

Conectados Más Que Nunca

Apps y nativos digitales: la nueva normalidad

Tendencias y perspectivas 2019-2020 sobre los hábitos digitales de los menores en los principales países y en las categorías de apps más populares

Efectos de la Covid-19 en los hábitos online
y predicciones de lo que vendrá

¿Qué dicen los expertos? Ayuda a las familias para
lograr seguridad y bienestar digital



Índice

Sobre este informe	3
Sobre Qustodio	3
Metodología	4
Agradecimientos	4
Puntos clave	5
La nueva realidad de la generación digital	5
Consejos de los expertos	6
Introducción	7
Análisis por categoría	8
Vídeo online	8
Redes sociales	14
Videojuegos	20
Educación	26
Conclusiones	31



Conectados Más Que Nunca

SOBRE ESTE INFORME

El presente informe tiene como objetivo ofrecer una radiografía de los hábitos digitales de los menores respecto al consumo de aplicaciones en tres de los principales mercados —EE. UU., Reino Unido y España— a lo largo de 2019 y 2020. Nuestro análisis se centra en las actividades más populares hoy en día en Internet (los servicios de vídeos, las redes sociales, los videojuegos y las plataformas de educación) e incluye una serie de consejos prácticos para los padres de la mano de reconocidos expertos en el ámbito de la psicología, la medicina, el derecho y la tecnología.

El objetivo de este informe es brindar a todos los interesados en la seguridad y el bienestar de los niños una visión 360 de lo que sucede en el mundo de las aplicaciones y de los nativos digitales de hoy. Nuestro objetivo es ser una voz global e independiente que ayude a navegar el excedente de información relacionada con

el tiempo de pantalla y el uso de la tecnología por parte de los niños, aportando información e ideas actuales, contrastadas, y útiles. Este informe trata de poner especial atención sobre cuestiones relevantes y que padres, educadores e investigadores pueden utilizar como una referencia confiable.

La recurrencia de este primer estudio de Qustodio sobre los hábitos digitales de los niños tendrá carácter anual contando con sucesivas ediciones. Este informe también complementa el estudio de Bienestar Digital que publicamos en Marzo del 2019, y que analizó las actitudes de los padres y los niños hacia la tecnología. Ambos informes proporcionan consejos útiles de expertos para ayudar a las familias a lograr la seguridad y el equilibrio online en nuestro mundo hiperconectado.



SOBRE QUSTODIO

[Qustodio](#) es una empresa independiente dedicada a la seguridad y el bienestar digital que desarrolla herramientas para potenciar la calidad de vida de las familias en un mundo cada vez más digital. Nuestro objetivo es mejorar la forma en que las familias interactúan con la tecnología a través de nuestra aplicación de control parental, nuestros datos y nuestro contenido experto para ayudar a las familias a vivir mejor y saludablemente.

Queremos asegurarnos que cuando las familias usan la tecnología, puedan usarla con control y confianza, sin temor a su salud, privacidad o seguridad. Nuestras herramientas de control parental ayudan a que eso suceda, y forman una parte más del trabajo colectivo de padres, educadores, investigadores y legisladores, para que el tiempo delante de la pantalla sea más positivo para todos.

Metodología

Para la elaboración de este estudio hemos analizado los hábitos online anónimos de **60.000 familias voluntarias con hijos entre 4 y 15 años**, en los territorios de España, Reino Unido, y EEUU. El estudio incluye los hábitos online observados en el periodo comprendido entre Febrero 2019 y Abril 2020, centrándose en 4 categorías de aplicaciones móviles: vídeo online, redes sociales, videojuegos, y educación. Los datos relacionados con el “efecto Covid-19” pertenecen al periodo comprendido entre marzo y abril de 2020.

Algunas aplicaciones se engloban en más de una categoría, para simplificar las cosas hemos seleccionado únicamente una categoría para cada aplicación. Por ejemplo, aunque TikTok y Facebook permiten reproducir vídeos de forma online, las hemos incluido exclusivamente en la categoría de redes sociales. En cuanto a Youtube, aunque con frecuencia se habla de ella como de una red social, hemos decidido considerarla una plataforma de vídeo porque, a pesar de que la mayor parte de sus vídeos son generados por los propios usuarios, ofrece la posibilidad de adquirir una suscripción, permite

acceder a contenidos de mayor duración y [es la segunda plataforma más utilizada para reproducir vídeos en televisión, superada solo por Netflix](#). Asimismo, hemos incluido Twitch en esta categoría debido a la duración habitual de sus contenidos.

Para elaborar las recomendaciones de este informe hemos trabajado codo con codo con **médicos, psicólogos, abogados y especialistas en el ámbito del bienestar, los videojuegos y la tecnología** de reconocido prestigio y experiencia procedentes de todos los rincones del planeta.



Agradecimientos

Nos gustaría expresar nuestro agradecimiento a todos los profesionales que con sus recomendaciones, experiencia y conocimientos han hecho posible este trabajo:

Malcom Bain, abogado especializado en tecnologías de la información y propiedad intelectual

Dr. Nicole Beurkens, psicóloga infantil especialista en terapia multidisciplinar

Manuel Bruscas, vicepresidente de Producto de Qustodio y especialista en datos

Josep Gaspar, director de Tecnología de Qustodio y especialista en videojuegos

Dr. Cecily Dvorak Havert, médica de familia

Maria Guerrero, psicóloga familiar

Marc Masip, psicólogo infantil especializado en el tratamiento de adicciones y director de Desconecta

Georgie Powell, especialista en bienestar digital

Lauren Seager-Smith, primera ejecutiva de Kidscape

Asimismo, **nos gustaría expresar nuestro más sincero agradecimiento a todos esos padres** que se esfuerzan al máximo para garantizar la seguridad, la salud y la felicidad de sus hijos en un mundo cada vez más impredecible y digital. Esta noche, cuando salgamos al balcón para aplaudir los esfuerzos de toda la comunidad médica como es tradición en España —sede de nuestras oficinas centrales—, una parte de esos aplausos estará dedicada a vosotros.

PUNTOS CLAVE

La nueva realidad de la generación digital

Principales aspectos a destacar de las cuatro categorías de aplicaciones: videos online, redes sociales, videojuegos y educación.



- 1.** YouTube es la plataforma de vídeo favorita de los niños de entre 4 y 15 años, a pesar de que la edad mínima para utilizarla es de 13 (Pero ¿por cuánto tiempo? TikTok y Netflix están en aumento).
- 2.** En la actualidad, los niños pasan la friolera de **85 minutos al día en YouTube**. En EE. UU., la media es de 100 minutos al día.
- 3.** TikTok se ha convertido en la reina indiscutible de las redes sociales. Impulsó el crecimiento del uso de aplicaciones sociales en un 100% en 2019 y en un 200% en 2020. De media, los niños pasan ahora 80 minutos al día en TikTok.
- 4.** Los niños solo desconectan de las redes sociales en las horas de sueño, invadiendo el horario escolar que había actuado como un amortiguador antes de los cierres de las escuelas por la Covid-19.
- 5.** Nuestros hijos se decantan por Roblox, el juego más popular en EE. UU. y Reino Unido en 2019 y en lo que llevamos de 2020, muy por delante de Fortnite. Además le dedican una media de 20 minutos más que al resto de juegos.
- 6.** Los niños pasan aproximadamente 1 hora al día jugando a videojuegos. Esta tendencia se mantuvo estable a lo largo de 2019, pero se disparó durante la Covid-19.
- 7.** Al igual que las redes sociales, el uso de los videojuegos ocupa ahora buena parte del horario escolar, que antes del confinamiento permitía a los niños desconectar del mundo digital.
- 8.** Las apps educativas han pasado a formar parte de nuestro día a día. Destaca el caso de Google Classroom, cuyo uso ha aumentado hasta un 65% en España.

Consejos de los expertos

Consejos de psicólogos, médicos, abogados y especialistas en tecnología y bienestar para educar a los nativos digitales.



1. **Mejora la comunicación con tus hijos:** acompáñales mientras ven vídeos en Internet y juega con ellos a los videojuegos siempre que sea posible.
2. Apaga las pantallas **1 hora antes de acostaros para evitar la exposición a las luces azules y mejorar el sueño.** La tecnología no puede sustituir las horas de sueño.
3. Procura mantener un estilo de vida activo. **Los videojuegos no deben sustituir la actividad física. Realiza como mínimo 60 minutos de ejercicio al día.**
4. La mayoría de juegos, vídeos y redes sociales están diseñados específicamente para resultar adictivos. Establecer tiempos límite es clave. **Recomendamos descansos cada 45 minutos.**
5. Señala a tus hijos modelos de comportamiento positivos que puedan seguir en las redes sociales y asegúrate de estar entre ellos.
6. **Coloca la consola en una zona común de la casa y** asegúrate de que tus hijos dejen sus dispositivos fuera del dormitorio a la hora de acostarse.
7. Consulta la calificación de los videojuegos (p. ej., PEGI, ESRB o Common Sense) para asegurarte de que el contenido sea apropiado, **bloquea los juegos que incluyan cajas de botín** y salas de chat públicas y establece límites de tiempo consistentes.
8. Asegúrate de que tus hijos utilicen las aplicaciones educativas como complemento para su aprendizaje, no como un sustituto. **La ausencia de interacción presencial con el profesor afecta negativamente al aprendizaje y al desarrollo de los niños.**



Introducción

En 2019, nuestros hijos pasaron ya más tiempo conectados a Internet que en todos los años anteriores desde que comenzó el auge de los dispositivos móviles hace ya una década. **Médicos, psicólogos e incluso tecnólogos que hacía tiempo habían expresado su preocupación en relación a la protección de la privacidad, la seguridad y el bienestar en Internet** dieron la voz de alarma. Las empresas, a menudo en respuesta a los cambios en la legislación, comenzaron también a mostrar una mayor concienciación a este respecto con la difusión de anuncios en los que nos advertían de los posibles efectos perjudiciales que podrían tener las pantallas en nuestra salud ocular, nuestras familias y nuestras vidas, y la inclusión de nuevas opciones relativas a la privacidad y la seguridad de los niños.

En 2020, las tendencias en cuanto al uso de los dispositivos y **la preocupación por sus efectos sobre nuestra salud se han disparado en gran medida debido a la cuarentena por el coronavirus**, la cual ha duplicado el tiempo que los niños pasan conectados y ha puesto el foco de atención en el modo en que adultos, niños y familias se relacionan con la tecnología. En palabras del New York Times, **“El coronavirus ha zanjado el debate sobre el tiempo que pasamos delante de la pantalla. Y las pantallas han ganado”**.

Pero ¿por cuánto tiempo se mantendrán estas tendencias? Existen muchas posibilidades de que nuestra transición hacia una vida totalmente digital sea imparable y de que no

podamos volver ni siquiera a los niveles de 2019. Sin embargo, las aplicaciones que utilizan nuestros hijos y el modo en que interactúan en Internet seguirán evolucionando al mismo ritmo. Y aunque es probable que algunos de estos cambios, como la implantación de la educación a distancia, sean solo temporales y desaparezcan cuando los niños regresen a clase, es muy posible que otros, como el auge de las videollamadas o el incremento del uso de TikTok, hayan llegado para quedarse.

Este aumento del tiempo que pasamos delante de la pantalla conlleva nuevos riesgos y limitaciones. Seguir las clases por Internet no es lo mismo que estar físicamente en un aula, y organizar una reunión a través de Zoom es muy diferente a interactuar con otras personas cara a cara. Asimismo, el número de casos de ciberacoso, explotación infantil, grooming y adicción a la tecnología no deja de aumentar. Ha llegado el momento de que los padres comiencen a desarrollar sus competencias digitales y aprendan a fomentar hábitos digitales saludables en casa.

Sea cual sea su vinculación con los niños, cualquiera que se preocupe por el futuro de los nativos digitales puede beneficiarse al leer los capítulos de este informe sobre plataformas de vídeo, redes sociales, videojuegos y educación. A través de una mejor comprensión de las tendencias de la industria, los hábitos de los niños y el asesoramiento de expertos podemos estar más que preparados para “la nueva normalidad”, podemos participar en la creación de un internet más seguro y saludable para los niños.

Plataformas de vídeo



Tendencias del mercado

¿Qué hay que saber?

Las plataformas de vídeo han pasado a ser una parte fundamental de nuestra vida cotidiana. A lo largo de 2019 y durante los primeros meses de 2020, se ha mantenido el crecimiento—ya consolidado—de la televisión online en detrimento de la tradicional, y en la actualidad cada usuario pasa una media de **84 minutos al día viendo vídeos en Internet**. Esta tendencia se observa también en el caso de niños, un segmento en el que **el consumo de vídeos diario se ha duplicado respecto al de hace cuatro años**. Según informa [Common Sense Media](#), la media de tiempo que los niños pasan viendo vídeos online prácticamente se ha disparado hasta llegar a la hora diaria, una cifra que concuerda con nuestra investigación.

Las “guerras del streaming” continuaron con Netflix gastando 12.000 millones de dólares en contenido y llegando a 158 millones de suscriptores en todo el mundo, y con Amazon Prime creciendo rápidamente tras una apuesta en los deportes al invertir en la Premier League inglesa, la ATP Tennis y la NBL. Disney + se unió a la competencia en noviembre de 2019 e inmediatamente superó los 10 millones de suscriptores, un número que alcanzó 50 millones durante la Covid-19.

Mientras todos estos gigantes continúan fragmentando el mercado y compitiendo por aumentar su base de suscriptores —los cuales suelen saltar de servicio en servicio buscando los últimos estrenos—, YouTube también continúa creciendo, aunque su trayectoria no ha estado exenta de problemas. En 2019, la [FTC descubrió que había incumplido las directrices establecidas por la COPPA respecto a la gestión de los datos de los niños y recibió una sanción de 170 millones de dólares](#), una cifra histórica para este organismo regulador, pero minúscula en comparación con los beneficios de la plataforma. Ahora YouTube obliga a todos los creadores a especificar si su contenido es apto para todas las edades. Por otra parte, YouTube Kids continúa siendo una opción minoritaria, ya que muchos niños siguen prefiriendo la amplia variedad de contenidos disponible en la plataforma principal de este servicio.

La retransmisión en YouTube del [asesinato en masa del año pasado en Nueva Zelanda](#) aumentó la importancia de vigilar más rigurosamente la difusión del contenido en las plataformas de video online. Estos hechos fueron una llamada de atención para padres y madres sobre la necesidad no solo de tener cuidado con el tiempo que sus hijos pasan viendo videos, sino también con el contenido de esos videos.

