



# **MEMORIA**

## **EDUCACIÓN DIGITAL PRIMARIA Y SECUNDARIA**

### **CURSO 2023 - 2024**

**WWW.MACSONRISAS.ES**

Sobre macsonrisas	2
Formaciones realizadas este curso 2023-2024	3
Conclusiones	4
Conclusiones en primaria	4
Conclusiones en secundaria	7
Recomendaciones	10
Recomendaciones para familias	10
Recomendaciones para centros educativos	12
Agradecimientos	14

## Sobre macsonrisas

Macsonrisas es la marca comercial de Wema Corp SLU. En este momento está integrada por cinco profesionales de la educación, un trabajador social, tres graduados en magisterio, y una graduada en periodismo, que crean e imparten las formaciones con mucha ilusión.

Nuestro objetivo es fomentar el uso consciente, seguro y saludable de la tecnología, promover la protección de menores en el mundo online y fomentar la convivencia y la tolerancia en el mundo digital. Cada día vemos los riesgos y amenazas a los que se enfrentan los menores, así como las consecuencias que tiene el uso inconsciente de la tecnología.

Damos formaciones en centros educativos, trabajamos con el alumnado, con las familias y con profesorado para que desde los tres ángulos lleguen las mismas pautas a los menores y puedan integrarlas mejor.

Además, damos charlas y formaciones relacionadas con la educación digital en ayuntamientos, asociaciones y empresas: ciberseguridad, uso consciente de las redes sociales y los juegos online, violencia digital, riesgos y prevención en redes sociales y juegos online, redes sociales y salud mental, ciberacoso, relaciones digitales y control digital, apuestas y juego online...

En Álava coordinamos el proyecto de educación digital "Toma el control" de Fundación Vital. Vamos a todos los centros educativos y colaboramos con el Equipo Psicosocial del Departamento de Justicia de Álava dando formaciones a menores que han cometido delitos y están en proceso de mediación.

## Formaciones realizadas este curso 2023-2024

Este curso hemos acudido a 99 centros educativos, dando un total de 1.648 sesiones con el alumnado de primaria, secundaria, FP y Bachillerato. En primaria realizamos formaciones a partir de 3º. Hemos realizado 110 formaciones con adultos (familias, profesorado, público en general). Realizamos las formaciones principalmente en Euskadi y Navarra, aunque también realizamos sesiones en otras provincias.

Este curso también hemos acudido a diferentes casas de cultura, bibliotecas, casas de juventud y empresas a impartir charlas y formaciones. Al igual que en años anteriores, hemos acudido a la UPV (Universidad de País Vasco) a realizar sesiones con el alumnado de magisterio que pronto formará parte del profesorado de primaria y secundaria.

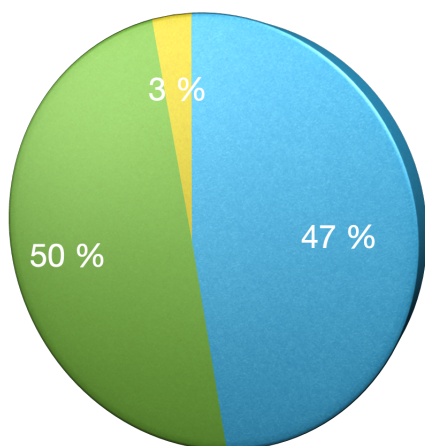
### Curso 2023-2024

1648 formaciones a alumnos/as

110 formaciones adultos

99 centros educativos

www.macsonrisas.es



● Primaria ● ESO ● Bachillerato/FP

# Conclusiones

## Conclusiones en primaria

Lamentablemente lo que este año hemos visto es muy similar a lo visto el año pasado aunque con pequeñas diferencias. Seguimos viendo un uso excesivo de pantallas por parte de los niños y niñas de primaria. Según una encuesta que realizamos este curso junto a Fundación Vital a más de 2.300 alumnos/as de primaria en Álava, el 31,3% dice pasar más de dos horas al día entre semana con pantallas fuera del horario escolar, y un 10,3% dice pasar más de 5 horas diarias entre semana. Ese es el tiempo que ellos dicen pasar, generalmente es muy difícil medir el tiempo de uso y se tiende a medirlo a la baja.

