

EMBARGADA HASTA EL 27/06/2025 A LAS 1.00 AM

IMPORTANTE:

Se ofrecen declaraciones a los medios el mismo día 27 de junio a las 10:00h de la mañana en la sede de Educo c/Salud 8 (Madrid)

VERANO EMPANTALLADO: 375.000 NIÑOS Y NIÑAS SE QUEDAN SOLOS EN CASA FRENTE AL MÓVIL

- **Un informe de la ONG Educo analiza los datos de una encuesta realizada a 2.316 familias de toda España con hijos e hijas de 6 a 13 años.**
- **Brecha entre la percepción de familias y la opinión experta: más del 40 % no percibe el impacto de las pantallas en el sueño, la ansiedad o el estrés. Casi el 30 % no establece límites al uso digital.**
- **Es urgente promover un entorno digital seguro entre todos los actores implicados y, en verano, garantizar campamentos y actividades de ocio y tiempo libre.**

INFORME PARA DESCARGAR:

Madrid, 27 de junio de 2025.- La ONG de infancia y educación Educo advierte que más de **375.000 niñas y niños** de 6 a 13 años en España (un 10 % del total) tienen las llaves de casa y pasan horas del día solos porque sus padres y madres no pueden acompañarlos, ya sea por falta de recursos económicos, de tiempo o de redes familiares. El informe que acaba de sacar la entidad, *Niños de la llave 3: la vida empantallada*, sitúa el foco en una nueva forma de soledad: la **que ocurre frente a las pantallas**, especialmente durante las vacaciones de verano.

“La soledad no ha desaparecido, sino que se ha transformado adentrándose en el mundo digital. Durante el verano, la situación se agrava, ya que la falta de actividades y acompañamiento multiplica las horas de exposición a las pantallas”, explica Guiomar Todó, directora general adjunta de Educo.

El informe, basado en una encuesta a 2.316 familias de toda España con hijos e hijas de 6 a 13 años, revela que **los niños y niñas reciben su primer smartphone con solo 9 años y 10 meses**, mientras que **las llaves de casa** llegan un año y medio después, cumplidos los 11

Le informamos de que sus datos son tratados, en su condición de responsable del tratamiento, por la Fundación Educación y Cooperación (Educo), domiciliada en C/ Guillem Tell, 47, 08006 Barcelona (contacto del DPO: dataprotection@educor.org), para gestionar su vinculación con nuestra entidad y ofrecerle información relacionada con su actividad. Ud. puede ejercer los derechos de acceso, rectificación, supresión, oposición u otros mediante correo electrónico a dataprotection@educor.org. Puede consultar la política de privacidad completa en <https://www.educor.org/politica-de-privacidad>. Si quiere dejar de recibir nuestros comunicados, puede enviar un correo a media@educor.org.

años y un mes. Se trata de una inversión simbólica de los “rituales de autonomía” donde el móvil se convierte para muchas familias en la forma de “controlar” a sus hijos e hijas cuando están solos, coincidiendo muchas veces con el paso de primaria a secundaria. Con 10 años, el 60 % ya tiene móvil, cifra que asciende al 93 % al cumplir los 13, siendo de 9 a 15 el “segundo periodo sensible de aprendizaje”, un momento crucial para su desarrollo cognitivo, social y emocional.

Según la encuesta de Educo, alrededor del **40 % de padres y madres afirma que sus hijos e hijas están “más” o “mucho más” expuestos a pantallas en verano**. El resto del año, la encuesta revela que solo con el *smartphone* pasan 2:35 horas diarias, alcanzando las **3 horas de media diaria el fin de semana**, con un uso simultáneo de varios dispositivos lo cual eleva el tiempo total de exposición a pantallas. El **62,2 %** de las madres y padres encuestados afirma que sus hijos usan pantallas para tareas escolares, pero **más del 50 %** reconoce también su uso para ver series, jugar *online* o chatear, muchas veces **hasta bien entrada la noche**.

Una brecha entre percepción familiar y evidencia

Uno de los hallazgos más relevantes del informe es la **brecha entre lo que perciben madres y padres y lo que alertan los especialistas consultados y las entidades sociales con las que trabaja Educo**. Aunque la evidencia científica y educativa coincide en señalar múltiples efectos perjudiciales del uso excesivo de pantallas, las familias no siempre lo reconocen: **Solo un 36 %** de madres y padres ve relación clara entre uso de pantallas y **problemas de sueño**, y tan solo **un 33 %** reconoce el vínculo con la **ansiedad, el estrés o la depresión**. Además, menos de la mitad de las familias encuestadas (43,4 %) consideran que **la atención y la concentración resultan afectadas**, y solo el 35,3 % está de acuerdo con que perjudica al **rendimiento escolar**.