Hábitos de la generación digital

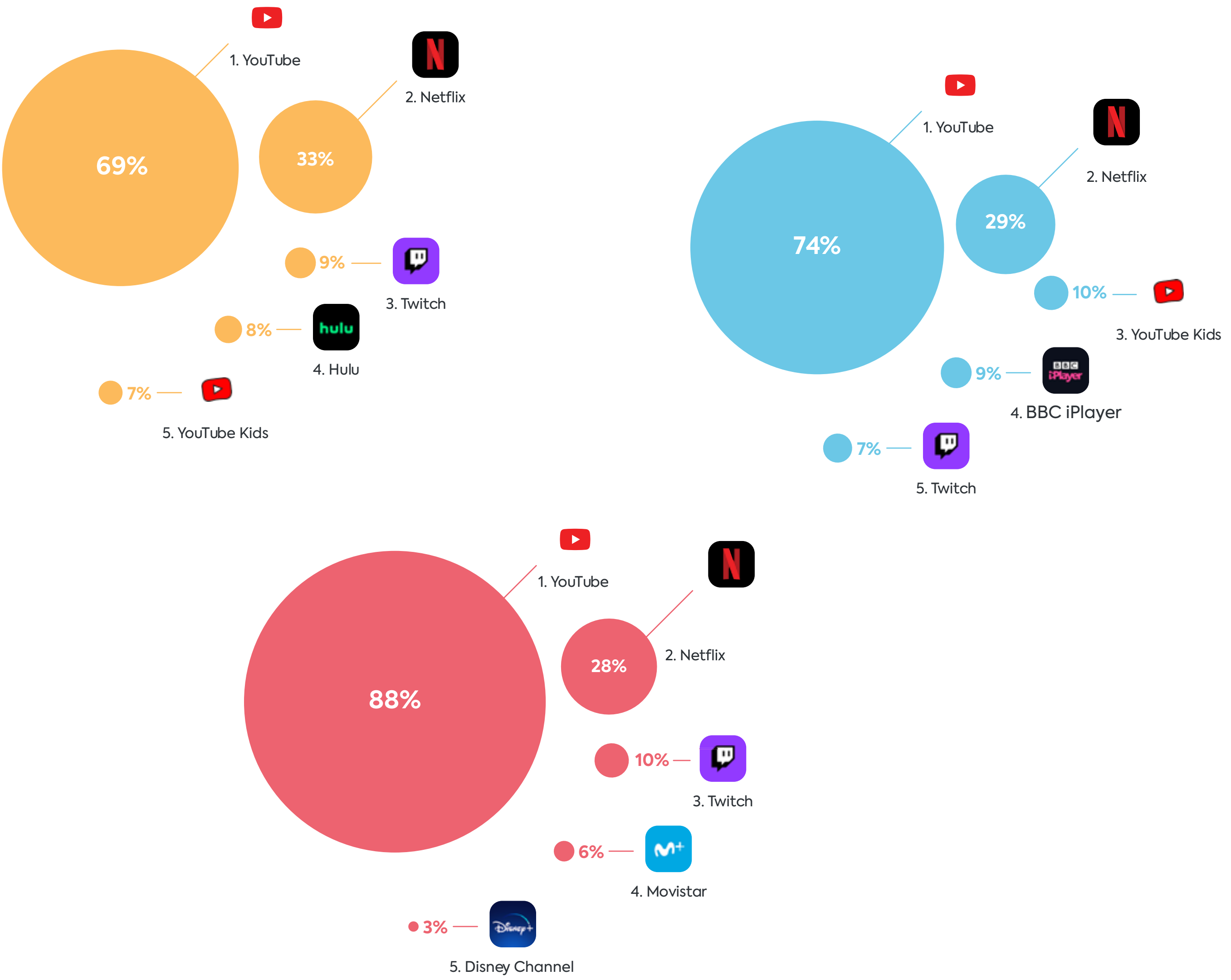
¿Qué apps de vídeo prefieren los niños?

En el caso de los niños YouTube es el rey indiscutible. La plataforma de video online continúa dominando los hábitos de visualización: el 69% de los niños la ven en los EE. UU., El 74% en el Reino Unido y el 88% en España. Mientras tanto, YouTube Kids, la plataforma de Google diseñada para niños menores de 13 años, fue vista por solo el 7% de los niños en los EE. UU., el 10% de los niños en el Reino Unido, y ni siquiera estaba en el radar en España, lo que significa que muchos están viendo YouTube en su versión para adultos. Por ejemplo, si nos centramos en niños de 7 a 9 años en el Reino Unido, el 6% de ellos vieron YouTube Kids, mientras que casi la mitad de los niños en ese rango de edad ven YouTube para adultos.

Netflix, líder entre los adultos, es la número dos en todos los mercados en nuestro conjunto de datos para niños de 4 a 15 años: es vista por el 35% de los niños en los EE. UU. Twitch aparece en el top 5 de los tres mercados. En cuanto a los principales operadores regionales, Hulu en los EE. UU., IPlayer en el Reino Unido y Movistar en España, todos ocuparon el cuarto lugar en sus respectivos mercados.

% menores que usan las Apps de Video Online Más populares

● EEUU ● UK ● ES



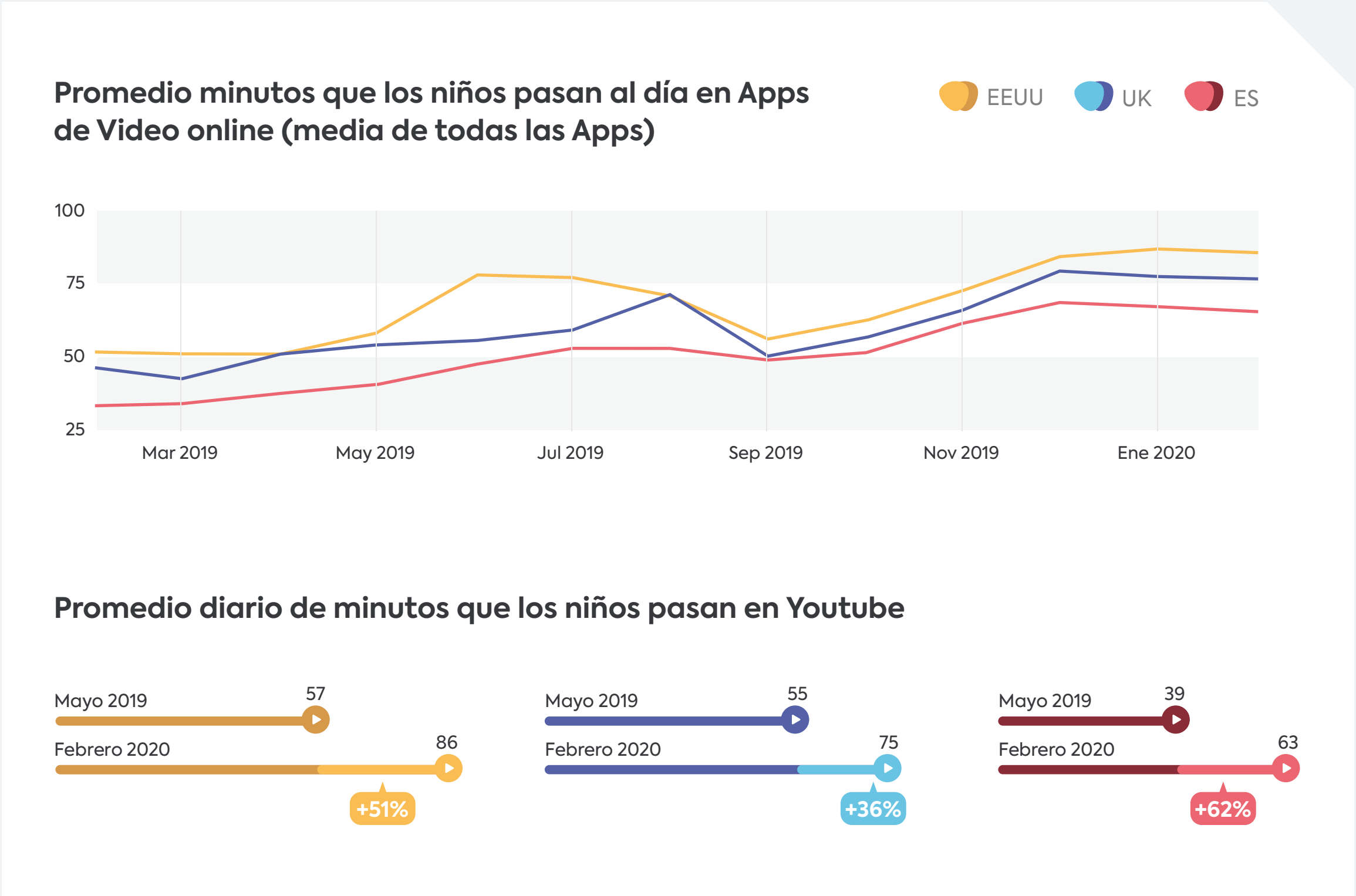
Fuente: Quustodio Febrero 2020



Si bien los nombres de las aplicaciones más populares (YouTube, Netflix, Hulu, Twitch, BBC, Movistar, Disney, etc.) pueden no ser sorprendentes, la cantidad de tiempo que los niños pasan viendo videos online lo es. En 2019, de media, los niños pasaron 88 minutos por día en los EE. UU., 77 minutos por día en el Reino Unido y 66 minutos por día en España. Si bien el tiempo medio online varía según el país, todos aumentaron durante los períodos de vacaciones. Por ejemplo, durante las

vacaciones de mediados de año en el Reino Unido, el uso medio de YouTube aumentó en un 46%.

Gran parte del crecimiento no estacional durante el año fue impulsado por YouTube. A principios de 2020, los niños pasaron 86 minutos por día en el popular servicio de video en los EE. UU., 75 minutos por día en el Reino Unido y 63 minutos por día en España, un aumento de aproximadamente el 50% en comparación con mayo de 2019.



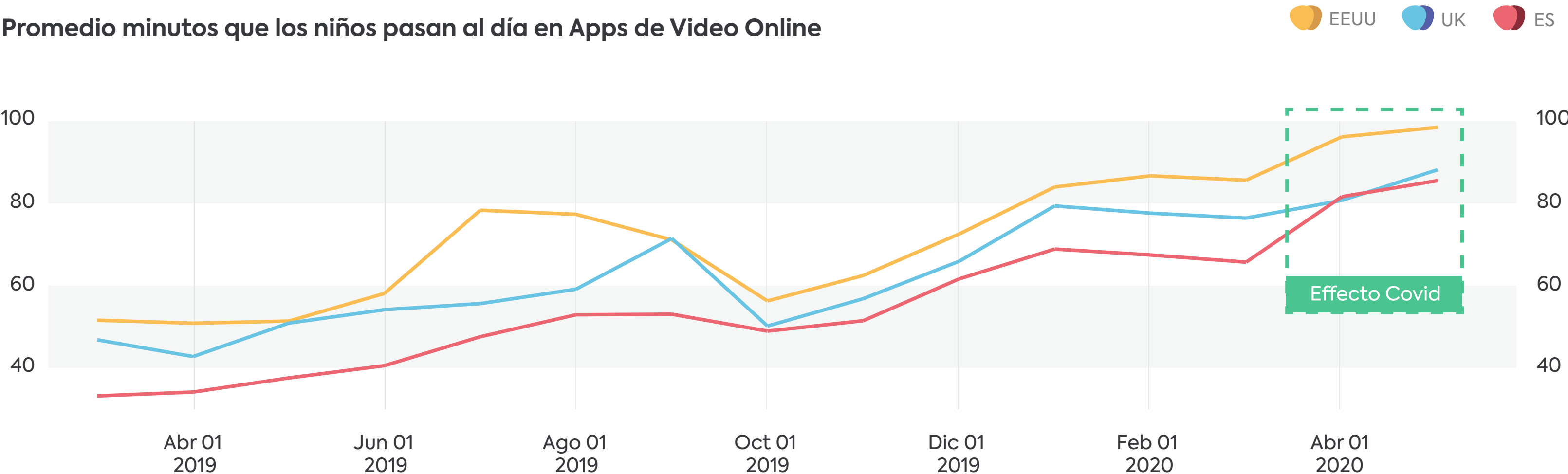
El impacto de la Covid-19

La cuarentena por la Covid-19 ha acelerado las tendencias de principios de 2020. A mediados de abril, durante la aplicación de las medidas de distanciamiento social por el coronavirus en los tres países, la media diaria de uso de las aplicaciones de entretenimiento fue de 99 minutos en EE. UU., 88 minutos en Reino Unido y 86 minutos en España, respectivamente.

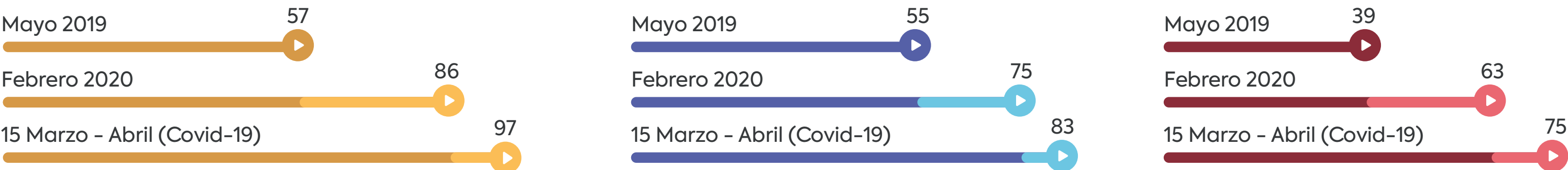
Una vez más, esta tendencia fue impulsada en gran medida por YouTube, con un promedio de tiempo que los niños pasaron en la plataforma de casi 100 minutos al día en los Estados Unidos (un aumento de 57 minutos en comparación con mayo del año pasado).

Si bien clasificamos TikTok como una aplicación social, también cabe mencionarla aquí. Durante la pandemia de Covid-19, el uso de TikTok aumentó, y se ha convertido en la plataforma de video social elegida por la mayoría de los jóvenes. Aunque el contenido que ofrecen es diferente al que se puede encontrar en YouTube, hay un solapamiento significativo y TikTok es cada vez más un competidor directo. En la sección de las redes sociales hay más información al respecto.

Promedio minutos que los niños pasan al día en Apps de Video Online



Promedio diario de minutos que los niños pasan en Youtube



Previsiones para el futuro

¿Cómo van a evolucionar estas tendencias?

Nuestra previsión para el año que viene es que **el número de usuarios de video online continuará creciendo**, y que la televisión tradicional se convertirá en un medio reservado a la programación local y los informativos. Asimismo, esperamos que la fragmentación del mercado del vídeo se invierta dentro de unos años. En 2020, las familias seguirán suscribiéndose a más de una plataforma de streaming para poder disfrutar de las mejores series. Es muy probable que todas las plataformas continúen alumbrando nuevos fenómenos televisivos, incluido YouTube, y que la popularidad de Disney+ aumente entre los niños y los adolescentes.

Al igual que Facebook ha perdido interés para gran cantidad de jóvenes, **es posible que YouTube termine enfrentándose a un destino similar. El atractivo de nuevas plataformas como TikTok** será el principal responsable, aunque también influirá el hecho de que muchos de los creadores de contenidos infantiles comiencen a abandonar la plataforma.

Es probable que TikTok diversifique su oferta para incluir videos musicales, contenido premium y deportes a corto y medio plazo. Aunque todavía está bajo escrutinio por [violaciones de la privacidad infantil](#), las medidas positivas que TikTok ha tomado para [mejorar la seguridad en su plataforma](#), así como su reciente [donación de \\$250 millones a la causa Covid-19](#) también

juegan a su favor. Dicho esto, prevemos que YouTube mantenga el primer lugar en nuestros datos de 2020, pero con un margen menor.

Es improbable que podamos revertir los cambios que la cuarentena por la covid-19 ha provocado en nuestros hábitos digitales ahora que pasar tanto tiempo delante de la pantalla se ha convertido en la nueva normalidad para muchas familias. Eso significa que **el tiempo que pasamos viendo vídeos en Internet se mantendrá en los mismos niveles que durante la cuarentena, y es posible que incluso siga aumentando**. ¿Cómo es posible? Con el incremento del nivel de competencia en el mercado, las plataformas de vídeo deberán esforzarse más para mantenernos enganchados, por lo que el diseño y los algoritmos de recomendación cobrarán más importancia a la hora de definir la experiencia de los usuarios.

En el lado positivo, estamos convencidos de que YouTube y TikTok seguirán los pasos de [Netflix](#) y empezarán a **mejorar las medidas de seguridad para los niños**. El número de opciones disponibles irá aumentando a medida que pase el tiempo, lo que facilitará la visibilidad de la calificación del contenido y nos permitirá eliminar el contenido inapropiado y supervisar y gestionar el tiempo que pasamos conectados.



Nuestra previsión es que el número de usuarios de video online continúe creciendo

Guía práctica para padres

Preguntamos a nuestros expertos

Entretanto, ¿qué pueden hacer los padres para recuperar el equilibrio? En primer lugar, es fundamental que **mejoren la comunicación con sus hijos**. Con demasiada frecuencia, las familias se aíslan detrás de una puerta o de una pantalla cuando van a disfrutar de los momentos de ocio. Esto provoca que compartan menos experiencias y aumenta las probabilidades de que los niños se vean expuestos a contenidos perjudiciales o no deseados. También su tendencia a darse atracones de series y a hacer un uso excesivo de sus dispositivos, lo que puede desembocar en problemas de obesidad y dañar su vista. Nuestra recomendación es que los padres encuentren oportunidades para reunir a toda la familia delante de la pantalla eligiendo contenidos apropiados para los más pequeños, o que al menos acompañen a los niños durante el visionado.

