

Fundación **MAPFRE**

RIESGOS PSICOSOCIALES DERIVADOS  
DEL USO DE LA INTERNET Y LAS  
REDES SOCIALES.

Un Estudio con Adolescentes de Lima  
y Arequipa



**Autor**

Fundación MAPFRE

**Asesor principal, elaboración de instrumento y conclusiones**

Dr. Edwin Salas Blas

**Muestreo y análisis de datos**

Instituto de Opinión Pública. Pontificia Universidad Católica del Perú

**Coordinación técnica**

PREVENSIS SAC

Fundación MAPFRE

**Maquetación**

PREVENSIS SAC

© De los textos: sus autores

© De esta edición: 2022, Fundación MAPFRE

P.º de Recoletos, 23. 28004 Madrid

[www.fundacionmapfre.org](http://www.fundacionmapfre.org)

**NOTA:**

Las opiniones vertidas en el texto son responsabilidad de sus autores.

Se autoriza la reproducción parcial de la información contenida en este estudio siempre que se cite su procedencia: Fundación MAPFRE, 2022: Riesgos psicosociales derivados del uso de la internet y las redes sociales.

# Introducción

La prevalencia de las tecnologías de la información, y en particular de las redes sociales, hace que cuidar la salud de los adolescentes incluya tanto el mundo físico como el virtual.

Atendiendo a esta situación, desde 2016, Fundación MAPFRE desarrolla en Perú “Controla Tu Red” un programa educativo que, **a través de talleres, materiales y estudios**, proporciona información y recursos a familias y a docentes para cuidar **la salud digital**, y prevenir un uso abusivo y poco seguro de las redes sociales (RS), los videojuegos y el internet.

Este es el **tercer estudio Controla Tu Red realizado en Perú**. En esta oportunidad buscaremos identificar situaciones y niveles de vulnerabilidad en adolescentes respecto de los riesgos que pueden derivar de un uso inadecuado de las RS, tales como: **ciberacoso, grooming, sexting, riesgos para la salud, interpersonales y de seguridad**.

Para cada tema se presentan los resultados generales y luego los resultados cruzados con 5 variables sociodemográficas: sexo, edad, tipo de colegio, NSE y ciudad. En cada tema se consideran únicamente las variables de interés, es decir, las que muestran una diferencia significativa (1).

Los invitamos a conocer los resultados.

## Ficha técnica: Estudio Cuantitativo Representativo

Universo: Adolescentes, varones y mujeres de 13 a 17 años, residentes de las ciudades de Lima y Callao, y Arequipa. Ellos representan el 34.39% del total de adolescentes de dicho intervalo de edad del Perú (INEI 2017).

Selección de muestra: probabilística multietápica, estratificada según región por nivel socioeconómico (NSE), a la cual se le aplicó cuotas de sexo y edad (Lima: 502 encuestas; Arequipa: 304 encuestas)

Margen de error: +- 4.4% (Lima Metropolitana); +- 5.6%, (Arequipa). Nivel de confianza de 95% para ambas ciudades.

Instrumento: cuestionario autoaplicado

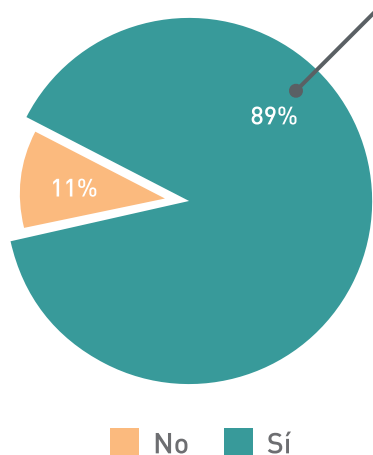
(1) Solo se presentan aquellas variables que muestran una diferencia estadísticamente significativa; esto implica que hay evidencia que demuestra diferencias sólidas entre dos o más categorías de una variable (Ej. Variable: ciudad, categorías: Lima y Arequipa). De esta forma se confirma que los resultados no se deben al azar, sino a una representación de la realidad.

# 1. Conectados

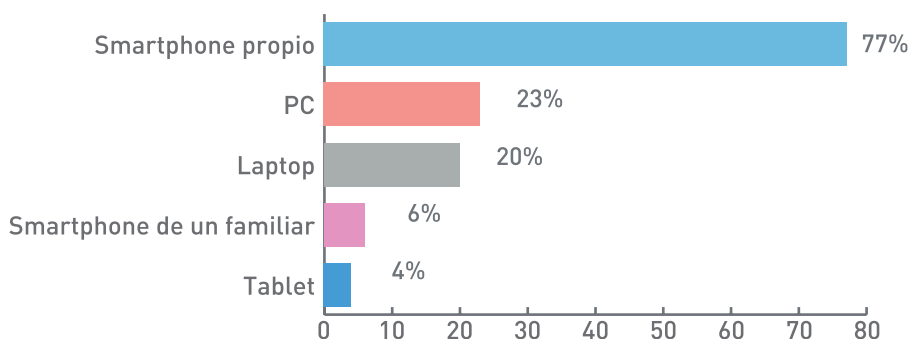
Un 89% de los adolescentes tiene internet en casa y el aparato que más utilizan para conectarse es un smartphone personal (76.5%). El uso de una herramienta personal que se puede llevar todo el tiempo consigo vuelve sin duda a la navegación una experiencia más privada.

Resultados generales

## ¿Tienes internet en casa?



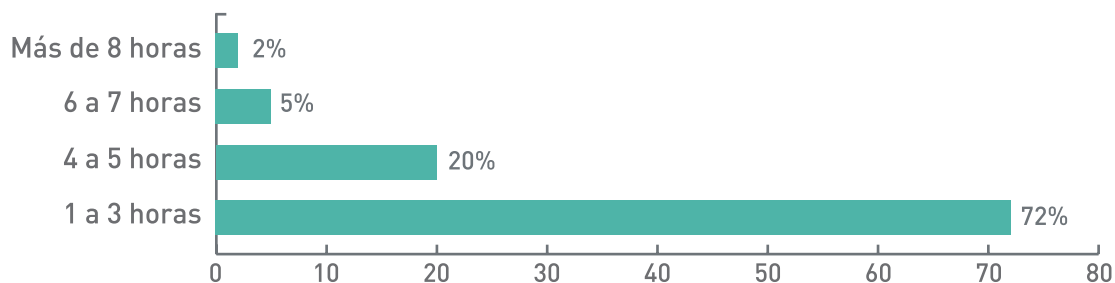
## ¿Qué tipo de aparato usas regularmente para estar conectado?



Casi 3 de cada 4 adolescentes (72%) pasan de 1 a 3 horas diarias conectados a las redes sociales y 1 de cada 5 (20%) está en redes de 4 a 5 horas, lo que constituye por lo menos la mitad de su tiempo fuera del colegio. Un 7% pasa más de 6 horas en RS.

Resultados generales

## Aproximadamente cuántas horas diarias estás conectado a redes sociales

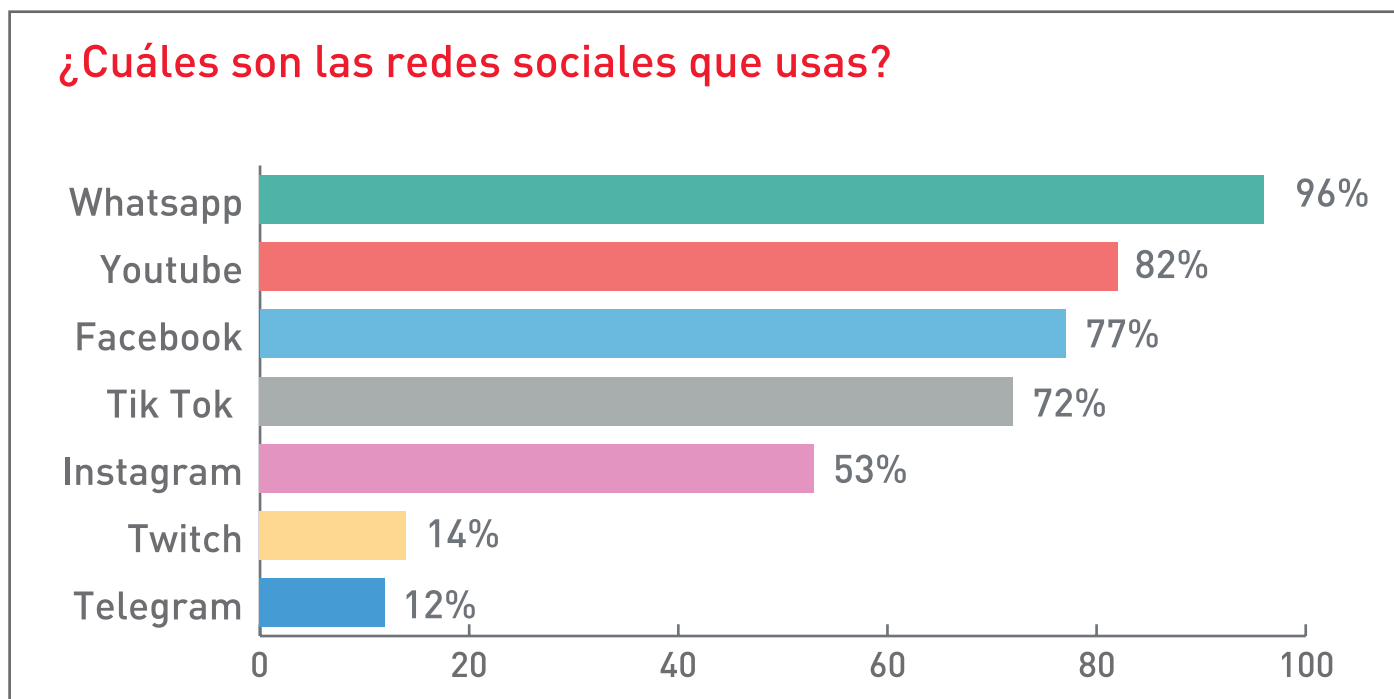


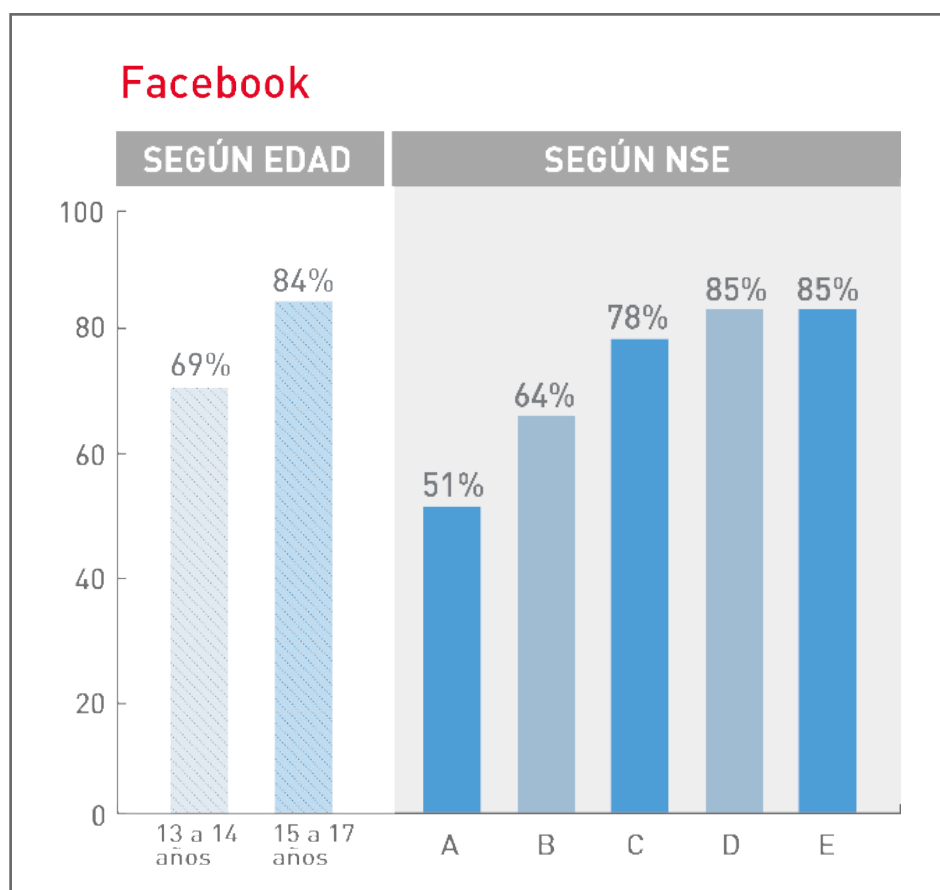
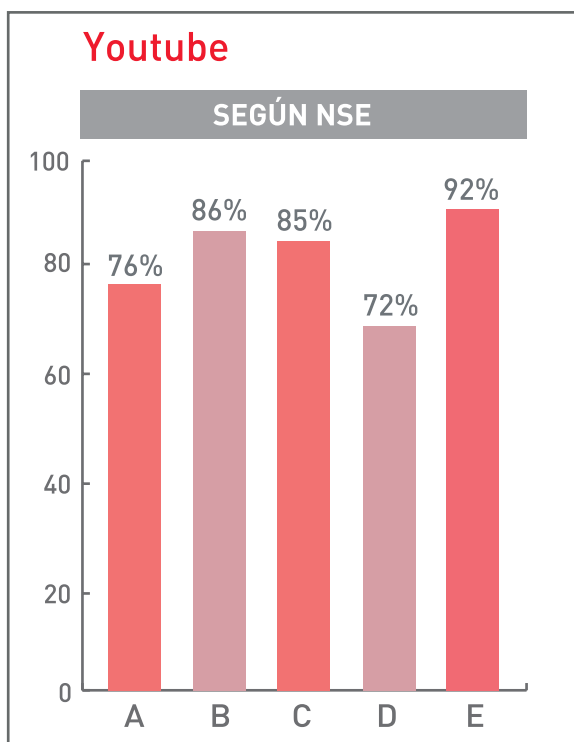
## 2. Redes Sociales

Si bien Whatsapp (96%) es la RS más utilizada, es de notar el 12% que utiliza Telegram en donde (como se verá en el punto 4) la mayoría no conoce a sus contactos. Es interesante el crecimiento de Tik Tok e Instagram, redes en donde el objetivo la “viralización” suele llevar a los usuarios a reducir medidas de seguridad en aras de lograr más seguidores.