Pasan mucho tiempo jugando a videojuegos y utilizando redes sociales. Juegan a videojuegos recomendados para mayores que ellos, muchas veces a juegos recomendados para mayores de 18 años. En 20 centros educativos hemos encontrado niños que juegan al GTA (+18) con sus padres, son pocos los niños que juegan a videojuegos para mayores sin el conocimiento y consentimiento de sus familias.

Los videojuegos que más les llaman la atención, por lo menos a los niños, son aquellos que tienen más violencia, los demás les parecen aburridos, y nos dejan muy claro que no entienden por qué hay edades recomendadas y no pueden jugar a los que les gustan.

También nos llama la atención la cantidad de dinero que los niños se gastan dentro de los videojuegos para obtener novedades, personajes, skins, armas o ítems. Nos llamó la atención el caso de un centro educativo en el que casi la mitad de la clase había gastado mucho dinero en los juegos Roblox y Tocaboca.

Aunque la edad recomendada para usar redes sociales sea 16 años, ya en primaria el 40,53% de los encuestados dice usar TikTok de forma habitual. Si desglosamos los datos por cursos, en 3º de primaria el 26,84% dice usar TikTok de forma habitual, en 4º el 34,26%, en 5º el 37,5% y en 6º el 52,1%. La cantidad de niños que usa redes sociales se dispara cuando decimos que también Youtube y WhatsApp son redes sociales. Para los pequeños tenemos Youtube Kids.

El contenido que consumen en TikTok es muy variado, desde rutinas faciales para tener la piel perfecta hasta contenido creado por influencers o streamers sobre videojuegos. Creemos que es importante subrayar que en general los niños que suben contenido a Youtube o a TikTok lo hacen sin que se les vea la cara.

Vemos que en primaria la mayoría valora su privacidad pero no es capaz de protegerla correctamente porque aún son muy pequeños para saber lo que están

haciendo, comparten muchas más cosas y dan mucha más información de la que creen sin darse cuenta.

Seguimos viendo muchos smartphones en primaria. Según la encuesta, en 3º de primaria tiene smartphone propio el 19,01%, en 4º el 30,19%, en 5º el 35,64 % y en 6º el 50,8%. Lejos de que cada año haya más conciencia de los riesgos de los smartphones y de las redes sociales, las familias siguen siendo extremadamente permisivas. Creemos que todas las familias piensan que sus hijos e hijas no están en riesgo, solo los de los demás.

En sexto de primaria, el uso de WhatsApp se convierte en una herramienta común para quedar con amigos, ya sea a través de sus propios teléfonos o los de sus familias.

Escuchamos muchas conversaciones sobre pornografía, sobre lo que ellos ven y lo que les enseñan los mayores de secundaria. También nos cuentan cómo sobre todo en 5º y 6º, a algunos de los que usan WhatsApp, desconocidos les añaden a grupos compartiendo material inadecuado (violencia extrema, pornografía...). Muchos niños mencionan Onlyfans, saben lo que es y usan redes como Azar (la antigua Omegle).

Gracias a las sesiones que realizamos con ellos comienzan a desligarse de la creencia de que ser youtuber o streamer es lo mejor que les puede pasar y de las ganas de serlo a toda costa, aunque aún nos encontramos con muchos niños que se aferran a esas ideas.

Siguen compartiendo imágenes de compañeros/as y profesores en redes sociales y grupos de WhatsApp al igual que en años anteriores, principalmente a través de Stickers y cuando les informamos de que compartir imágenes de otras personas sin permiso en redes sociales es un delito, se muestran muy sorprendidos.

Aunque no es la norma general, ya en primaria encontramos casos de suplantación de identidad, niños que se hacen pasar por otros niños a través de las cuentas de gmail para hacer “bromas” o meterse con otros niños.

Nos sigue sorprendiendo que algunos niños sigan diciendo que juegan y hablan con desconocidos en internet, pero no en juegos donde se juegan partidas aleatorias con otras personas que duran poco y no hay opciones de entablar una conversación. Nos cuentan casos donde tienen grupos de WhatsApp con otros niños y a los meses se dan cuenta de que uno de los niños es un adulto y le echan del grupo, casos donde niños de 5º llevan un año jugando en Roblox con desconocidos, casos de niños que están en grupos de Discord con gente desconocida...

En primaria muchos no ven ningún riesgo en los videojuegos y aquellos que hacen un uso excesivo tienden a contradecir todo lo que enseñamos y a defender las bondades de todos los videojuegos.