En Qustodio comprendemos que esto no siempre es posible, y por eso hemos desarrollado la función Monitorización de YouTube, que permite a los padres acceder al historial de reproducciones de sus hijos. Esta opción ofrece una tranquilidad adicional y es un buen punto de partida para empezar a hablar con los niños.

Manuel Bruscas, nuestro vicepresidente de Producto y creador de la función Monitoriza-

ción de YouTube, hace hincapié en que “la gente, especialmente los niños, no es consciente de que las plataformas de vídeo como YouTube están **diseñadas específicamente para mantenernos enganchados**. Al igual que en el caso de las redes sociales, suelen utilizar las recomendaciones y la re-segmentación para aumentar el tiempo de visionado de los usuarios. Y puesto que la función Reproducción automática viene activada por defecto, es probable que los niños terminen accediendo a contenidos basura, explícitos e incluso peligrosos. Los padres deben ser conscientes de lo que ven sus hijos y establecer unos límites de tiempo consistentes para asegurarse de que estos adquieren hábitos de visionado saludables. **Yo les recomiendo que establezcan descansos cada 45 minutos.**”

Dr. Nicole Buerkens, psicóloga especialista en terapia multidisciplinar, recuerda a los padres que “los estudios han demostrado claramente que las dosis cada vez mayores de luz azul a las que estamos expuestos pueden afectar a nuestros patrones de sueño. Los niños que no disfrutan de las horas de sueño recomendadas por los especialistas sufren problemas de concentración y de comportamiento. Mi recomendación es que los padres establezcan límites estrictos respecto al uso de los dispositivos

electrónicos a la hora de acostarse. **Lo mejor es apagar las pantallas como mínimo 1 hora antes de irse a la cama.**”

A **Dr. Cecily Dvorak Havert, médica de familia**, le preocupa especialmente que los jóvenes dediquen cada vez más tiempo a ver vídeos en Internet y que empiecen a hacerlo a edades cada vez más tempranas. “Cada hora que pasan sentados sin realizar ningún tipo de actividad física contribuye a aumentar la preocupante tasa de obesidad infantil de EE. UU.”, advierte. “Recomiendo que los padres sean conscientes del tiempo que sus hijos pasan delante de la pantalla y que les ayuden a mantener un estilo de vida activo (lo que implica **realizar como mínimo 60 minutos de actividad física al día**). Esto es beneficioso tanto para su salud física como mental. La actividad física contribuye a reforzar la autoestima, mejora la capacidad de aprendizaje y puede ayudar a los niños y a los adolescentes a gestionar mejor el estrés. Desarrollar estos hábitos saludables durante la infancia es fundamental y les ayudará a mantenerlos a lo largo toda su vida adulta.”

“Recomiendo que los padres sean conscientes del tiempo que sus hijos pasan delante de la pantalla y que les ayuden a mantener un estilo de vida activo”

Dr. Cecily Dvorak Havert,
médica de familia

Redes Sociales



Tendencias del mercado

¿Qué hay que saber?

Las estimaciones indican que las redes sociales [contaban con alrededor de 3,8 mil millones](#) de usuarios en todo el mundo en el mes de enero. Las medidas de distanciamiento social nos han vuelto más sociables y han impulsado el uso de las redes sociales hasta alcanzar un nuevo récord histórico, con las tres aplicaciones «hermanas», Facebook, Instagram y Whatsapp —todas ellas propiedad de Facebook— a la cabeza de esta nueva infraestructura de información global.

Dada su influencia, este sector se enfrenta a un mayor escrutinio y a la amenaza de la regulación. En 2019, Facebook se vio obligado a asumir la responsabilidad sobre la propiedad de los datos, las noticias falsas y los daños online. A pesar de esto, las cuentas de Facebook continúan creciendo a nivel mundial. Pero cada vez hay más dudas sobre cuánto durará ese crecimiento. Los niños pasan menos tiempo en la aplicación al cambiara otras plataformas como Instagram y TikTok. De hecho, en 2019, [TikTok se convirtió en una de las cinco aplicaciones más descargadas \(en todo el mundo\)](#) que no son propiedad de Facebook.

Pero estas plataformas no han estado exentas de polémica. Instagram, que parecía ser total-

mente inofensiva, se convirtió en el blanco de todas las miradas tras el [suicidio de Molly Russell](#) el año pasado. Sus padres atribuyen parcialmente la muerte de la joven a las publicaciones relacionadas con conductas autolesivas que recibía a través de la plataforma.

TikTok también ha tenido su cuota de problemas. La mayoría de los videos publicados en la plataforma son inofensivos, pero hay algunos memes peligrosos, como el denominado «[desafío rompecráneos](#)», que han provocado la hospitalización de numerosos jóvenes y que han acabado en algunos casos con sus respectivos protagonistas acusados de agresión con agravantes. A esto hay que añadir los informes sobre la presencia de ciberdepredadores en la aplicación. Y en 2019, TikTok [se vio obligada a pagar una multa millonaria por violar la ley de protección de la privacidad infantil en Internet](#).

En respuesta a la presión de los padres y la legislación, las compañías de redes sociales han puesto límites en la edad en que los niños pueden acceder a sus aplicaciones. Hoy en día se fijan a los 13 años, denominada “la edad adulta de Internet”, pero muchos expertos, padres y legisladores piensan que es demasiado pronto y están presionando para aumentar el límite a 16. No obstante, los controles de edad serán difíciles de aplicar y fáciles de eludir, y aunque los controles parentales en la aplicación están mejorando, todavía les queda un largo camino por recorrer para mantener a los niños y sus datos seguros.

Hábitos de la generación digital

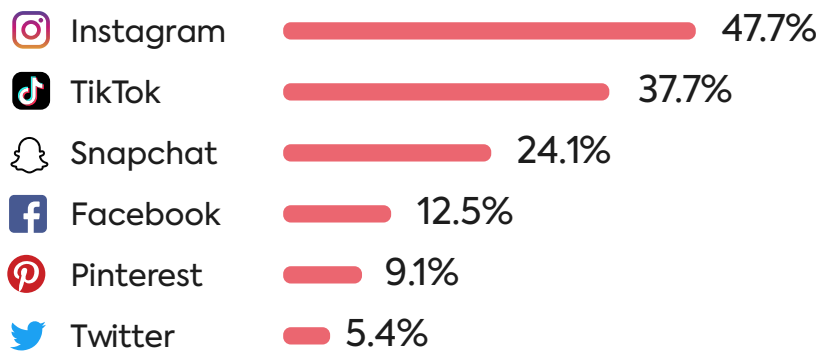
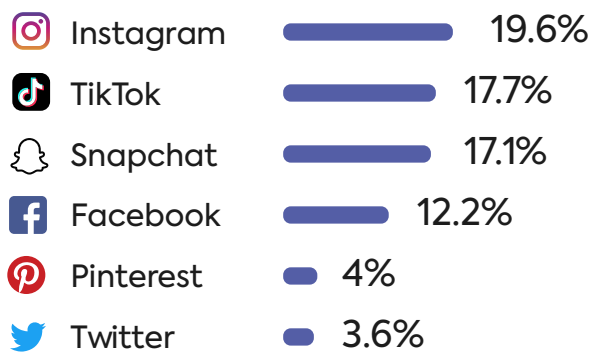
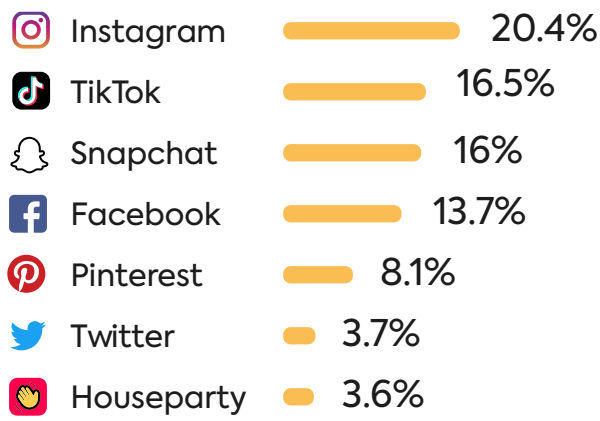
¿Como socializan los niños?

En 2020, el tiempo medio por día dedicado a las aplicaciones sociales aumentó drásticamente en aproximadamente un 100% en todas las plataformas en comparación con 2019. TikTok, Instagram y Snapchat fueron las aplicaciones sociales más populares en todos nuestros mercados clave, con TikTok mostrando los mayores aumentos en todo el año.

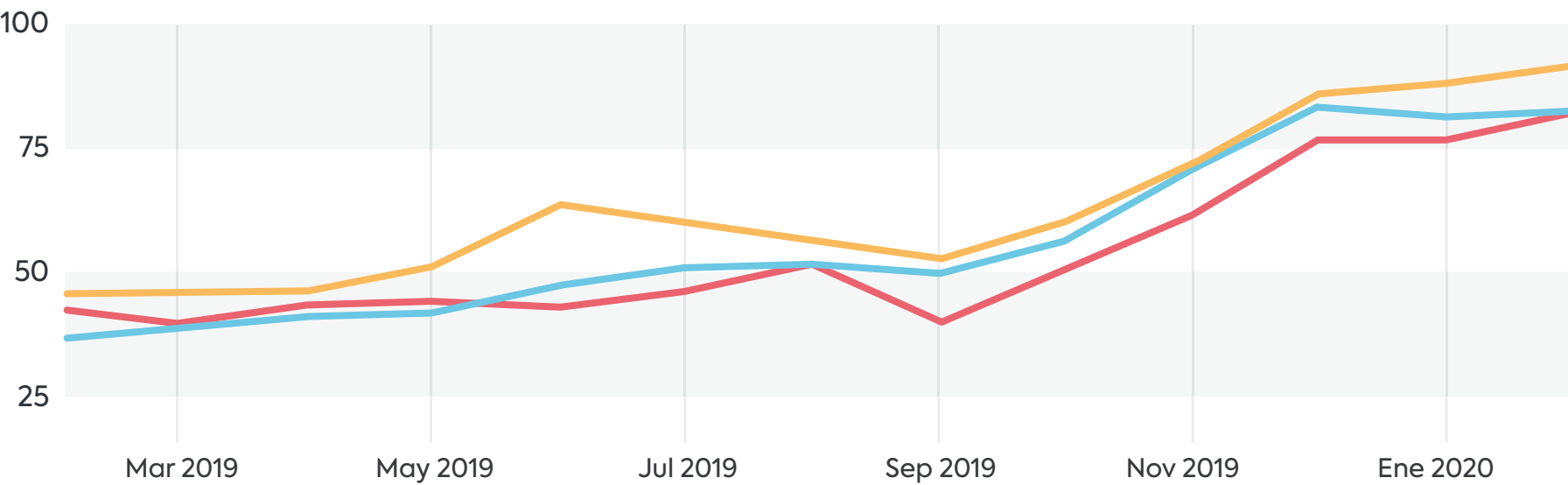
En España, el tiempo medio diario en las redes sociales pasó de 37 minutos en enero de 2019 a 83 minutos en febrero de 2020. Del mismo modo, en el Reino Unido, aumentó de 43 a 83 minutos diarios en el Reino Unido, y de 46 a 92 minutos en los EE. UU.

TikTok fue el principal impulsor del crecimiento en el promedio de tiempo que se dedica a las apps de redes sociales y el tiempo promedio en cada uno de nuestros mercados clave casi se duplicó en solo 9 meses. Otras aplicaciones sociales populares, como Instagram y Snapchat, también aumentaron, pero en menor medida.

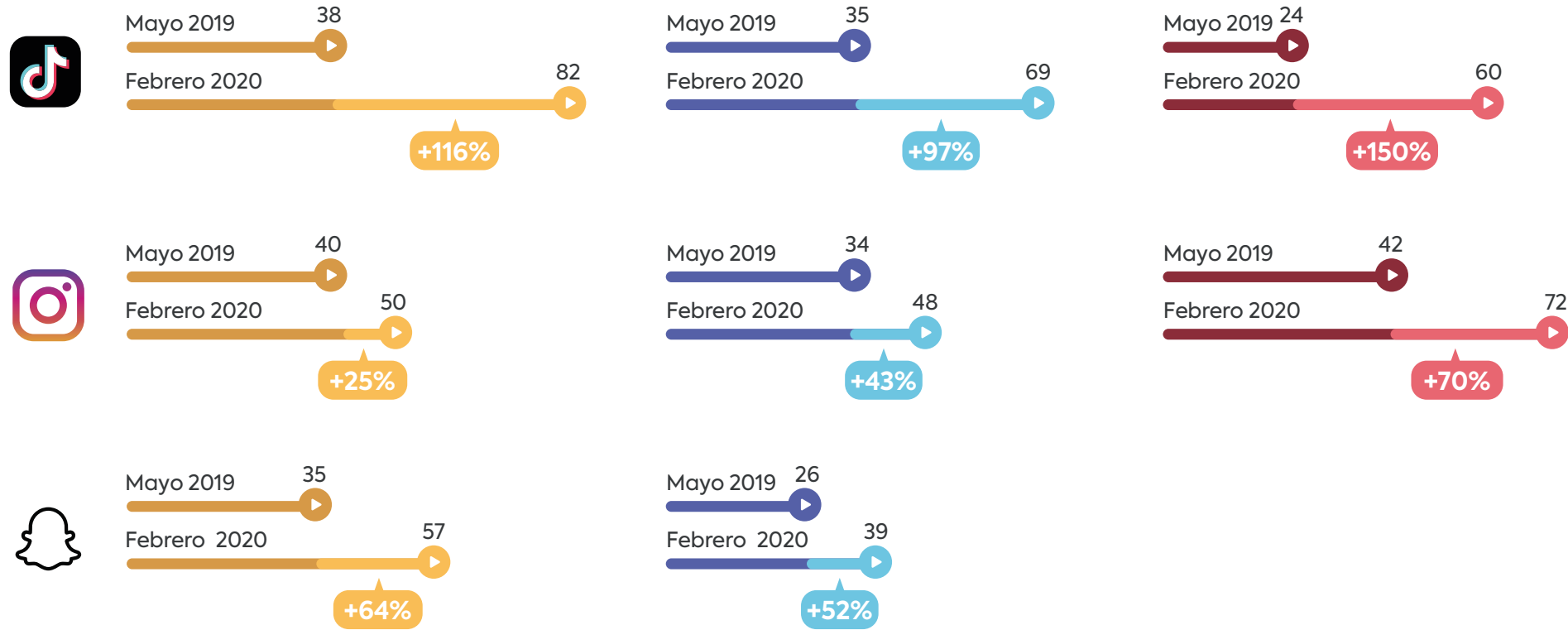
Porcentaje de niños que usan Apps de Redes Sociales



