

JÓVENES Y ADICCIONES HOY: Claves para entender y prevenir

Prof. Dr. Antonio Rial Boubeta

Ferrol, 28 de noviembre de 2016



RETOS DE HOY



1. Consumo de ALCOHOL

2. Nuevas sustancias y formas de consumo

3. Uso de Internet y las redes sociales

4. Violencia, acoso...

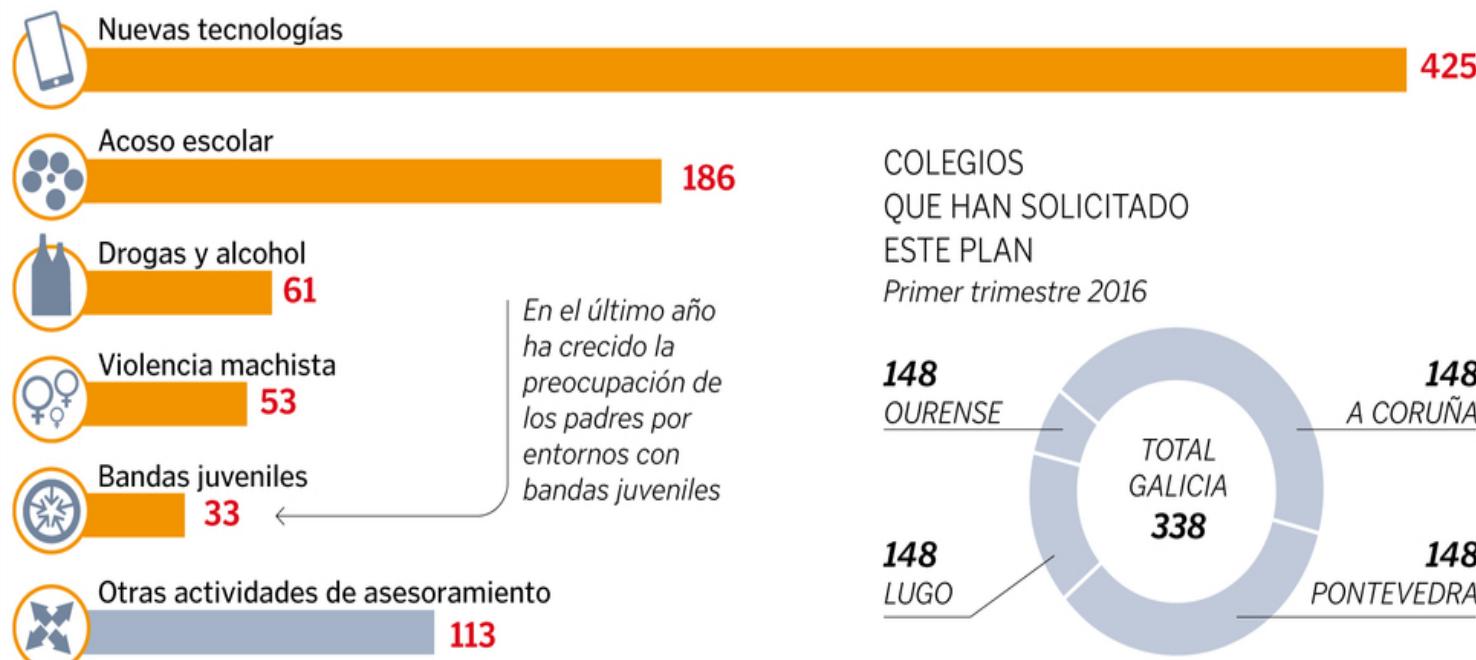


JOSÉ MANUEL PAN. Redacción / La Voz, 16 de abril de 2016. Actualizado a las 11:15 h.

Los riesgos en los colegios de Galicia

Padres y profesores muestran sus inquietudes sobre la seguridad escolar

EL RÁNKING DE PREOCUPACIONES (Por número de charlas en los tres primeros meses del 2016)



El plan director de seguridad escolar pone a disposición de los colegios



Equipos policiales de vigilancia



Asesoramiento e información por agentes especializados



Línea de contacto permanente con fuerzas de seguridad para atención de conflictos



El uso Internet y las redes sociales entre los adolescentes

Algunas premisas de partida

- 1 **No demonicemos**
- 2 **No es una moda, ni algo pasajero**
- 3 **No es cosa de los adolescentes**
- 4 **Es algo relativamente nuevo, que evoluciona muy rápido**
- 5 **Tiene un fuerte componente económico**
- 6 **Está cambiando muchas cosas en nuestras vidas**
- 7 **Se está convirtiendo en un verdadero problema**

Algunas premisas de partida

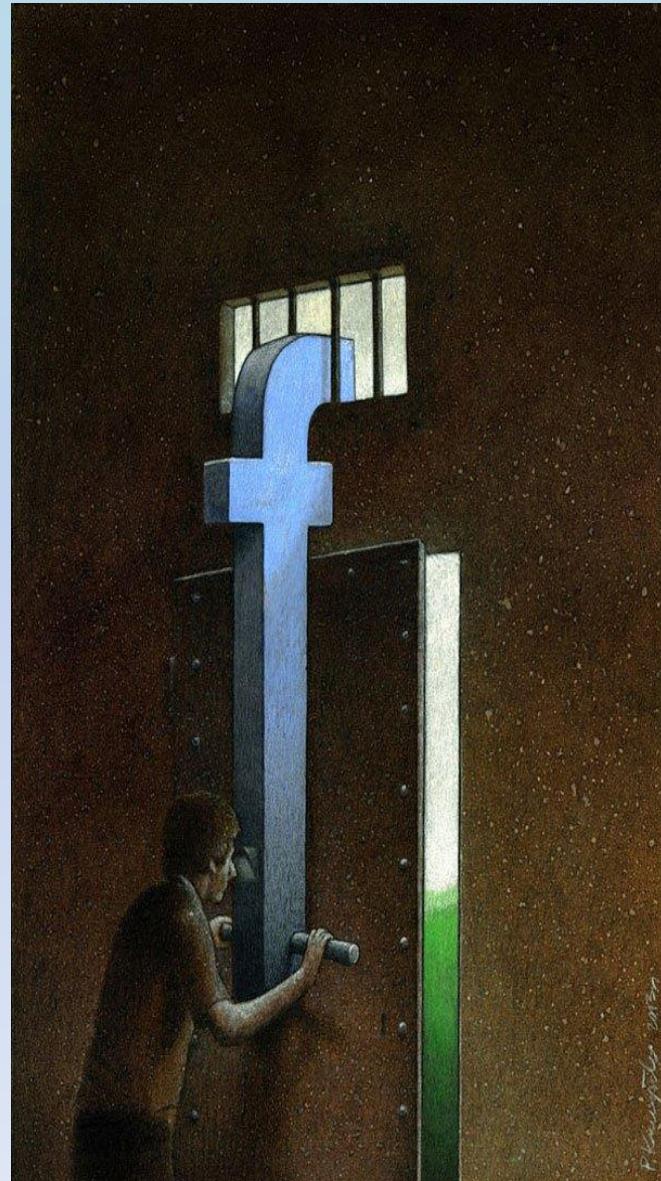
INTERNET Y LAS REDES SOCIALES NO SON UNA MODA, NI ALGO PASAJERO

✓ EUROSTAT (2015):

- En 2007 el porcentaje de hogares conectados a Internet era del 55%, en 2014 del 81%.
- **En 2015 el 94% de los jóvenes de 16 a 19 años usaron Internet a diario.**

✓ INE (2015)

- **En España el 76,2% de la población de 16 a 74 años utilizó Internet en los últimos tres meses, ese porcentaje supera al de usuarios del ordenador.**
- 2 de cada 3 españoles está registrado en al menos una red social
- **El uso de Internet es una práctica mayoritaria en los menores de 15 años, con un 92,3% de niños y un 91,6% de niñas (cifra que asciende al 99,2% y el 97,5% en la franja de 16 a 24 años)**



Algunas premisas de partida

NO ES EXCLUSIVO DE LOS/AS ADOLESCENTES

Es un fenómeno social absolutamente globalizado y que forma parte del día a día

- **Nomofobia:** abreviatura de la expresión inglesa “*no mobile phone phobia*”; representa un miedo irracional a estar sin el móvil.
- **Phubbing:** término formado a partir de las palabras «*phone*» (teléfono) y «*snubbing*» (desprecio), que consiste en restar atención a quien nos acompaña para prestársela al móvil.
- **Crackberries** (revisan o móvil más de 400 veces al día)
- **Síndrome de la vibración fantasma, Vamping, Phombies...**
- **Adultescencia...** ¿hasta cuando dura la edad del *SELFIE*?



Algunas premisas de partida

ES ALGO RELATIVAMENTE NUEVO, QUE EVOLUCIONA DE FORMA VERTIGINOSA

- ✓ 1993: Internet llega al gran público
- ✓ 2004: Facebook (1.400 millones de usuarios)
- ✓ 2006: Twitter (300 millones)
- ✓ 2006: Tuenti (14 millones en 2012 y acaba de cerrar)
- ✓ 2009: Whatsapp (900 millones)
- ✓ 2010: Instagram (400 millones de usuarios)
- ✓ 2012: Snapchat (100 millones)
- ✓ Google+, Pinterest, YouTube, LinkedIn, ResearchGate, eDarling, Meetic, Badoo, Two...