Seguimos viendo niños, aunque en un porcentaje pequeño, que muestran signos de adicción y que llegan cansados a clase por estar jugando por las noches.

En general, el profesorado nos cuenta cómo ven una correlación entre el uso de pantallas, el rendimiento académico y el equilibrio personal. Los alumnos de primaria que utilizan mucho las pantallas tienen un menor rendimiento académico y generalmente son más impacientes, más movidos y tienen más dificultad para prestar atención e integrar los aprendizajes. También ven una correlación, que no causalidad, entre un mayor uso de pantallas y una menor capacidad para gestionar las emociones.

## Conclusiones en secundaria

En secundaria tampoco hemos visto grandes cambios respecto al curso pasado. En la encuesta que hicimos a 4.090 estudiantes de la ESO, el 92% afirmaba tener smartphone propio. Una de las pocas diferencias que vemos es que en primero de la eso hay un pequeño porcentaje de alumnos de más que no tienen smartphone respecto al año pasado.

El tiempo de uso de pantallas sigue siendo excesivo, muy por encima de lo recomendado por las comunidades científicas y sanitarias. Solamente el 25% de los encuestados dice que pasa entre 0 y 2 horas entre semana delante de pantallas en su tiempo de ocio. Un 42% afirma pasar entre 2 y 5 horas, el 15,8% dice que de 5 a 8 horas, el 9,3% dice que más de 8 horas y el 7,3% no sabe o no contesta.

Como viene siendo habitual, este tiempo de uso que ya es excesivo, se dispara los fines de semana donde el 11,93% dice pasar entre 0 y 2 horas, el 40,34% entre 2 y 5 horas, el 26,16% de 5 a 8 horas, el 15,45% dice que más de 8 horas y el 6,11% no sabe o no contesta. La mayoría son conscientes de que utilizan las pantallas durante mucho tiempo pero no consideran que eso sea un problema y es muy difícil cambiar cuando ignoramos que tenemos un problema.

Muchos profesionales del ámbito sanitario llevan años alertando de que el uso excesivo de pantallas es un problema de salud pública, y de que esta tendencia también se da entre adultos, quienes son un ejemplo muy negativo en este aspecto. Nos encontramos muchos adolescentes con cuadros de adicción y tutores y tutoras nos cuentan que generalmente aquellos que pasan más tiempo con pantallas tienen más falta de concentración, peor rendimiento académico, un peor equilibrio personal y una menor capacidad de gestionar sus emociones. No podemos afirmar la causalidad, pero sí que hay una correlación.

Estamos presenciando cómo este uso excesivo de redes sociales y pantallas impacta de forma negativa en la salud física y mental de los adolescentes, pero es muy curioso comprobar que la mayoría de los adolescentes no son conscientes de ello. Estamos un poco impactados con la cantidad de protocolos de suicidios que hay abiertos en los centros educativos de la ESO y creemos que es algo que la sociedad, sobre todo las familias, debería conocer para saber que también en su centro educativo, en su barrio, en su pueblo, está sucediendo, y que el uso excesivo de las redes sociales es uno de los factores del incremento de los problemas de salud mental en adolescentes.

Nos sigue sorprendiendo presenciar la sensación de invencibilidad, de estar por encima de todo, de ser mejor que los demás que los adolescentes tienen en relación con las redes sociales. Piensan que controlan, que saben, que aunque haya riesgos en las redes sociales a ellos no les puede pasar nada. También están convencidos, en general, de que el uso continuado o excesivo de las redes sociales no tiene efectos en ellos, ni tampoco les afecta recibir constantemente comentarios negativos,



ataques digitales o ver constantemente imágenes de personas con filtros de belleza. Muchos piensan que solo afecta a las personas “débiles”, no saben hasta qué punto pueden dañar nuestra salud mental porque no saben qué es eso.

Otra de las cosas que estamos comprobando es que este uso excesivo de redes sociales comienza a distorsionar la percepción que los adolescentes tienen de la realidad. Estar constantemente recibiendo desinformación referente a todos los aspectos imaginables de la vida y haber perdido la capacidad de contrastar lo que ven con la realidad a través de cosas tan básicas como hablar con sus familias sobre lo que ven en redes sociales, lleva a que los adolescentes asuman muchos discursos que circulan en las redes sociales y vean muchas cosas como normales.

