

# Live your moments.



ESTUDIO SMARTHUMAN SOBRE CONCIENCIACIÓN Y USO DEL MÓVIL ENTRE ADOLESCENTES



## El 77% de los adolescentes, consciente de que hace un uso excesivo del móvil

El estudio realizado por Celside Insurance y PantallasAmigas con la colaboración de la Universidad de Deusto, analiza la respuesta de cerca 1.350 encuestados de 1º ESO y sus padres, antes y después de la realización de talleres de concienciación en 27 colegios de Madrid y Barcelona.

- Cerca de un 40% utiliza el smartphone hasta 3 horas diarias y más de un 18% hasta 6 horas
  - El tiempo de conexión se ha incrementado hasta 2 horas<sup>1</sup> durante el estado de alarma
- El 35% realiza nuevas amistades en la red y más de un 65% ha llegado a considerar que la vida sin Internet es aburrida y triste
  - Un 41% de los adultos ha accedido al móvil de su hijo sin su permiso
- Tras los talleres de concienciación Smarthuman, realizados para promover un uso inteligente del móvil entre el alumnado, un 56% de los encuestados afirma querer usar menos el móvil

El 58% de los jóvenes entre 12 y 13 años pierde la noción del tiempo cuando está navegando, un 51% se enfada si le interrumpen y el 67% abandona lo que está haciendo para atender al móvil. Así lo pone de manifiesto el estudio sobre concienciación y uso del móvil entre adolescentes realizado por **Celside Insurance y PantallasAmigas**, con la colaboración de la **Universidad de Deusto**.

Según esta encuesta, realizada a cerca de 1.350 alumnos de 1º de la ESO de centros educativos públicos y concertados de Barcelona y Madrid, el 42% de los estudiantes cree que su rendimiento académico se ha visto afectado bastantes veces por el uso de la red y un 25% reconoce que ha dejado de hacer rutinas como estudiar o ver a sus amigos por el smartphone.

En definitiva, el 77% del alumnado encuestado considera que los adolescentes de su edad hacen un uso excesivo del teléfono móvil. Este estudio forma parte de la iniciativa de concienciación Smarthuman, con el fin de promover un uso inteligente y responsable del móvil entre adolescentes, a través de la cual se realizaron 96 talleres en 27 centros educativos de Barcelona y Madrid a los que asistieron cerca de 2.000 alumnos y más de 230 familias entre octubre de 2019 y febrero de 2020.

Según explica **Jorge Flores, presidente de PantallasAmigas**, el estudio Smarthuman sobre concienciación y uso del móvil entre adolescentes aporta una visión certera y reciente: *“Suma el espíritu investigador y riguroso de los académicos universitarios con la realidad diaria observada en las familias y las aulas. De ahí han resultado algunos datos muy relevantes no explorados antes”*.



### **Confinamiento: 2h más de conexión**

El 40% de los alumnos de 1º de ESO hace uso de su móvil hasta 3 horas diarias entre semana y más de un 18% entre 3 y 6 horas. Sin embargo, el tiempo medio de conexión se ha incrementado en 2 horas durante el estado de alarma para el 37% de los encuestados, en 3 horas para el 23% y hasta en 4 horas para 1 de cada 4.

Los usos principales han sido relacionarse con las amistades, a través de llamadas (91%) o bien videollamadas (95%) así como un uso vinculado a los estudios para un 87% de los adolescentes.

**Según explica Erika Veloz, directora de Recursos Humanos de Celside Insurance** es importante concienciar a los más jóvenes sobre el uso inteligente de los dispositivos *“El móvil es un dispositivo tecnológico de gran utilidad en el ámbito personal y en los estudios, En los últimos meses, ha acercado a los adolescentes a su círculo social y estudiantil, acortando distancias y haciendo más llevadero el distanciamiento. Es importante incidir, ahora y siempre, en un uso positivo porque lo verdaderamente smart son los jóvenes y cómo deciden emplear el móvil.”*

### **Dependencia an mica: más de un 65% ha pensado que la vida sin Internet es aburrida y triste**

Un 33% ha pensado algunas veces que la vida sin Internet es aburrida y triste, un 21% lo ha pensado bastantes veces y un 11,5% afirma que casi siempre lo piensa.

Casi la mitad de los jóvenes (49,9%) confirma que coge el móvil sin saber qué quiere hacer con él, un 32,6% afirma tener el teléfono en la mano siempre, un 19% lo revisa al despertarse, antes siquiera de poner un pie en el suelo, y un 17,5% lo revisa si se despierta en mitad de la noche. Hasta un 9% ha llegado a poner en riesgo su propia integridad física o la de otras personas por hacer uso del móvil. Además, un 61,3% duerme con su teléfono móvil en la habitación (el 42,6% en modo No Molestar).

### **Un 35% de los adolescentes hace nuevas amistades en las redes sociales**

El 69% de los jóvenes emplea el móvil para conectarse a las redes sociales, medio en el que el 35% ha hecho nuevas amistades al 49% le resulta una manera más fácil de relacionarse que en persona y un 42% lo considera un refugio cuando está triste.