TIENE UN FUERTE COMPONENTE ECONÓMICO

- ✓ Industria del videojuego y los juegos *on line* supera en volumen de facturación al cine y la música juntos
- ✓ Publicidad *on line*, Big Data
- ✓ 3 de las 5 empresas más valiosas del mundo: 1º Apple, 4º Google y 5º Microsoft... 29º Facebook
- ✓ **iiCuando no hay producto el producto eres tú!!!**

Algunas premisas de partida

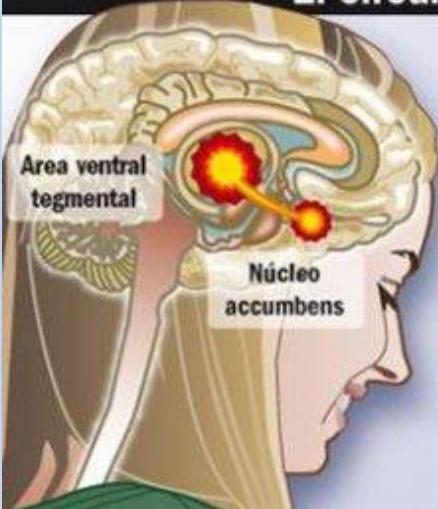
INTERNET Y LAS REDES SOCIALES ESTÁN CAMBIANDO NUESTRAS VIDAS

- ✓ En la manera de relacionarnos (pérdida de habilidades sociais: "La perversión de Internet")
- ✓ En las relaciones de pareja (Universidad de Chicago: 1 de cada 3 y se divorcian menos)
- ✓ En la manera de informarse (el 99% de lo que lemos está ya en formato digital)
- ✓ En la forma de leer (6 veces más rápido un adolescente, en "F")
- ✓ En la forma de procesar la información y de adquirir el conocimiento
- ✓ En la manera de ocupar nuestro tiempo libre (**adolescentes videojuegos**)
- ✓ **En la manera de ser felices:** necesidad hiper-estimulación permanente, bajo nivel de tolerancia a la frustración...)



Algunas premisas de partida

El circuito cerebral de recompensa



- Estímulos distintos como la comida, el sexo y la risa activan las neuronas del área **ventral tegmental** y se produce una descarga de dopamina en el **núcleo accumbens**.
- Esta liberación de dopamina brinda al organismo una recompensa mediante sensaciones de placer, ejerciendo un reforzamiento positivo que lleva a repetir la actividad.
- Ahora científicos de la Universidad de Berlín hallaron que este sistema de recompensa del cerebro también se activa cuando una persona recibe un "Me gusta" en Facebook.



Información: R. Llorente

Algunas premisas de partida

PUEDE LLEGAR A SER UN VERDADERO PROBLEMA

- ✓ Uso abusivo, posible depedencia, Aislamiento social, deterioro del estilo de vida, sedentarismo, pautas de alimentación y sueño
- ✓ Aumento de la ludopatía (juegos online), web de apuestas, acceso a contenidos sexistas, racistas, conflictos familiares, escolares, laborales, menor rendimiento escolar, violencia de género y filioparental...
- ✓ Aumento del consumo de sustancias (MDMA, Ketamina, Spice, Flakka, Burundanga...)
- ✓ Prácticas de riesgo y nuevas formas de delito (**cyberbullying**, sexting, sextorsión, grooming)

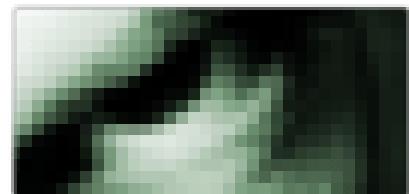
Claves para entender y prevenir



▶ **SEXTING**



▶ **SEXTORSIÓN**



▶ **GROOMING**



▶ **CIBERBULLYING**

- **Sexting:** envío de contenidos de tipo sexual (principalmente fotografías y/o vídeos) producidos generalmente por el propio remitente, por medio de teléfonos móviles. ([art. código penal 197](#))
- **Sextorsión:** forma de explotación sexual en la cual una persona es chantajeada con una imagen o vídeo de sí misma desnuda o realizando actos sexuales, que generalmente ha sido previamente compartida mediante sexting.
- **Ciberbullying:** uso de medios telemáticos (Internet, telefonía móvil ...) para ejercer el acoso psicológico entre iguales ([art. 172](#))
- **Grooming:** prácticas online de ciertos adultos para ganarse la confianza de un (o una) menor fingiendo empatía, cariño, etc. con fines de satisfacción sexual ([art. 183](#))

Algunas premisas de partida

□ ¿SE PUEDE HABLAR DE ADICCIÓN A INTERNET, EL MÓVIL O LAS REDES SOCIALES?

La *American Psychiatric Association* (APA) dice que no se puede hablar (todavía) de “adicción a Internet”

- No se recoge en el DSM-5
- Sección III: *Internet Gaming Disorder (juego on line)*
- No se han consensuado criterios diagnósticos
- El problema existe: miles de hogares y familias
- **USO PROBLEMÁTICO (PIU)**

Algunas premisas de partida

INDICIOS DE UNA POSIBLE ADICCIÓN

- Mentiras sobre el tiempo de conexión
- Intentos fallidos de controlar el uso de Internet, móvil...
- Poner en peligro cosas importantes (relaciones, actividades, estudios...)
- Uso excesivo y continuado a pesar de conocer los problemas derivados
- Perdida de interés por hobbies y actividades previas gratificantes
- Euforia o activación anómala cuando se está navegando
- Pérdida de control en el tiempo y frecuencia de conexión, pérdida de la noción del tiempo
- Uso de Internet/móvil como vía de escape o desahogo y como fuente principal de placer
- Preocupación y ansiedad excesiva por no poder conectarse, irritabilidad manifiesta
- Tolerancia (necesidad de incrementar la cantidad de tiempo de conexión)
- Quejas de terceros por el tiempo empleado en la Red
- Pensamientos obsesivos...



**** Interferencia seria en la vida cotidiana ****

DROGAS FACILITADORAS DE ASALTO SEXUAL Y SUMISIÓN QUÍMICA DRUG FACILITATED SEXUAL ASSAULT AND CHEMICAL SUBMISSION

Manuel Isorna Folgar¹ y Antonio Rial Boubeta²

¹Facultad de Ciencias de la Educación, Universidad de Vigo

²Facultad de Psicología, Universidad de Santiago de Compostela

Abstract

In recent years, the use of psychoactive substances for sexual assault has taken on a greater role. The frequency of sexual crimes associated with drug use has been called Drug Facilitated Sexual Assault (DFSA). The term used in Spain translates literally into "Chemical Submission" (Sumisión Química, SQ) and it includes all crimes related to this practice. This paper reviews the epidemiology of this type of symptoms, the main characteristics of the chemicals used and victim and aggressor's profiles. The main signs of clinical suspicion, and the keys to the toxicology screening in case the victim presents evidence of being subject to chemical submission are also addressed.

Resumen

El empleo de sustancias psicoactivas en las agresiones sexuales ha cobrado en los últimos años un mayor protagonismo. La frecuencia con que se asocia delitos sexuales e incitación al consumo de drogas se ha denominado Drogas Facilitadoras del Asalto Sexual (DFAS). En España se utiliza también el término "sumisión química" (SQ) e incluye todos los delitos asociados a esta práctica. En este trabajo se realiza una revisión de la epidemiología de este tipo de cuadros, de las principales características de las sustancias químicas empleadas así como del perfil de la víctima y del agresor. Se abordan además los principales signos de sospecha diagnóstica y las claves para el diagnóstico toxicológico, en caso de que la víctima posea indicios de haber sido sometida a la SQ.

Keywords: alcohol drugs and sexuality, chemical submission,

DATOS DE GALICIA

PROXECTO “MOCIDADE ON LINE”

- 44.051 adolescentes de 12 a 17 años
- 255 centros escolares



HÁBITOS DE USO

- **El uso de Internet entre los/as adolescentes gallegos es un fenómeno absolutamente generalizado:**
 - ✓ El 97,8% utilizan Internet de manera regular
- **Lo mismo se puede decir de las Redes Sociales, el teléfono móvil o el Whatsapp:**
 - ✓ El 93% está registrado en alguna red social y más de la mitad (51%) en cuatro o más
 - ✓ 9 de cada 10 tiene móvil
 - ✓ El 89,2% son usuarios de Whatsapp (**94% en 2016**)
 - ✓ La media de edad de acceso al primer móvil son los 11 años y 1 de cada 3 (33,7%) dispone de antes
- **Motivos por los que se conectan a Internet:**
 - ✓ Uso de mensajería instantánea
 - ✓ Uso de redes sociales
 - ✓ Descargar archivos/subir archivos

**RELACIONARSE
INTEGRACIÓN e INTERACCIÓN SOCIAL**

Claves para entender y prevenir

- ✓ **El móvil es con diferencia el principal dispositivo de conexión a Internet (81,2%) y, por lo tanto, el principal medio a través del cual se relacionan!!!**
- ✓ **Un 13,5% se conecta a Internet más de 5h al día (26,4% en 2016) y un 13,6% acostumbra a conectarse a partir de las 12 de la noche.**
- ✓ Un 63,8% informa que se conecta habitualmente **desde su propio cuarto**.
- ✓ **Solo un 48,1% de los padres controla o limita el uso que sus hijos hacen de Internet o el móvil (27,6% en 2016).**
- ✓ Un 24,2% refiere **discusiones frecuentes** en casa por el uso del móvil (42,5% en 2016).