Promedio de tiempo pasado al día en Apps de Redes Sociales



Promedio de tiempo pasado al día en TikTok, Instagram y Snapchat

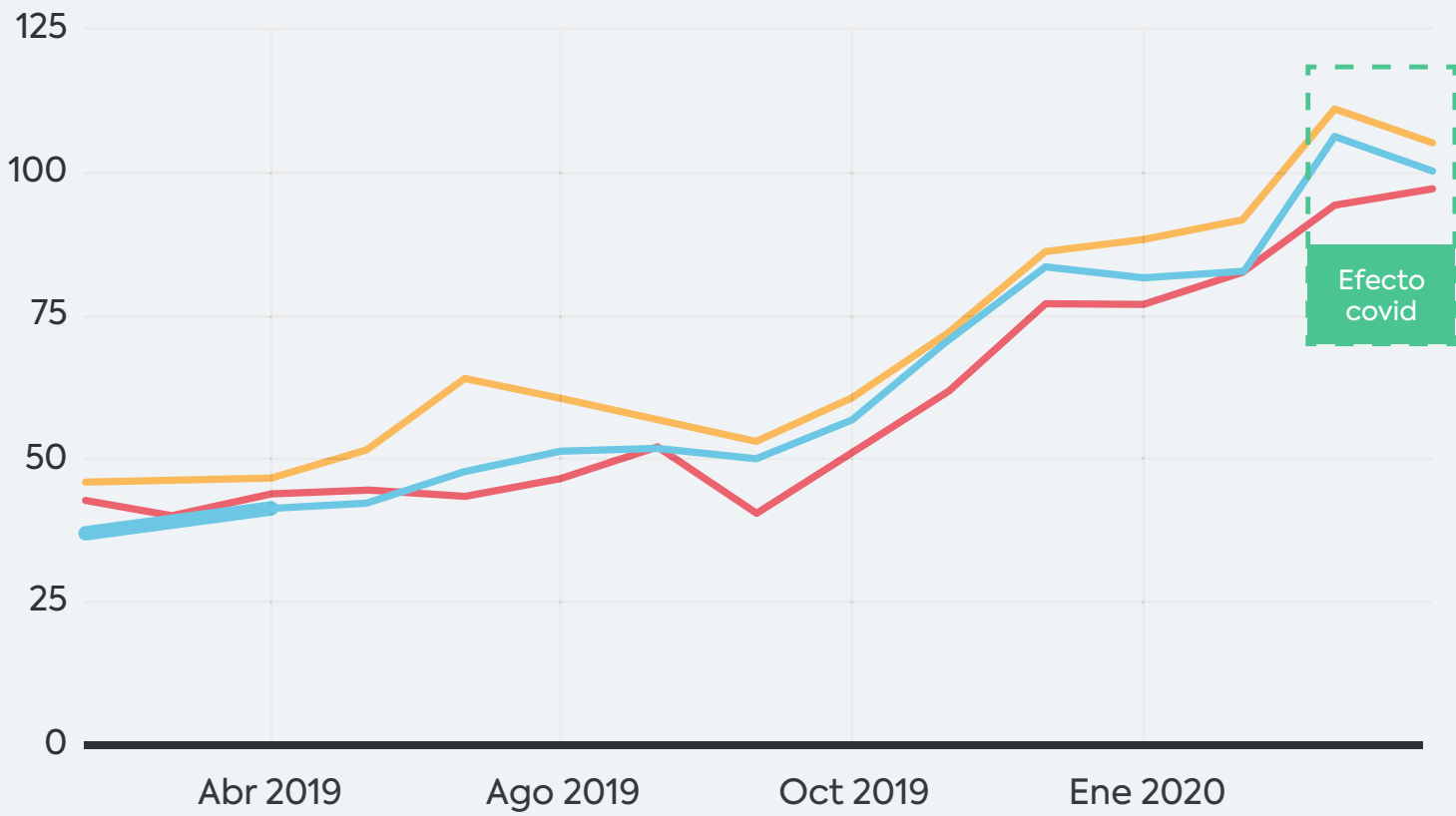


El impacto de la Covid-19

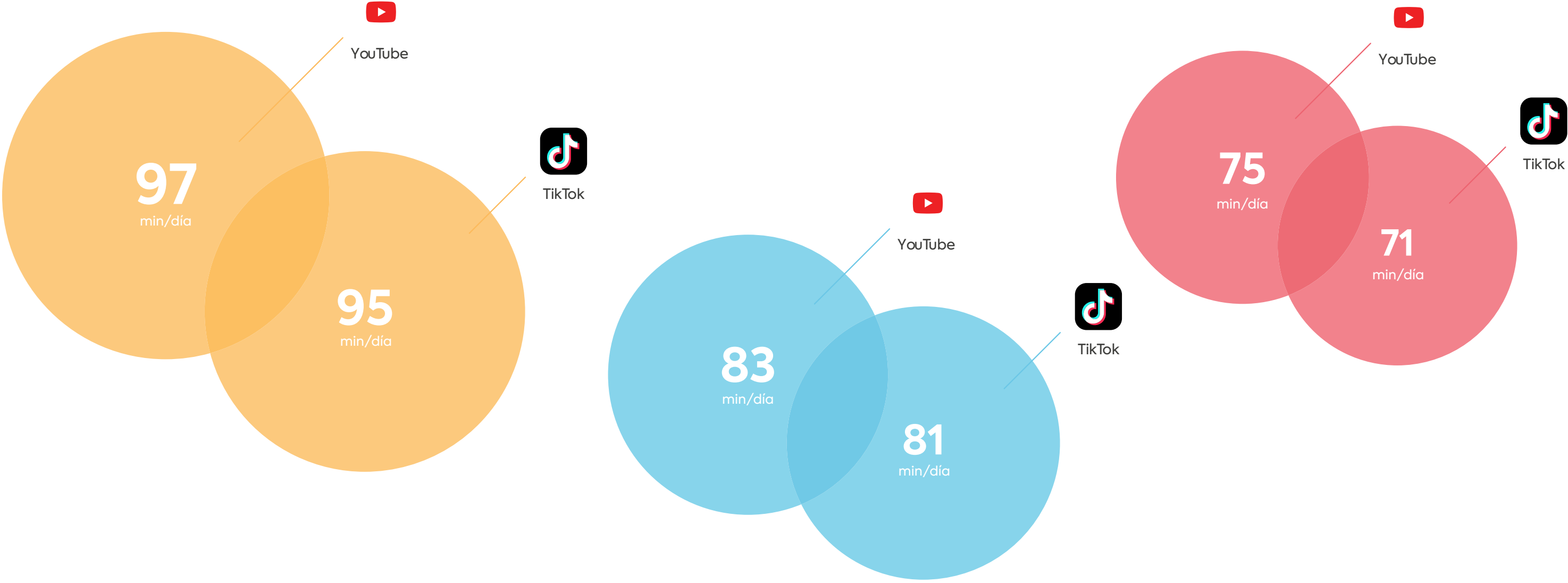
El confinamiento por la Covid-19 impulsó aún más el enorme aumento de la popularidad de las apps sociales en los principales mer- cados. El promedio de tiempo que los niños pasan usán-olas continuó aumentando constantemente, incrementándose un 170% en comparación con el inicio de 2019 en España, y un 130% tanto en el Reino Unido como en los EE. UU.

Marzo y abril de 2020 también fueron los meses que coronaron oficialmente a TikTok como el rey de las redes sociales con el mayor porcentaje de niños usándolo en los tres mercados. TikTok también rivalizó con YouTube como la aplicación donde los niños pasan más tiempo al día.

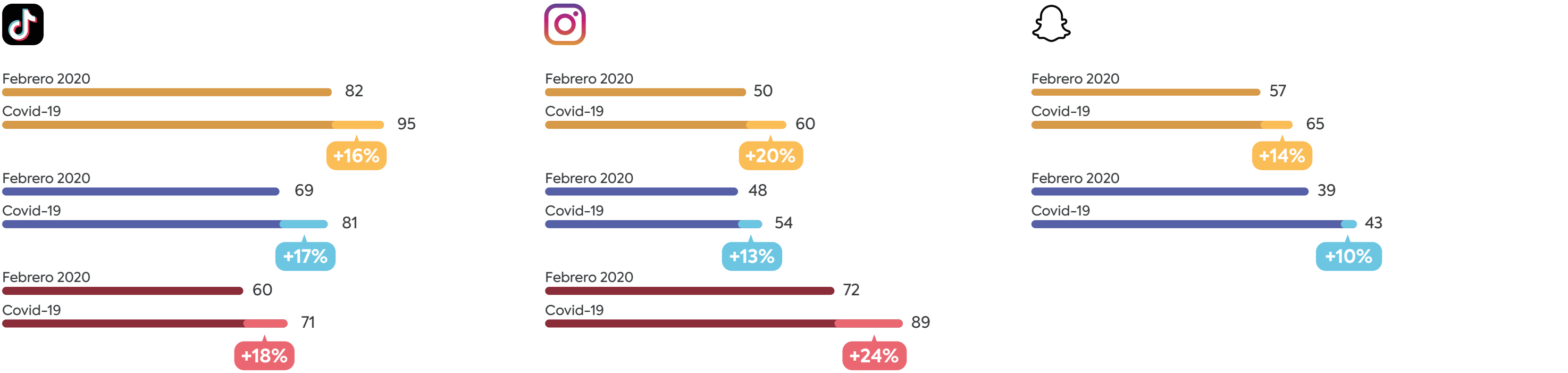
Promedio de tiempo pasado al día en Apps de Redes Sociales



Promedio de minutos al día que los niños pasan en Youtube vs TikTok durante la Covid-19

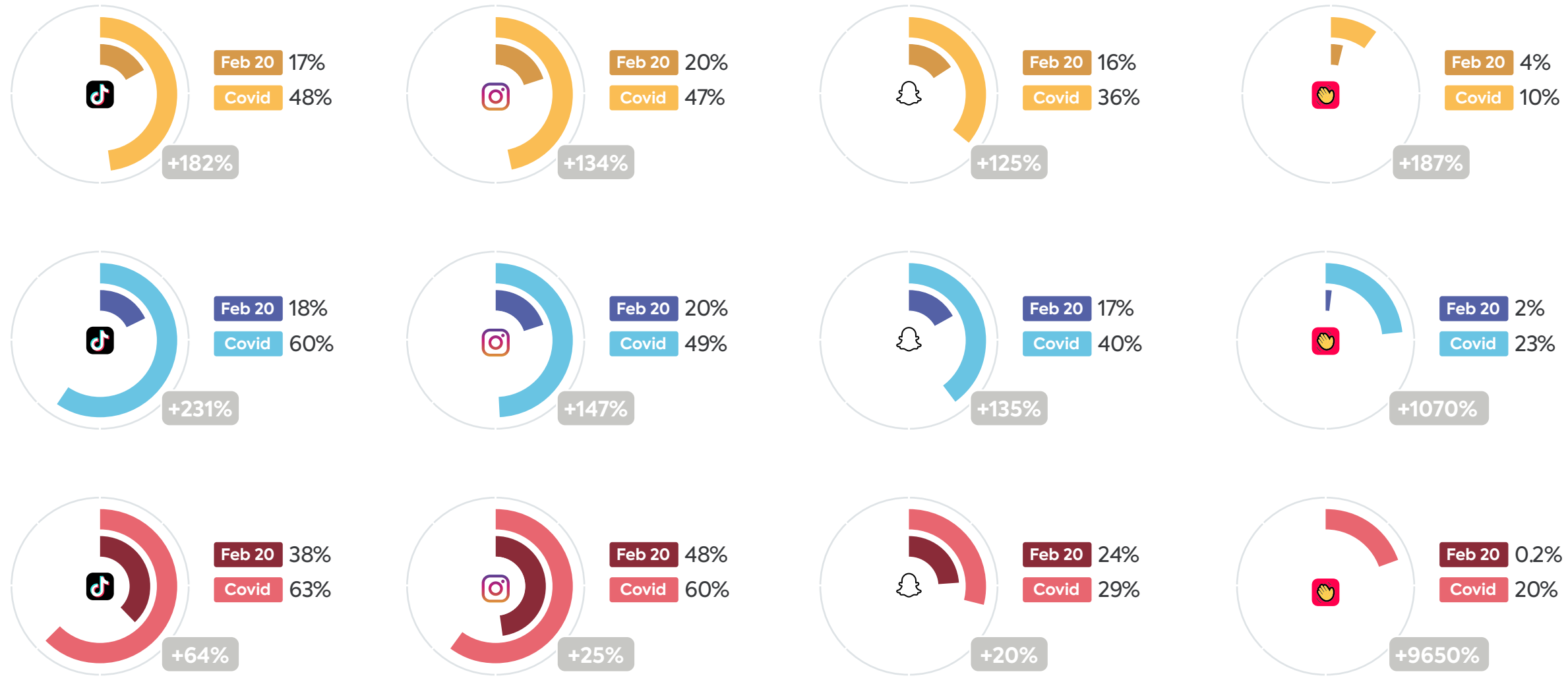


Promedio de minutos que los niños pasan en TikTok, Instagram y Snapchat



% de niños usando TikTok, Instagram, Snapchat y Houseparty

● EEUU ● UK ● ES



Houseparty merece una mención especial, ya que esta app de video social no se conocía en 2019 y se convirtió en una aplicación imprescindible para muchos niños durante el confinamiento. En España, el uso de esta app pasó del 0.2% en febrero al 20% en abril.

Los niños solo descansan de las redes sociales en sus horas de sueño. Si bien hay descensos durante el horario escolar y por las tardes, los niños todavía siguen activos durante todo el día. El uso de apps sociales es claramente más alto después de la escuela, pero los niños se mantienen conectados hasta la medianoche y también a primeras horas de la mañana. Durante el período la Covid-19, los niños usaron aplicaciones sociales durante todo el día, llenando el buffer de tiempo de inactividad que la escuela solía crear. La cuarentena por el coronavirus ha consolidado el papel de las redes sociales como una parte integral de nuestra interacción social en lugar de como una simple alternativa.

Uso de Apps de Redes Sociales a lo largo del día (Feb 2020)

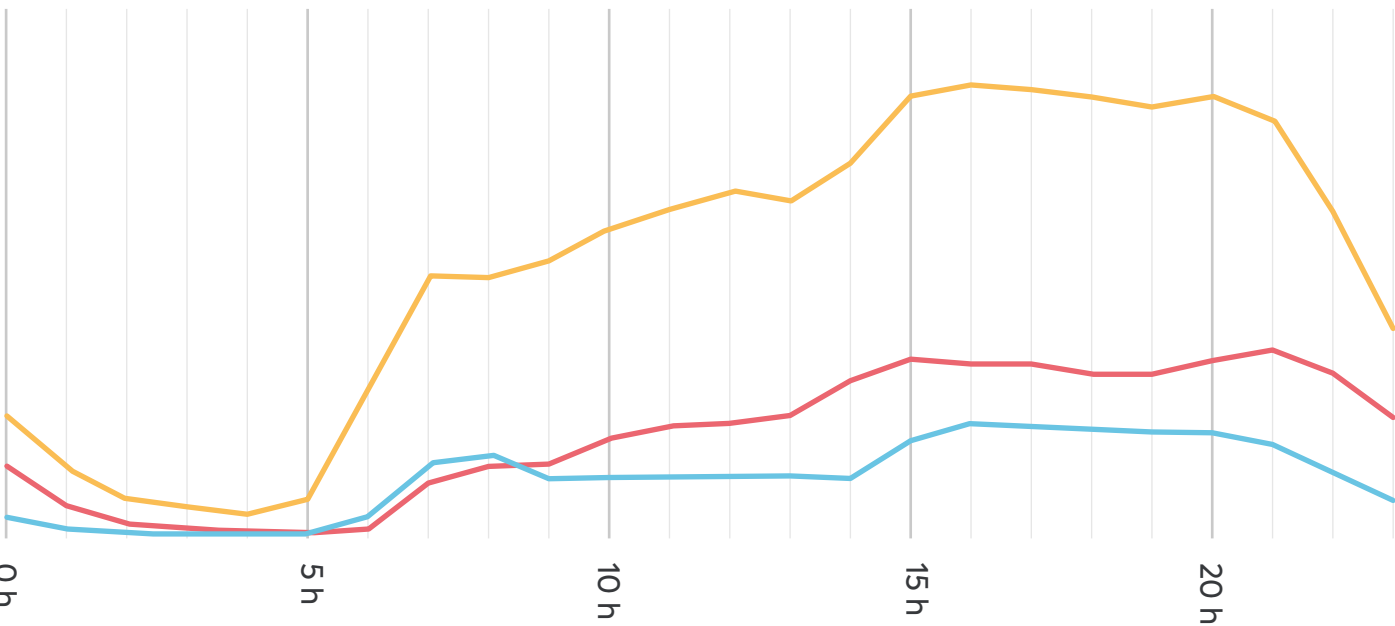
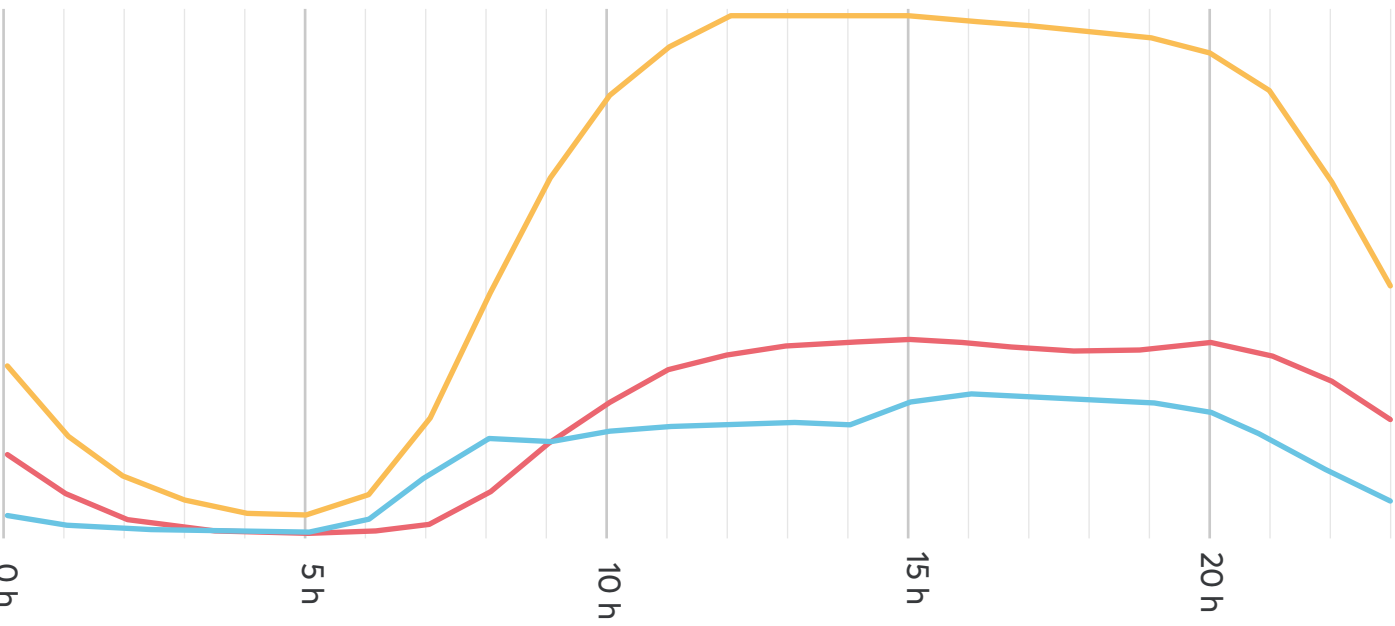


