

El 99% de los adolescentes del sur mendocino usa «pantallas» y más de la mitad tiene una “exposición alta”

04/09/2025



Un estudio realizado por la Cruz Roja Argentina, Filial San Rafael, en articulación con el Observatorio Humanitario de Cruz Roja Argentina y con el respaldo del Ministerio de Educación, Cultura e Infancia de Mendoza, reveló datos preocupantes sobre el uso de pantallas en adolescentes del sur provincial.

La investigación, de carácter descriptivo, transversal y cuantitativo, se llevó adelante entre el 12 y el 25 de junio de 2025.

Se encuestaron 1.902 estudiantes de 1º y 2º año de secundaria

de San Rafael, Malargüe y General Alvear, a través de cuestionarios autoadministrados validados por especialistas.

El procesamiento de la información se realizó con software estadístico SPSS, lo que otorga rigurosidad y confiabilidad a los resultados.

DATOS QUE PREOCUPAN

El informe señala que el 99,1% de los adolescentes posee dispositivos tecnológicos en su hogar, y el 96,6% los utiliza mayormente fuera del ámbito escolar.

Un tercio de los encuestados presenta niveles de exposición media, mientras que más de la mitad registra exposición alta o muy alta, superando en los fines de semana las cuatro horas diarias de uso.

CONSECUENCIAS EN LA SALUD

En la faceta emocional, más de la mitad reconoció dificultades para limitar el tiempo frente a pantallas. Entre el 40% y el 50% reportó síntomas de depresión (baja autoestima, tristeza sin causa, pérdida de disfrute, problemas de concentración) y más del 50% mostró indicadores de ansiedad (dificultad para dormir, nerviosismo recurrente).

En la parte física, el 61,4% refirió dolor ocular, cifra que asciende al 76,8% en los adolescentes con exposición muy alta. El 43,5% manifestó dolores posturales (cuello, espalda, brazos o muñecas) y el 52,2% dijo tener problemas para dormir después del uso de pantallas, llegando al 63,4% en los niveles de mayor exposición.

Al hablar de lo cognitivo, el 62,2% expresó dificultades para concentrarse, el 46,1% olvidos frecuentes y un porcentaje significativo problemas de comprensión, lectura y expresión oral, con impacto directo en el rendimiento escolar.

PROPUESTAS PARA PREVENIR Y ACOMPAÑAR

El estudio no solo visibiliza la magnitud del fenómeno, sino que también propone líneas de acción concretas.

Entre ellos destacan promover el uso consciente de dispositivos en el ámbito familiar, establecer herramientas de autorregulación, atender los aspectos emocionales vinculados al uso problemático, revalorizar los vínculos presenciales, proteger el descanso, fomentar hábitos de atención y acompañar profesionalmente los casos que lo requieran.

UN FORO PARA ABRIR EL DEBATE

Los resultados muestran que el uso de pantallas no es una cuestión individual, sino un desafío educativo, social y sanitario.

Para trabajar el tema, el próximo 12 de septiembre a las 9 de la mañana se desarrollará el Foro sobre Uso de Pantallas en Adolescentes en el Centro de Congresos y Exposiciones local.

Este espacio buscará socializar los hallazgos, intercambiar miradas interdisciplinarias y diseñar estrategias conjuntas de prevención y acompañamiento, contribuyendo al fortalecimiento de las políticas públicas en salud y educación.

El encuentro, se convierte en un llamado de atención y, al mismo tiempo, en una invitación a construir soluciones colectivas frente a un fenómeno que atraviesa de lleno a la juventud mendocina.