

# Pantalles i adolescents: de l'ús responsable a l'ús excessiu

Pantalles: començant a analitzar i respondre a un nou repte de salut pública

6 de juny de 2024



Diputació  
Barcelona

Àrea de Comerç, Consum  
i Salut Pública



# Escenari actual

## 1. Tenir internet és normal

El 95,7% dels adolescents de 10 a 15 anys (IDESCAT 2023).

## 2. Múltiples dispositius

El 68,8% dels adolescents de 10 a 15 anys tenen mòbil (IDESCAT 2023).

## 3. Generalització de les tecnologies digitals a la vida diària

## 4. La indústria dels videojocs, les xarxes socials, la intel·ligència artificial continuen a l'alça



# L'adolescència

**Etapa de construcció:**

- 1. Pròpia identitat**
- 2. Relacions socials**

**Dues identitats:**

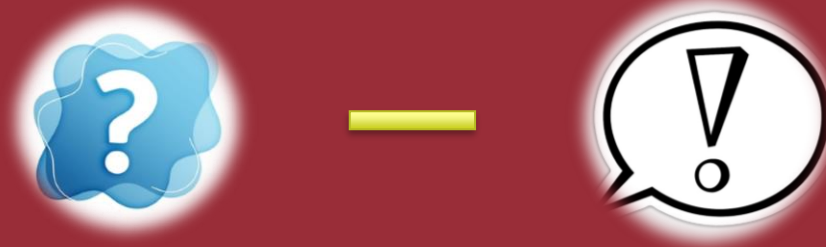
Presencial

Digital

**En interacció i complementàries**



# L'ús de pantalles és un problema de salut pública



# Tipus d'ús



## Ús responsable

Ús quotidià: crític, segur i saludable



## Ús excessiu

Desatendre obligacions  
Deixar de practicar alguna activitat d'oci  
Passar més temps connectat que amb  
els amics



## Ús problemàtic

Joc monetitzat en línia  
Ciberassetjaments  
Pornografia

← **Acció en salut pública** →

# Riscos per a la salut



## Excés de temps

Miopia i fatiga visual  
Sedentarisme: obesitat i diabetis  
Alteracions de l'estat d'ànim  
Alteracions en la son  
Excés d'estimulació  
Reducció del temps per responsabilitats  
Menys temps per al lleure variat i saludable  
Manca d'interacció social necessària



## Continguts perjudicials

Hàbits de vida: apologia anorèxia i bulímia, autolesions al cos...  
Violència: missatges d'odi, violència extrema...  
Consum: compres compulsives, jocs d'atzar...  
Sexe: relacions sexuals poc respectuoses...  
Valors: campanyes d'odi, manipulació psicològica...

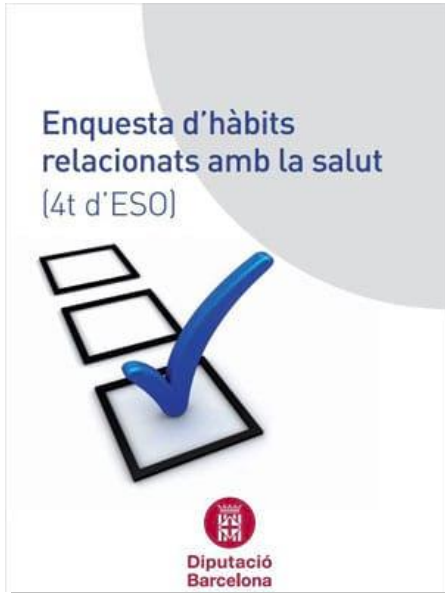


## Fenòmens associats

Addicció comportamental: dependència  
Ciberassetjament  
Entabanament  
Robatori d'identitat  
Missatges ham  
Griefing  
Sextorsió  
Sexdifusió