Gráfico abajo derecha: Uso de Apps de Redes Sociales a lo largo del día (Covid-19)



Previsiones para el futuro

¿Cómo van a evolucionar estas tendencias?

Aunque se han aceptado altos niveles de uso de apps sociales como una forma normal de socializar, especialmente durante las medidas de distanciamiento social de la Covid-19, esperamos que para el resto de 2020 se examine más rigurosamente, ya que cuanto más tiempo se pasa en estas apps mayor es la exposición a los peligros de intimidación, depredadores online, sexting, etc. Sin embargo, no es probable que se apruebe legislación adicional hasta 2021, ya que los gobiernos están abrumados por el coronavirus, la reconstrucción de las economías y las próximas elecciones. Mientras tanto, la vigilancia de estas aplicaciones seguirá siendo difícil.

La salud mental de los niños continuará siendo un tema de especial importancia, puesto que investigadores y profesionales continúan intentando descifrar las causas de la creciente infelicidad de los niños. Esperamos que en un futuro próximo padres, niños y profesores aprendan a colaborar para conseguir que las redes sociales tengan un impacto más positivo que negativo en sus vidas.

En lo que al uso de aplicaciones se refiere, la popularidad de TikTok seguirá creciendo en 2020. Al igual que sucedió en el caso de Facebook hace 18 años, la base de usuarios de la plataforma

irá consolidándose progresivamente a medida que empiece a ganar aceptación entre los adultos y las marcas. Siguiendo en esa misma línea, Facebook empezará a perder impulso frente a sus competidores, aunque su influencia como la plataforma que sentó las bases del Internet actual y la de sus aplicaciones hermanas, Instagram y Whatsapp, no desaparecerá completamente.

Todas las aplicaciones de redes sociales buscarán nuevas formas de ampliar su ámbito de influencia, hasta el punto de que las plataformas de vídeo, las de música, los chats y los juegos empezarán a resultar indistinguibles. La decisión de Fortnite de colaborar con TikTok para promocionar un concurso de gestos (emotes) este enero es solo uno de los muchos ejemplos que veremos a partir de este año.

Este tipo de fusiones, híbridos, ampliaciones o colaboraciones dificultará a los padres la tarea de configurar las opciones de control parental, y aumentarán la necesidad de utilizar aplicaciones independientes, como Qustodio, para mantener la consistencia respecto a los límites de tiempo y las restricciones de contenido de las diferentes aplicaciones.

Esperamos que en un futuro próximo padres, niños y profesores aprendan a colaborar para conseguir que las redes sociales tengan un impacto más positivo que negativo en sus vidas.

Guía práctica para padres

Preguntamos a nuestros expertos

Las redes sociales se han convertido en una parte fundamental de las vidas de los jóvenes, pero también son un espacio en el cual pueden acceder a contenidos inapropiados sin restricciones, donde proliferan los ciberacosadores y en el que todos nos vemos sometidos a la presión que conllevan las comparaciones sociales. Y eso es lo que ha sucedido prácticamente las 24 horas del día desde que comenzó la cuarentena. A continuación, repasamos algunas de las recomendaciones que han elaborado nuestros expertos para abordar este tipo de riesgos.

Georgie Powell, experta en bienestar digital, recuerda a los padres que “lo principal a la hora de proteger a sus hijos es hablar abiertamente con ellos de las redes sociales que utilizan, como lo hacen y con quién. Recuerda que tus hijos no ven ninguna diferencia entre la vida digital y la real, así que prohibirles chatear y hablar con sus amigos en Internet es como prohibirles hacerlo en persona. Intenta **ponerte en su piel** antes de tomar medidas drásticas.”

Manuel Bruscas, vicepresidente de Producto de Qustodio y especialista en datos, recuerda a los padres que “Facebook, Instagram y WhatsApp son propiedad y están controlados por la misma empresa. Es posible que en el futuro esto les permita ofrecer a sus usuarios funciones multiplataforma (como la mensajería instantánea), pero, mientras tanto, debemos recordar

que **los datos y el perfil de uso de nuestros hijos contienen toda su actividad en las plataformas de Facebook**. Si quieres más información, te recomiendo que veas [El gran hackeo](#).”

María Guerrero, psicóloga familiar, anima a los padres a “recordar a sus hijos que deben ser conscientes y controlar sus interacciones con las redes sociales. **Hay que señalarles modelos de comportamiento positivos** ([en este artículo encontrarás algunos de ejemplo](#)) y ayudarles a establecer y a respetar los horarios de uso y los momentos de descanso. Además, no podemos olvidar que nosotros también somos un modelo de comportamiento importante. Es fundamental que les demos ejemplo.”

La doctora Nicole Beurkens, psicóloga infantil especialista en terapia multidisciplinar, hace la siguiente recomendación: “**Si nuestros hijos utilizan las redes sociales, es importante que estemos muy pendiente de sus hábitos, su estado de ánimo y su comportamiento**. Hoy en día los adolescentes sufren cada vez más problemas mentales, y el uso de las redes sociales está asociado con la aparición de trastornos de la imagen corporal, depresión, autolesiones e incluso tendencias suicidas. Es posible que la naturaleza permanente de las redes sociales y su capacidad para crear una realidad artificial, junto con la falta de desarrollo del córtex frontal de los jóvenes (la parte racional de nuestro ce-

rebro que no termina de desarrollarse hasta los 25 años) estén detrás de este incremento. Si te preocupa el comportamiento de tu hijo y hablar con él no produce ningún cambio positivo en su conducta, lo mejor es que busques ayuda profesional.”

Lauren Seager-Smith, CEO de Kidscape — una organización benéfica dedicada a la lucha contra el acoso escolar—, explica que su ONG “conoce de primera mano los riesgos a los que están expuestos los niños en este sentido. Las redes sociales pueden ser un entorno muy positivo para socializar y construir relaciones, pero también se han convertido en un espacio en el que los acosadores campan a sus anchas. Sin embargo, a diferencia de lo que ocurre en el caso del acoso escolar, las víctimas no tienen escapatoria: las redes sociales permiten el acoso las veinticuatro horas del día. Si sospechas que tu hijo está siendo acosado, reúne rápidamente pruebas y evita todo contacto de tu hijo con su acosador; recuerda que este tipo de comportamientos no se limitan únicamente a las redes sociales; los acosadores pueden utilizar también las salas de chat o las plataformas de juego. **Ayuda a tu hijo a comprender que él no es culpable de la situación** y que, aunque dolorosa, se trata de una experiencia que puede superar y que puede contribuir a desarrollar su resiliencia.”



“Si nuestros hijos utilizan las redes sociales, es importante que estemos muy pendiente de sus hábitos, su estado de ánimo y su comportamiento.”

Dr. Nicole Beurkens
Psicóloga infantil especialista en terapia multidisciplinar

Video- juegos



Tendencias del mercado

¿Qué hay que saber?

El mercado de los juegos móviles [superó en ingresos a los juegos de PC y de consola el año pasado](#), y forma parte de una potente industria en constante expansión que con frecuencia basa su modelo de negocio en la explotación de contenidos adictivos, en muchos casos violentos. Aunque un estudio del [Instituto de Internet de Oxford](#) ha demostrado de forma concluyente que no hay ninguna relación entre los videojuegos y las conductas violentas, cada vez existen más evidencias de los efectos perjudiciales que tiene su uso excesivo y las tácticas adictivas que utilizan los desarrolladores de la mayoría de los juegos online.

Las cajas de botín (loot boxes), una opción habitual en este tipo de juegos que permite a los jugadores pagar para obtener aleatoriamente objetos resultan bastante preocupantes porque se asocian con el desarrollo de comportamientos ludópatas en los niños. El Servicio Nacional de Salud de Reino Unido (NHS) ha visto cómo se cuadruplicaron los casos de adicción al juego en niños desde 2016 y ha tenido que abrir clínicas especiales para hacer frente a este creciente problema. A principios de 2019, la [Organización Mundial de la Salud \(OMS\) incluyó oficialmente la adicción a los videojuegos en la Clasificación Internacional de Enfermedades](#) que elabora para los profesionales de la salud.

Asimismo, las salas de chat de los juegos son frecuentemente objeto de denuncia porque ofrecen un [punto de fácil acceso mediante el cual los depredadores sexuales](#) pueden entrar en contacto con los menores y abusar de ellos. Delitos como la sextorsión, una práctica que consiste en engañar a los niños para que envíen fotos suyas íntimas o de carácter sexual para chantajearles, ha aumentado hasta tal punto que el [FBI lanzó una campaña de concienciación llamada «Stop Sextorsión»](#) en los colegios en septiembre del año pasado.

A pesar de estas advertencias, los videojuegos para móviles son cada vez más populares. **Están específicamente diseñados para resultar adictivos.** Si a eso le añadimos la atractiva posibilidad de ser rico y famoso, como en el caso del adolescente [americano Kyle Giersdorf](#), que copó las portadas de los periódicos de medio mundo al embolsarse los 3 millones de dólares del premio de un torneo de Fortnite, y la cuarentena por la covid-19, no es ninguna sorpresa que los niños pasen más tiempo que nunca jugando a juegos online, y el [86% de los padres considera que es demasiado](#).

China es el país que más medidas ha adoptado a la hora de proteger a los niños de los efectos perjudiciales estos juegos. En 2019, [el gobierno chino tomó la arriesgada decisión de prohibir a los niños jugar a juegos online](#) más de una hora y media al día y entre las 10 de la noche y las 8 de la mañana. El mundo occidental sigue yendo un paso por detrás en este sentido y deja la mayor parte de la responsabilidad de proteger a los niños de los efectos perjudiciales de los videojuegos en manos de los padres.

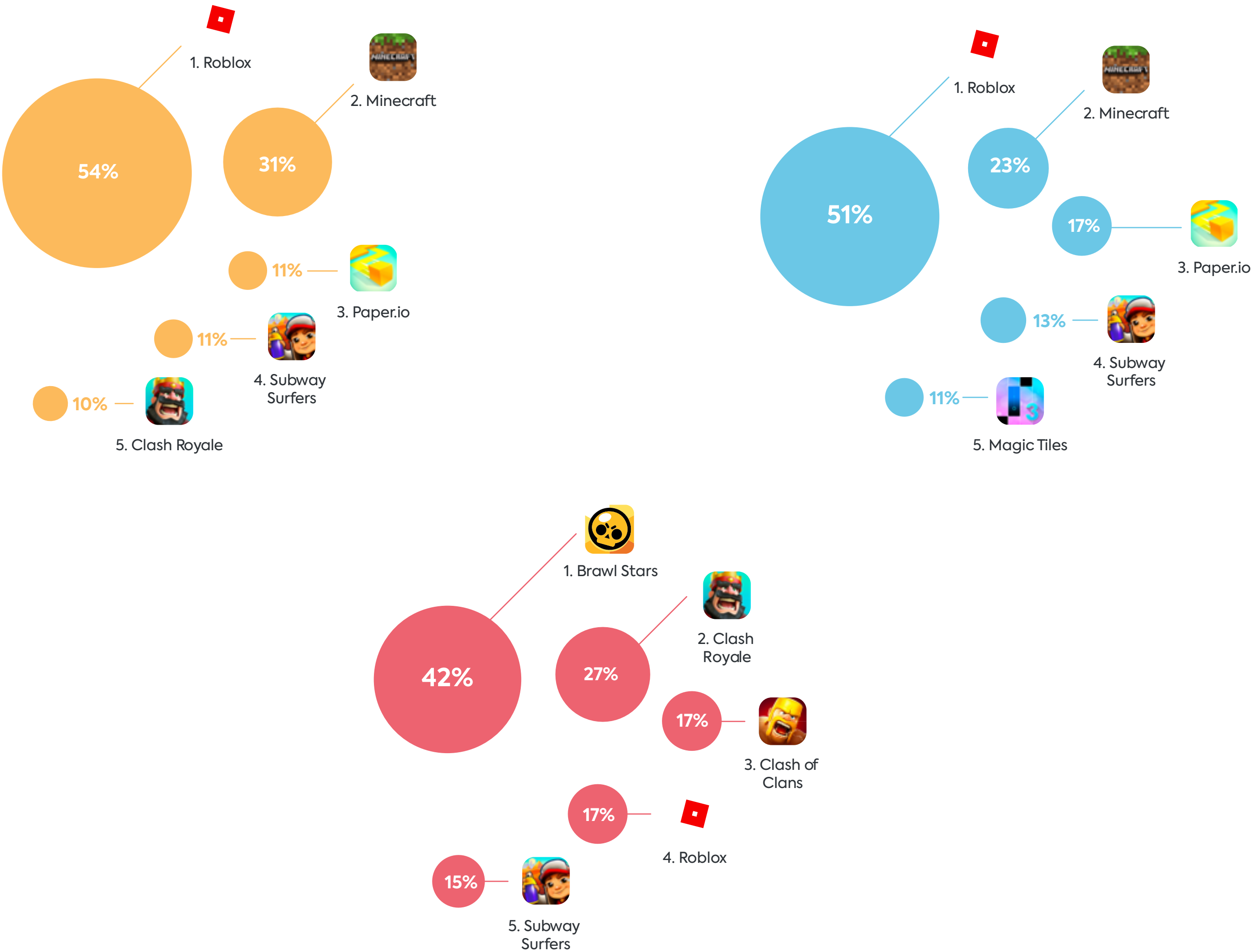
Hábitos de la generación digital

¿A qué juegan los niños?