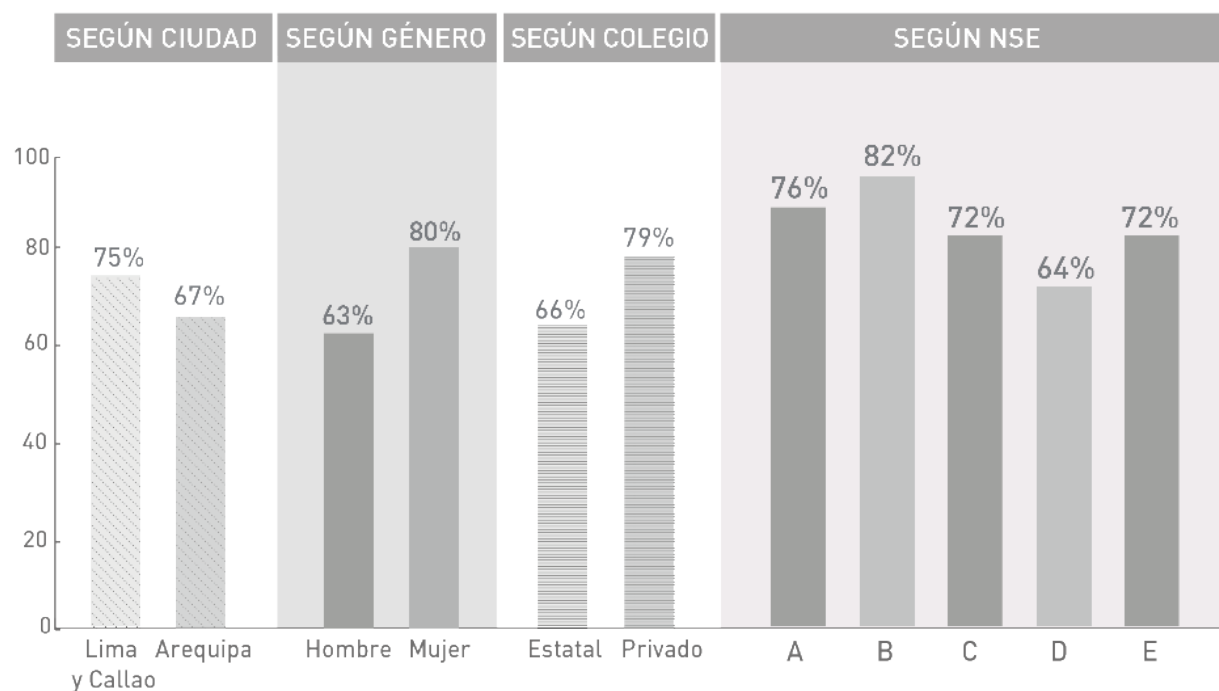
El cruce con variables demográficas nos indica que el uso de las RS se diferencia según la edad, el nivel social y el género. Por ejemplo, el NSE A prefiere Instagram y WhatsApp, mientras que los NSE D y E prefieren Facebook; las mujeres usan más Tik Tok e Instagram y los hombres usan más Twitch.

Resultados generales

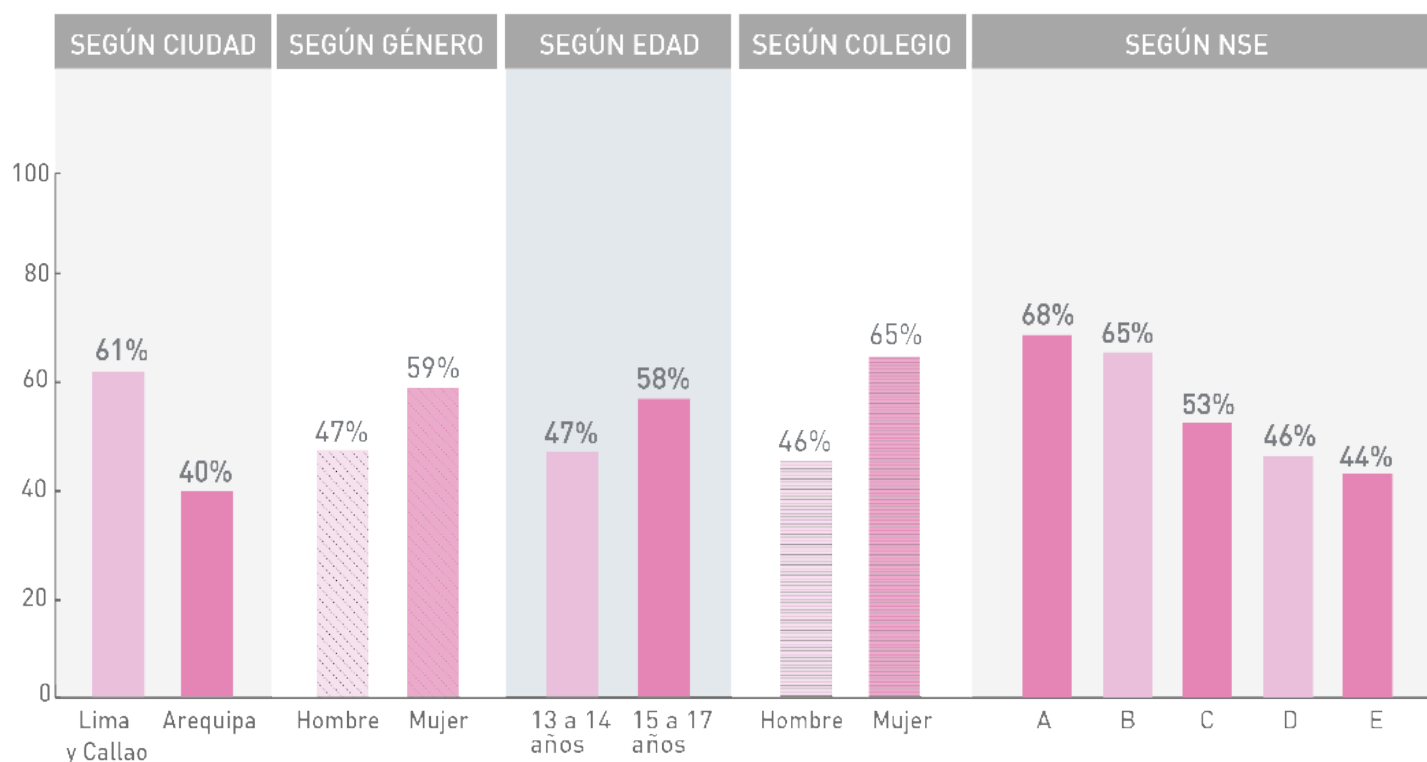




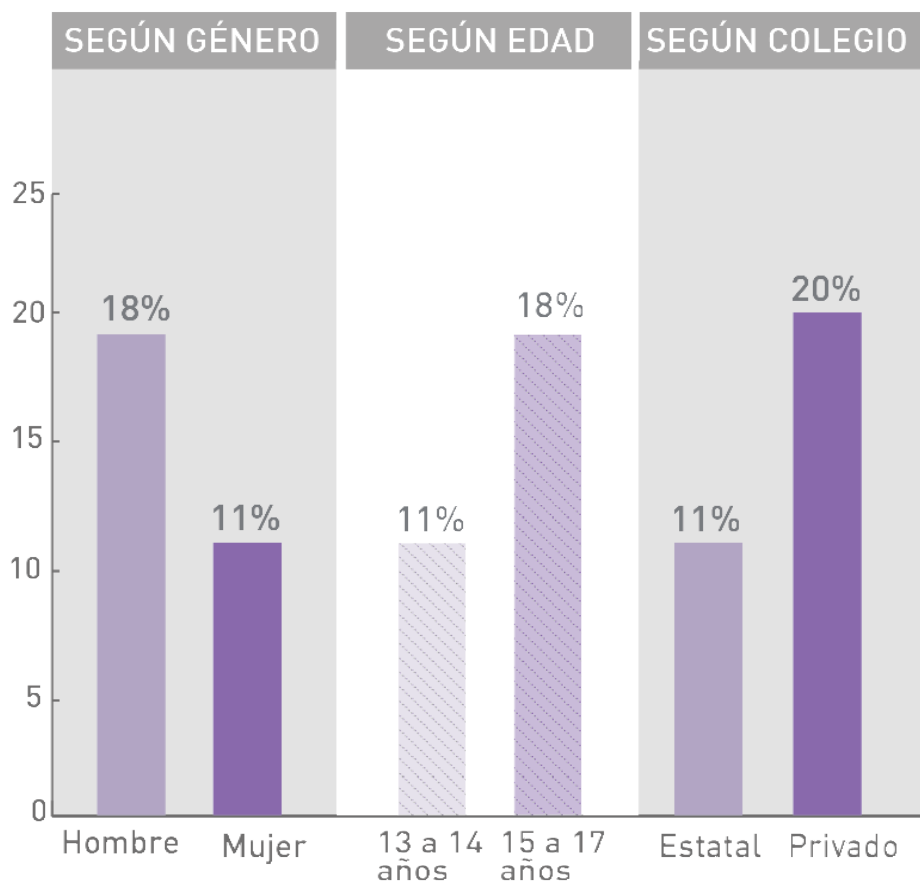
## Tik Tok



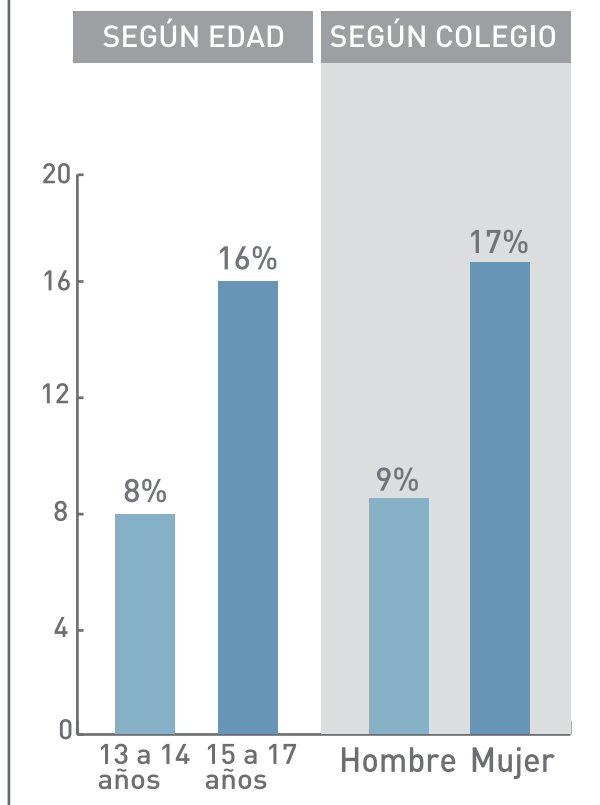
## Instagram



## Twitch



## Telegram



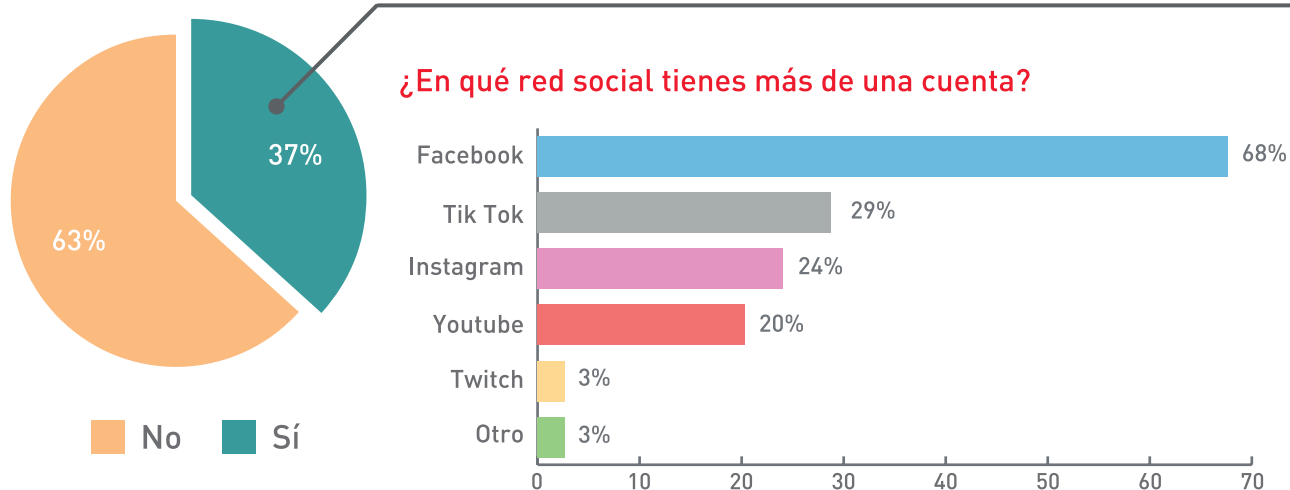


### 3. Múltiples identidades

Un 37% de los adolescentes tiene múltiples perfiles/usuarios/identidades para una misma RS. Destaca que casi la mitad de estas identidades adicionales (40%) tienen datos falsos. Tener más de un usuario o cuenta en Instagram es más común en mujeres, en el NSE A (64%) y en colegio privado (36%). Tener más de un usuario o canal en Youtube es más común en hombres que en mujeres (29% vs 13%).