Claves para entender y prevenir

- ✓ **CYBERBULLYING:** el **8,9%** dice haber sido humillados/as o acosados/as en la Red en el transcurso del último año y un **6,8% reconoce haber humillado o acosado a otros/as**
- ✓ **SEXTING:** el **4%** reconoce haber enviado a otros fotos o vídeos de sí mismos/as de contenido erótico o sexual a través de Internet o el móvil
- ✓ **SEXTORSIÓN:** el **3,9%** refiere haber sido chantajeado/a con publicar o difundir fotos o vídeos suyos a través de la Red o del móvil
- ✓ **GROOMING:** el **31,4%** reconoce tener entre sus contactos en las redes sociales a personas que no conocen en la vida real y 1 de cada 3 de estos casos (10,7% del total: 9.000) llegaron a quedar físicamente con ellos (**14% en 2016**)
- ✓ El 36% utiliza habitualmente los **Juegos on line**
- ✓ El **4,2% apostó dinero webs de apostas** (casi 4.000 casos) (**6,7% en 2016**)

Claves para entender y prevenir

original

adicciones vol. 27, issue 1 · 2015

PIUS-a: Problematic Internet Use Scale in adolescents.

Development and psychometric validation

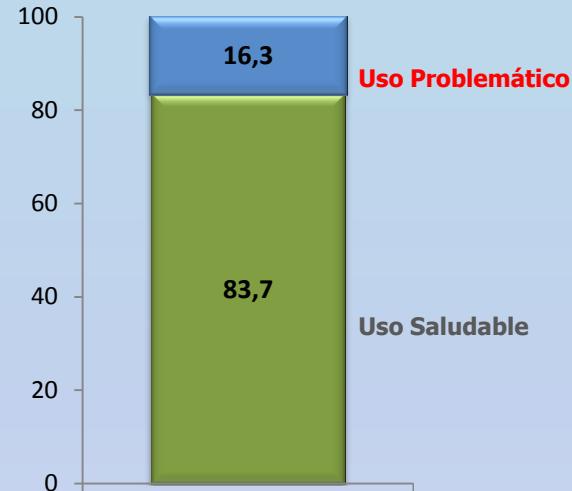
EUPI-a: Escala de Uso Problemático de Internet en

adolescentes. Desarrollo y validación psicométrica

ANTONIO RIAL BOUBETA*; PATRICIA GÓMEZ SALGADO*; MANUEL ISORNA FOLGAR**;
MANUEL ARAUJO GALLEGOS*; JESÚS VARELA MALLOU*

POSIBLE ADICCIÓN/USO PROBLEMÁTICO

- ✓ Se estima que el **16,3%** de nuestros adolescentes estarían haciendo un Uso problemático de Internet
- ✓ **No existe un claro perfil de riesgo, aunque...**
- ✓ **Los niveles de PIU son significativamente mayores** entre las chicas, 14-15 años, núcleos urbanos, centros privados y sobre todo en niños/as **cuyos padres no supervisan el uso que hacen de Internet**.
- ✓ **No es una cuestión aislada...**



Claves para entender y prevenir



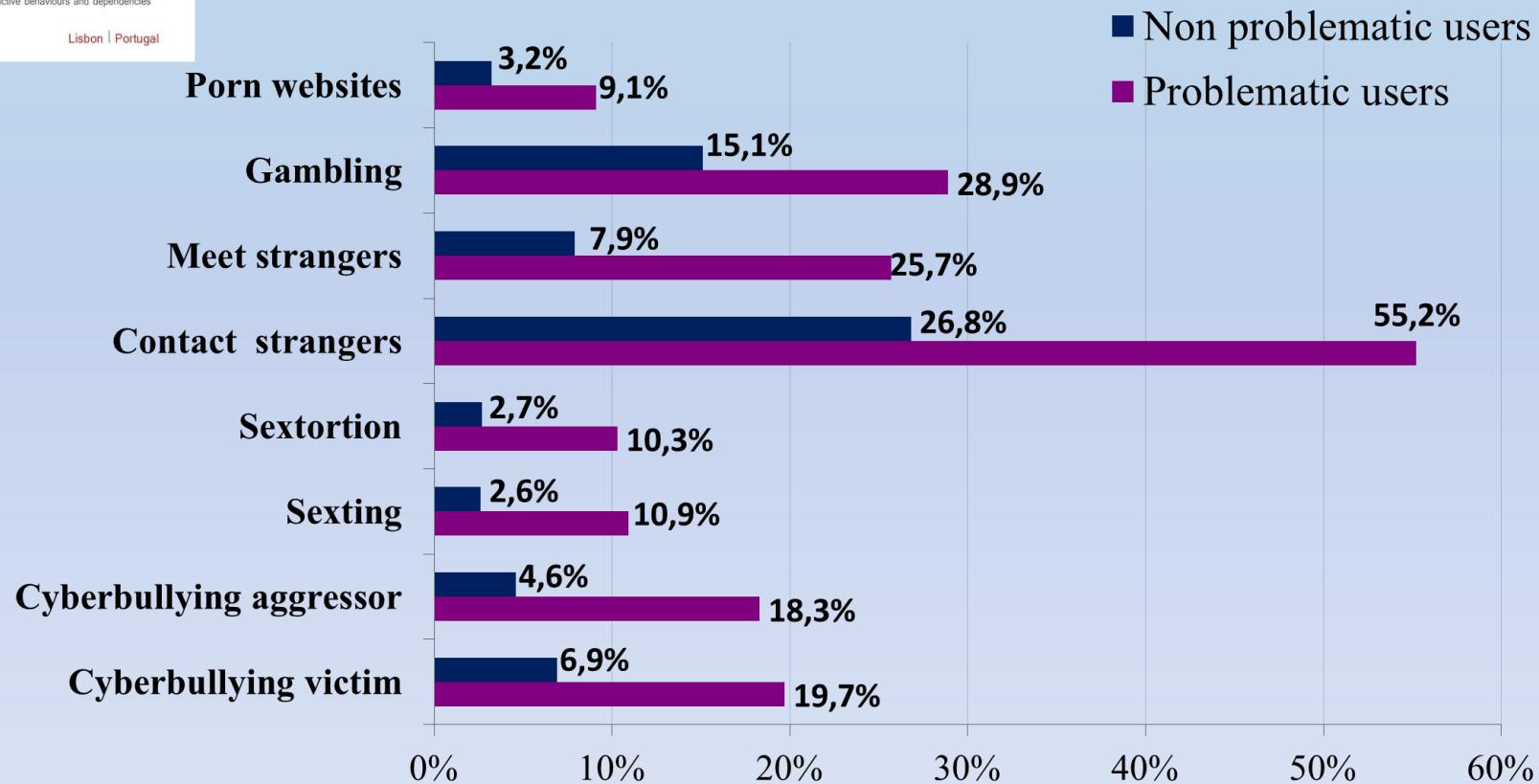
Lisbon 2015
Addictions

First European conference on addictive behaviours and dependencies

23–25 September

Lisbon | Portugal

RISK PRACTICES

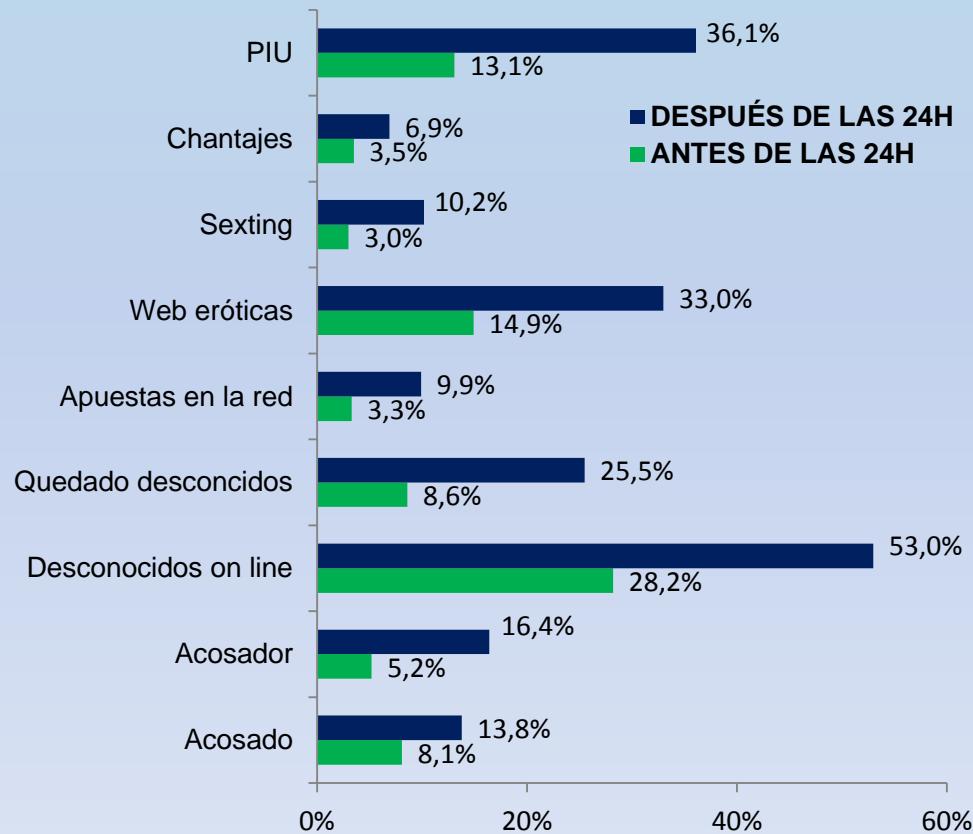


Los que dan positivo en la escala tienen tasas de riesgo 3-4 veces mayores

Claves para entender y prevenir

¿QUIEN SE CONECTA A PARTIR DE LAS 12 DE LA NOCHE Y QUE IMPLICACIONES TIENE?

