incluso admiten sufrirlas tanto ellos/as como personas de su entorno. Sin embargo, lo que nos muestra la literatura es que la mayoría de los adolescentes percibe el uso excesivo e inadecuado por parte de la gente de su edad, pero no son capaces de percibirlo en ellos mismos<sup>22</sup>.

Entre los riesgos del uso de Internet que describe la literatura encontramos el piraterío o *hackeo*, el uso inadecuado de información personal y de fotos por parte de un tercero y la existencia de personas que se hacen pasar por otras (*catfishing*)<sup>26</sup>, todos

ellos identificados por los y las participantes en nuestro estudio. En cuanto al gasto de dinero en compras con aplicaciones o juegos online, otro de los riesgos que detectan nuestros escolares, la literatura muestra que se da con mayor frecuencia en el género masculino<sup>26</sup>.

La mayor fortaleza de este estudio es que ha permitido conocer las vivencias y experiencias de estos escolares de la Zona Básica de Salud de Torrijos respecto a las TIC mediante el diálogo directo con ellos, sin intermediarios, y pudiendo integrar en la investigación factores con los que posiblemente no se habría contado de tratarse de un trabajo de corte cuantitativo. Sin embargo, al tratarse de un estudio cualitativo contamos con la limitación de que los datos obtenidos no pueden extrapolarse al conjunto del universo de estudio. Además, pueden estar sesgados, por ejemplo, por el efecto Hawthorne, que aparece cuando los participantes de un estudio modifican su comportamiento debido a la observación del investigador. El hecho de que las personas que realizaron la entrevista no son los profesionales sanitarios de referencia de los participantes ayuda a la minimización del impacto de este efecto. Explicar previamente los objetivos del estudio, asegurar la confidencialidad de sus aportaciones y crear un ambiente tranquilo facilitaron la expresión de sus opiniones, experiencias y vivencias, contribuyendo también a limitarlo.

Se puede concluir que, en estos escolares, las TIC forman parte de su vida cotidiana, siendo capaces de identificar un tiempo adecuado de uso y compartir experiencias de uso excesivo, cuando interfiere con sus estudios o su vida familiar. Los datos obtenidos nos han permitido comprender y entender las vivencias y experiencias de estos escolares en relación con las TIC y abren camino para el diseño de acciones comunitarias que potencien un uso adecuado.

## Bibliografía

1. Ávila, T. P., Fernández, C. G., & Ruíz, E. P. (2019). Hábitos de consumo de las nuevas tecnologías en adolescentes: ¿Uso o abuso? *European Journal of Child Development, Education and Psychopathology*, 7(1), 47-57.
2. Menéndez García, A., Jiménez Arroyo, A., Rodrigo Yanguas, M., Marín Vila, M., Sánchez Sánchez, F., Roman Riechmann, E., & Blasco Fontecilla, H. (2020). Adicción a Internet, videojuegos y teléfonos móviles en niños y adolescentes: Un estudio de casos y controles. *Adicciones*, 34(3), 208-217. <https://doi.org/10.20882/adicciones.1469>
3. Observatorio Español de las Drogas y las Adicciones, Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas. (2021). *Informe sobre adicciones comportamentales 2020. Juego con dinero, uso de videojuegos y uso compulsivo de internet en las encuestas de drogas y otras adicciones en España. EDADES y ESTUDES*. Ministerio de Sanidad, Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas.
4. Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social (Ed.). (2018). *Plan de acción sobre adicciones 2018-2020*. Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social.
5. Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social (Ed.). (2021). *Plan de acción sobre adicciones 2021-2024*. Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social.
6. Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. (2017). *Estrategia nacional sobre adicciones 2017-2024*. Secretaría General Técnica. Centro de Publicaciones. Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas.
7. Agreda, M., Hinojo, M., & Aznar, I. (2016). Estudio evaluativo del impacto de las nuevas tecnologías en la juventud y adolescencia en la provincia de Granada, España. *Revista Estudios Hemisféricos y Polares*, 7(4), 61-77.
8. Ayuntamiento de Torrijos. Concejalía de Educación, Infancia, Juventud y Festejos. (2020). *I Plan Municipal de Infancia y Adolescencia 2021-2024*. <https://bit.ly/3kk6fze>
9. Fernández-Montalvo, J., Peñalva, A., & Irazabal, I. (2015). Hábitos de uso y conductas de riesgo en Internet en la preadolescencia. *Comunicar*, 22(4), 113-120.
10. Echeburúa, E. (2012). Factores de riesgo y factores de protección en la adicción a las nuevas tecnologías y redes sociales en jóvenes y adolescentes. *Comunicaciones Breves*, 37(4), 435-447.
11. Glaser, B., & Strauss, A. (1967). *The discovery of grounded theory: Strategies for qualitative research*. Aldine Publishing Company.
12. Moreno Cabello, E., Susín López, D., & Gómez-Escalonilla Lorenzo, S. (2023). Evaluación del uso adecuado de tecnologías de información y comunicación en adolescentes. *Metas de Enfermería*, 26(6), 24-32. <https://doi.org/10.35667/Metas-Enf.2023.26.1003082127>

13. Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. (2015). *Actividad física para la salud y reducción del sedentarismo: Recomendaciones para la población*. Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el SNS.
14. Tsitsika, A., Janikian, M., Schoenmakers, T. M., Tzavela, E. C., Ólafsson, K., Wójcik, S., Macarie, G. F., Tzavara, C., & Richardson, C. (2014). Internet addictive behavior in adolescence: A cross-sectional study in seven European countries. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 17, 528-535.
15. UNICEF España, Universidad de Santiago de Compostela, & Consejo General de Colegios Profesionales de Ingeniería en Informática. (2021). *Impacto de la tecnología en la adolescencia: Relaciones, riesgos y oportunidades. Un estudio comprensivo e inclusivo hacia el uso saludable de las TRIC*. UNICEF España.
16. Morales Alonso, Y. (2021). *El control parental en la regulación del uso de las redes sociales en adolescentes: Influencia de las redes sociales en las relaciones entre estos y estas* [Trabajo fin de máster, Universidad de La Laguna]. <http://riull.ull.es/xmlui/handle/915/23403>
17. Chaudron, S. (2015). *Young children (0-8) and digital technology: A qualitative exploratory study across seven countries* (EUR 27052). Publications Office of the European Union.
18. Jiménez Iglesias, E., Garmendia Larrañaga, M., & Casado del Río, M. A. (2015). Percepción de los y las menores de la mediación parental respecto a los riesgos en internet. *Revista Latina de Comunicación Social*, 70, 49-68.
19. Garmendia, M., Jiménez, E., Casado, M. A., & Mascheroni, G. (2016). *Net Children Go Mobile: Riesgos y oportunidades en internet y el uso de dispositivos móviles entre menores españoles (2010-2015)*. Red.es / Universidad del País Vasco / Euskal Herriko Unibertsitatea.
20. Instituto Nacional de Estadística. (2019). *Encuesta sobre equipamientos y uso de tecnologías de información y comunicación en los hogares*. INE.
21. Instituto Nacional de Estadística. (2023). *Encuesta sobre equipamientos y uso de tecnologías de información y comunicación en los hogares*. INE.
22. García-Jiménez, A., López-de-Ayala López, M. C., & Montes-Vozmediano, M. (2020). Características y percepciones sobre el uso de las plataformas de redes sociales y dispositivos tecnológicos por parte de los adolescentes. *ZER*, 25(48), 269-286. <https://doi.org/10.1387/zer.21556>
23. Ballesteros Guerra, J. C., & Picazo Sánchez, L. (2019). *Las TIC y su influencia en la socialización de adolescentes*. Centro Reina Sofía sobre Adolescencia y Juventud; Fundación de Ayuda contra la Drogadicción (FAD).
24. Gutiérrez Arenas, M. P., Ramírez García, A., & Reifs Ruíz, R. M. (2022). La generación Z desea ser youtuber y/o influencer: Factores que determinan esta tendencia. *Icono* 14, 20(2), 1-25. <https://doi.org/10.7195/ri14.v20i2.1882>

25. Méndez-Gago, S., & González-Robledo, L. (2018). *Uso y abuso de las tecnologías de la información y la comunicación por adolescentes*. Universidad Camilo José Cela.
26. Garitaonandia, C., Karrera-Xuarros, I., Jiménez-Iglesias, E., & Larrañaga, N. (2020). Menores conectados y riesgos online: Contenidos inadecuados, uso inapropiado de la información y uso excesivo de internet. *El Profesional de la Información*, 29(4), e290436. <https://doi.org/10.3145/epi.2020.jul.36>