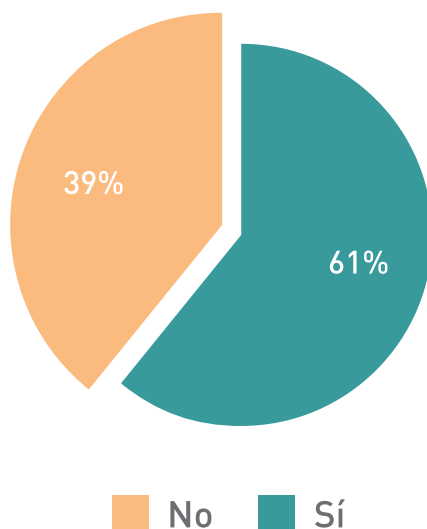
Resultados generales

#### ¿Tienes más de una cuenta en una misma red social?



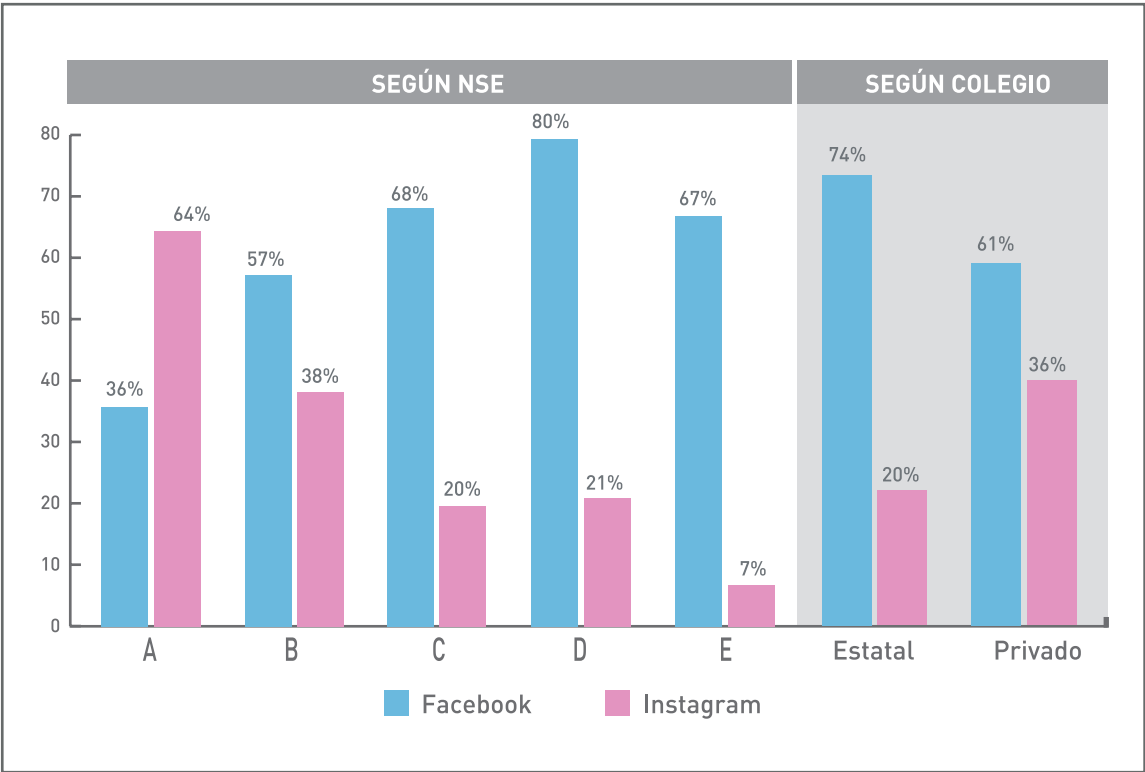
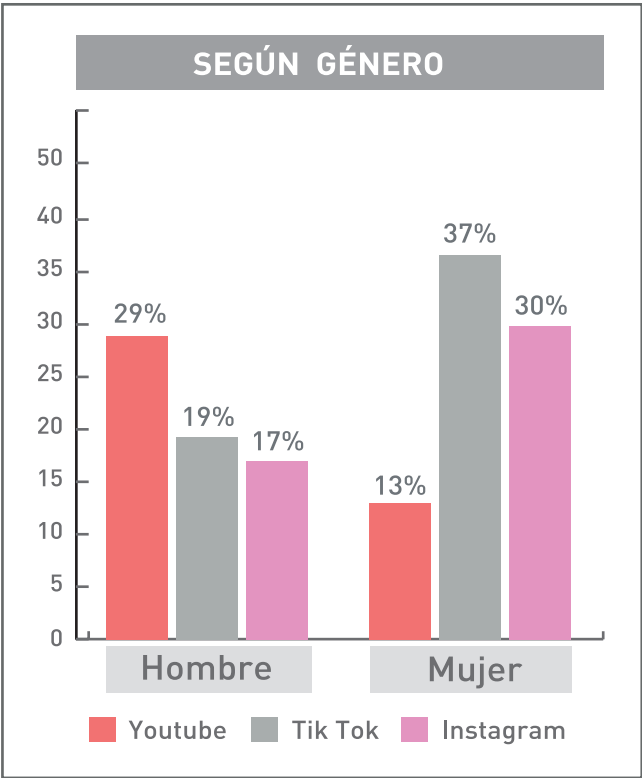
Resultados generales

#### Si tienes más de una cuenta en una misma red social ¿todas tienen tus datos reales?



# Tengo más de un perfil en una misma red social

Resultados del cruce con variables demográficas

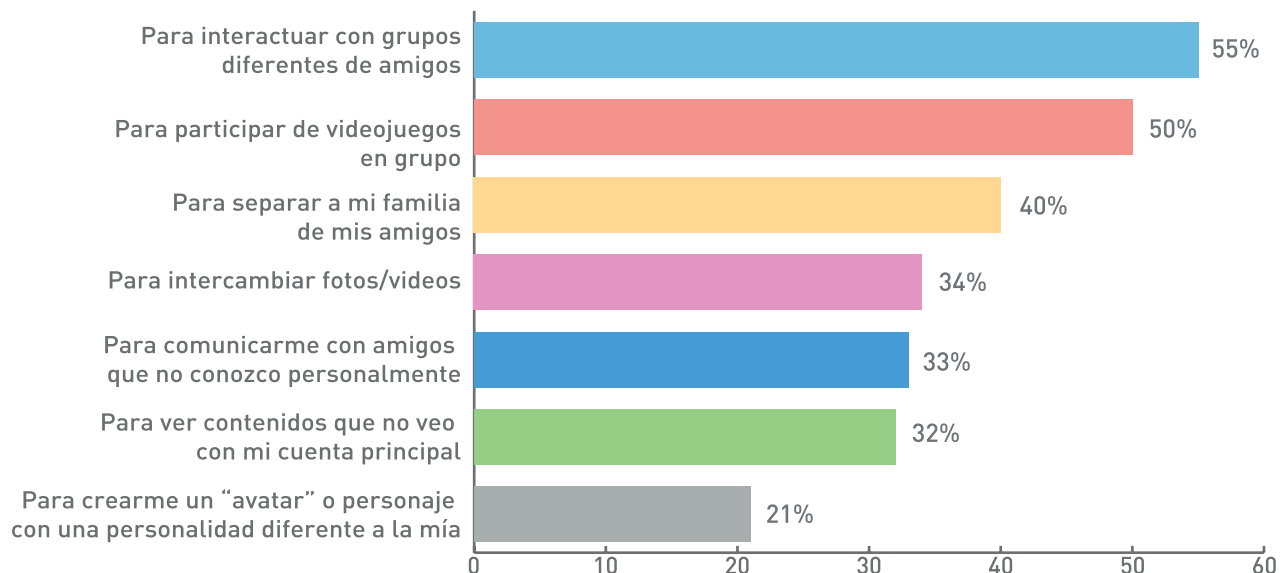


## Motivos para usar más de un perfil/cuenta

Entre los motivos que los adolescentes dan para tener más de un perfil en una misma RS destaca conversar con personas que NO conocen en la vida real (33%), siendo esto más común en el NSE E (67%). Usar estos perfiles adicionales para separar amigos de la familia, es más común en adolescentes de colegios privados (52%). Ver un contenido distinto al de su cuenta principal, es más frecuente en los adolescentes mayores (36%). Usarla para participar de videojuegos en grupo, es más común en hombres (62%) aún cuando casi 40% de las mujeres le da también este uso a sus perfiles adicionales.

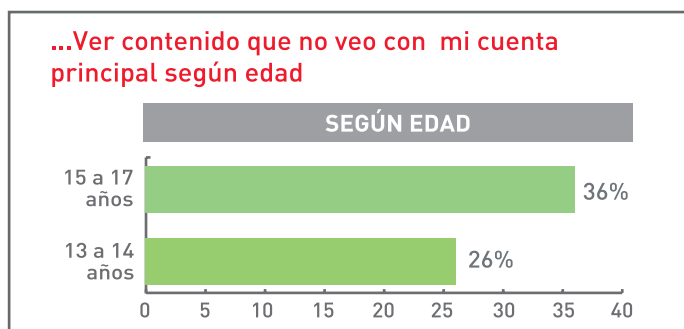
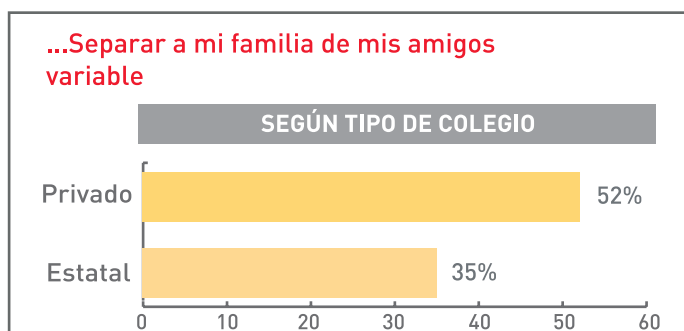
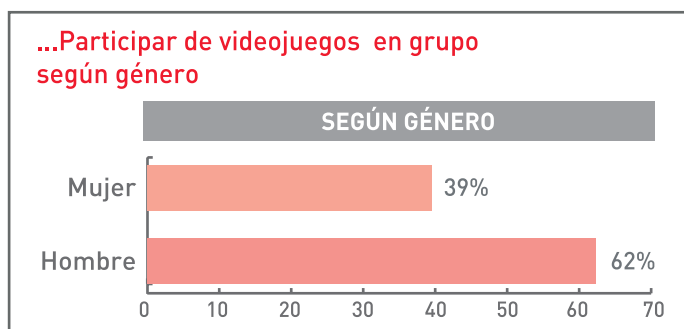
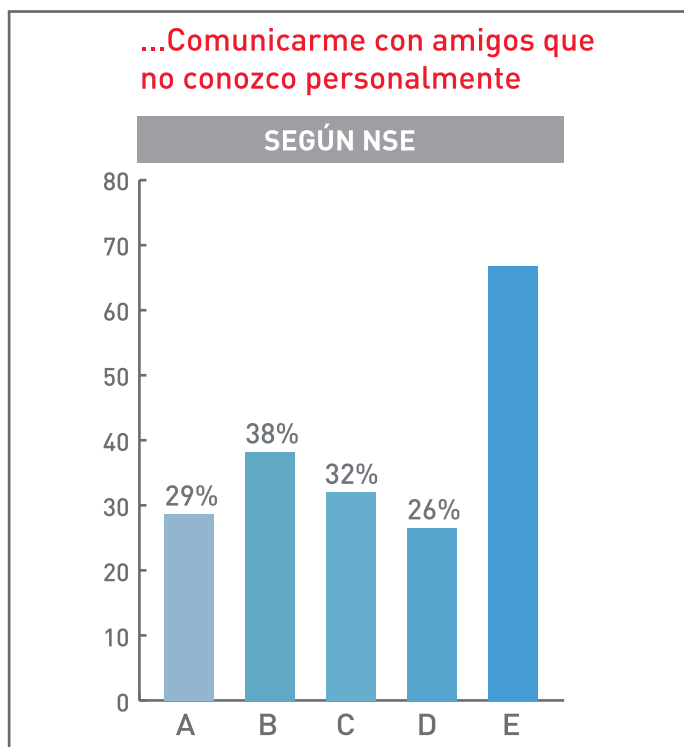
Resultados generales