13,5% → 12.000
adolescentes gallegos



DATOS DE EUROPA: EU KIDS OnLine

Proyecto promovido por la Comisión Europea

EU Kids Online (2006-2015)

Más de 100 investigadores y expertos de 33 países europeos (más de 25.000 menores de entre 9 y 16 años)

Sólo el 28% de los padres bloquea o filtra webs o hace un seguimiento de las webs visitadas por sus hijos



El 40% de los padres cuyo hijo/a ha visto imágenes sexuales *on line* creen que no ha sido así

El 56% de los padres cuyo hijo/a ha recibido mensajes desagradables o dañinos creen que no ha sido así

El 52% de los padres cuyo hijo/a ha recibido mensajes sexuales niega que haya ocurrido

El 61% de los padres cuyo hijo/a ha conocido en la vida real a personas contactadas *on line* niegan que sea así

- ✓ Internet y las redes sociales son los **nuevos parques y nuevos patios** donde se crían, se relacionan y se socializan nuestros hijos.
- ✓ No hay lugares concretos ni límite de horarios. **MÁS EXPOSICIÓN, menos control.**
- ✓ La **adolescencia** es la etapa del desarrollo humano en la que más pesa la opinión de los demás, más carencias emocionales y mayor dependencia del entorno.
- ✓ Se está configurando la personalidad, más necesidad de autoestima, de reconocimiento social y de popularidad..., **¡¡¡más influenciables!!!**
- ✓ **Un “me gusta” es un ME GUSTA**
- ✓ Magnificación y distorsión de la **amistad**, banalización del **insulto...**
- ✓ Déficits a nivel de **empatía, autoestima, asertividad...** **CALDO DE CULTIVO PELIGROSO**
- ✓ Niños hiperprotegidos= Niños vulnerables

¡¡¡Educación, Educación, Educación!!! Desde el minuto 1

¡¡¡ES IMPOSIBLE NO EDUCAR!!!

El consumo de alcohol y otras drogas entre los adolescentes gallegos



Unidad de Psicología del Consumidor y Usuario (USC)

Proyecto de Investigación financiado por el Plan Nacional sobre Drogas (BOE 27/12/2013)

2014-2016

INVESTIGACIÓN-ACCIÓN



Alcohol use in Galician Adolescents (Spain): Current data and related variables



First European conference on addictive behaviours and dependencies

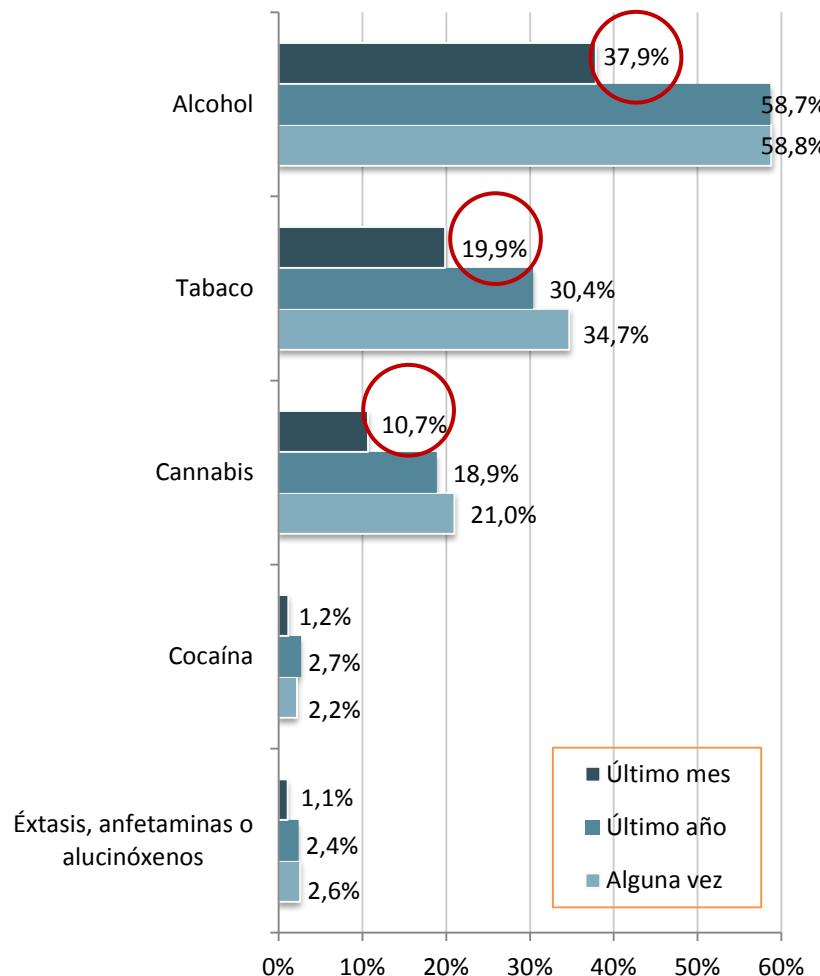
23–25 September

Lisbon | Portugal

- ✓ **ENCUESTA estudiantes de ESO, Bachillerato y FP medio de la comunidad gallega (N=135.000)**
- ✓ **Fase 1:** 3.419 adolescentes de entre 12 y 18 años (Galicia)
- ✓ **Fase 2:** 4.026 adolescentes de entre 12 y 18 años (A Coruña y Pontevedra)
- ✓ **Fase 3:** 3.000-4.000 adolescentes de entre 12 y 18 años (Concello de Santiago)
- ✓ **Cerca de 70 centros escolares** (públicos y privados/concertados).
- ✓ **Cuestionario ad hoc:** preguntas extraídas de la *Encuesta Estatal sobre Uso de Drogas en Estudiantes de Enseñanzas Secundarias (ESTUDES-PNSD)* y del *European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs (ESPAD)*. Se incluyeron también dos pruebas de screening de consumo de riesgo: el *CRAFFT Substance Abuse Screening Test*, elaborado por el Boston Children's Hospital y la Harvard Medical School, y el *Alcohol Use Disorders Identification Test (AUDIT)*, desarrollado por la OMS.
- ✓ **Anónimo y confidencial.** Consentimiento de las APA y la dirección de los centros.
- ✓ **Recogida de datos** en las propias aulas, grupos reducidos y por un equipo de psicólogas de la USC

PRINCIPAIS RESULTADOS

Hábitos de consumo



O niveis de consumo descenderon nos últimos anos, tendencia advertida tamén no ESTUDES 2014-2015. As porcentaxes son menores no caso de Galicia que no conxunto de España

ÚLTIMO MES	12-13	14-15	16-18
ALCOHOL	5,2%	29,3%	65%
TABACO	1,6%	14,9%	35,1%
CANNABIS	0,4%	7,8%	19,4%
COCAÍNA	0,2%	0,9%	1,6%
ÉXTASIS...	0,2%	0,8%	1,5%

GÉNERO

ÚLTIMO MES	CHICOS	CHICAS
ALCOHOL	39,1%	36,5%
TABACO	20,8%	18,8%
CANNABIS	13,9%	7,3%
COCAÍNA	1,5%	0,7%
ÉXTASIS...	1,4%	0,7%

Los niveles de consumo de chicas y chicos se van pareciendo cada vez más y aumentan de forma considerable con la Edad

The diagram illustrates the correlation between two screening tools: AUDIT and CRAFFT. A purple double-headed arrow connects the two tables, with the correlation coefficient $r_{xy} = .76^*$ written in the center.