En contraste, las entidades sociales denuncian a diario los efectos de esta sobreexposición. Desde la **Asociación Barró (Madrid)**, lanzan una advertencia clara: “Por desgracia, es muy común el caso de chicos y chicas de 9 o 10 años que se quedan jugando a la *Play* o con el *TikTok* hasta la madrugada. Se nota cuando el niño o la niña ha dormido poco: no atienden, están más dispersos, más enfadados”.

Desde la entidad **Farrah (Gran Canaria)**, señalan: “Nos encontramos con niños y niñas que necesitan estímulo constante; en el momento en que no hay estímulo, se salen de la actividad”. Añaden además que muchos niños y niñas acuden a sus espacios tras haber estado enganchados al móvil hasta altas horas de la noche. Esta sobreexposición afecta, además de al descanso, a **la capacidad de atención y autorregulación**, tal como explica

Joan Paul Pozuelos, neurocientífico de la Universidad de Granada, **la autoestima y el vínculo con sus iguales.**

“Estamos dejando que se acuesten y se levanten con el móvil”, afirman desde otras entidades sociales. “Hay madres que nos dicen que no saben qué hacer para que sus hijos se duerman sin el teléfono. Ya lo consideran normal”.

Por otro lado, **casi un 40 % de madres y padres no percibe una relación directa entre el uso de pantallas y la sensación de soledad no deseada o el aislamiento social.** Sin embargo, de nuevo, desde las entidades sociales, que Educo apoya para organizar campamentos de verano, **la percepción es muy distinta.** “Incluso cuando los niños no están solos de forma física, muchas veces buscan la soledad en sus cuartos, sobre todo con el móvil y la *tablet*, porque están enganchados a estas tecnologías”, dicen desde Farrah.

Este tipo de soledad tiene consecuencias emocionales y relacionales. El informe de Educo recoge estudios que **vinculan el aislamiento infantil con una baja autoestima, mayor inseguridad, dificultades para generar vínculos sanos y una menor percepción de bienestar general.**

Finalmente, cerca de la mitad de las familias encuestadas (45,9 %) no considera que exista una relación relevante entre el uso de pantallas y el hecho de **sufrir alguna situación de acoso.** Sin embargo, se ha detectado que las pantallas han ampliado la extensión e intensidad de distintos tipos de violencia contra la infancia, generando en concreto un solapamiento entre acoso escolar y ciberacoso. Hay una sensación de impunidad en las agresiones, tal como resume una educadora: “al estar detrás de una pantalla, parece que no duele”.

A pesar de los elementos perniciosos de la sobreexposición y los contenidos de riesgo de los dispositivos, según el informe de Educo los niños y niñas sí perciben que las redes sociales los ayudan a sentirse **seguros e independientes.** Que gracias a Internet pueden **aprender** más allá de las aulas, o descubrir nuevas aficiones. También, les hacen sentir que **forman parte de un grupo.** “Es indudable que las redes, tal y como está hoy configurada la sociedad, ayudan a hacer amigos, a no sentirse solos y solas. Lo que no impide reconocer que hay riesgos y deben atenderse”, remarca la directora adjunta de Educo.

Infraprotección digital

El informe recoge además que **casi un tercio de las familias no pone límites efectivos** al uso de dispositivos. Un **20,8 %** no aplica ninguna restricción, y un **8,3 %** se lo ha planteado,

Le informamos de que sus datos son tratados, en su condición de responsable del tratamiento, por la Fundación Educación y Cooperación (Educo), domiciliada en C/ Guillem Tell, 47, 08006 Barcelona (contacto del DPO: dataprotection@educar.org), para gestionar su vinculación con nuestra entidad y ofrecerle información relacionada con su actividad. Ud. puede ejercer los derechos de acceso, rectificación, supresión, oposición u otros mediante correo electrónico a dataprotection@educar.org. Puede consultar la política de privacidad completa en <https://www.educar.org/politica-de-privacidad>. Si quiere dejar de recibir nuestros comunicados, puede enviar un correo a media@educar.org.

pero no sabe cómo hacerlo. Solo un **42,9 %** utiliza sistemas digitales de control parental, y un **35,6 %** establece acuerdos verbales o escritos. Y estos sistemas no son los más eficaces según el especialista en sociología de la infancia, Kepa Paul Larrañaga, uno de los expertos participantes en el Anteproyecto de Ley de Protección en Entornos Digitales.