En lo referente a los hábitos de juego de los niños, existen notables diferencias en cuanto al grado de penetración en el mercado en función del país y del juego. Roblox es de lejos la aplicación más popular en EE. UU. y Reino Unido, dos países en los que la mitad de los niños son usuarios habituales de este juego. Sin embargo, en España ese porcentaje es solo del 17%. Asimismo, Minecraft cuenta con una cuota de usuarios del 31% en EE. UU. y del 23% en Reino Unido. En España el porcentaje baja al 15%. Brawl Stars es el juego más popular en nuestro país, seguido de Clash Royale y Clash of Clans.

Juegos más populares entre los niños de 4-15 (como % de todos los usuarios en Febrero 2020)

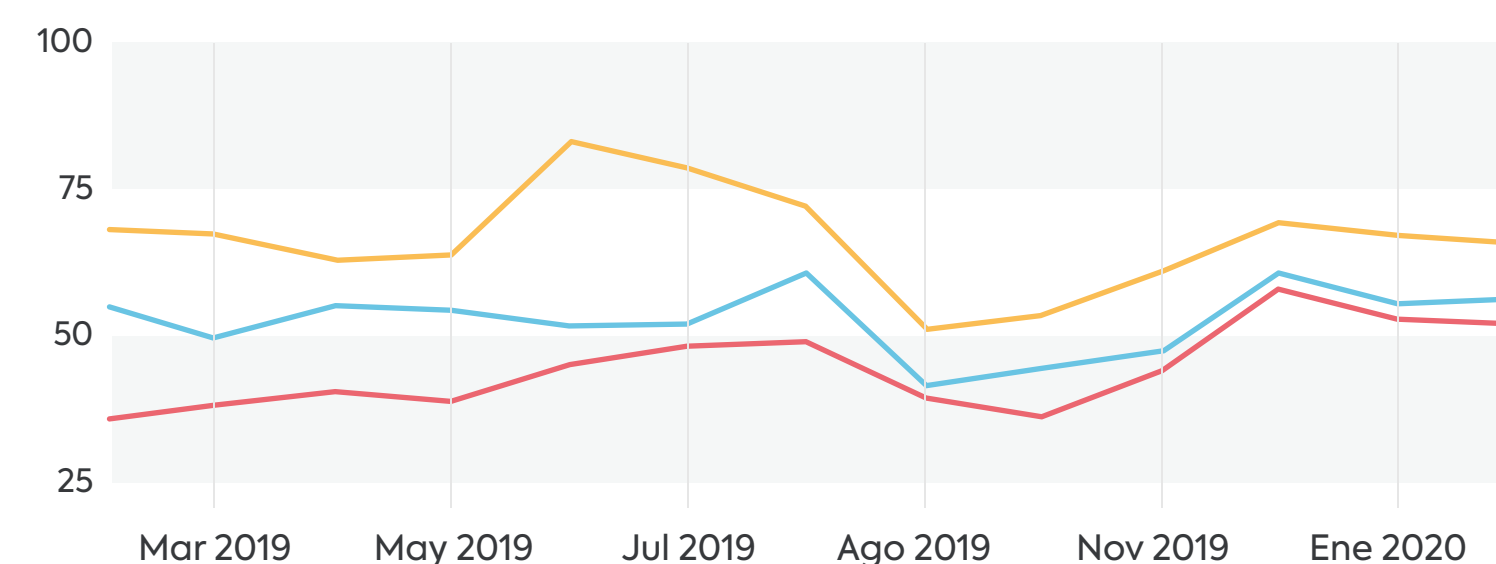
● EEUU ● UK ● ES



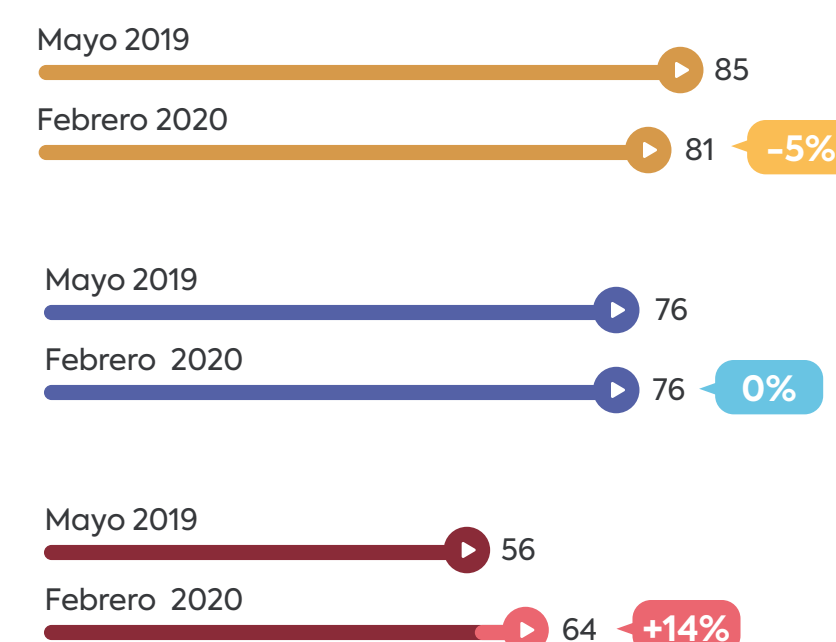
Fuente: Qustodio. February 2020



Promedio de minutos que los niños pasan al día en Apps de Videojuegos (como promedio de todas las apps)



Promedio de minutos que los niños pasan al día en Roblox



● EEUU ● UK ● ES

En promedio, los niños pasaron 66 minutos por día en apps de juegos en los EE. UU., 56 minutos diarios en el Reino Unido y 52 en España.

A diferencia de las apps de video online y redes sociales, el tiempo promedio por día no ha cambiado significativamente entre 2019 y 2020. De hecho, en los EE. UU., el tiempo medio dedicado a los juegos se redujo ligeramente de 68 minutos en febrero de 2019 a 66 minutos en febrero de 2020, antes del confinamiento por la Covid-19.

Roblox no solo es el juego más popular en porcentaje de usuarios, sino que también es el juego donde los niños pasan la mayor parte del tiempo al día (más que el jugador medio). En febrero de 2020, esto representa 81 minutos diarios en los EE. UU., 76 en el Reino Unido y 64 en España.

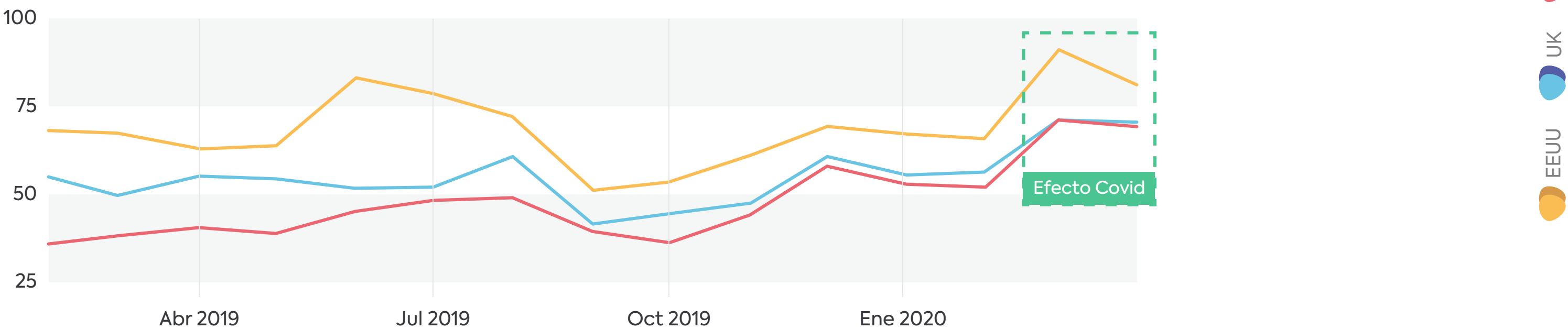
El impacto de la Covid-19

Curiosamente, las medidas restrictivas establecidas durante la cuarentena no han tenido un impacto significativo en el porcentaje de niños que utilizan juegos, una tendencia que se observa en todas las apps.

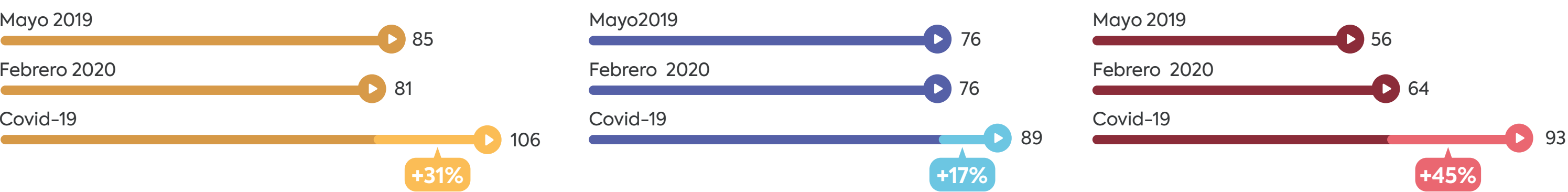
Sin embargo, la cantidad de tiempo que los niños pasan jugando ha aumentado, pasando de 52 a 69 minutos por día en España, de 56 a 70 minutos en el Reino Unido y de 66 a 81 minutos en los Estados Unidos. En esta tendencia al alza ha influido principalmente Roblox, con un aumento del 31%, 17% y 45% en los EE. UU., el Reino Unido y España respectivamente. En los Estados Unidos, los niños pasaron tanto tiempo en Roblox como en YouTube, 100 minutos diarios.

Al igual que con el uso de apps de redes sociales, durante el confinamiento de la Covid-19, la hora del día en que los niños jugaban a los juegos en línea se expandió para llenar las horas tradicionales de la escuela que solían actuar como un amortiguador.

Repunte en promedio de minutos que los niños pasan jugando a videojuegos durante la Covid-19

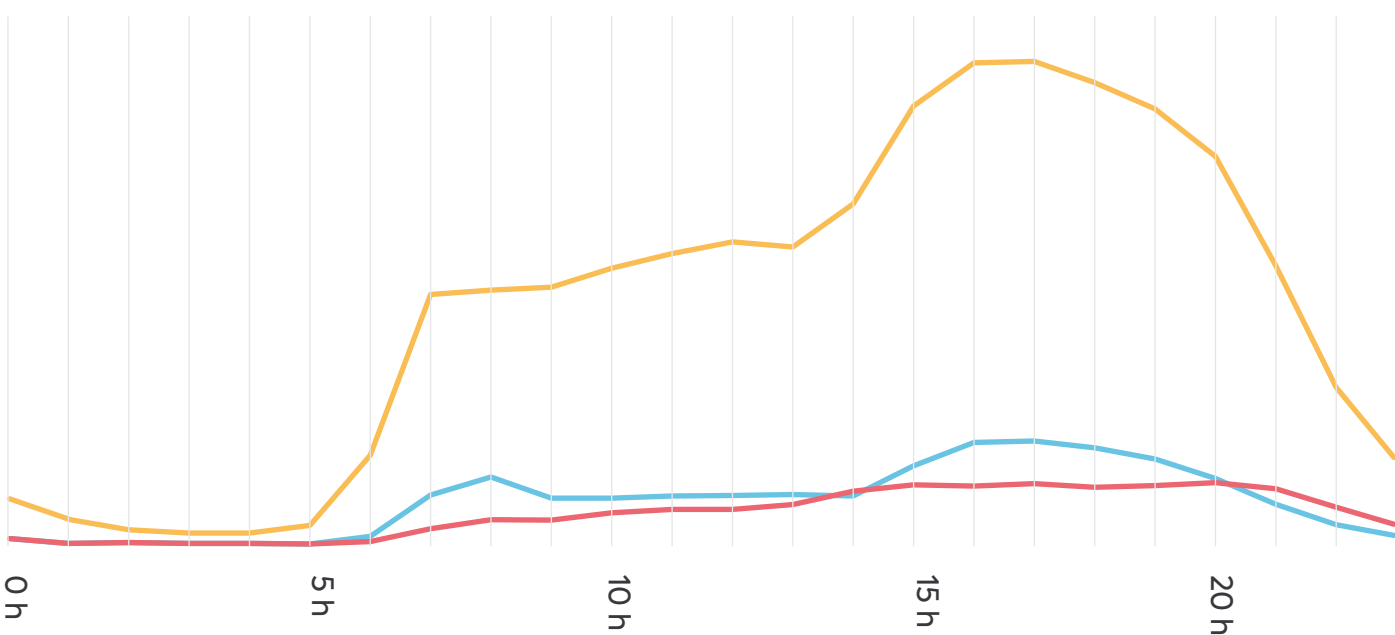


Promedio de minutos que los niños pasan al día en Roblox

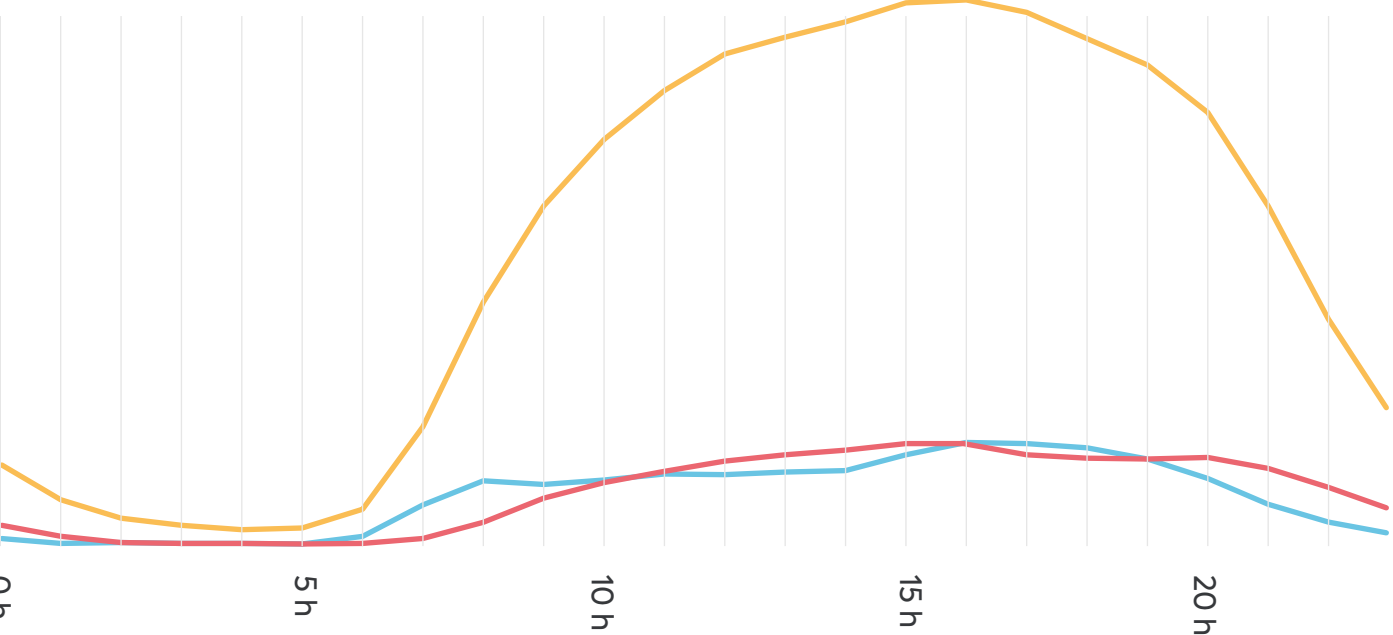


Momentos del día cuando los niños juegan a videojuegos

Noviembre 2019 - Febrero 2020



Marzo 2020 - Abril 2020 (efecto covid)



Previsiones para el futuro

¿Cómo van a evolucionar estas tendencias?

La industria de los videojuegos continuará creciendo. Los grupos de presión del sector tienen una gran influencia, y los juegos son adictivos por naturaleza. Aunque la cuarentena llegará a su fin tarde o temprano, hay que reconocer que son entretenidos y que hacen disfrutar por igual a niños y no tan niños. Nuestra previsión es que los gobiernos endurezcan la legislación para proteger a los más pequeños de aquellos elementos capaces de generar dependencia y pongan fin al vacío legal de las cajas de botín (loot boxes) este año o a principios del próximo.