	<i>M</i>	<i>SD</i>	Positive (%)	Cut-off point
AUDIT	3,02	4,47	25,7%	5
CRAFFT	.95	1.31	22,9%	2

Los resultados del AUDIT y del CRAFFT corroboran que entre un 20% y un 25% de los adolescentes gallegos presentan un consumo de riesgo (30.000 jóvenes)

CONSUMO INTENSIVO/BORRACHERAS/ BINGE DRINKING

ÚLTIMO MES	TOTAL	12-13	14-15	16-18
¿Te has emborrachado?	16,5%	0,6%	9,2%	32,4%
3 o más consumiciones en la misma noche	25%	1,3%	14,4%	48,7%
6 o más consumiciones en la misma noche	12,8%	0,7%	6,3%	25,4%



CONSUMO DE OTRAS SUSTANCIAS

ÚLTIMO MES	TABACO	CANNABIS	COCAINA	EXTASIS, ALUCINOGENOS O ANFETAMINAS
Alcohol	46%	25.6%	3%	2,7%
No alcohol	4.2%	1,9%	0%	0.1%
Test statistic (χ^2)	733.16*	393.29*	49.65*	42.88*

* $p < ,001$

ÚLTIMO MES	TABACO	CANNABIS	COCAINA	EXTASIS, ALUCINOGENOS O ANFETAMINAS
Se emborracharon	66.6%	43.4%	6.2%	5.8%
No se emborracharon	10.2%	4%	0.1%	0.1%
Test statistic (χ^2)	791.07*	656.69*	143.07*	130.35*

* $p < ,001$

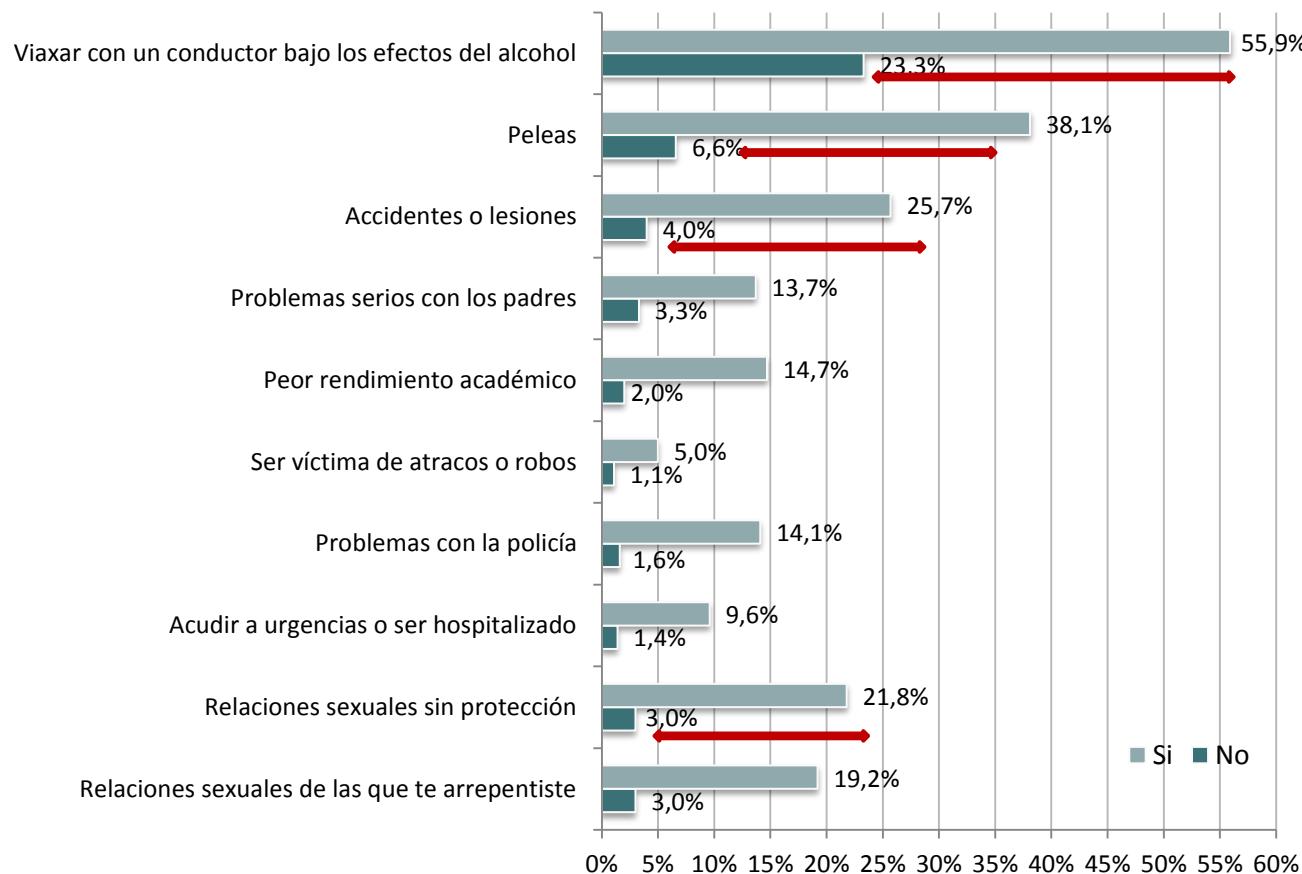
Prácticas de riesgo y consecuencias asociadas al consumo de alcohol ("en el último año por culpa del alcohol...")



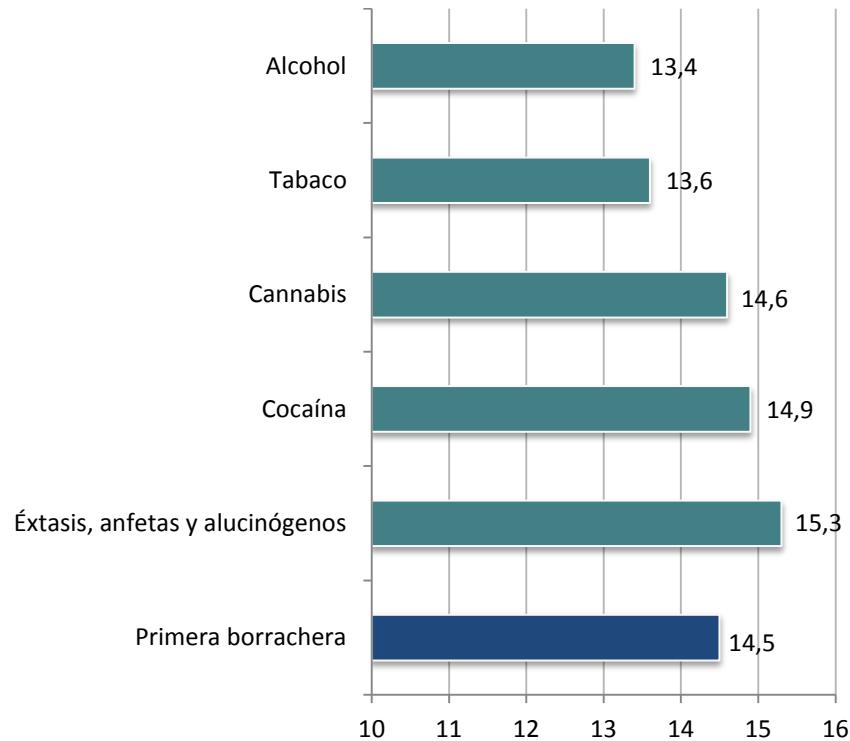
En el último casi el 30% de los adolescentes se subieron a un coche con un conductor ebrio
(cerca de 40.000 chicos/as en riesgo). Aprox. 4000 acudieron a urgencias y 9.000 tuvieron sexo sin protección por haber bebido alcohol

¿Y QUÉ PASA?

Comparativa “se emborracharon en el último mes”



EDAD DE INICIO



TRES FRANXAS:

- **1º contacto co alcohol e o tabaco (13 anos e medio)**
- **1ª borrachera (14 anos e medio).** Coincide case co primeiro contacto co cannabis
- **1º contacto cas tradicionais “drogas duras” (15 anos-15 anos e medio)**

¿Y QUÉ PASA?