← **Acció en salut pública** →

# Comportaments dels adolescents



Des del 2015

96 municipis de la demarcació de Barcelona

Més de 34.700 alumnes enquestats de 15-16 anys

**Presentació de dades recents**

**Curs 2023-2024 (setembre 2023 – abril 2024)**

**2.770 alumnes**

# Ús diari



## Utilitzar el mòbil

1-3 hores: 36,7%

Més de 3 hores: 35,6%



## Jugar a videojocs

1-2 hores: 34,8%

Més de 2 hores: 23,5%



## Descarregar/visualitzar en línia sèries, pel·lícules, música...

1-2 hores: 40%

Més de 2 hores: 25%



OMS: no més de 2 h



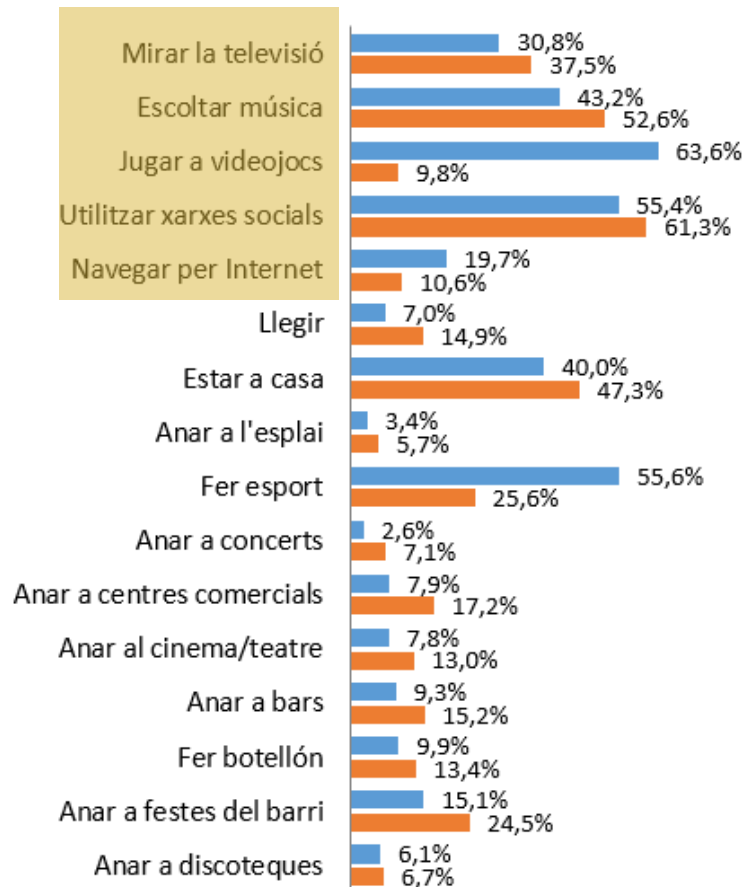
# Lleure: activitats preferides

Dies laborables



■ Nois ■ Noies

Cap de setmana



# Canvis en els comportaments

## DIES LABORABLES

## CAP DE SETMANA

	Període 2015-2017		Curs 2023-2024			Període 2015-2017		Curs 2023-2024	
	Nois	Noies	Nois	Noies		Nois	Noies	Nois	Noies
Jugar a videojocs	36%	5%	→ 53%	8%	→	47%	9%	→ 64%	10%
Utilitzar les xarxes socials	42%	64%	→ 64%	78%	←	25%	36%	→ 55%	61%



Increment de l'ús dels videojocs i les xarxes socials:

- Tant en nois com en noies
- Tant en dies laborables com en cap de setmana

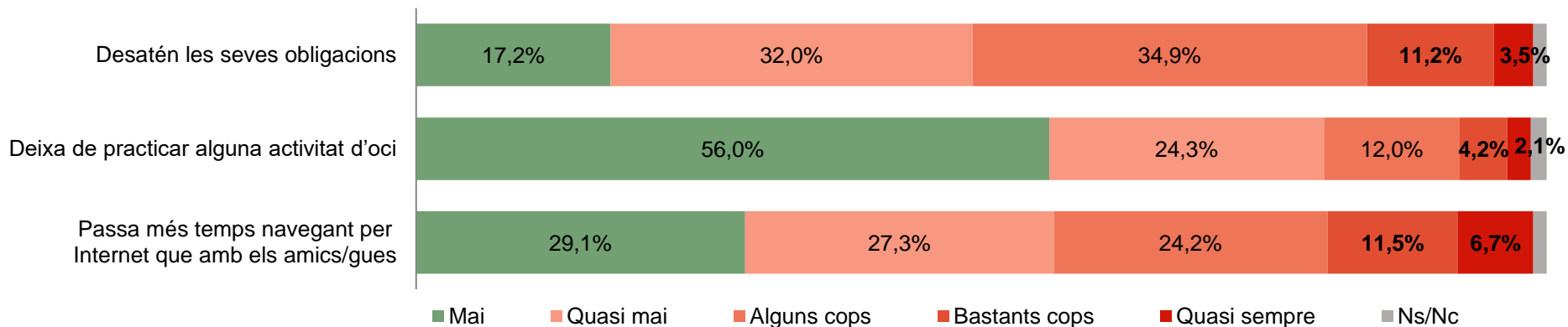
Videojocs:

- Els nois juguen més
- Es juga més en cap de setmana

Xarxes socials:

- Les noies les utilitzen més
- Més ús els dies laborables

# Ús excessiu, per connectar-se a internet:



Curs escolar 2023-2024

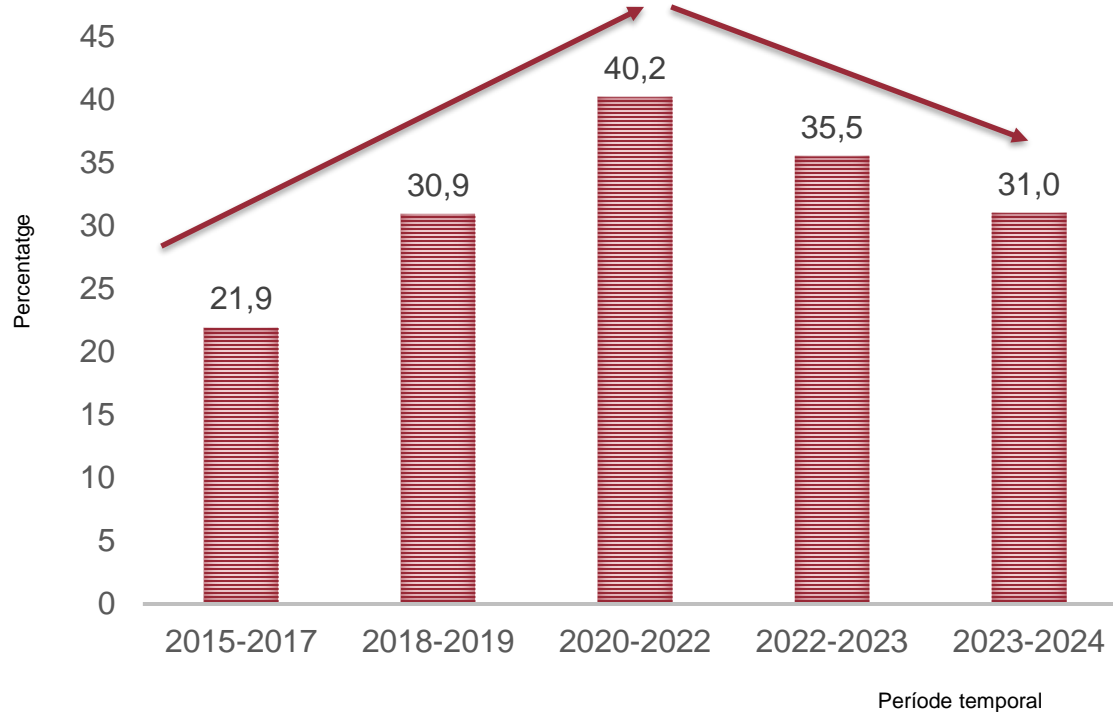
Mostra: n=2.770

Q33. Desatén les teves obligacions per passar més temps navegant per la xarxa?

Q34. Has deixat de practicar alguna activitat d'oci per poder tenir més temps per connectar-te a Internet?

Q35. Passes més temps navegant per Internet que amb els teus amics/igues?

