

Madrid, 15 de abril, 2021

DESCONECTÁTE PARA CONECTARTE DE NUEVO

Hoy, 15 de abril de 2021 es el Día Mundial sin móvil, un día creado por expertos para concienciar a la sociedad del uso abusivo de este dispositivo.

- El 90% de los niños de entre 10 y 14 años en España, tiene móvil.
- El uso del dispositivo móvil durante el confinamiento ha aumentado considerablemente.
- El 79% de los españoles asegura que ha hecho una compra on-line en el último mes y el 42% lo ha hecho a través de su móvil.

El confinamiento y la falta de libertad sobre todo para los colectivos más jóvenes, ha hecho que muchos niños y jóvenes se hayan refugiado en un uso abusivo de las pantallas. Los expertos aseguran que es importante no sucumbir a la “presión” social de tener que regalar un teléfono móvil a un niño ya que antes de hacer este paso deberíamos considerar para qué lo necesita y si estamos preparados nosotros (los padres/ madres o tutores legales) para guiarles en un uso responsable de este dispositivo.

La pandemia, y el confinamiento más concretamente, nos ha hecho cambiar muchos aspectos y comportamientos en cuanto al uso de dispositivos móviles y pantallas. *“El 57% de los usuarios de internet afirman haber hecho videollamadas en el último año, el 53% ha usado o escaneado un QR y el 34% ha visto contenido televisivo a través de su smartphone”* según afirma Cecilia Martínez Trujillo, periodista y directora de comunicación del grupo Ita.

Además, otro aspecto que preocupa es el aumento de apuestas on-line que se produjo en el mismo periodo de tiempo: *“las apuestas on-line aumentaron un 58%* durante las tres primeras semanas del confinamiento”*

“Nuestros hábitos de compra han cambiado con la pandemia, y el móvil ha pasado a ser un elemento aún más imprescindible” afirma Cecilia Martínez. El 79% de los españoles asegura que ha hecho una compra on-line en el último mes y el 42% de ellos la han realizado a través de su teléfono móvil.

Los expertos aseguran que un uso de más de 5h en pantallas se trataría como una adicción. *“Muchos adolescentes han encontrado en las pantallas el elemento donde aislarse de la realidad”* asegura Álex Dencàs psicólogo y experto en el tratamiento de adolescentes con trastorno de conducta.

El confinamiento y la situación actual derivada de la crisis sanitaria del coronavirus han hecho que muchos jóvenes se hayan refugiado en el uso abusivo de pantallas, dispositivos móviles y videojuegos, elementos que no solo pueden ser perjudiciales para el buen desarrollo de sus

*datos de El País <https://bit.ly/3wR6l5m>

habilidades cognitivas, si no que también pueden ser un problema para sus habilidades comunicativas

ita.

especialistas en salud mental

[Grupo Ita](#) es una red asistencial propia con centros de hospitalización, hospitales de día y consultas ambulatorias repartidos por el territorio español. Nuestra vocación es poder ofrecer tratamiento y asesoramiento especializado a las personas con patología mental y patología mental grave.

Contamos con más de 20 años de experiencia en el sector, y somos especialistas en: trastornos alimentarios, trastornos de conducta, adicciones, trastornos de personalidad y psiquiatría general.

Más información

683 103 236

www.italudmental.com

Cecilia Martínez - Directora de Comunicación

cmartinez@italudmental.com