¿QUÉ DICE LA EVIDENCIA SOBRE PANTALLAS E INFANCIA?

Reflexionando con Laura Cuesta



begoñazpi ikastola

ESKUTIK | TECNOLOGÍA Y REDES SOCIALES

Las pantallas forman parte de la vida cotidiana de niños, niñas y adolescentes: el primer móvil llega, de media, a los 11 años, y su uso preocupa a muchas familias. ¿Hay que prohibir o hay que educar?

Sobre este tema conversamos con Laura Cuesta, profesora de Comunicación Digital en la Universidad Camilo José Cela, autora de *Crecer con pantallas* y *Conectados*, y con más de diez años de trabajo en prevención de adicciones en el Ayuntamiento de Madrid.

En este monográfico recogemos algunas de sus reflexiones, contrastadas con datos, estudios y normativa actual.

El informe de referencia: UNICEF España, 2025

Infancia, adolescencia y bienestar digital (UNICEF España, USC, CCII y Red.es). Casi 100.000 escolares de 5.º de Primaria a Bachillerato y FP; datos de noviembre de 2024 a junio de 2025.

¿Quién tiene ya móvil propio?

Edad	Con móvil propio	Porcentaje
10 años	📱📱📱📱▫️▫️▫️▫️▫️▫️	**41 %**
12 años	📱📱📱📱📱📱📱📱▫️▫️	**76 %**

Escolares con móvil propio según edad. La edad media del primer móvil son los 11 años.

Fuente: UNICEF España (2025)

Hábitos digitales en casa

Dato	Valor
Se acuestan con el móvil en la mesilla	**60 %**
Dicen que sus padres usan el móvil en las comidas	**23,7 %**