Correlación Edad de inicio consumo de alcohol
- Edad de inicio consumo de otras sustancias

	Edad inicio	
	Alcohol	p
Tabaco	$r_{xy} = ,55$	<,001
Cannabis	$r_{xy} = ,55$	<,001
Cocaína	$r_{xy} = ,44$	<,001
Éxtasis/anfetaminas/ alucinógenos	$r_{xy} = ,40$	<,001

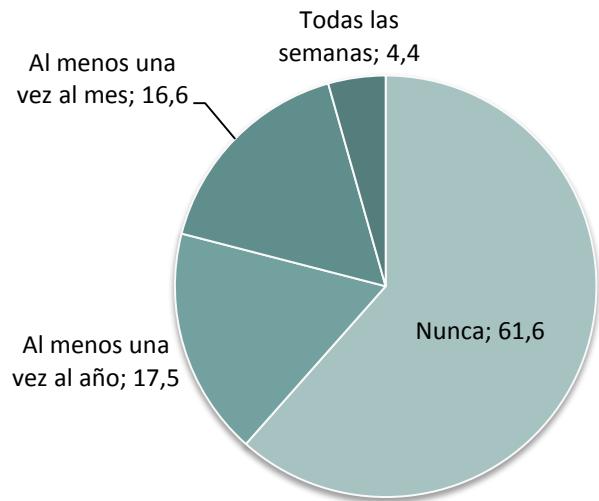
Cuanto antes comiencen a consumir
alcohol antes comenzarán a consumir
otras sustancias

Edades de inicio y consumo de riesgo

	Edad inicio	
	Alcohol	p
CRAFFT	$r_{xy} = -,34$	<,001
AUDIT	$r_{xy} = -,36$	<,001

Cuanto antes comiencen a consumir
alcohol mayor será la probabilidad de
que desarrollen un patrón de riesgo

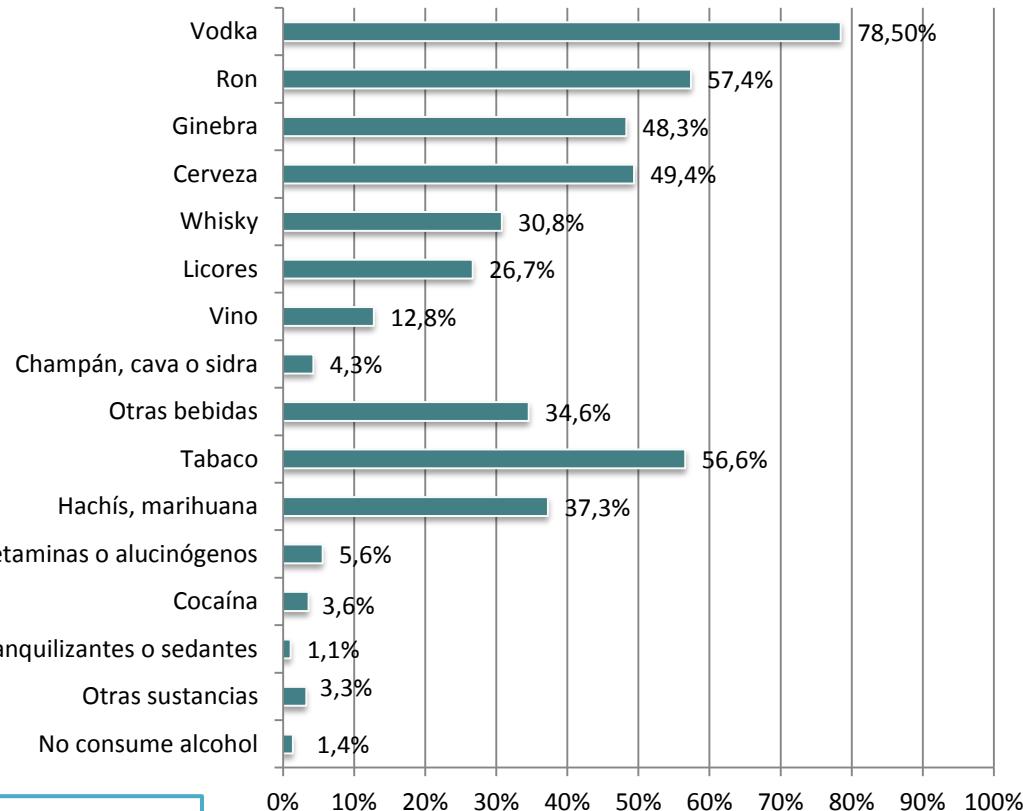
BOTELLÓN



O 38,4% dos adolescentes galegos fixo Botellón no transcurso do pasado ano

Notable descenso respecto a 2012-2013

Descende a práctica do Botellón, pero os patróns de consumo son claramente nocivos



98,6% bebe alcol
56,8% alcol + tabaco
37,3% alcol + tabaco + outras drogas

	12-13 anos	14-15 anos	16-18 anos	GLOBAL
ÚLTIMO ANO	4%	29,4%	66,8%	38,4%
ÚLTIMO MES	1%	11,4%	40,7%	21%

A práctica do botellón comeza a idades moi temperás:

un 4% dos rapaces de 12-13 anos participou nun botellón alomenos unha vez no último ano, o que equivaldría a arredor de 1.700 rapaces.

Si nos referimos ao último mes estaríamos falando dun 1% na franxa de idade inferior (mais de 400)

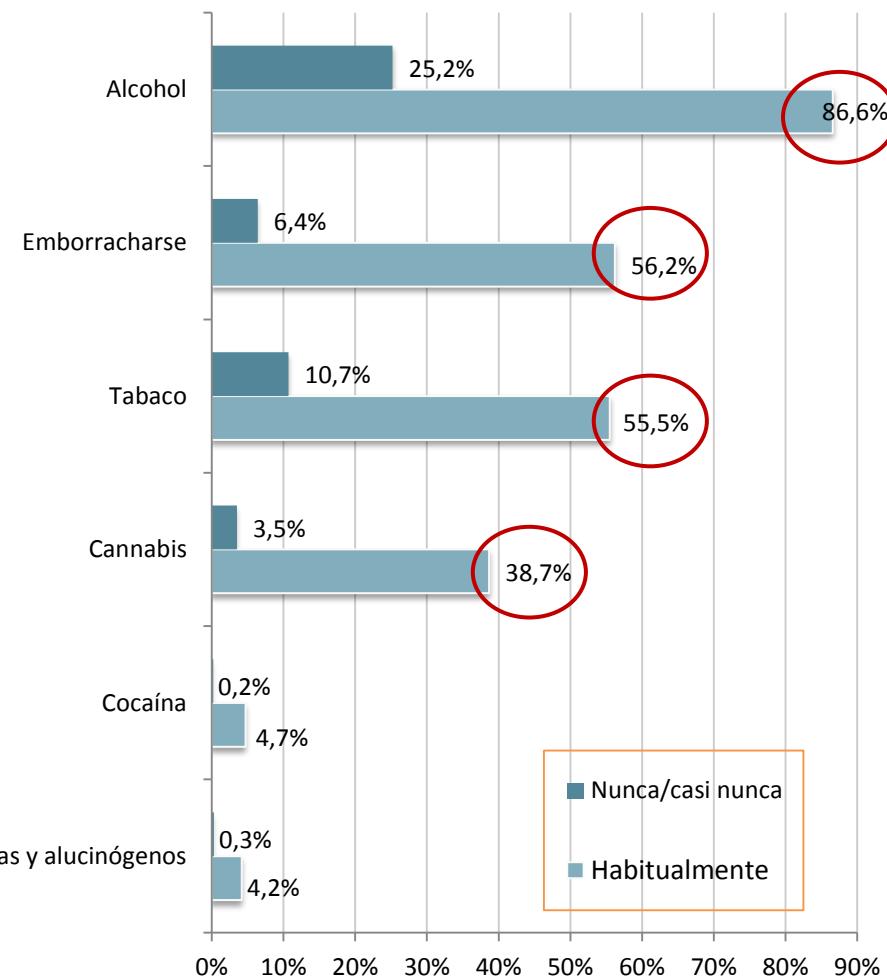
	MOZOS	MOZAS
ÚLTIMO ANO	38,8%	37,8%
ÚLTIMO MES	22,9%	18,8%

Trátase dun fenómeno que non entende de diferenzas de xénero, bastante normalizado tamén entre as mozas

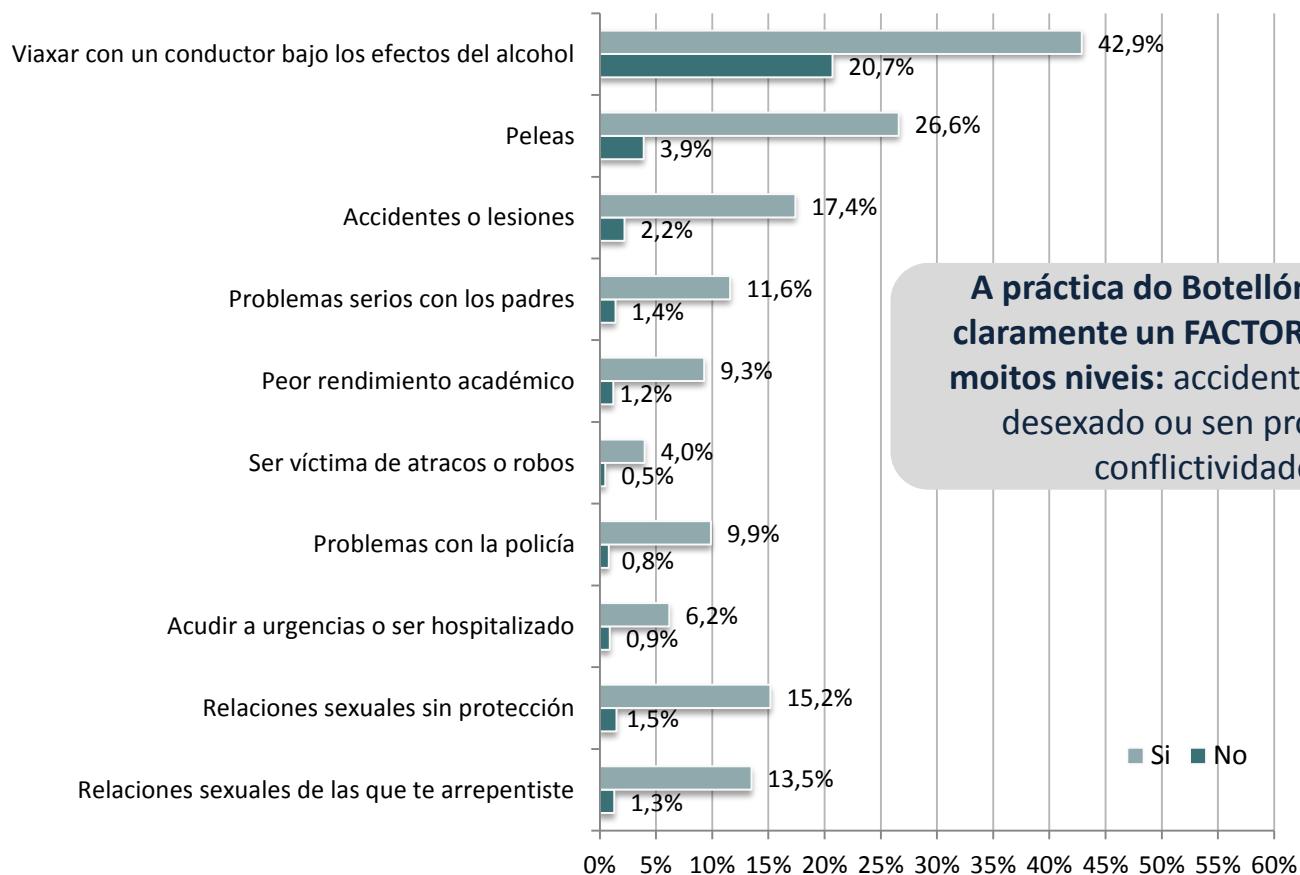
¿E QUÉ PASA?