### ¿Para qué tienes múltiples cuentas en una misma red social?



## ¿Para qué utilizas otros perfiles en una misma red social?...

Resultados del cruce con variables demográficas



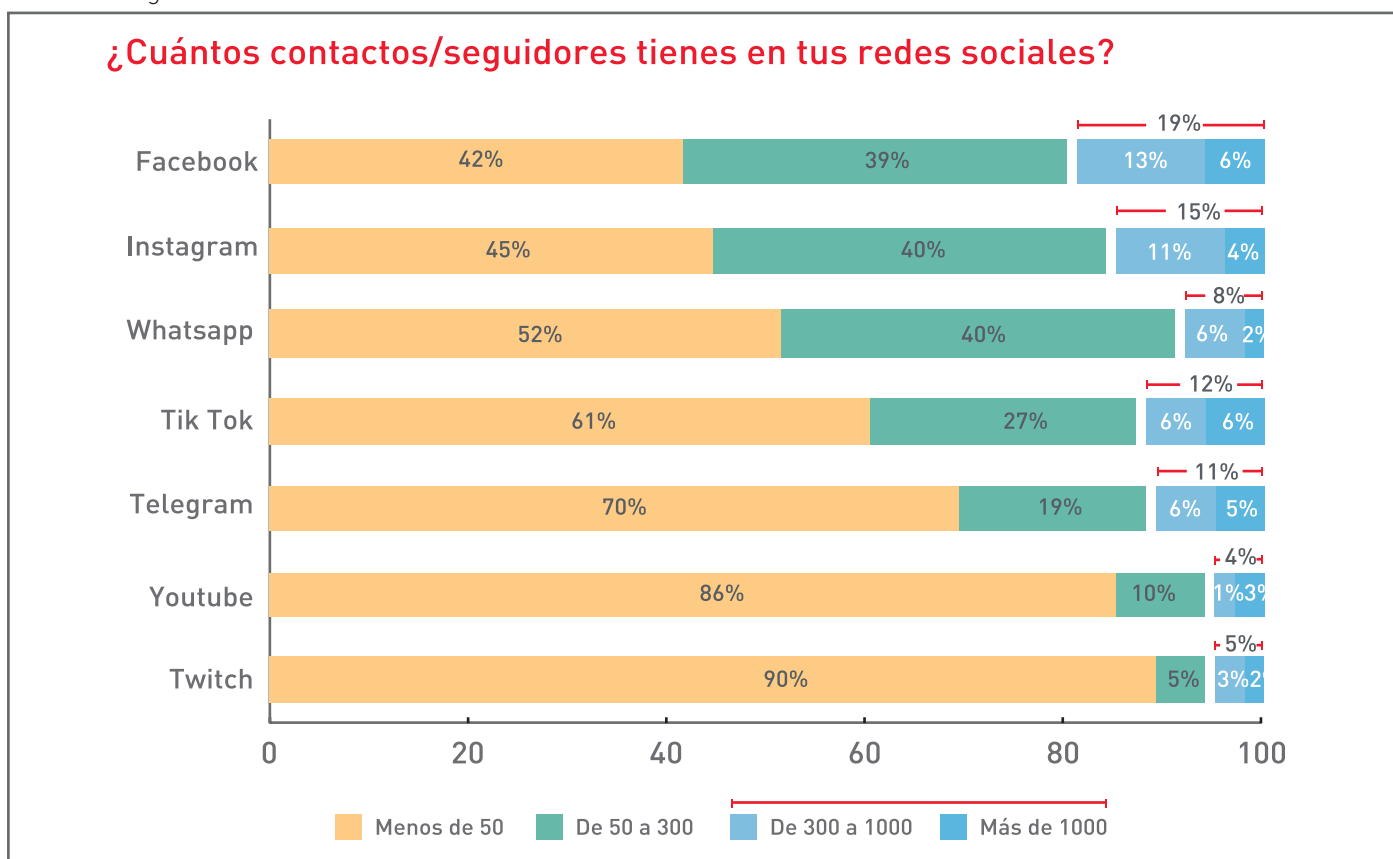
## 4. El sueño de ser *influencer*

Los contactos/seguidores son los que pueden interactuar con el contenido y usuario de una cuenta. Por ello, es importante conocer cuántos seguidores tienen en sus redes sociales y a cuántos de estos conocen. Tener una gran cantidad de seguidores y no conocerlos son dos alertas de riesgo en menores de edad.

2 de cada 3 adolescentes en Tik Tok (70%) conoce a menos de la mitad de sus seguidores. Esto resulta aún más complicado cuando 11% de adolescentes en esa RS tiene más de 300 seguidores. Los Youtubers más populares parecen estar en el sector E donde 14% tiene más de 1,000 seguidores. Notamos también que el 68% de adolescentes en esa RS conoce a la mitad o menos de sus seguidores.

En Arequipa, destaca que el 65% de adolescentes usuarios de Twitch, 58% de Youtube y 57% de Tik Tok conocen a menos de la mitad de las personas con las que interactúan.