Está claro que las pantallas han llegado a los hogares **sin preparación suficiente**. “Estamos criando a una generación en la que la autonomía viene sin acompañamiento, sin orientación ni apoyo, y donde la tecnología sustituye elementos esenciales para su desarrollo, como puede ser el juego libre con su amigos y amigas. Esta infraprotección en el mundo digital provoca una **brecha, no tanto en quién tiene acceso a la red sino entre quién está más protegido o no**”, señala Todó.

Educo insiste en la importancia de acompañar a las familias, ya que a muchas les falta información, pero también les falta red, apoyo y tiempo. “**No podemos delegar en madres y padres una responsabilidad tan grande sin acompañarlos ni ofrecerles alternativas reales**. Mientras tanto, hay miles de niñas y niños que están siendo moldeados por una tecnología que no les pide permiso”, dice Todó.

Además, la ONG insiste en la necesidad de una educación protectora, **no se trata de prohibir sino de educar y acompañar a todos los actores implicados**, no solo a las familias, en un uso saludable para el bienestar de la infancia y la adolescencia. Generar un entorno digital seguro que promueva la protección individual de los propios chicos y chicas, pero también la que ejercen familias, centros educativos, entorno local y Administraciones Públicas.

“Ya no podemos mirar a otro lado, tenemos un problema y hay que tomar **medidas urgentes**. Necesitamos que se apruebe la **Ley para la Protección de Menores en Entornos Digitales** que ponga límites, entre otras cosas, a las empresas tecnológicas que tienen un rol protagonista en este ecosistema. Es urgente también asegurar la **participación de la infancia y la adolescencia** en este tema. En este sentido, no podemos olvidar sus derechos digitales que, además de incluir derechos específicos de la infancia, incluyen otros como el derecho a la información, a la participación y a la denuncia”.

En **verano**, espacio idóneo para garantizar el bienestar de la infancia a través del ocio y el juego al aire libre, Educo también reivindica el valor de los campamentos y colonias como lugares protectores alternativos a las pantallas que fomentan el desarrollo de habilidades físicas, sociales y emocionales, especialmente para aquellos niños y niñas que no pueden contar con acompañamiento durante las vacaciones.

“El verano es una oportunidad para reconstruir vínculos, recuperar el juego compartido y ofrecer experiencias reales de pertenencia. **Los campamentos y colonias no son un lujo, son una necesidad para garantizar el derecho a una infancia con relaciones, afecto y tiempo de calidad**”, afirma Todó.

Desde la organización se insiste en que las administraciones públicas —desde el nivel estatal hasta el autonómico y local— deben **asegurar durante el verano al menos quince días de actividades de ocio educativo, clave para el desarrollo integral de la infancia, complementar lo aprendido durante el curso escolar, y garantizar su derecho al juego**. Estas actividades deben priorizarse como gratuitas para los niños, niñas y adolescentes en riesgo de pobreza o exclusión social y garantizar al menos una comida al día, entre otras recomendaciones. [Pantallazos de verano](#).

Para asegurar el diseño de políticas públicas adecuadas, resulta imprescindible que los diferentes niveles de la administración dispongan de **datos estadísticos** sobre el acceso a actividades de ocio y tiempo libre en periodos no lectivos “Hay infancia que se pasa el verano sola en casa, y hay infancia que, gracias a una colonia, puede jugar y convivir con otros. Esa diferencia marca su desarrollo emocional, su autoestima y su forma de relacionarse con el mundo”, dice Todó.

Sobre Educo:

*Desde hace más de 30 años, Educo trabaja en la defensa de los derechos de la infancia; especialmente su derecho a recibir una educación de calidad. Actualmente llevamos a cabo más de 200 proyectos en **18 países** en los que participan más de 1 millón de niños, niñas, adolescentes y jóvenes. Formamos parte de la alianza internacional ChildFund, que cuenta con 11 organizaciones internacionales y que está presente en 70 países, donde da apoyo **a 36 millones de niños y niñas y sus familias**.*

Prensa

María López Vivas
maria.vivas@educu.org
660659172

Vanessa Pedrosa
Vanessa.pedrosa@educu.org
626435215

Laura Hurtado
Laura.hurtado@educu.org
670621481