Comparativa consumos no último mes *Botellón vs. No Botellón*

A práctica do Botellón implica tasas de consumo ata 10-20 veces maiores



Comparativa prácticas de risco *Botellón vs. No Botellón*

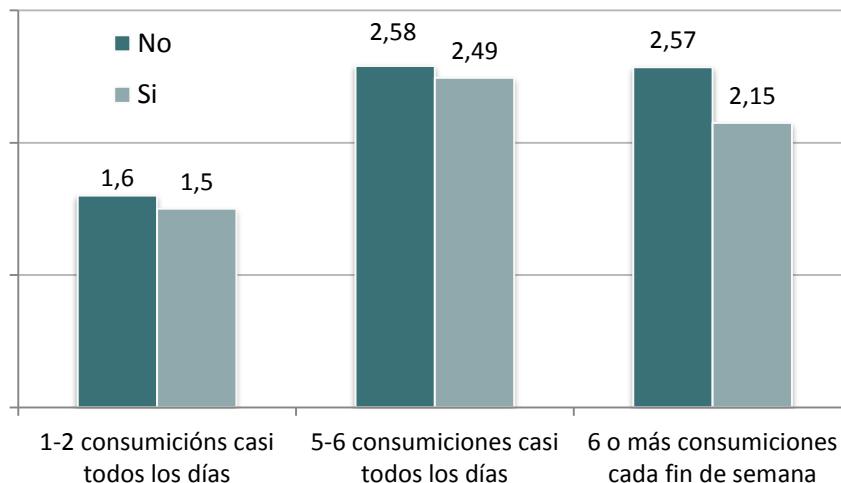


A práctica do Botellón constitúe claramente un FACTOR DE RISCO a moitos niveis: accidentes, sexo non desexado ou sen protección, conflictividade...

¿Y TODO ESTO POR QUÉ?

Percepción del riesgo

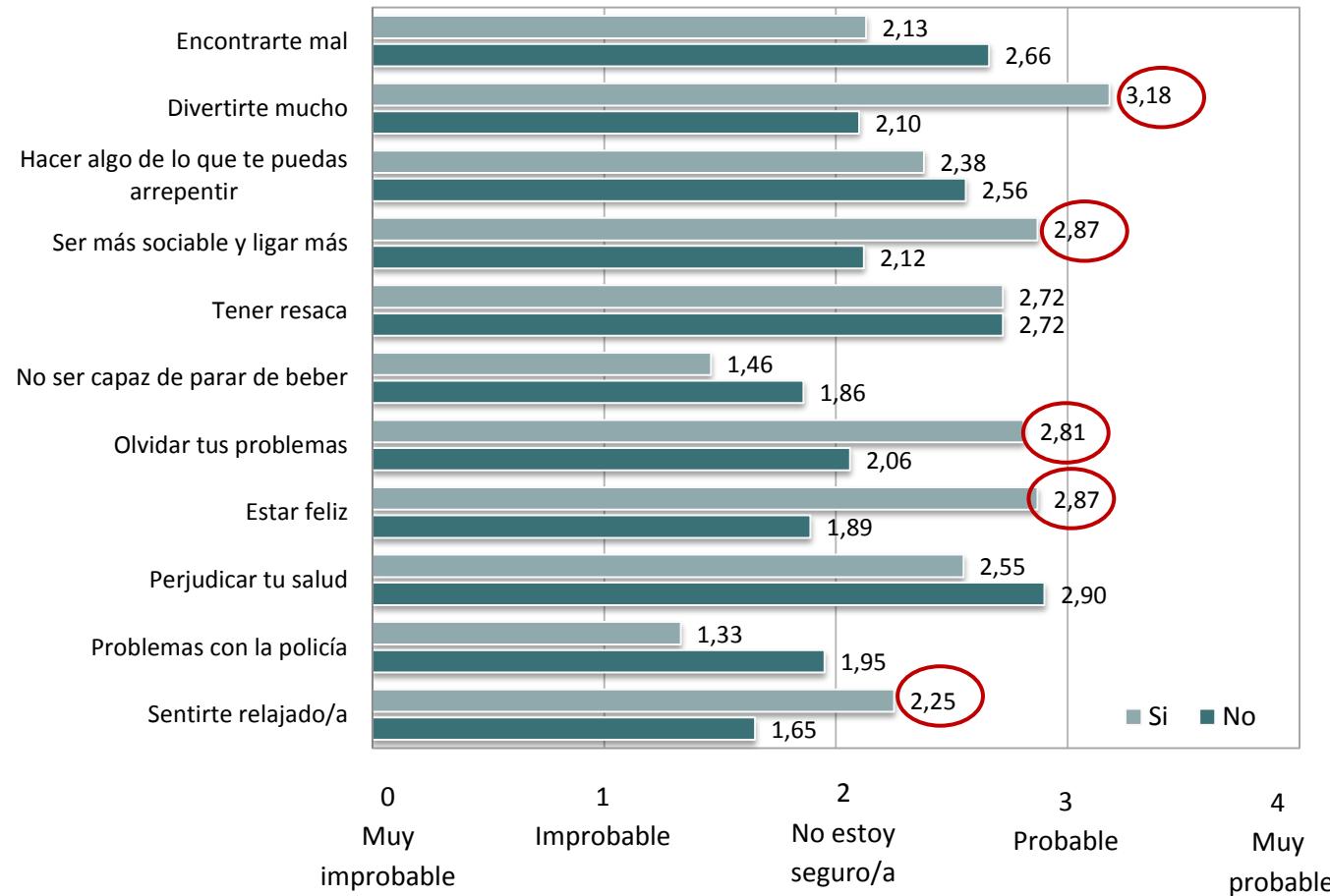
Comparativa “se emborracharon en el último mes”



¡Las diferencias en la percepción del riesgo son pequeñas!

Creencias y expectativas

Comparativa “se emborracharon en el último mes”



El consumo de alcohol está claramente asociado a una mayor diversión, sociabilidad, placer e incluso sexo

...Más variables a tener en cuenta

		AUDIT +	χ^2	p
GÉNERO	Hombres	27,8%	8,53	<.001
	Mujeres	23,1%		
EDAD	11-13 años	2,1%	541,51	<.001
	14-15 años	17,6%		
	16-18 años	46,6%		
DINERO DISPONIBLE	Menos de 20€	24,3%	144,57	<.001
	21-50€	49,4%		
	Más de 50€	53,2%		
HORA LLEGADA	Antes 0h	3,1%	652,99	<.001
	0h-2h	9,4%		
	2h-4h	29,4%		
	4h-6h	58,7%		
	Después de las 6h	75,9%		

		AUDIT +	χ^2	p
PADRE ALCOHOL	Nunca/casi nunca	21,3%	22,71	<.001
	Habitualmente	29%		
MADRE ALCOHOL	Nunca/casi nunca	24,6%	4,04	.04
	Habitualmente	28,2%		
HERMANOS ALCOHOL	Nunca/casi nunca	18,3%	135,82	<.001
	Habitualmente	39,6%		
AMIGOS ALCOHOL	Ninguno/algunos	7,3%	700,85	<.001
	La mayoría/todos	50,4%		
AMIGOS EMBORRACHAN	Ninguno/algunos	15,1%	547,04	<.001
	La mayoría/todos	59,2%		



OCLA

Observa Controla Limita Ayuda

PADRES/MADRES:

1. Nunca Hiperprotección (Niños hiperprotегidos=Niños vulnerables)
2. Incluirlo en la agenda diaria (INVERSIÓN)
3. Normas y límites
4. Esfuerzo extra en comunicación y Educación en Valores
5. Alternativas de ocio (ocupación del tiempo libre y deporte)
6. Predicar con el ejemplo



CENTROS EDUCATIVOS/INSTITUCIONES:

1. El sistema educativo debe tener un rol más activo en la promoción de los hábitos de vida saludables
2. Programas transversales (Factores de protección transeversales): empatía, asertividad, habilidades de comunicación y resolución de conflictos, autoestima... ALTERNATIVAS DE OCIO
3. Liderazgo y compromiso institucional

ADOLESCENTES

1. Los programas deben tener en cuenta su perspectiva (necesidades, motivaciones, preocupaciones, lenguaje y códigos...)
2. Es fundamental diseñar actividades en las que se impliquen y se sientan protagonistas



REFERENCIAS

- P. Gómez, A. Rial, T. Braña, S. Golpe y J. Varela (2017). Screening of Problematic Internet Use among Spanish adolescents: Prevalence and related variables. **Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking** (en prensa)
- S. Golpe, M. Isorna, C. Barreiro, T. Braña y A. Rial. Consumo intensivo de alcohol en adolescentes: prevalencia, conductas de riesgo y variables asociadas. **Adicciones** (en prensa).
- A. Rial, S. Golpe, M. Araujo, T. Braña y J. Varela. Validación del *Alcohol Use Disorders Identification Test* (AUDIT) en población adolescente española. **Psicología Conductual** (en prensa)
- S. Golpe, P. Gómez, D. K. Harris, T. Braña y A. Rial. Diferencias de sexo en el uso de Internet entre adolescentes españoles. **Revista de Psicología Conductual** (en prensa)
- S. Golpe, M. Isorna, P. Salgado y A. Rial (2017). Uso problemático de Internet y adolescentes: el deporte sí importa. **Retos**, **31**, 52-57
- A. Rial, P. Gómez, M. Isorna, M. Araujo y J. Varela (2015). PIUS-a: Problematic Internet Use Scale in adolescents. Development and psychometric validation. **Adicciones**, **27** (1), 47-63
- A. Rial, P. Gómez, E. Picón, T. Braña y J. Varela (2015). Identification and characterization of adolescent Internet user's profiles. **The Spanish Journal of Psychology**, **18**, 1-10

REFERENCIAS

- A. Rial, S. Golpe, P. Gómez y C. Barreiro (2015). Variables asociadas al uso problemático de Internet entre adolescentes: recomendaciones para una mejor prevención. **Health and Addictions**, 15, 25-38
- M. Isorna y A. Rial. Drogas facilitadoras de asalto sexual y sumisión química. **Health and Addictions (2015)**, 15, 137-150.
- A. Rial, C. Barreiro y P. Gómez (2015). Adolescentes, Internet e redes sociais en Galicia ¿Que din os datos actuais e como promover o seu uso responsable?. **Revista Galega de Educación**, 62, 40-44
- A. Rial, P. Gómez, T. Braña y J. Varela. Actitudes, percepciones y uso de Internet y las redes sociales entre los adolescentes de la comunidad gallega. **Anales de Psicología (2014)**, 30, 642-655
- M. Isorna, A. Rial y R. Vaquero-Cristobal. Diferencias en la ocupación del tiempo libre entre los escolares que practican deporte federado y no federado. **Magister (2014)**, 26, 10-17
- P. Gómez, A. Rial, T. Braña. J. Varela y C. Barreiro. Evaluation and early detection of problematic Internet use in adolescents. **Psicothema (2014)**, 26, 21-26
- J.J. Fernández y A. Rial (2014). **Adolescentes y Nuevas tecnologías. Una responsabilidad compartida.** Academic White Tiger.

2017, *Retos*, 31, 52-57

© Copyright: Federación Española de Asociaciones de Docentes de Educación Física (FEADEF) ISSN: Edición impresa: 1579-1726. Edición Web: 1988-2041 (www.retos.org)

Uso problemático de Internet y adolescentes: el deporte sí importa

Problematic Internet use and adolescents: sport does matter

*Sandra Golpe Ferreiro, **Manuel Isorna Folgar, *Patricia Gómez Salgado, *Antonio Rial Boubeta

*Universidad de Santiago de Compostela (España), ** Universidad de Vigo (España)

Resumen. Más allá de los innumerables beneficios que ha supuesto la expansión de Internet y las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC), cada vez son más los estudios que recalcan también los problemas y riesgos que suele conllevar, especialmente en el caso de los adolescentes. El aumento del sedentarismo y el aislamiento, la distorsión de la socialización, de las pautas de sueño y alimentación y, en general, el uso problemático de Internet, están suscitando una creciente preocupación social a la que expertos e investigadores siguen intentando dar respuesta. Sin embargo, el desarrollo de estrategias educativas o preventivas realmente eficaces es todavía una cuenta pendiente. El fomento de la práctica deportiva de manera regular puede deparar beneficios importantes también en este contexto. El objetivo de este trabajo ha sido precisamente aportar evidencias al respecto, intentando comprobar si efectivamente el hecho de que los adolescentes realicen deporte de forma regular, e incluso vinculados a un club y con licencia federativa, implica tasas de uso problemático de Internet significativamente menores. Los resultados obtenidos a partir de una muestra de 509 estudiantes de entre 10 y 17 años evidencian que realmente así es. Como consecuencia, más allá de las limitaciones muestrales del trabajo empírico y de su carácter exploratorio, lo que se pone sobre la mesa es la importancia que posee a estos niveles la supervisión del tiempo de ocio de nuestros hijos/as y la promoción de la actividad física y deportiva de forma regular. El potencial que a nivel preventivo tienen los programas encaminados a fomentar el deporte entre los adolescentes está, a nuestro modo de ver, aun por aprovechar.

Palabras clave: Deporte, Internet, adolescentes, TIC, prevención.

Abstract. Despite the countless benefits that the expansion of Internet and New Communication Technologies has brought, every time more studies emphasize problems and risks that they often imply, especially in the case of adolescents. The increase of physical inactivity and isolation, the distortion of socialization, sleeping and eating patterns, as well as problematic Internet use, have provoked rising social concerns that experts and researchers are still trying to respond to. In fact, the development of truly effective educational and preventive strategies is still an unresolved matter. Encouraging regular practice of sport can bring significant benefits even in this context. The aim of this study was to provide evidence that adolescents practicing sport regularly, including those having federal license and belonging to sports clubs, show lower rates of problematic Internet use. Results obtained from a sample of 509 students aged between 10 to 17 years confirm our hypothesis. Consequently, despite sampling limitations of this empirical work and its exploratory character, it is clear that we need to monitor children's leisure time, as well as to promote regular practice of physical activity and sport. In our view, the preventive potential of programs focused on encouraging adolescents to be active is still unexpressed.

Key Words: Sport, Internet, adolescents, ICT, prevention.



ARTÍCULO DE INVESTIGACIÓN

Diferencias en la ocupación del tiempo libre entre los escolares que practican deporte federado y no federado

M. Isorna Folgar^{a,*}, A. Rial Boubeta^b y R. Vaquero-Cristóbal^c

^aDepartamento de Análisis e Intervención Psicoeducativa. Facultad de Ciencias de la Educación, Universidad de Vigo, Vigo, Pontevedra, España

^bÁrea de Metodología de las Ciencias del Comportamiento, Universidad de Santiago de Compostela, Santiago de Compostela, A Coruña, España

^cFacultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Cátedra de Traumatología del Deporte. Universidad Católica de Sant Antonio de Murcia, Murcia, España

Recibido el 4 de octubre de 2013; aceptado el 4 de abril de 2014

PALABRAS CLAVE
Ocio;
Ejercicio físico;
TIC;
Niños;
Adolescentes

Resumen

El objetivo de la presente investigación fue analizar la distribución del tiempo libre que realizan los niños/adolescentes en función de si están federados, de su género y de la modalidad deportiva que practican. Un total de 306 alumnos/as de 5.^º de primaria a 4.^º de la Educación Secundaria Obligatoria, con edades comprendidas entre los 9 y 16 años, completaron un cuestionario para conocer cómo ocupan su tiempo libre de lunes a viernes. Se encontró que los escolares que practicaban deporte federado ocupaban más tiempo realizando ejercicio físico que los que practicaban deporte no federado, ocupando estos un mayor número de horas en la utilización de tecnologías de la información y la comunicación y ayudando en las tareas del hogar. Además, las chicas ocupan menos tiempo que los chicos realizando deporte y más escuchando música y haciendo actividades culturales. No se encontraron diferencias en función de la modalidad deportiva practicada. En conclusión, ya que la práctica físico-deportiva debe prevalecer sobre cualquier ocupación del ocio de forma sedentaria es necesario que los niños y adolescentes se incorporen a los clubes deportivos de sus respectivos pueblos o ciudades, por lo que se debe adaptar la oferta a las demandas de esta población.

© 2013 Facultad de Formación del Profesorado y Educación de la Universidad de Oviedo. Publicado por Elsevier España, S.L. Todos los derechos reservados.

antonio.rial.boubeta@usc.es