Resultados generales

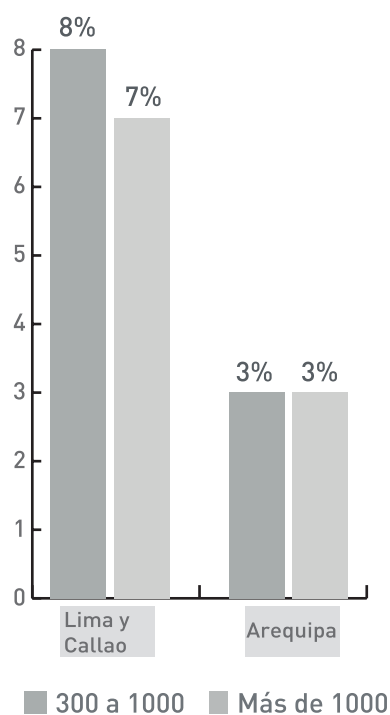


## Contactos/seguidores en...

Resultados del cruce con variables demográficas

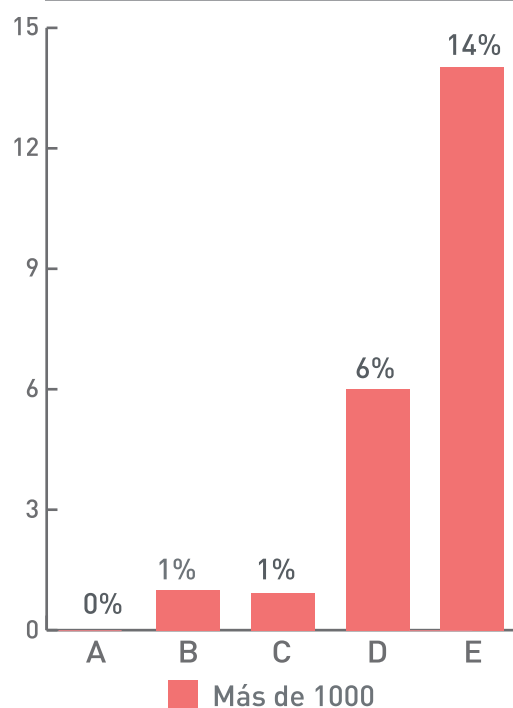
### ...Tik Tok

#### SEGÚN CIUDAD



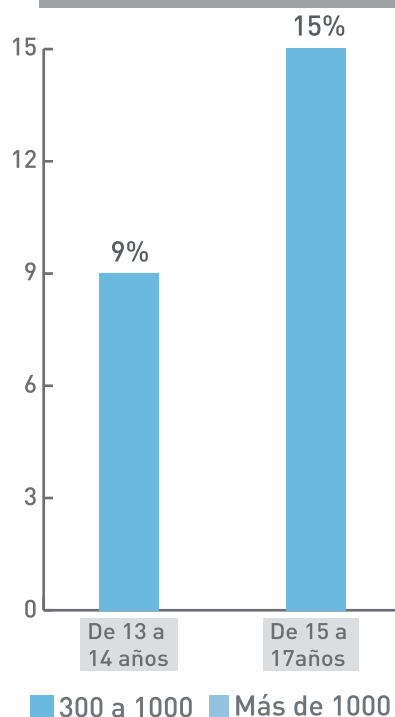
### ...Youtube

#### SEGÚN NSE



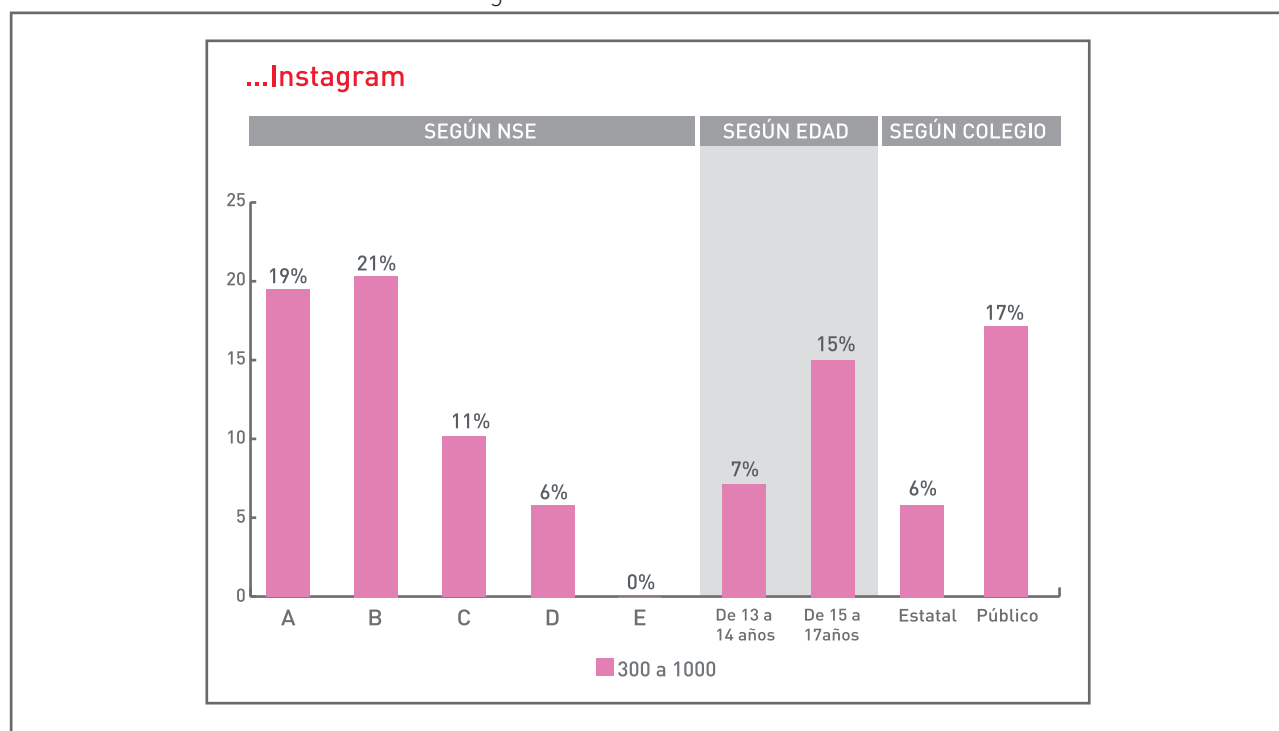
### ...Facebook

#### SEGÚN EDAD



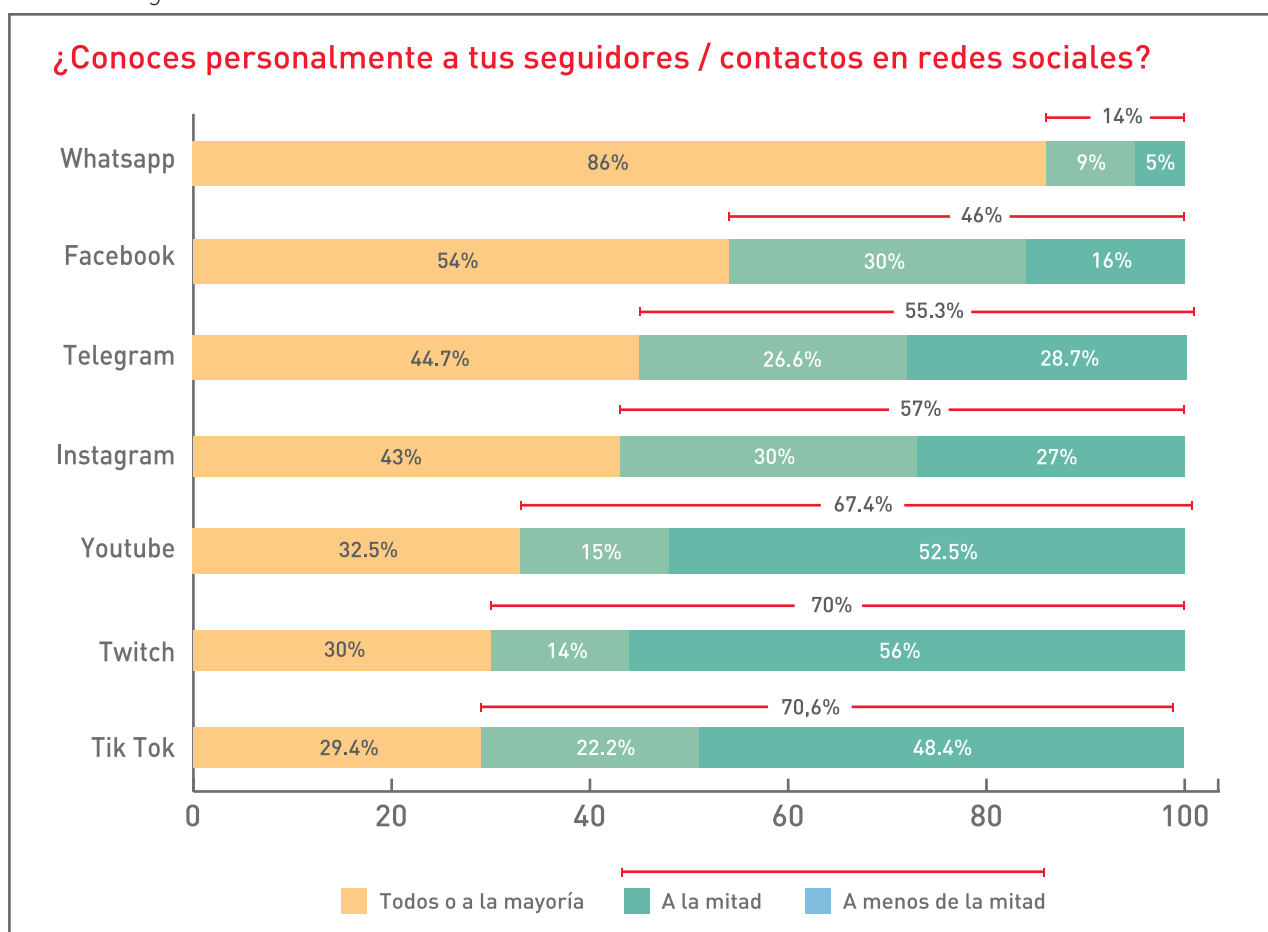
## Contactos/seguidores en...

Resultados del cruce con variables demográficas



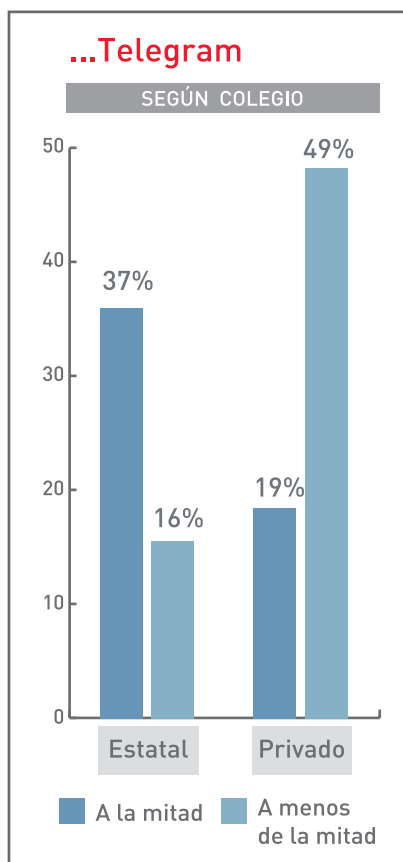
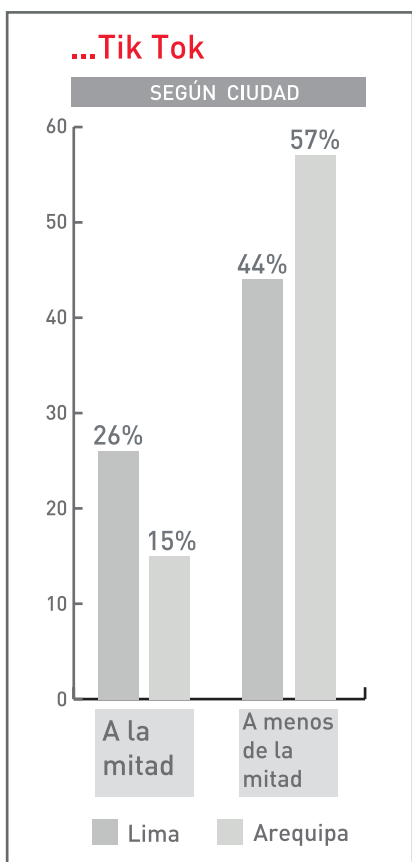
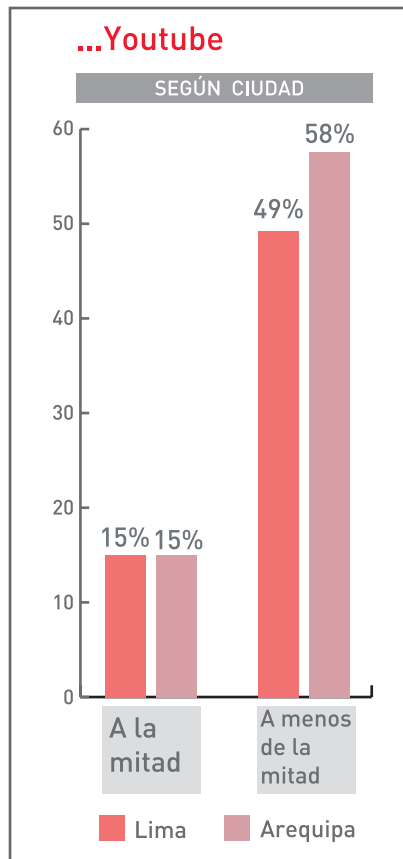
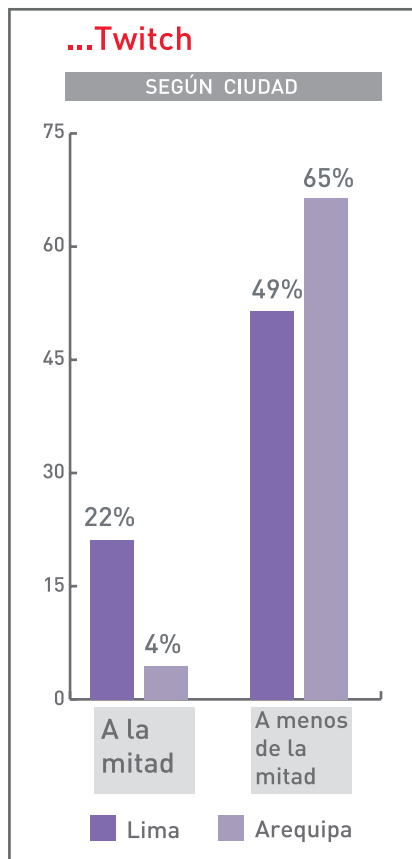
## Desconocidos en las redes

Resultados generales



## Conoces personalmente a tus contactos/seguidores en...

Resultados del cruce con variables demográficas





## 5. Riesgos Psicosociales

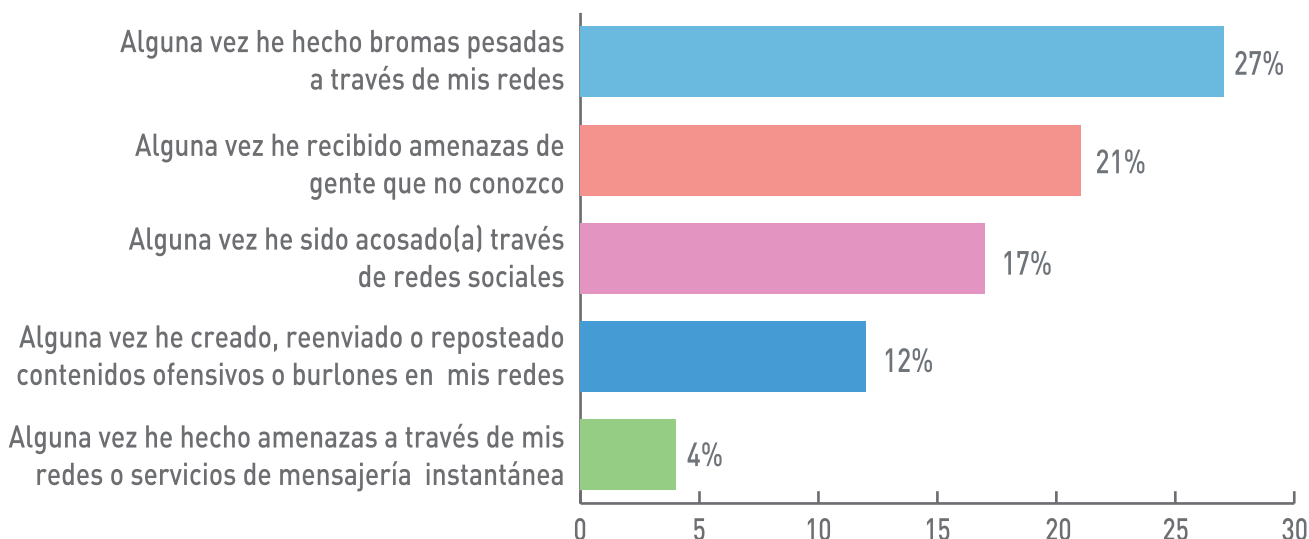
Se exploraron indicadores para seis riesgos psicosociales: el ciberacoso, el grooming, el sexting, los riesgos para la salud, los riesgos interpersonales y aquellos relacionados con la seguridad.

### Indicadores de riesgo de Ciberacoso : amenazas, burlas, bromas pesadas

El indicador más frecuente fue hacer bromas pesadas a través de las redes sociales (27%), acción en la que se destacan los hombres de 15 a 17 años (32%). Un 12% indica que se burla y ofende a los demás y el 4% utiliza las redes sociales para realizar amenazas. Del otro lado están quienes han sido amenazados (21%), en donde destacan los adolescentes de 15 a 17 años (25%), y los sectores sociales B y D (24% y 26%). Aquellos que han sido acosados suman 17% y son en su mayoría adolescentes mujeres (24%), y adolescentes de 15 a 17 años (22%).

Resultados generales

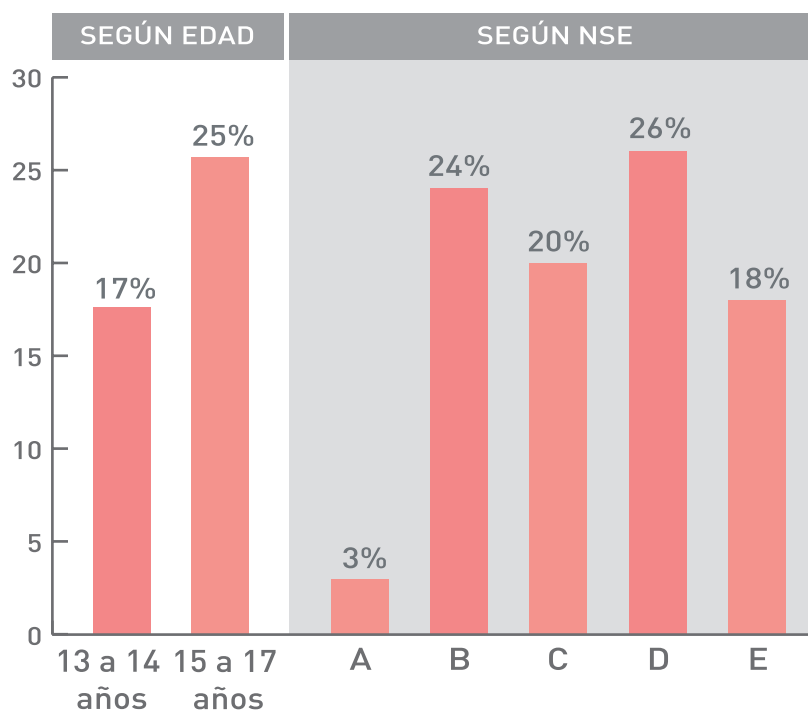
### Indicadores de riesgo de Ciberacoso



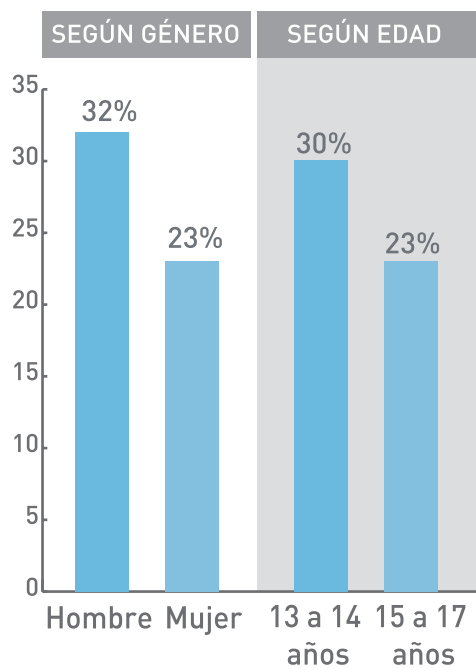
## Indicadores de riesgo de Ciberacoso

Resultados del cruce con variables demográficas

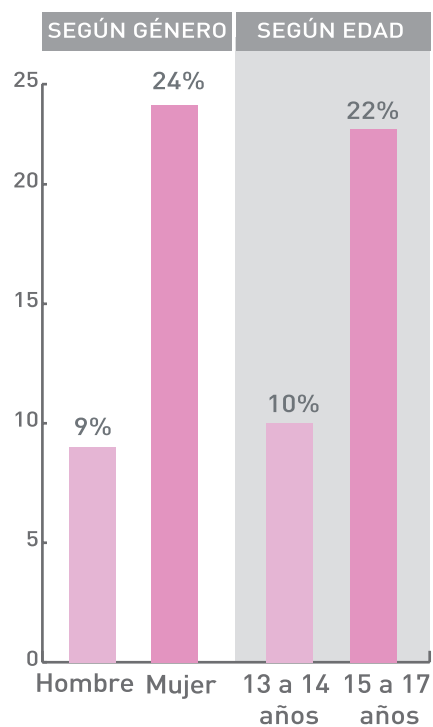
### Alguna vez he recibido amenazas de gente que no conozco



