



¿CÓMO INFLUYEN LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS EN LOS ADOLESCENTES?

POR AESTHESIS PSICÓLOGOS MADRID | 14 ABR 2020 | PSICOLOGÍA DE LA SALUD

ACTUALMENTE, LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS ESTÁN CADA VEZ MÁS PRESENTES EN NUESTRA VIDA COTIDIANA, Y ESPECIALMENTE EN EL DÍA A DÍA DE LOS MÁS JÓVENES... ¿CÓMO INFLUYEN LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS REALMENTE SOBRE LA VIDA DE LOS ADOLESCENTES?



(...) LAS MÁS USADAS ENTRE LOS JÓVENES SON EL ORDENADOR, EL TELÉFONO MÓVIL, LA TABLET, LA CONSOLA DE JUEGOS Y LA TELEVISIÓN, CON TODO EL ENTRAMADO DE OPCIONES QUE OFRECE INTERNET, CON ESPECIAL FOCO EN TODO EL MUNDO DE LAS REDES SOCIALES ONLINE. TODAS ESTAS NUEVAS TECNOLOGÍAS TIENEN EFECTOS POSITIVOS SOBRE LOS ADOLESCENTES, PERO HAY QUE TENER PRESENTE QUE TAMBIÉN PUEDEN SUPONER GRANDES RIESGOS PARA SU SALUD.

VENTAJAS DEL USO DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS EN LOS ADOLESCENTES

LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS, ESPECIALMENTE INTERNET, HAN REVOLUCIONADO EL MUNDO DE LA INFORMACIÓN, Y LOS ADOLESCENTES HAN SABIDO CÓMO APROVECHAR TODOS SUS BENEFICIOS. ALGUNAS DE LAS VENTAJAS DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS PARA LOS JÓVENES SON:

- **MEJORAN LA COMUNICACIÓN.** (...) ES DECIR, SE HAN REDUCIDO, CASI ELIMINADO, LAS BARRERAS GEOGRÁFICAS EN LA COMUNICACIÓN.
- **FACILITAN EL PROCESO DE SOCIALIZACIÓN.** (...) FÁCIL ACCESO A LA INFORMACIÓN. (...)
- **NUEVAS FORMAS DE APRENDIZAJE.** (...)
- **OCIO Y ENTRETENIMIENTO.** (...)

INCONVENIENTES DEL USO DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS EN LOS ADOLESCENTES



LOS ADOLESCENTES SON UN GRUPO DE POBLACIÓN ESPECIALMENTE VULNERABLE EN PODER DESARROLLAR CONDUCTAS DE RIESGO RELACIONADAS CON INTERNET Y LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS, AL ESTAR EN UNA EDAD QUE SE CARACTERIZA POR TENER DIFICULTADES PARA MEDIR LOS RIESGOS, LA FALSA SENSACIÓN DE INVULNERABILIDAD, LA NECESIDAD DE SOCIALIZAR Y TAMBIÉN LA NECESIDAD DE INTIMIDAD.

NOMBRAMOS A CONTINUACIÓN LOS PROBLEMAS MÁS FRECUENTES.

- **INTERFERENCIA CON OTRAS ACTIVIDADES: ESTUDIO, EJERCICIO Y DEPORTE, OCIO, SOCIABILIDAD...** (...)
- **FALTA DE PRIVACIDAD Y USO INDEBIDO DE DATOS PERSONALES.** (...)
- **EXCESO DE INFORMACIÓN DISPONIBLE.** LA NUMEROSA INFORMACIÓN EXPUESTA A TRAVÉS DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS SUPONE UN RIESGO EN CUANTO AL TIEMPO INVERTIDO EN ENCONTRAR INFORMACIÓN CONCRETA (...)
- **INFORMACIÓN INAPROPIADA.** ESE MISMO EXCESO DE INFORMACIÓN FACILITA QUE LOS ADOLESCENTES ENCUENTREN A TRAVÉS DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS INFORMACIÓN INAPROPIADA, NO FIABLE, NO VERIFICADA, QUE PUEDEN INFLUIR EN LA PERCEPCIÓN DEL MUNDO QUE LES RODEA Y EN SU PROPIA CONDUCTA. INTERNET CUENTA CON MÚLTIPLES INFORMACIONES REFERENTES A LA VIOLENCIA, EL RACISMO, MOVIMIENTOS RADICALES, VIOLENCIA DE GÉNERO, HOMOFOBIA, PRÁCTICAS SEXUALES...
- **AISLAMIENTO SOCIAL Y RETRASO EN EL DESARROLLO DE LAS HABILIDADES SOCIALES.** (...)
- **NUEVAS VÍAS PARA EL ACOSO.**
 - *CYBERBULLYING*
 - *GROOMING*
- **FAVORECE EL SEDENTARISMO Y SOBREPESO.** (...)
- **DIFICULTADES PARA CONCILIAR EL SUEÑO.** (...)
- **ADICCIÓN A LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS.** (...) HAN LLEGADO AL PUNTO EN EL QUE SE HAN VUELTO ADICTOS A LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS, Y SI NO LAS USAN, PADECEN GRAN ANSIEDAD.

([HTTPS://WWW.PSICOLOGOSMADRIDCAPITAL.COM/BLOG/COMO-INFLUYEN-NUEVAS-TECNOLOGIAS-ADOLESCENCIA/](https://www.psicologosmadridcapital.com/blog/como-influyen-nuevas-tecnologias-adolescencia/))

1. En tu opinión, ¿cuáles son las ventajas y desventajas del uso de las tecnologías?

2. ¿Cuáles son los cuidados que tienes para no someterse a las desventajas (peligros) del uso de las tecnologías?

3. ¿Te parece que los padres pueden y deben ayudar / interferir en el uso que los hijos hacen de las tecnologías? Justifica tu respuesta:

Besos y hasta luego.