Entretanto, creemos que ha llegado el momento de que la industria adopte una actitud más honesta respecto al desarrollo de los juegos, por ejemplo, planteándose el uso de contenidos adictivos e implementando nuevas medidas de seguridad para proteger a los niños de los ciberdepredadores. Asimismo, esperamos que las compañías comiencen a establecer límites de gasto justos y realistas para evitar que los jóvenes continúen gastando miles de euros en las compras internas de los juegos.

Lo más probable es que **las tendencias de uso de los juegos móviles se mantengan relativamente estables**. Teniendo en cuenta que el tiempo que los usuarios les dedican no ha variado y que existe cada vez mayor concienciación respecto a su carácter adictivo, las compañías deberán buscar nuevas formas de atraer a los usuarios o de recuperar su interés, como en el caso de la colaboración de Fortnite con TikTok, que ya mencionamos en el capítulo dedicado a las redes sociales. Es probable que este tipo de promociones cruzadas se conviertan en algo habitual y que las líneas que separan las diferentes categorías de aplicaciones se difuminan, lo que dificultará a los padres la tarea de configurar las opciones de control parental



Ha llegado el momento
de que la industria adopte
una actitud más honesta
respecto al desarrollo
de los juegos

Guía práctica para padres

Preguntamos a nuestros expertos

Las preocupaciones por los contenidos violentos, la adicción a la tecnología, los micropagos y las cajas de botín, hacen que los padres se sientan desbordados a la hora de controlar el uso que hacen sus hijos de los videojuegos. Nuestros expertos te dan todas las claves para gestionar la seguridad de tus hijos en este mundo cada vez más competitivo y complejo.

María Guerrero, psicóloga familiar, recomienda a los padres que “se sienten con sus hijos y los acompañen mientras juegan o, aún mejor, que jueguen con ellos. Cuando esto no sea posible, es necesario que revisen la calificación de los juegos. Yo suelo recomendarles que consulten el [sistema de calificación por edades ERSB \(Entertainment Software Rating Board\)](#), el [sistema de calificación de contenidos PEGI \(Pan European Game Information\)](#) y las [reseñas de Common Sense](#). E, independientemente de la calificación, los padres deben considerar si el juego se adecúa a sus valores familiares.”

La doctora Nicole Beurkens, psicóloga infantil especialista en terapia multidisciplinar, señala que “cada vez más estudios asocian el uso excesivo de los videojuegos con la aparición de algunos trastornos físicos y mentales. Para reducir el riesgo, la Asociación Americana de Pediatría (AAP) recomienda a los padres de los niños y los adolescentes de entre 5 y 18 años que establezcan límites de tiempo consistentes en

cuanto al uso de los videojuegos tanto en consolas como tabletas y smartphones. Los videojuegos no deben interferir nunca en las horas de sueño. Una buena forma de garantizar esto es **colocar las consolas en una zona común de la casa y asegurarse de que los niños dejen los dispositivos digitales fuera del dormitorio antes de acostarse**, así como establecer límites de uso consistentes mediante una aplicación de control parental como Qustodio.”

La doctora Cecily Havert, médica de familia, advierte que “**jugar a un videojuego no es lo mismo que realizar actividad física**. Aunque algunos videojuegos pueden contribuir a mejorar la coordinación ojo-mano y obligan a los niños a manipular el juego mediante el movimiento, la mayoría no implica ningún tipo de ejercicio físico, y **hay actividades como jugar al aire libre, hacer manualidades o practicar un deporte que son imprescindibles**. El mejor modo de conseguir que los niños mantengan un estilo de vida activo es ofrecerles la posibilidad de realizar actividades que sean de su interés fuera del horario lectivo. Incluso las tareas domésticas más habituales son una buena excusa para que tus hijos realicen las 2 horas de actividad física que necesitan como mínimo cada día.”

Marc Masip, psicólogo especializado en adicciones, aconseja “evitar que los niños tengan acceso a juegos que contengan cajas

de botín, porque se asocian con una mayor predisposición a los juegos de azar y a los problemas relacionados con el juego. Sabemos que los niños que están expuestos durante largos periodos de tiempo a experiencias adictivas corren el riesgo de desarrollar los efectos secundarios que inevitablemente acompañan a las adicciones prolongadas, como aislamiento social, trastornos del estado de ánimo, ansiedad o depresión. Su mente no está preparada para procesar este tipo de experiencias.”

Josep Gaspar, co-fundador de Qustodio y experto en videojuegos, concluye que “los videojuegos no tienen por qué ser necesariamente perjudiciales para los niños; pero, al igual que sucede en el caso de algunas películas y series, hay juegos que no son adecuados para ellos. Desde aquí animo a los padres a presionar a la industria para que desarrolle juegos honestos en lugar de adictivos. En un momento en el que los niños pasan más tiempo que nunca jugando a videojuegos y ese tiempo se ha convertido en la base de toda una industria, **es fundamental que se esfuercen más que nunca en entender la vida digital de sus hijos.**”



“Jugar a un videojuego no es lo mismo que realizar actividad física.”

Dra. Cecily Havert,
Médica de familia

Apps educativas



Tendencias del mercado

¿Qué hay que saber?

El sector de la educación online ha experimentado un rápido crecimiento a lo largo de los últimos años ofreciendo nuevas soluciones a distancia para niños y adultos que desean continuar con sus estudios. Muchos colegios utilizan estas plataformas para gestionar los deberes y la comunicación con las familias. Las apps para impartir clases de forma virtual han permitido a los profesores seguir enviando deberes, realizar exámenes y mantenerse en contacto con los alumnos y sus familias. En este sector, los gigantes tecnológicos como Google y Apple distribuyen sus ordenadores y tabletas entre los colegios y las familias a precios reducidos y promueven su uso para poner fin a la llamada «brecha digital».

Entretanto, el número de apps educativas complementarias que permiten avanzar en materias como las matemáticas (p.ej., Polymath) y los idiomas (como Duolingo) se ha multiplicado, al igual que el de las apps para realizar cuestionarios, muchas de las cuales podrían entrar también en la categoría de juegos.

Si bien todo esto suena positivo, las apps educativas tampoco han escapado de la polémica. En 2019, algunos padres comenzaron a cuestionar la presencia de la tecnología en los colegios, sobre todo en EE. UU. Por ejemplo, Facebook ha empezado a perder apoyos para su programa Summit Learning. Y, los estudiantes, preocupados tanto por el tiempo de pantalla

como por su privacidad, han comenzado a [organizar protestas a lo largo de todo el país, desde Brooklyn hasta Kansas.](#)

Buena parte de las críticas se centran en la ausencia de estudios que avalen que el uso de dispositivos electrónicos como los Chromebook tiene un impacto positivo en el rendimiento académico de los alumnos. Asimismo, existe una creciente preocupación en torno al tratamiento que hacen los fabricantes de los datos de los estudiantes. Algunos de los mejores colegios privados de Silicon Valley, y a los cuales asisten los hijos de los creadores de estas aplicaciones, han decidido prescindir de este tipo de dispositivos.

En Europa países como Reino Unido, Dinamarca o Suecia están siguiendo [los pasos del gobierno francés](#) y estudian la posibilidad de prohibir el uso de los teléfonos móviles a todos los estudiantes de educación primaria y secundaria durante el horario lectivo para prevenir el ciberacoso y evitar las distracciones en clase.

La educación online ha pasado recientemente a un primer plano, ya que la pandemia del coronavirus ha provocado el cierre de colegios en todo el mundo y ha obligado a los estudiantes a continuar las clases a través de Internet. A medida que las plataformas educativas se van utilizando cada vez más, los padres se ven desbordados por las nuevas tecnologías y se preocupan por la forma en que todo ese tiempo adicional online afectará a la salud de sus hijos. También se preguntan si sus hijos podrán aprender a la misma velocidad. Las investigaciones preliminares indican que el [aprendizaje presencial es más efectivo](#), pero todavía no existe ningún consenso al respecto.

Hábitos de la generación digital

¿Qué aplicaciones educativas utilizan los niños?

Las apps educativas en su conjunto (Aula, Complementarias y Concursos) no experimentaron un gran crecimiento en 2019 y principios de 2020. En cuanto a las apps de aula, Google Classroom es la aplicación educativa más usada en los EE. UU. y en España, con un 34% de los niños usándola en cada mercado. Sin embargo, en el Reino Unido, Google Classroom ocupó el cuarto lugar, y Show My Homework fue la app educativa más popular en el Reino Unido con un 38% de niños que la usaban.

Entre las apps complementarias que ayudan a los niños a aprender idiomas y otras disciplinas, Photomath (matemáticas) y Duolingo (idiomas), ocuparon los primeros lugares en los tres mercados. Mientras tanto, las aplicaciones “quiz” (de concurso) como Kahoot y Quizlet, estaban entre las 10 más populares en los tres mercados.

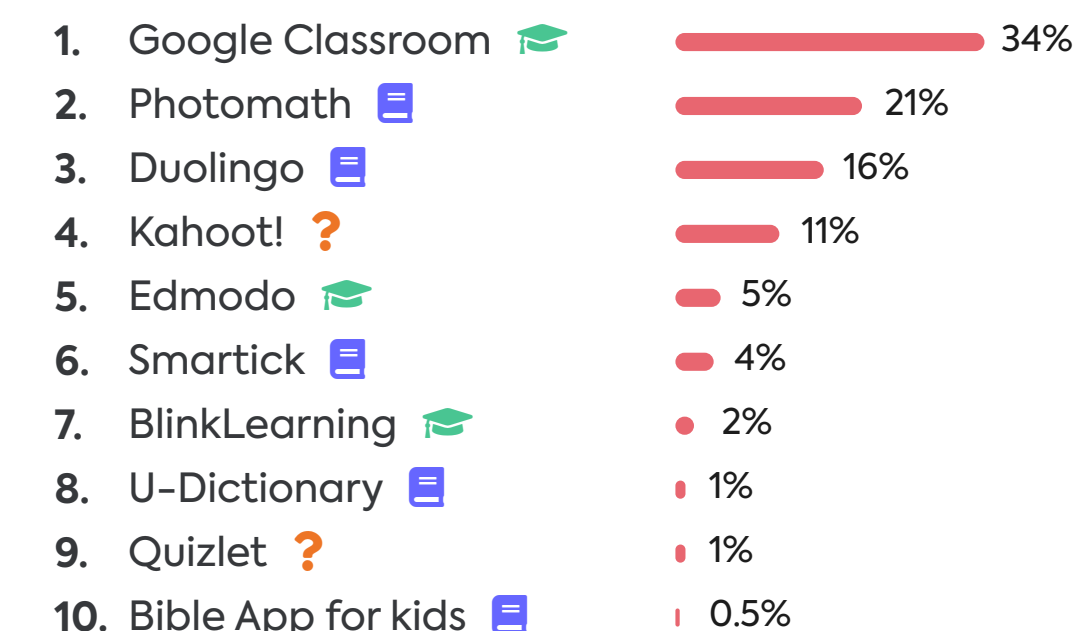
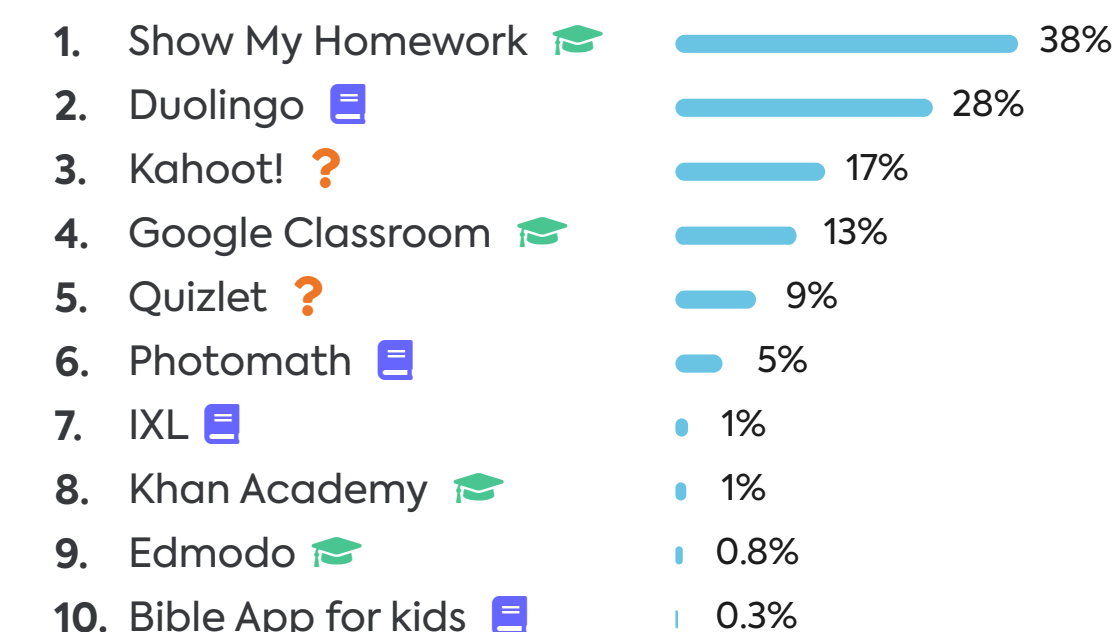
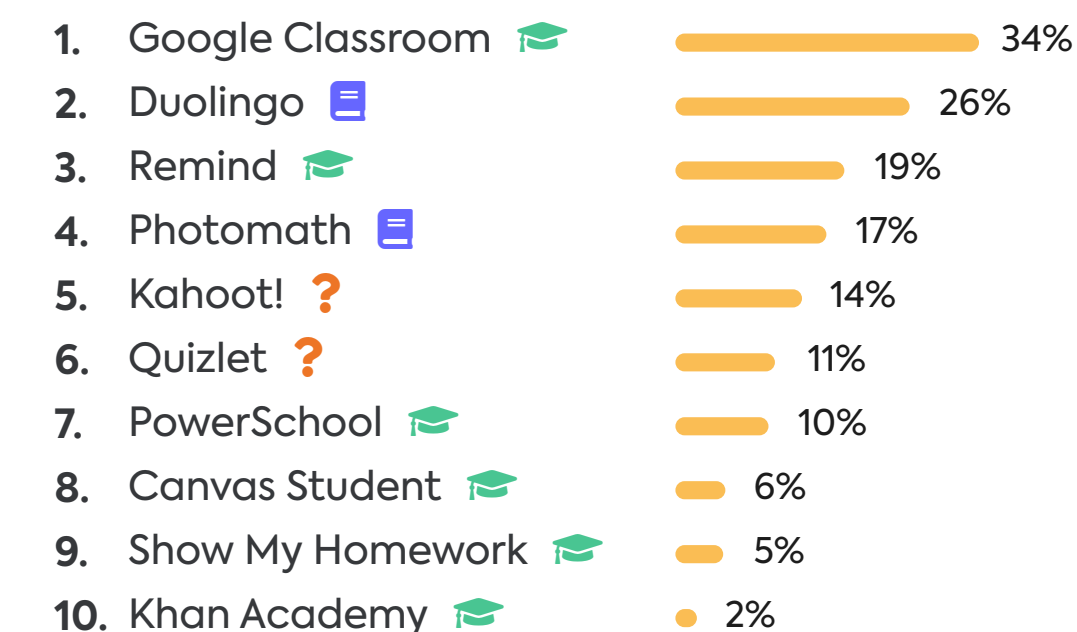
Si observamos el tiempo dedicado a todas las apps educativas, vemos que es insignificante en comparación con otras categorías como las redes sociales. En febrero de 2020, los niños en los Estados Unidos pasaron solo 8 minutos diarios en apps educativas, 6 en el Reino Unido y 14 minutos en España. Al mismo tiempo, pasa-

ban una media de 70 minutos diarios en TikTok (ver el capítulo de Redes Sociales).