### Alguna vez he hecho bromas pesadas a través de las redes



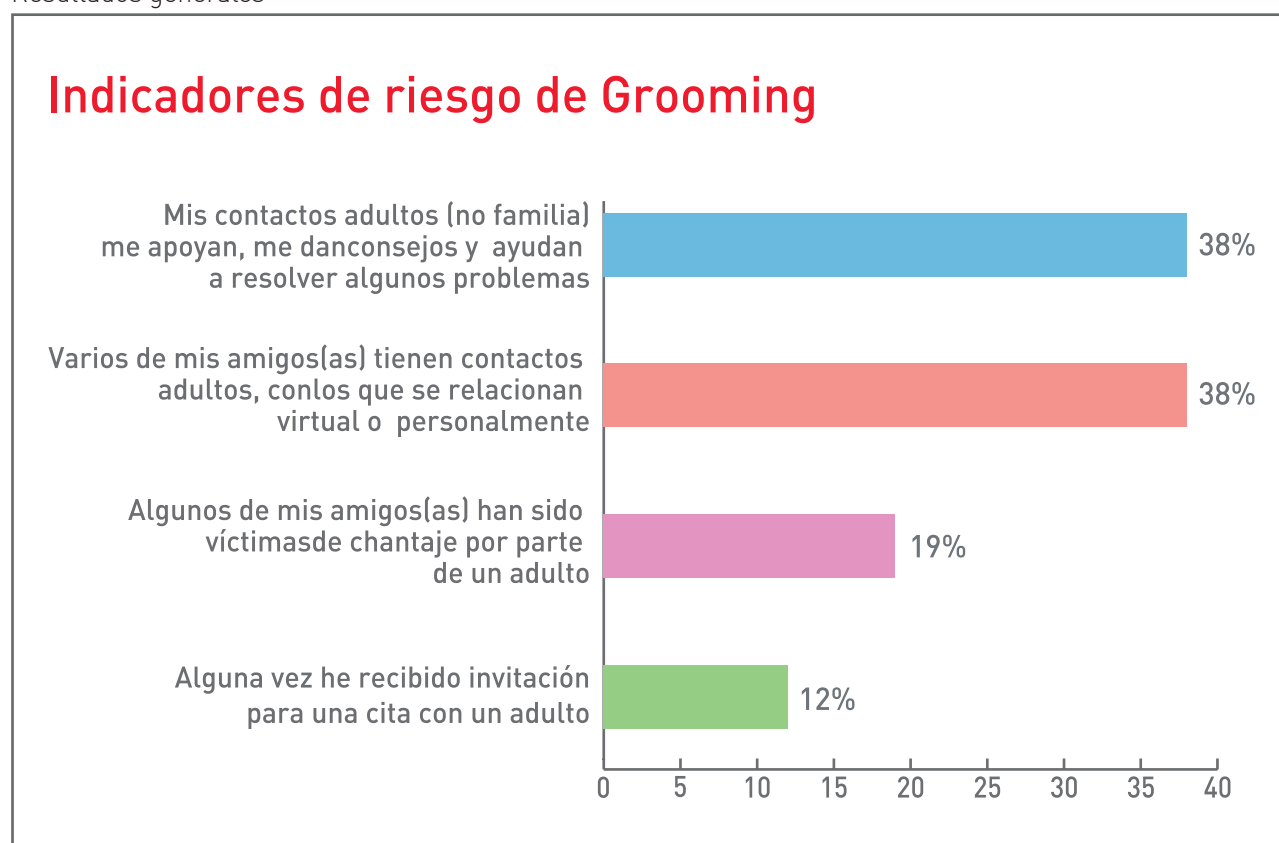
### Alguna vez he sido acosado(a) a través de redes sociales



## Indicadores de riesgo de Grooming : normalización del contacto con adultos

El 38% de adolescentes manifiesta tener contactos adultos (no familia) que los apoyan, les dan consejos y ayudan a solucionar algunos problemas. Igual porcentaje señala que sus amigos tienen contactos con adultos con los que se relacionan virtual o personalmente, incluso entre aquellos de 13 a 15 años (31%). Casi 2 de cada 10 (18%) dice que algunos de sus amigos han sido víctimas de chantaje por parte de un adulto, y el 12% afirma haber recibido una invitación para una cita con un adulto. Estas dos acciones son más frecuentes para las adolescentes mujeres (22%) y los adolescentes de 15 a 17 años (21%).

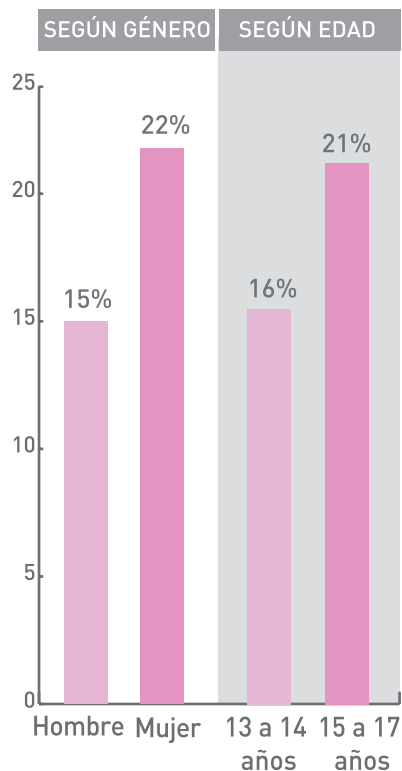
Resultados generales



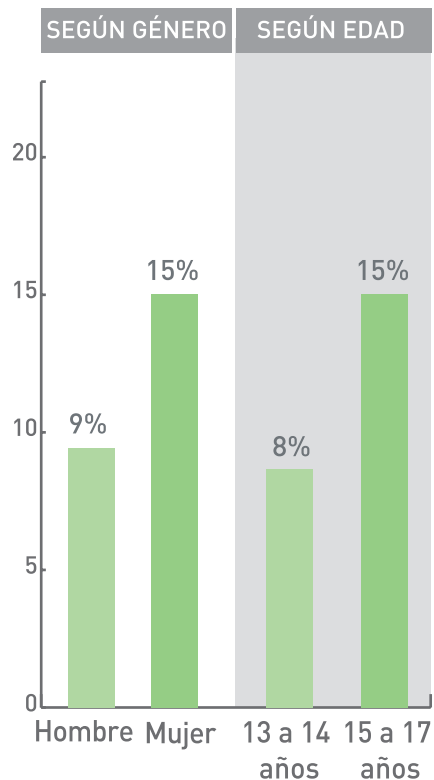
## Indicadores de riesgo de Grooming

Resultados del cruce con variables demográficas

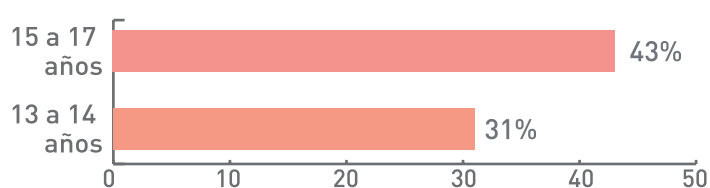
**Alguno(a) de mis amigos(as) han sido víctimas de chantaje por parte de un adulto**



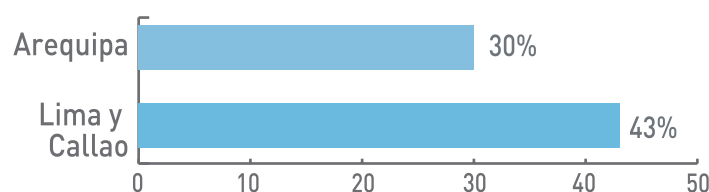
**Alguna vez he recibido invitación para una cita con un adulto**



**Varios de mis amigos tienen contactos adultos, con los que se relacionan virtual o personalmente**



**Mis contactos adultos (no familia) me apoyan, me dan consejos y ayudan a resolver algunos problemas**

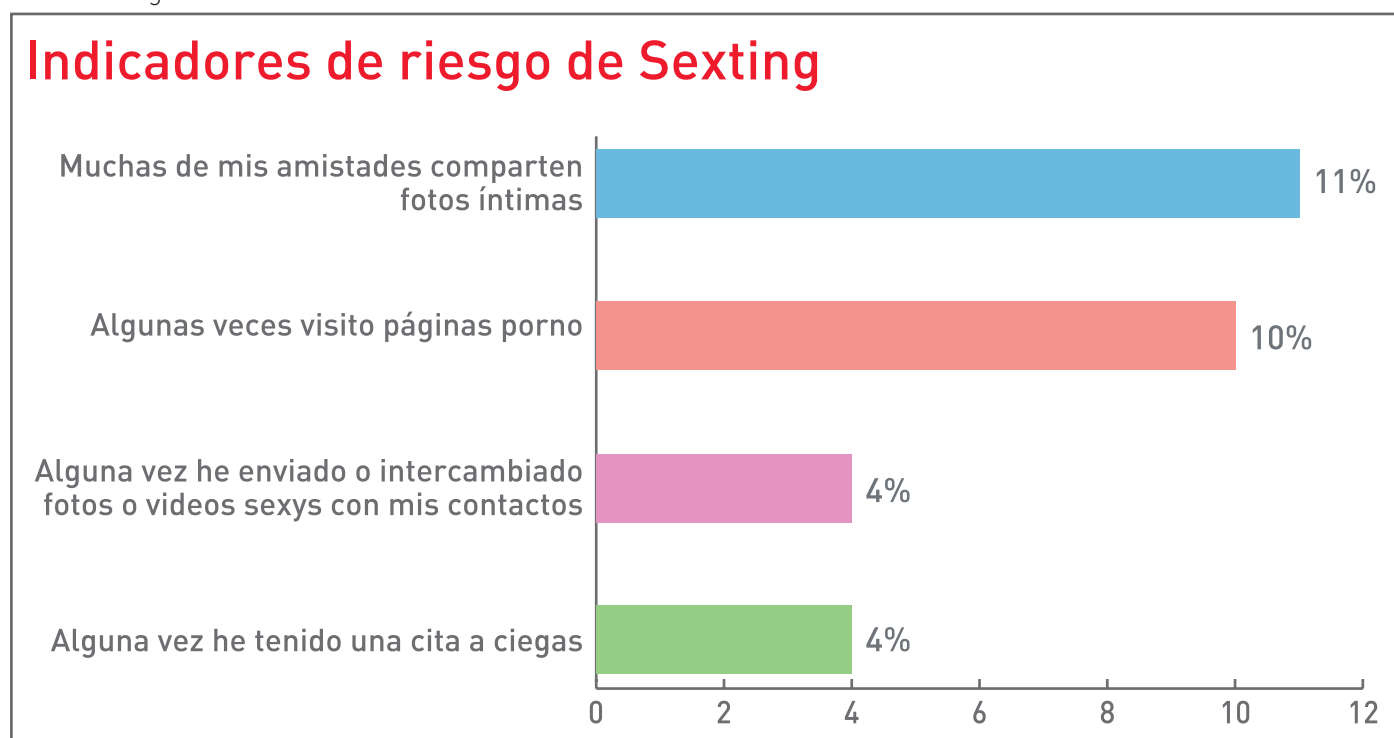


## Indicadores de riesgo de Sexting : contenido íntimo, porno y citas a ciegas

El 11% de adolescentes indica que sus amigos comparten fotos íntimas, con mayor incidencia en el grupo de 15 a 17 años (14%) y los que estudian en colegios privados (16%). Sin embargo, cuando la pregunta es sobre ellos mismos, solo el 4% indica que ha intercambiado fotos o videos íntimos. Pensamos que este dato está mediado por la deseabilidad social y que la realidad podría estar cerca de los resultados del ítem anterior. El 10% afirma visitar páginas porno y un 4% ha tenido citas a ciegas. Ambas acciones son más comunes en el grupo de 15 a 17 (17%) y en hombres (6%).