Uno de esos discursos es asumir las relaciones tóxicas y dañinas de pareja como algo normal que además se toman como base de la relación. Este año, una de las pocas cosas que nos ha sorprendido en relación a años anteriores es ver cómo ya en segundo de la ESO, 13-14 años, los menores asumen el control en la pareja y la posesividad como algo normal, no tienen referencias de relaciones de pareja sanas, no saben lo que es una relación sana. Por ejemplo ven algo totalmente normal compartir la ubicación con la pareja constantemente, dar la contraseña del smartphone o de las redes sociales o controlar lo que comparten sus parejas en las redes sociales.

Cuando hablamos sobre temas en los que de forma mayoritaria hay un consenso público claro sobre lo que está “bien” y lo que está “mal”, nos hemos fijado que los menores dicen hacer aquello que se percibe como lo correcto aunque no sea cierto. Esta tendencia puede deberse o no al miedo a la reprobación pública o al fenómeno de la cancelación en internet. Esto hace difícil saber qué piensan realmente y provoca que no se puedan generar debates interesantes y enriquecedores. Es como si pensasen que no se puede debatir sin juzgar y sin condenar.

Este curso, sobre todo al inicio, en muchos centros educativos se ha dado el “fenómeno” de la proliferación de grupos de WhatsApp donde se comparte contenido inadecuado (violencia extrema, decapitaciones, autopsias a cuerpos humanos, pornografía muy rara, pornografía infantil...) y a los que se añade de forma masiva a adolescentes sin su consentimiento previo. Comprobamos que esta proliferación se dió después de que en medios de comunicación estatales se diese la noticia de que había dos grupos de WhatsApp en dos ciudades diferentes que lo hacían.

Vemos un consumo de contenido inadecuado muy elevado. A parte de estos grupos que acabamos de comentar, muchos adolescentes lo buscan o ven ese tipo de contenido porque les llega, sobre todo a raíz de las invasiones de Ucrania y de Gaza. También sigue proliferando el consumo de pornografía, que lejos de disminuir cada año va en aumento entre los adolescentes de todos los centros educativos.

En la ESO sigue siendo habitual compartir imágenes de compañeros y/o profesores en las redes sociales, sobre todo a través de stickers.

Estamos comprobando que los adolescentes han normalizado tanto la toxicidad, las faltas de respeto, los insultos... en las relaciones digitales y entre ellos que muchas veces al relacionarse con nosotros o entre ellos tienen muchas faltas de respeto aunque no haya una intención de hacer daño o dejar mal a la otra persona. Lo hacen de forma automática, lo tienen ya integrado en su forma de comunicación, consideran que es normal.

Nos sigue preocupando ver cómo muchos adolescentes usan Telegram para recibir información sobre apuestas deportivas, inversiones en criptomonedas y demás cosas con la falsa promesa de ganar dinero fácil. Muchos adolescentes realizan apuestas deportivas y gastan dinero en juegos de azar a pesar de que esté prohibido para menores de 18 años, y otros muchos siguen a falsos gurús económicos como Lladós.

También estamos viendo casos en los que adolescentes de la ESO están siendo atacados en internet y los agresores utilizan contra ellos videos que las víctimas publicaban en Youtube y otras redes sociales años atrás. También sigue habiendo menores de la ESO que quedan con desconocidos que han encontrado en Internet en la calle y no ven ningún riesgo al hacerlo.

Este año en la encuesta que junto a Fundación Vital realizamos en Álava, hemos preguntado cuánto dinero gastan los adolescentes dentro de videojuegos. De los 4.090 encuestados, el 57,9% dice no haber realizado compras integradas en videojuegos, pero el 38,7% sí. El 7,26% afirma haber gastado 200€ o más. Generalmente las compras integradas en videojuegos se realizan a través de las llamadas Cajas de botín o LootBoxes que son consideradas como juegos de azar y que comparten características con las apuestas y con las máquinas tragaperras. Diferentes estudios demuestran que son adictivas y que generalmente el 5% de los jugadores realiza el 95% de las compras.