Las redes tienen una destacada influencia sobre la imagen que algunos jóvenes tienen de sí mismos y de su entorno: el 20% considera que los likes y el número de seguidores le aporta popularidad, un 16% se compara con su entorno y un 12% necesita subir contenido para que sepan qué hace o dónde está. Además, un 13% acepta a desconocidos para ganar seguidores y likes.

Según **Ana Estévez, Doctora en Psicología y profesora Titular del Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamientos Psicológicos de la Universidad de Deusto:** *“El recibir una respuesta inmediata por una acción como subir una imagen o comentario a la red a través de un like o por el aumento de seguidores es un elemento que puede convertirse en adictivo, especialmente entre los y las jóvenes y adolescentes. A estas edades la necesidad de reconocimiento y aceptación por parte de los iguales es un aspecto nuclear. Asimismo, su valor como personas se construye en relación con otros: por ejemplo, si subir imágenes con determinados contenidos es seguido por muchos seguidores y seguidoras, se buscará seguir repitiendo las acciones para buscar la sensación de ser valorado por los demás”.*

### **El ejemplo en casa: el 26% cree que sus progenitores emplean más el móvil que ellos**

El 84,5% de los estudiantes encuestados afirma tener móvil propio, mientras que más de 7 de cada 10 de los que no tienen (73,4%) confirma hacer uso de un teléfono móvil, aunque no sea exclusivamente suyo.

Y son los propios adolescentes los que tienen más consciencia sobre el uso intensivo que hacen del smartphone: el 77% de los alumnos considera que las personas de su edad lo emplean de forma excesiva, mientras que solo el 66% de los progenitores opina esto mismo del uso que hacen sus hijos del teléfono. Además, el 26% de los estudiantes cree que sus progenitores emplean más el móvil que ellos.



Por otra parte, un 41% de los padres afirma haber cogido el móvil de su hijo sin su permiso. **Jorge Flores subraya la importancia de potenciar el ejemplo positivo en el hogar:** *"Padres y madres debemos aprovechar la oportunidad de educar con el ejemplo en el uso consciente y saludable del móvil. Somos influencers y tendemos a subestimarlos. Si al buen ejemplo le añadimos persuasión, complicidad, acompañamiento y supervisión estamos criando hijos e hijas más críticos, responsables y autónomos en el uso del móvil y de Internet en general."*

#### **Talleres Smarthuman: un 56% de los alumnos afirma querer usar menos el móvil tras participar en ellos**

Tras la realización de los talleres Smarthuman, cuyo objetivo era promover un uso inteligente del móvil por parte de los alumnos, la mayoría es algo más consciente de los problemas físicos derivados de un sobreuso que pueden afectar a la visión, espalda o cervicales, así como sentimientos de aislamiento o problemas de sueño. Además, un 56% afirma que su voluntad es emplear el móvil menos tras participar en estos talleres, algo que la gran mayoría de este porcentaje, un 74%, no se había planteado antes

Los alumnos tienen la convicción de que hacen un uso saludable del móvil: el 69% considera hacer un uso responsable y saludable, el 72% ajusta el brillo y el 63% lo apaga antes de dormir o cuando tiene dolores de cabeza.



#### **Acerca de Smarthuman**

Entre octubre de 2019 y febrero de 2020 se han impartido 96 talleres dirigidos a 1.938 alumnos de 1º de la ESO y familias, en 27 centros escolares de Madrid y Barcelona, con el fin de empoderar y sensibilizar a los adolescentes para que hagan un uso inteligente de sus smartphones. Junto con los adolescentes, también asistieron familias a charlas para generar un punto de intercambio de ideas y reflexiones entre diferentes generaciones y facilitar una mayor conexión entre padres e hijos. Además de estos talleres se realizó una encuesta a una muestra de 1.339 alumnos de 1º de ESO y 233 adultos.

La iniciativa cuenta con la plataforma de contenidos [www.smarthuman.es](http://www.smarthuman.es), que aloja un spot y animaciones GIF' con consejos para un uso inteligente del móvil.

#### **Acerca de Celside Insurance**

Celside Insurance ofrece todas las experiencias de un mundo conectado. Imaginamos y desarrollamos soluciones de seguro a todo riesgo (rotura, pérdida, robo, oxidación) para proteger teléfonos inteligentes y objetos multimedia de millones de usuarios todos los días. Nuestra marca está presente en España, Portugal y Suiza a través de una red de 2.500 distribuidores asociados. Celside Insurance defiende un enfoque humano que se refleja a diario en un servicio personalizado y ágil, con equipos de teleoperadores locales siempre atentos y dispuestos a escuchar a nuestros clientes".

#### Referencias

1. Estudio sobre Teletrabajo realizado por Celside Insurance e Ipsos



## Celside Insurance en cifras



### Inversión

**4M€**

en oficinas de  
Barcelona



**300%**

de crecimiento en España  
2400% en Europa  
respecto 2018



Para más información, contactar con:

Dpto. Prensa Celside:

Telf.: 934342050

Cristina García:

[cristina.ungil@havas.com](mailto:cristina.ungil@havas.com)

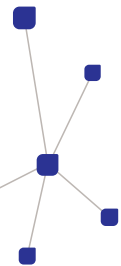
Eva Corrales

[eva.corrales@havas.com](mailto:eva.corrales@havas.com)

Volumen negocio  
2019

**60M€**

en España  
740M€ en Europa



[celside.com](http://celside.com)