Aunque estos porcentajes pueden parecer bajos, para el rango de edad y las actividades que se contemplan, los niveles observados resultan muy peligrosos. Hay que prestarles mucha atención dado que en adolescentes el riesgo se multiplica y podría relacionarse con otros tipos de abuso como el ciberacoso y el grooming.

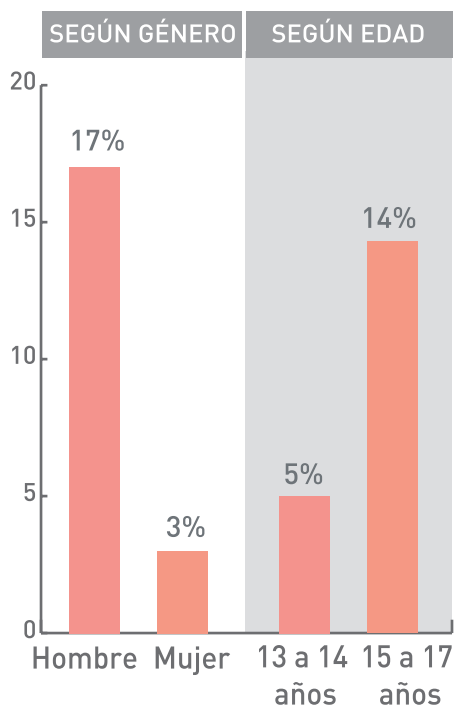
Resultados generales



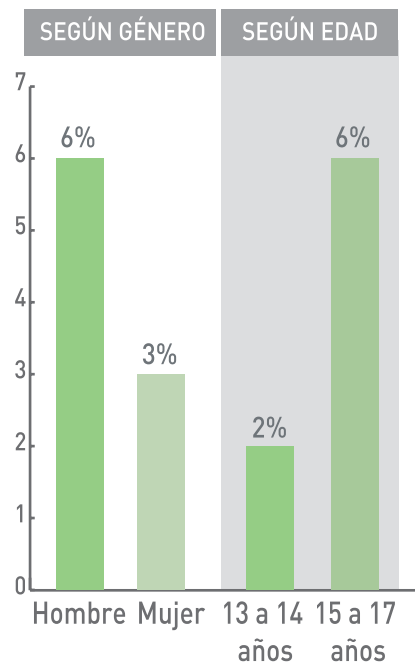
## Indicadores de riesgo de Sexting

Resultados del cruce con variables demográficas

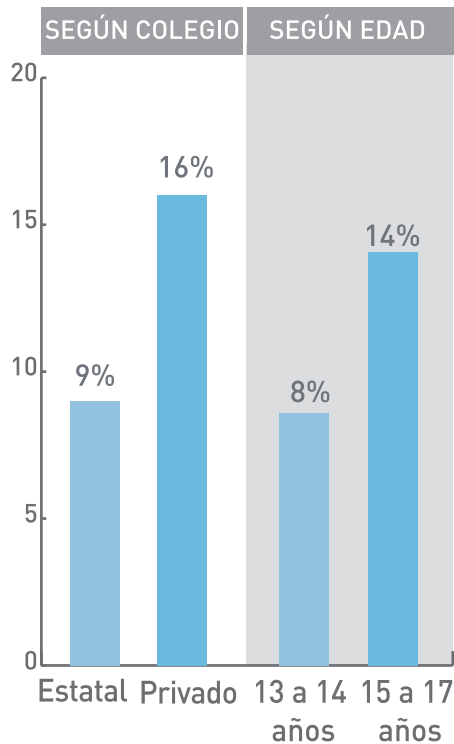
¿Algunas veces visitaste páginas porno?



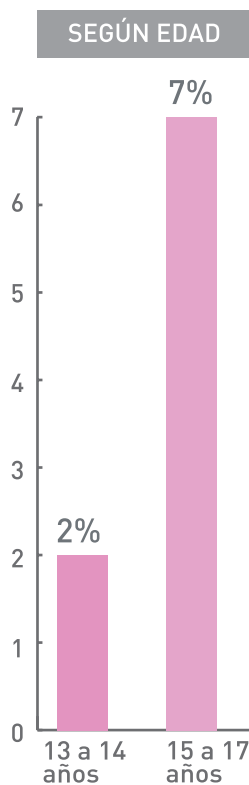
Alguna vez he tenido una cita a ciegas



Muchas de mis amistades comparten fotos íntimas



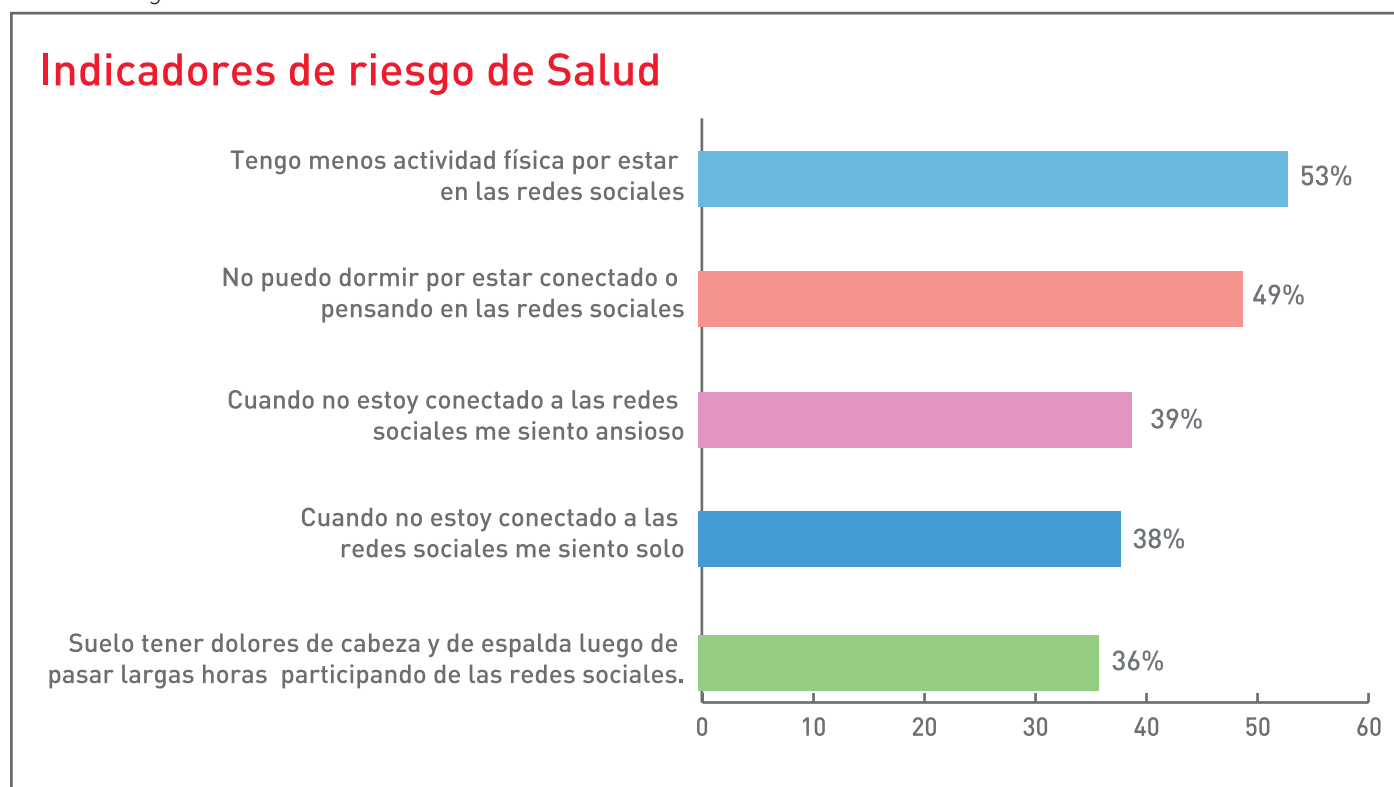
He intercambiado fotos o videos sexys



## Indicadores de riesgos de Salud : dolores físicos y angustia emocional

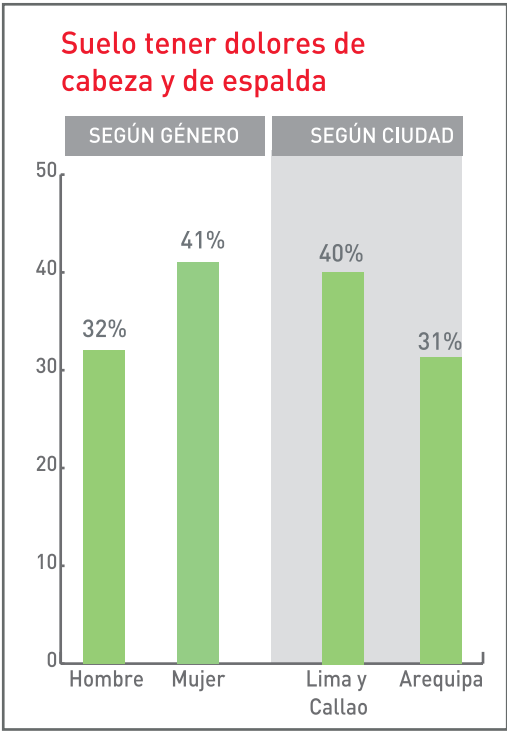
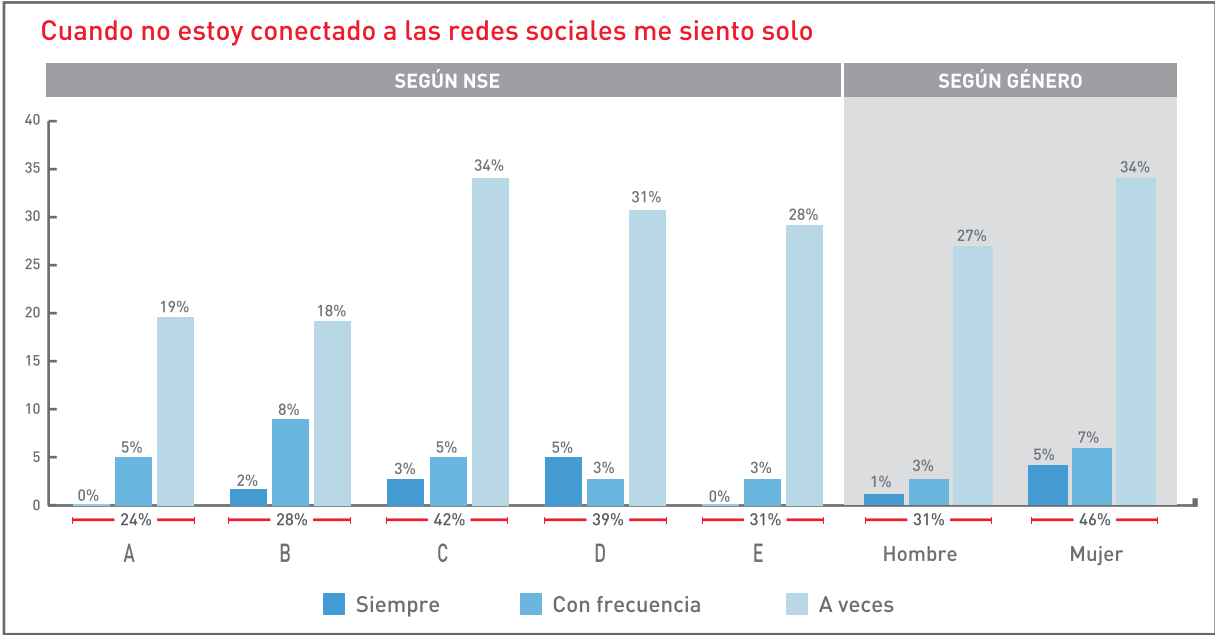
Respecto de riesgos de salud física, más de la mitad de adolescentes reconoce tener menos actividad por estar en redes sociales (53%), lo que a su vez podría relacionarse con problemas de sobrepeso, imagen corporal, hábitos alimenticios, etc. Casi la mitad declara no poder dormir (49%), y el 36% declara tener dolores de espalda y de cabeza. En el lado emocional, el 40% se siente angustiado cuando no está conectado y el 38% se siente solo, algo mucho más frecuente en mujeres (45%) y en los NSE C, D y E.