Que un 7,26% afirme haber gastado 200€ o más en compras integradas, nos indica que como mínimo habrían gastado 59.400€ entre esos 297 alumnos dentro de plataformas, videojuegos o redes sociales “gratuitas”. Entre el 7,38% (302 alumnos) que dicen haber gastado 100€ o más habrían gastado 30.184€ o más. También había un 8,46% que decía haber gastado hasta 10€ y el resto decía que hacía compras de forma muy puntual.

Comparado con el curso pasado donde notamos un aumento de clases “difíciles” respecto al año anterior, ha habido una mejora notable en el comportamiento general. También apreciamos una diferencia en el comportamiento según los cursos: primero y segundo de la ESO suelen ser clases más inquietas mientras que en tercero y cuarto de la ESO, y en Bachillerato, los alumnos muestran una mentalidad más madura.

## Recomendaciones

### Recomendaciones para familias

Para que los menores hagan un uso adecuado de las pantallas, de cualquier tipo de pantalla desde televisiones hasta smartphones, conviene que se establezcan reglas básicas de uso desde que son pequeños:

- Qué se puede ver con cada edad o que se puede usar con cada edad: Programas, apps, dispositivos, videojuegos...
- Durante cuánto tiempo se pueden utilizar las pantallas. Cuanto menos tiempo mejor, y se aconseja dejar el uso de pantallas para el fin de semana. Tan importante como esto es desarrollar alternativas de ocio a las pantallas para que aprendan a entretenerse sin pantallas.
- Dónde se pueden usar las pantallas. Se recomienda usarlas y cargarlas en lugares comunes de la casa evitando los cuartos. Está comprobado que cuantas más pantallas hay en casa más uso se hace de ellas con lo que se recomienda tener el menor número de pantallas posibles en casa.
- Ser ejemplo de un uso adecuado. Es imposible educar en el uso adecuado y consciente de la pantalla si los adultos no se lo aplican a sí mismos.
- Una vez que tengan la edad necesaria para poder usarlas, si las familias permiten que los menores las usen, se recomienda que por lo menos durante el primer año se cree una cuenta familiar y se use esa cuenta familiar en el tiempo que se establezca y con la supervisión de las familias, es decir las familias deberían estar con ellos mientras las usan. Es la única forma de enseñar a los menores a utilizar las redes sociales de forma consciente y a prevenirles los riesgos. Debemos enseñarles a detectar y bloquear acercamientos inadecuados, a diferenciar desinformación y contenidos dañinos, a comunicarse de forma positiva, a ser conscientes de qué acciones son delitos y las consecuencias penales de esas acciones, cómo afecta la pornografía a nuestro acercamiento al sexo, la importancia de la privacidad y de no hablar con desconocidos, a ser críticos con lo que vemos y con las personas que seguimos... Usarlas junto a ellos es la única forma posible de hacerlo.

### Acuerdo entre familias de clase

Llevamos años viendo cómo el miedo a que los menores no sean capaces de socializarse normalmente sin smartphone propio y/o el desconocimiento de los riesgos asociados a su uso lleva a que muchas familias regalen smartphones a edades cada vez más tempranas, generando una presión muy grande sobre las familias que quieren esperar y poniéndoselo mucho más difícil.

Por ello hace ya un tiempo pusimos en marcha la iniciativa “Smartphones y redes a partir de los 16”. La idea es que en las clases de primaria y secundaria las familias formen grupos para ponerse de acuerdo (es muy difícil que todas las familias de cada clase se pongan de acuerdo) para no entregar el smartphone ni permitir usar redes sociales hasta los 16 años. En nuestra web podéis encontrar un ejemplo del documento de compromiso así como las recomendaciones para llevarlo a cabo en los centros educativos.

### Acuerdo uso smartphone entre familias y menores

Una vez que los menores tengan la edad adecuada para usar smartphones u dispositivos digitales se recomienda tener una especie de contrato de uso entre los menores y los adultos donde se establezcan las condiciones para poder usarlo. Básicamente son las reglas básicas de uso, pero con un compromiso también por parte de los adultos para conocer los riesgos y las buenas prácticas, y para tener tiempo para usar las redes sociales junto a los menores en el tiempo establecido y para atender a los menores cuando tengan dudas o preguntas. Tenéis un ejemplo de contrato en nuestra web.