# Evolució de l'ús excessiu



# Ús excessiu i eixos de desigualtats



## Determinants Socials de la Salut



Gènere

**Identitat no binària**

Origen

**Immigrants (primera generació)**

Estructura familiar

**Famílies monoparentals i altres situacions de convivència (viure amb els avis, els germans, tutelats...)**

Classe social

**Baix nivell socioeconòmic**

# Ús excessiu, relació amb altres hàbits vinculats a mala salut

Nois

Pitjor salut autopercebuda

Pitjor estat anímic

Pitjor relació amb progenitors

- pràctica esport / activitat física

- ús de la bicicleta

+ consum de fast-food

+ consum de tranquil·litzants

Pitjor rendiment escolar

+ actes incívics

- surt amb amics entre setmana

+ dies surt de nit

+ maltractament psicològic

+ agressor assetjament escolar

- empoderament ús preservatiu

+ interès en rebre informació sobre

temes relacionats amb el plaer sexual

# Perfil de l'adolescent amb addicció a les pantalles



## Programa pantalles

S'inicia al 2016

216 usuaris menors d'edat amb addicció a les pantalles

El mal ús de les pantalles van suposar el 33% de les atencions del servei.

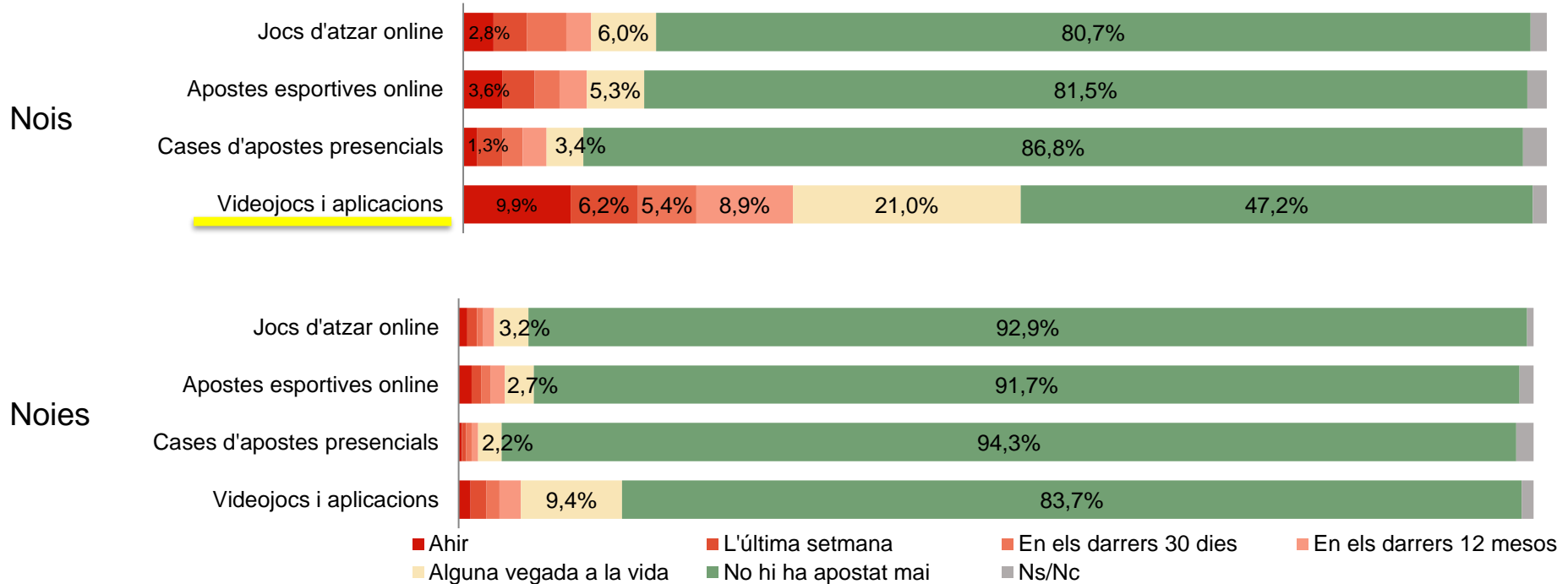
## 2023

81,6 % dels casos eren nois amb abús principal als videojocs (de 15 anys majoritàriament)

18,4% eren noies, amb abús a les xarxes socials.

El 75% dels adolescents atesos patien algun trastorn psiquiàtric i presentaven dificultats en el rendiment escolar.