### Resultados generales



# Indicadores de riesgos de Salud

Resultados del cruce con variables demográficas



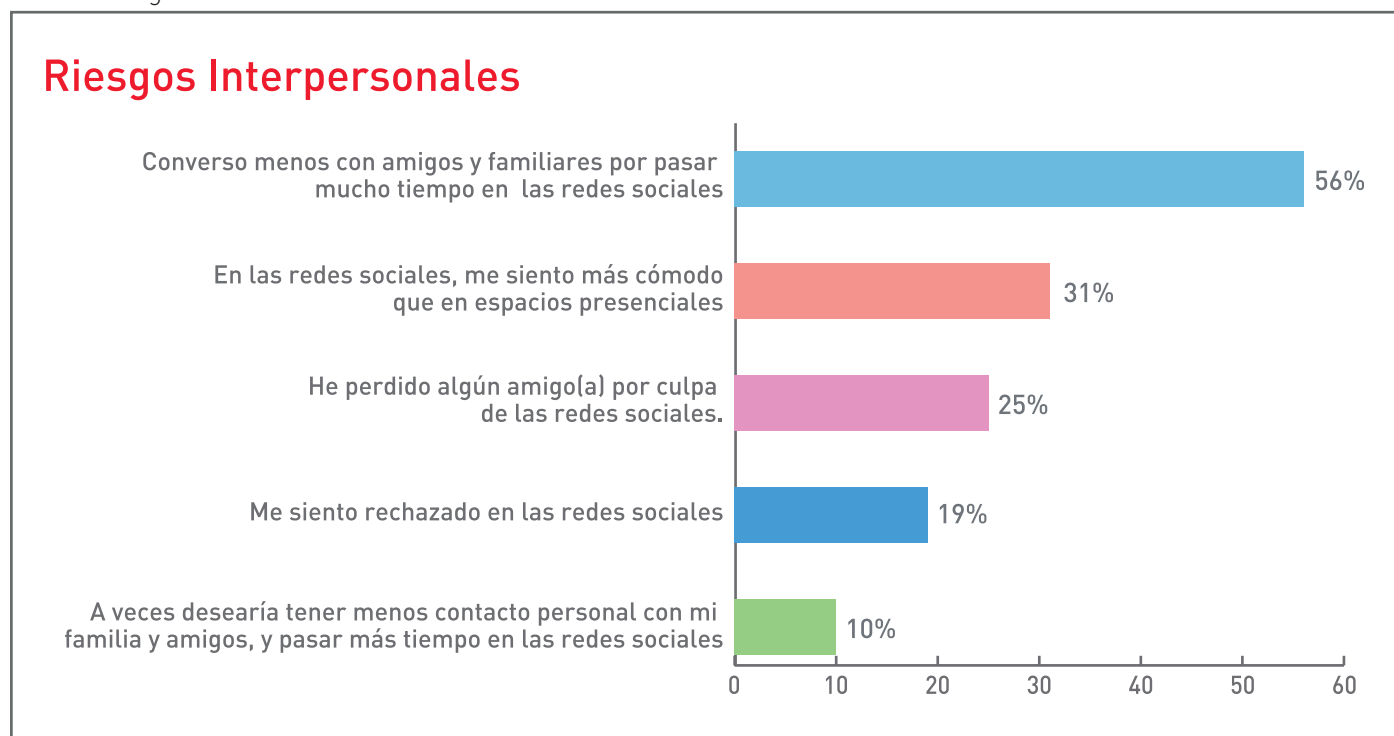


## Indicadores de riesgos Interpersonales: aislamiento de la vida real

Uno de los riesgos que se vincula a las redes sociales es el aislamiento, al respecto más de la mitad de adolescentes afirma que conversa menos con amigos y familiares a causa de las redes (56%), y 1 de cada 4 adolescentes (25%) ha perdido a un amigo por esta causa. Un 10% indica que desearía tener menos contacto personal con su familia y amigos para poder pasar más tiempo en las redes sociales. Un tercio de los adolescentes (31%) se siente más cómodo en espacios virtuales que presenciales, y un 20% se siente rechazado en redes sociales.

Es de notar que en estos items, no hay diferencias por variables sociodemográficas, es decir, el comportamiento es más o menos homogéneo en todos los niveles.

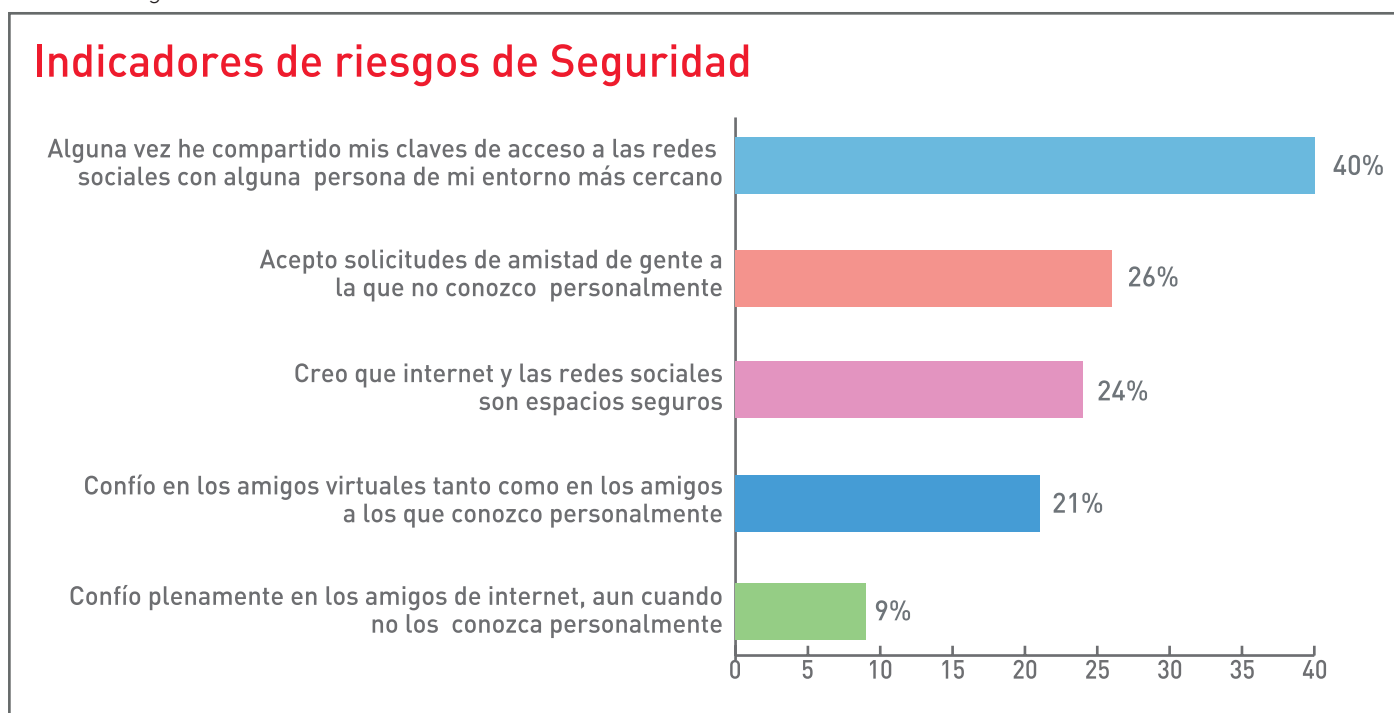
### Resultados generales



## Indicadores de riesgos de Seguridad

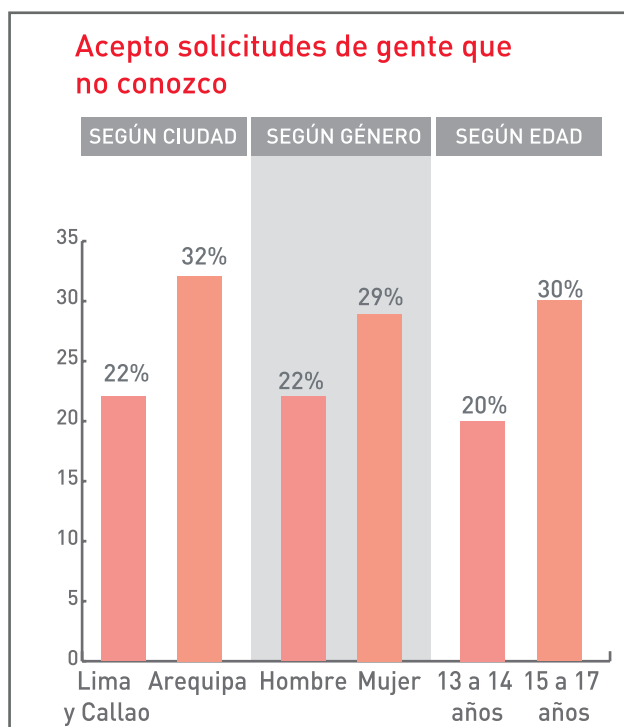
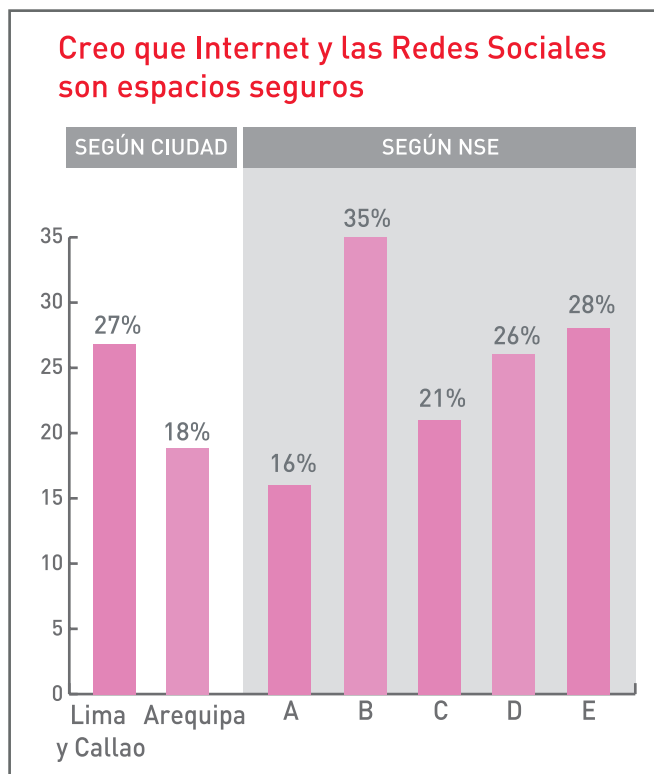
El 40% de adolescentes comparte sus claves de acceso a internet y 1 de cada 4 está convencido de que las RS son espacios seguros, una percepción más generalizada entre adolescentes del NSE B (35%) que entre los de NSE A (16%). Esta confianza puede explicar que 1 de cada 4 (26%) acepta solicitudes de amistad de personas que no conoce, una práctica riesgosa en la que destacan los adolescentes de 15 a 17 años (30%), las mujeres (29%) y los adolescentes de Arequipa (32%). Un 21% confía por igual entre amigos virtuales y conocidos personalmente, sobre todo los hombres (26%).

### Resultados generales



# Indicadores de riesgos de Seguridad

Resultados del cruce con variables demográficas



# Consejos para padres y docentes

El programa ControlaTu Red busca promover una buena salud digital y prevenir conductas de riesgo asociadas al uso de las RS. Aquí algunos consejos clave para padres y docentes. Para más información y materiales más ingresa a: <http://bit.ly/controlaturred-FM>

## **Comunicación y confianza contra el acoso y el chantaje**

Aquellos que acosan y chantajea, lo hacen sobre la base de generar temor y vergüenza. Por ello, es fundamental trabajar con nuestros hijos su autoconfianza y su seguridad de decir NO cuando algo les incomoda.

Los padres/tutores deben construir una relación basada en la confianza y comunicación abierta, de tal manera que el/la adolescente acuda a ellos por ayuda y no a un desconocido.

## **Aprender juntos**

Los padres/tutores deben enseñar a los menores a proteger su privacidad en RS y para ello, es importante que se conviertan en un referente válido en temas de tecnología. Aprender JUNTOS sobre seguridad en RS, es una buena opción para ver las cosas desde la perspectiva de los adolescentes.

## **Crear espacios offline y de actividad física**

El uso abusivo de las RS suele generar menos actividad física, dificultad para dormir, dolores de espalda y de cabeza. Los padres/tutores deben promover activamente espacios para que los menores realicen actividad física y tengan lúdicas y de esparcimiento alternativas al uso de internet.

## **La adicción y problemas no se dan en vacío**

Es importante recordar que el solo hecho de tener acceso a Internet o a un dispositivo móvil, no basta para desarrollar una conducta disfuncional. El uso excesivo de Internet puede ser una forma de afrontar algún problema psicológico o una situación difícil de manejar por la que está atravesando el/la adolescente.

Las RS pueden conducir al aislamiento de los/las adolescentes, quitarlos del espacio natural de interacción con la familia y amigos, y acentuar el sentimiento de soledad. Por ello, es indispensable mantener una actitud de escucha activa ante un posible aislamiento.

Si los padres o tutores sienten que se ha perdido el control sobre la situación, entonces deben consultar con un especialista en salud mental.