## Recomendaciones para centros educativos

### Regulación uso smartphone

El Gobierno de España ha dejado en manos de las comunidades autónomas la prohibición o no del smartphone en los centros educativos. Algunas comunidades a su vez han dejado en manos de los centros educativos esta regulación. Nuestra recomendación es prohibir llevar el smartphone a los centros educativos, o en su defecto prohibir usarlos en el centro educativo.

El año pasado la dirección de la OCDE para educación y habilidades sacó un informe llamado "Estudiantes, dispositivos digitales y éxito" donde analizan datos relacionados con la implantación de dispositivos digitales en centros educativos.

El informe dejaba claro que era difícil medir la efectividad de las pantallas en el proceso educativo porque hay muchas formas de hacerlo y de momento no hay forma de hacer una comparación eficiente entre diferentes centros, pero concluía que "una acción que tiene un impacto positivo demostrable es la prohibición de los teléfonos inteligentes en la escuela".

El informe también resaltaba que "el uso de smartphones en los centros educativos plantea interrogantes sobre el bienestar de los menores. Por ejemplo, el 43% de los estudiantes informaron que se sentían nerviosos o ansiosos si no tenían cerca sus teléfonos" y que "cuando las declaraciones o reglas escritas de un centro educativo tienen un diseño demasiado general, son imprecisas o indulgentes, es poco probable que respalden la enseñanza y el aprendizaje efectivos con dispositivos digitales".

La UNESCO por su parte, en su informe de 2023 "Tecnología en la educación: una herramienta en los términos de quién" llegaba a conclusiones muy similares.

Muchos centros educativos que están llevando a cabo esta recomendación están teniendo consecuencias muy positivas. Las más visibles son un nivel mayor concentración de los alumnos en clase, un descenso notable del ciberacoso y un aumento de interacciones físicas entre el alumnado. También es muy positivo para los menores, sobre todo para los que más usan las redes sociales, tener un espacio donde durante 8 horas están libres de las garras de las redes.

Hemos desarrollado una nueva sesión para centros educativos con un doble objetivo. Por un lado el de dar pautas y recomendaciones para reforzar la educación digital del alumnado y su protección. Abogamos por la prohibición del smartphone en los centros educativos o damos una guía para su implementación. Básicamente el camino es ofrecer un relato a las familias basándose en las conclusiones de la UNESCO y de la OCDE para concienciarlas de los beneficios de la norma. Prohibir

llevar smartphones a los centros educativos pero ofrecer la posibilidad a quien lo “necesite” de llevarlo con la condición de que no lo use en horario ni recinto escolar y que lo tenga apagado en la mochila. Esta norma debe ir acompañada de cambios en los centros educativos principalmente en normas internas y en acciones y actitudes del profesorado para que puedan servir de ejemplo, para que los menores vean una coherencia y para convertir el centro educativo en un espacio libre de smartphones que llevará a un beneficio en la salud de niños y adolescentes.

El segundo objetivo de la nueva formación para centros educativos es dar pautas básicas de educación digital, para que el profesorado pueda hacerlas llegar a las familias en tutorías, a través de circulares... Es otra forma de llegar a las familias, ya que son muy pocas las que acuden a las sesiones que hay para ellas.

## Agradecimientos

Un año más nos gustaría agradecer a todo el profesorado en su conjunto y a los equipos directivos de todos los centros educativos el esfuerzo y dedicación que muestran cada día, así como sus ganas de aprender y su disposición por proteger al alumnado de las amenazas y riesgos a los que se enfrentan cada día en el mundo digital.

Todo ello a pesar de la cantidad ingente de trabajo que cada día realizan, incrementada por la presión y las exigencias, muchas veces desproporcionadas, que las familias y la sociedad les imponen. Su labor no es fácil y siempre pasa desapercibida.

También agradecemos a todas aquellas familias concienciadas de la necesidad de la educación digital por su esfuerzo y trabajo extra diario. Ser padres y madres nunca ha sido fácil. Con las redes sociales, los juegos online, los smartphones y demás dispositivos se ha añadido una dificultad extra, y la inconsciencia, el desconocimiento y la permisividad del resto de familias hacen su labor aún más complicada generando sentimientos de incompreensión y soledad. Ánimo, no estáis solas y lo estáis haciendo muy bien.

Por último nos gustaría agradecer a Fundación Vital su compromiso con la educación digital y la protección de los menores en Internet, y la confianza depositada en nosotros para coordinar y llevar a cabo el programa de educación digital “Toma el control” en Álava.