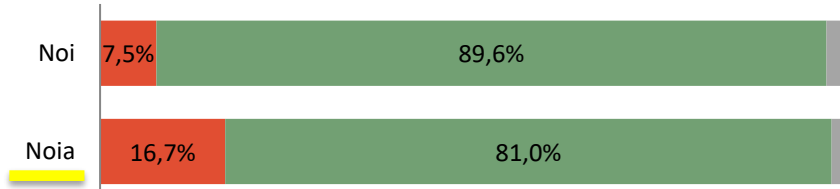
# Activitats en línia amb diners



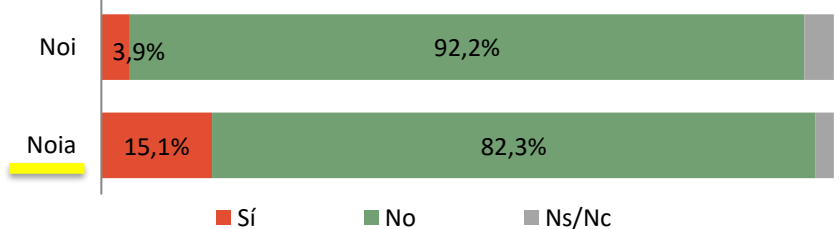


# Les xarxes socials, com a entorn de maltractament psicològic i assetjament sexual

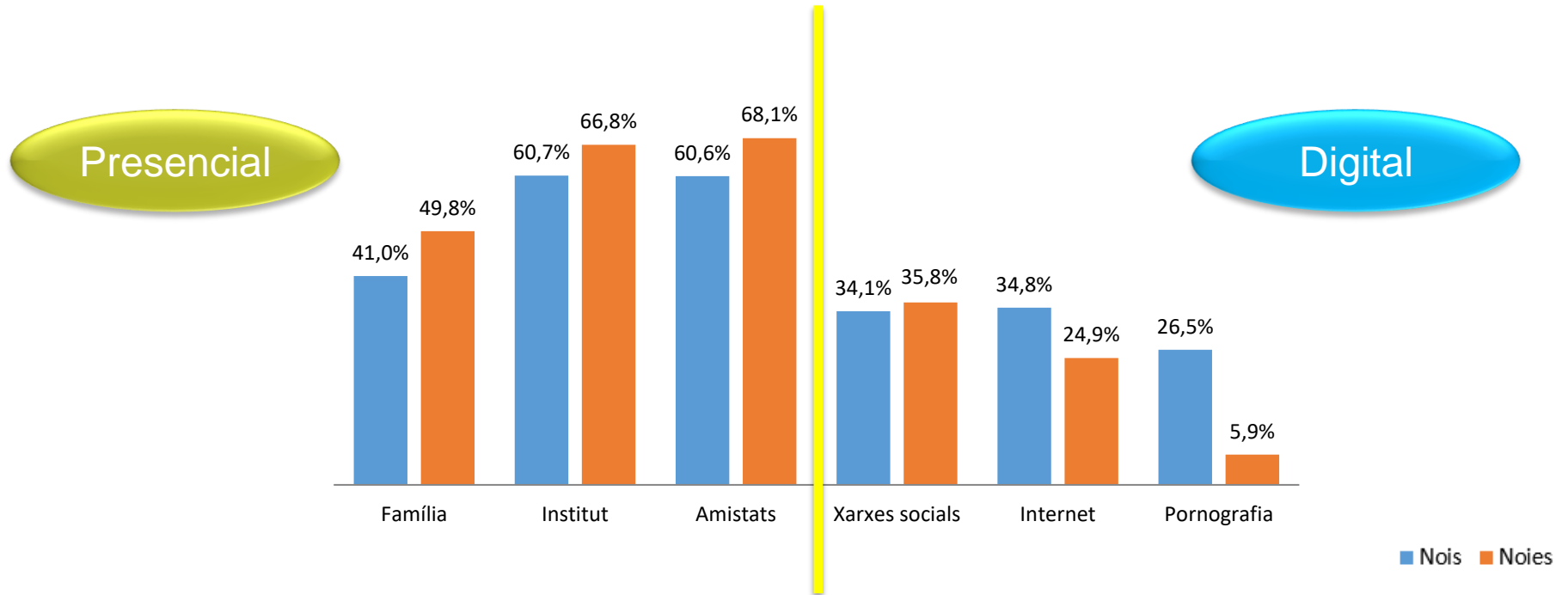
Maltractament psicològic a les xarxes socials