A pesar de las bajas cifras, sabemos por experiencia que los niños durante la Covid-19 están online en clase mucho más tiempo de esos 6-14 minutos. Ese tiempo no se refleja aquí, ya que ocurre en dispositivos prestados por la escuela sobre los que los padres no tienen control y por aplicaciones de videoconferencia como Zoom que no entran en nuestra categoría de educación.



Apps Educativas más usadas por los niños (como % de todos los usuarios, Febrero 2020)

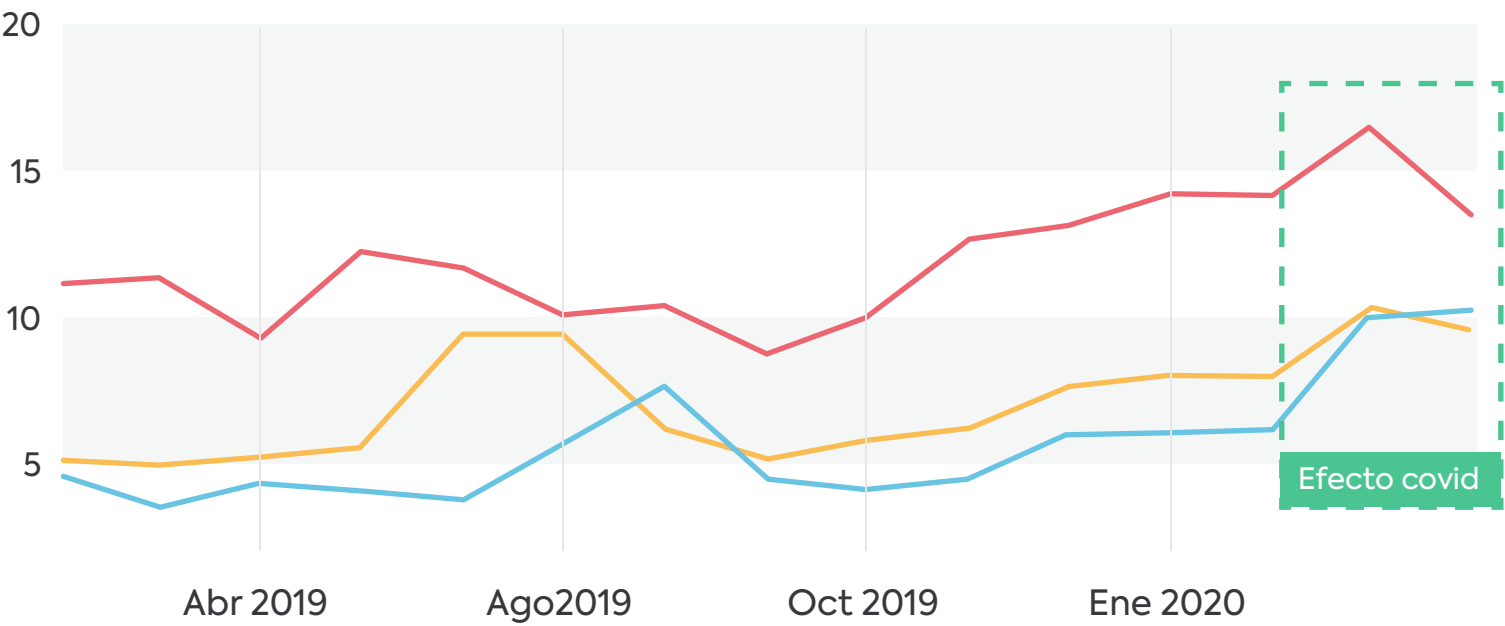


El impacto de la Covid-19

La cuarentena por la covid-19 ha popularizado todas las aplicaciones educativas. El claro ganador es Google Classroom, con un 65% que ahora usa esta aplicación en España, un 50% en los EE. UU. Y un 31% en el Reino Unido, donde Show My Homework está tratando de mantener su posición como la app más usada.

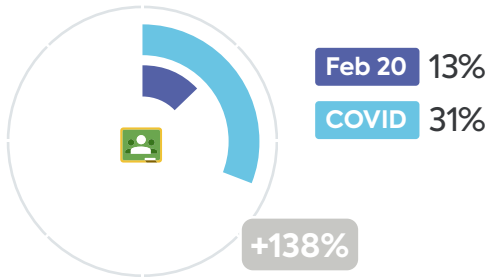
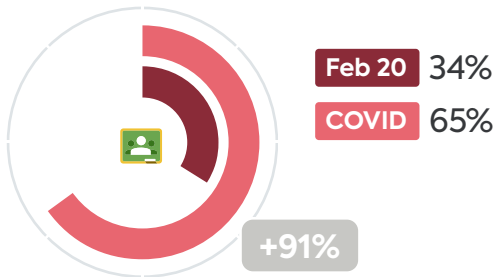
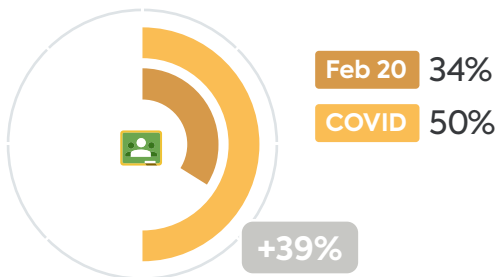
Sin embargo, las aplicaciones para impartir clases no son las únicas que han sabido capitalizar la cuarentena. Las aplicaciones complementarias también han visto incrementada su popularidad en todos los mercados – especialmente Kahoot que se convirtió en la quinta app de educación más popular en los EE.UU. y el Reino Unido y subió 104 posiciones en España.

Promedio de minutos al día que pasan los niños en Apps Educativas durante la Covid-19

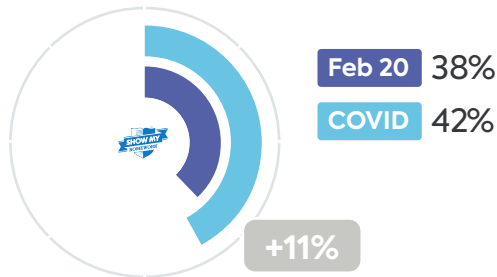


% de niños que ahora usan Apps de Aula

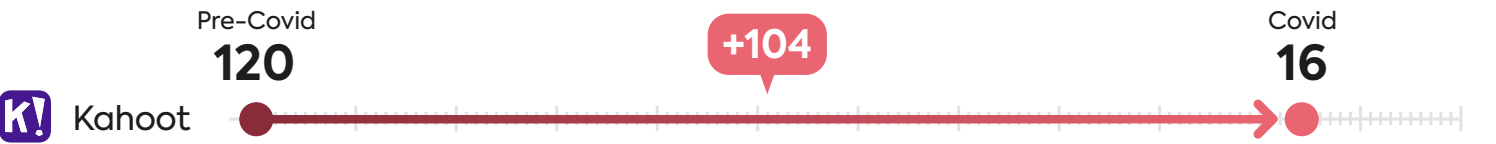
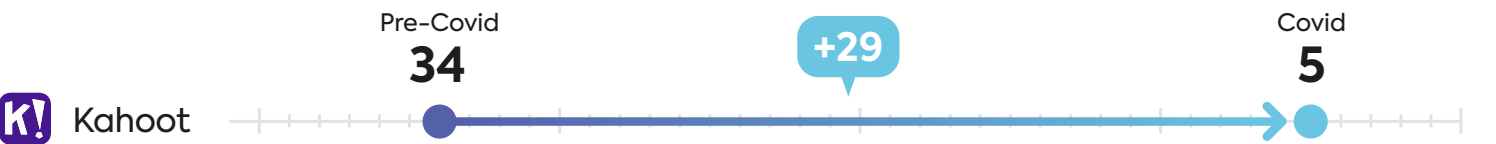
Google Classroom



Show My Homework



Mejora en el ranking de Apps Complementarias más populares (Febrero 2020 vs Abril 2020)



Previsiones para el futuro

¿Cómo van a evolucionar estas tendencias?

La epidemia del coronavirus ha obligado a acelerar la implantación de las plataformas educativas de apoyo a la docencia, ya que ha aumentado el número de centros que buscan herramientas para mantenerse en contacto con los padres. Es difícil imaginar que esta tendencia se invierta. Durante el próximo año, nuestra previsión es que estas plataformas se vuelvan cada vez más sofisticadas, útiles y habituales. Google Classroom es el claro líder del mercado en todo el mundo, una tendencia que se espera que se mantenga. También es probable que desplace a Show My Homework de la primera posición en el Reino Unido.

El impacto del tiempo de pantalla en los niños seguirá siendo un tema controvertido, especialmente porque los niños han pasado más tiempo online durante el confinamiento. Con respecto al debate sobre la prohibición de los smartphones en las escuelas, prevemos que se

ponga en pausa en 2020. Las escuelas que todavía hagan clases online estarán ocupadas abordando otros temas, como la tendencia creciente de que los niños usen recursos para hacer trampas en sus trabajos y exámenes, algo que, como padre, vale la pena vigilar.

Respecto a las aplicaciones, esperamos que el uso de aplicaciones educativas complementarias relacionadas con el aprendizaje de idiomas y las materias de CTIM (ciencia, tecnología, ingeniería y matemáticas) continúe creciendo. Estamos deseando conocer las soluciones tecnológicas que está desarrollando el sector para reforzar los hábitos de aprendizaje de los niños en Internet.



Estamos deseando conocer las soluciones tecnológicas que está desarrollando el sector para reforzar los hábitos de aprendizaje de los niños en Internet.

Guía práctica para padres

Preguntamos a nuestros expertos

En Qustodio somos conscientes del rechazo que existe hacia la tecnología en el ámbito educativo. Aun así, creemos que las aplicaciones pueden resultar útiles como herramientas educativas, y que prohibir el uso de la tecnología en las aulas puede afectar negativamente a las competencias digitales de nuestros hijos. Apostamos por mantener el equilibrio, algo que en el futuro será fundamental para formar adultos competentes en el mundo moderno.

Además, te recomendamos que **contactes con el colegio de tus hijos para averiguar qué aplicaciones utilizan exactamente y qué hacen con los datos**. Leyes como la Ley de Protección de la Privacidad Infantil (COPPA, por sus siglas en inglés) regulan el tratamiento que las empresas deben dar a los datos de los niños menores de 13 años, pero la [normativa actual permite a los colegios otorgar su consentimiento en nombre de los padres cuando se trata de productos educativos](#). Esto es especialmente importante en las circunstancias actuales. Dado que los niños se pasan las horas lectivas conectados a nuevas plataformas online, es importante que conozcas el tratamiento que reciben todos los datos que obtienen las empresas sobre su comportamiento y su actividad escolar.

La doctora Nicole Beurkens, psicóloga infantil especialista en terapia multidisciplinar, hace hincapié en que “a pesar de que las apps

educativas permiten a nuestros hijos descubrir nuevas habilidades y aficiones, los estudios demuestran claramente que contar con un buen profesor es fundamental para el proceso de aprendizaje. **La ausencia de interacción presencial afecta negativamente al aprendizaje y al desarrollo de los más pequeños. Por lo tanto, mi recomendación es que los padres y los educadores trabajen codo con codo junto con los niños para potenciar el aprendizaje online.** La cuarentena por el coronavirus complica todavía más el proceso, pero es mejor que los padres combinen la educación a distancia con alternativas presenciales siempre que sea posible, tanto a la hora de avanzar en el currículo como para ayudarles a repasar contenidos. Las apps que permiten a los niños aprender divirtiéndose y ampliar sus conocimientos sobre temas de su interés son una buena forma de potenciar su desarrollo académico.”

Marc Masip, psicólogo especializado en adicciones, imparte charlas en colegios durante todo el año para ayudar a los alumnos a superar los efectos de la adicción a las pantallas. Firme partidario de prohibir los “smartphones” en los colegios, está convencido de que “hay que mantener este tipo de dispositivos fuera de las aulas. En clase son una fuente de distracciones, y las distracciones repercuten negativamente en el proceso de aprendizaje. En el patio de

recreo generan dependencia y ansiedad. Si necesitamos mantenernos en contacto con los niños, podemos recurrir a un teléfono básico o configurar sus “smartphones” para que únicamente les permitan realizar llamadas durante el horario escolar. Este acalorado debate ha pasado a un segundo plano ahora que los niños se ven obligados a seguir las clases a distancia por la crisis de la covid-19, pero estoy seguro de que volverá a revivir cuando los niños regresen a las aulas. **Y puesto que el uso de los dispositivos electrónicos ha alcanzado niveles alarmantes, es fundamental que reservemos momentos específicos del día para que los niños puedan desconectar.** Y el horario lectivo debería ser uno de ellos.”

“Puesto que el uso de los dispositivos electrónicos ha alcanzado niveles alarmantes, es fundamental que reservemos momentos específicos del día para que los niños puedan desconectar.”

Marc Masip
Psicólogo especializado
en adicciones



Conclusions

Cuando comenzamos a trabajar en la elaboración de este informe a finales del 2019, el hecho de que los niños pasaran cada vez más tiempo delante de las pantallas ya comenzaba a resultar preocupante. De repente, y casi de un día para otro, se **empezaron a observar los primeros nuevos picos de uso** durante los primeros días de la cuarentena producida por Covid-19. **La media de uso de pantallas conectadas había aumentado un sorprendente 50%, y a lo largo de las siguientes semanas este incremento se dispararía hasta el 100%, y finalmente hasta un 200%. Actualmente este incremento ha descendido ligeramente, pero creemos que nunca recuperaremos los niveles de 2019. Hemos asistido al nacimiento de una nueva normalidad.**

Actualmente, se estima que existen unos 25 mil millones de dispositivos con conexión a Internet en el mundo, muchos de los cuales están en manos de menores. Los niños norteamericanos pasan actualmente una media de 100 minutos al día en YouTube; los británicos dedican casi 70 minutos diarios a TikTok; los españoles juegan a Roblox más de 90 minutos cada día, y el número de niños que utiliza Internet para continuar su educación ha aumentado un 100% en todo el planeta.

Este aumento del número de dispositivos y del tiempo que pasan nuestros hijos delante de las pantallas significa que están más expuestos a los contenidos potencialmente inapropiados, peligrosos o adictivos y los ciberdepredadores. También implica que dedican menos tiempo a otras actividades fundamentales para garantizar su bienestar físico y mental, como hacer ejercicio, descansar e interactuar con otras personas en el mundo real.

En definitiva, nuestros hijos están en peligro, y ese peligro es cada vez mayor. Que sean nativos digitales no significa que sean expertos digitales y puedan desenvolverse por sí solos en el mundo digital. Es nuestra obligación como educadores y padres hacer todo lo que esté en nuestra mano para protegerlos y ayudarles. Es necesario que las empresas refuercen los mecanismos para proteger los datos de sus usuarios y supervisar y eliminar el contenido inapropiado. Los colegios también deben asumir un mayor compromiso a la hora de asegurar la privacidad de los datos de los niños y **evitar que la tecnología acabe haciéndose con el control de las aulas**. Asimismo, los gobiernos deben continuar mejorando la legislación existente para garantizar aún más la seguridad de los menores en Internet.

En cuanto a padres y madres, es fundamental que dediquen más tiempo a poder entender la tecnología que utilizan sus hijos y que se tomen en serio las amenazas online. Ha llegado el momento de que hablen con sus hijos sobre los peligros a los que estos están expuestos en Internet y de que utilicen aplicaciones para ayudarles a desarrollar hábitos digitales consistentes y saludables, asegurando un balance entre la vida digital y el mundo real. En palabras de Eduardo Cruz, nuestro director general y cofundador: **«Si tenemos hijos digitales, necesitamos ser padres digitales».**

El mundo no va a volver a ser como antes, porque el tiempo que pasamos delante de las pantallas ya había empezado a dispararse antes del inicio de la pandemia, Covid-19 no ha hecho más que acelerar el proceso. Sin embargo, en Qustodio creemos que nunca es demasiado tarde para mejorar el equilibrio entre el mundo real y el digital, y esperamos que los datos y las recomendaciones que aparecen en este informe ayuden a las familias a poder alcanzar este objetivo.

“Si tenemos hijos digitales, necesitamos ser padres digitales.”

Eduardo Cruz
Co-fundador y CEO de Qustodio