Assetjament sexual a les xarxes socials



# Pantalles, font d'aprenentatge de sexualitat



# Pornografia

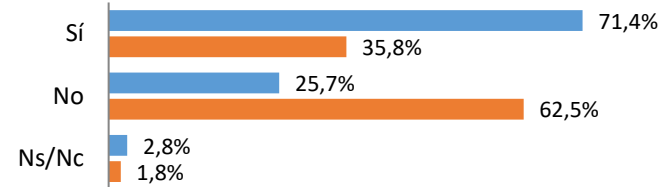


Shutterstock.com pornoTwinsterphoto

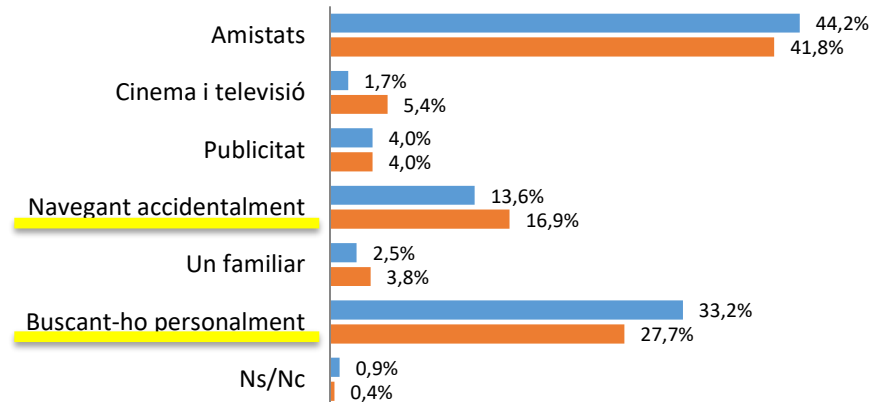
■ Nois ■ Noies

Curs 2023-2024  
Mostra: nois (n=1341); noies (n=1393)  
P1 Has vist alguna vegada pornografia?  
P3 Com has arribat a la pornografia?

## Ha vist alguna vegada pornografia?



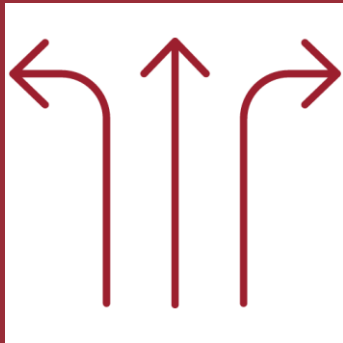
## Com ha arribat a la pornografia?



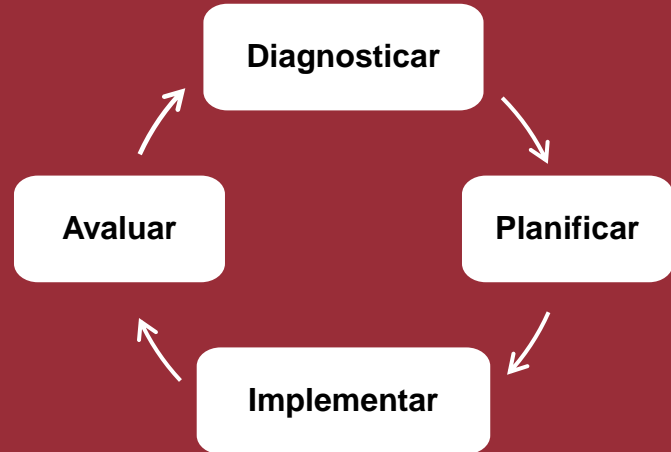
# Dades, per a què?

Per a conèixer els comportaments,

per a decidir polítiques  
al respecte,



i fer-ho amb sentit  
estratègic



# Cinc idees claus per a l'acció en salut pública

## 1. Promoció de la salut

Apoderar digitalment per prevenir, disminuir riscos i addiccions:  
destriar continguts, actitud crítica, vida digital respectuosa i segura

## 2. Abordatge diferent segons

Diversitat d'usos  
Gènere i altres eixos de desigualtat

## 3. Acompanyament digital en diferents àmbits

Familiar, educatiu i comunitari

## 4. Considerar la possible causalitat creuada

Ús excessiu i hàbits relacionats amb mala salut

## 5. Paper de les administracions

Visibilitzar la problemàtica i regular



# Algunes notícies del 2024

Dimarts, 4 de juny de 2024

cupat mèdia  
La informació en definitiva de Sant Cugat

Notícies • Eleccions • Exports • Comerç • TV • Ràdio • Música • Especials • Agenda

## NOTÍCIES POLÍTICA

SOCIETAT | POLÍTICA | ECONOMIA | CULTURA | PLENIS MUNICIPALS | OPINIÓ | ELECCIONS

### Sant Cugat declara 'problema de salut pública' els efectes d'abusar de les xarxes socials

Amb una moció institucional, el ple es compromet a oferir orientació a les famílies i als menors d'edat

COMPARTeix:    



el 15/abril • Sergio Morales • Pública • 10 min

**Imprimir** **Envia**

Un 'problema de salut pública'. Així qualifica el ple de Sant Cugat els efectes que té abusar de les xarxes socials i de les pantalles en el benestar i la salut mental

### 24h. Directo | Rueda de prensa posterior al Consejo de Ministros

España

## La ley de protección de menores obligará a instalar un control parental de fábrica en los móviles

Esta medida incluirá revisiones periódicas para detectar adicciones a la tecnología  
El control parental gratuito y obligatorio se aplicará también a tabletas, ordenadores y televisores

02/06/2024 18:27 News Por MYRIAM JORDANA




Imagen de jóvenes usando dispositivos móviles (ACTV)

Un control parental obligatorio de fábrica en los aparatos electrónicos como móviles o tabletas y un test periódico para conocer si se está haciendo un uso inadecuado en los dispositivos electrónicos son algunas de las medidas que se encuentran en el anteproyecto de ley orgánica para la protección de los menores en los entornos digitales, que el Gobierno le irá mañana al Consejo de Ministros

30 gener 2024 13:38 Nota de premsa

### El Govern enllesteix les instruccions sobre l'ús del mòbil als centres educatius, que deixen fora aquest dispositiu de les aules a primària i ESO

Presidència Educació



- S'estableix la restricció absoluta a infants i primària, i a secundària només es podrà usar durant les activitats d'aprenentatge quan compleixi una finalitat pedagògica indicada pel docent
- Són un marc comú general, que cada centre prendrà com a referència i que podrà concretar a posteriori, d'acord amb la seva comunitat educativa
- L'objectiu és potenciar la convivència als centres i minimitzar els aspectes disruptius del mòbil, sense oblidar la importància de garantir l'assoliment de la competència digital dels alumnes

## Notícies

Directes F24 Últimes notícies Seccions El temps

### Brussel·les amenaça de suspendre l'app de TikTok Lite per "addictiva i tòxica"

La plataforma xinesa no ha aportat proves que demostrin que la nova app és segura per a la salut mental dels menors

Redacció 22/04/2024 - 19:36 | Actualitzat 22/04/2024 - 23:05



La plataforma xinesa no ha aportat proves que demostrin que la nova app és segura per a la salut mental dels menors (Investidors Media)

La **Comissió Europea** podria suspendre a partir de dijous **TikTok Lite**, la nova app que TikTok ha llançat a Espanya i França i que paga als usuaris per veure i interactuar amb els vídeos publicats a la plataforma.

## EL PAÍS

### Tecnología

## Elon Musk admite el porno oficialmente en la red social X, la antigua Twitter

La plataforma había sido dejando que se publicasen contenidos pornográficos, pero ahora hace oficial su aceptación en las nuevas políticas



Elon Musk. El nuevo propietario de Twitter, que se ha convertido en la red social X. (GABRIEL VALLS/AGF/REUTERS)

MARCELO BERNÉZ  
Resumen: 22/04/2024 - 01:00:00



# Gràcies per l'atenció

Sònia Chavero Bellido

Secció d'Informació i Anàlisi en Salut Pública  
[ssp.infoanalisi@diba.cat](mailto:ssp.infoanalisi@diba.cat)



Diputació  
Barcelona

Àrea de Comerç, Consum  
i Salut Pública