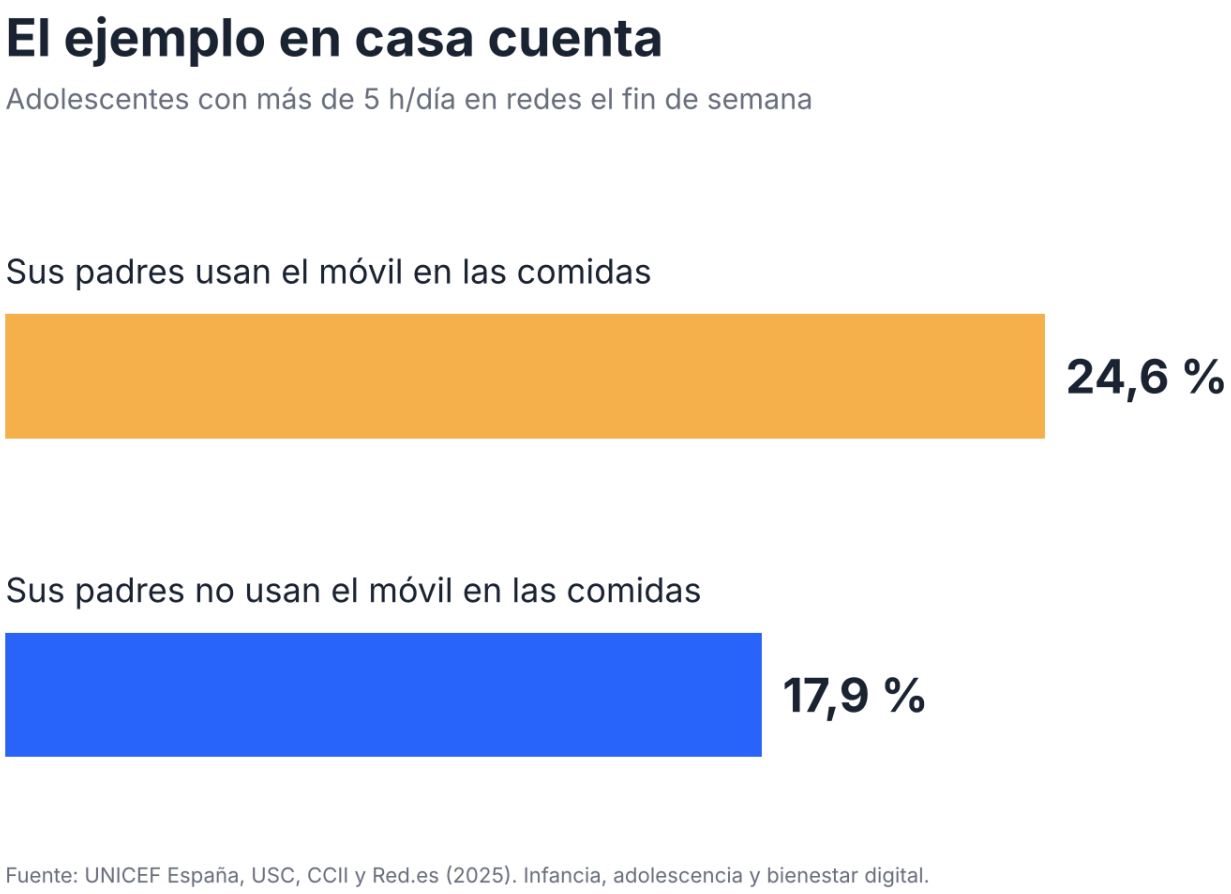


Gráfico 1. Más de 5 h/día en redes el fin de semana, según si los padres usan o no el móvil en las comidas.

Fuente: UNICEF España (2025)



Gráfico 2. Más de 5 h/día en redes y uso problemático o adictivo (cifras aproximadas).

Fuente: UNICEF España (2025)



Gráfico 3. Situación de las principales normas sobre edad de acceso a redes (octubre de 2026).

Fuentes: Comisión Europea, EFE, ABC News y El Demócrata

Conclusión del informe UNICEF: no dormir con el móvil en la habitación y dar buen ejemplo puede reducir a la mitad los usos problemáticos.

Lo importante es acompañar, establecer límites y educar digitalmente.

Otras referencias de la entrevista

El mito del nativo digital

Marc Prensky acuñó el término «nativo digital» en 2001. La revisión de Kirschner y De Bruyckere (2017) concluye que el nativo digital experto en información no existe: crecer rodeado de tecnología no te hace experto.

Regulación: de cerrar la puerta a exigir seguridad

La ley australiana, en vigor desde el 10 de diciembre de 2025, prohíbe cuentas en 10 grandes redes a menores de 16. En Francia, el Consejo Constitucional anuló el 14 de agosto de 2026 el artículo principal de la ley que prohibía las redes antes de los 15. La propuesta europea EU KIDS Act (17 de septiembre de 2026) fija edades por etapas, sin redes antes de los 13 y con cuenta propia desde los 15, y obliga a las plataformas a demostrar que son seguras desde el diseño; aún debe aprobarse en el Parlamento y el Consejo. En España, la ley de protección de menores en entornos digitales, que incluía un veto a las redes antes de los 16, decayó con la disolución de las Cortes.

Alpha School (Austin, Texas)

Dedica dos horas diarias a las materias académicas con software de inteligencia artificial y el resto de la jornada a talleres. Es un centro privado y de pago (FOX 7 Austin).

Horowitz Andreessen Academy

Una alternativa a la universidad, sin titulación oficial, con unos 50 alumnos desde otoño de 2027 y socios como Anthropic, Nvidia y OpenAI (CBS News).

Alberto C. Taquini y el «overtake» educativo

Médico e investigador argentino. Su charla «Hacia el cambio: overtake» plantea que el modelo educativo de los siglos XIX y XX está agotado (UCEMA).

Fuentes que pueden ser de tu interés para profundizar en estos temas

Fuente	Contenido
Infancia, adolescencia y bienestar digital UNICEF España, USC, CCII y Red.es (2025)	Informe con casi 100.000 escolares: primer móvil, horas de uso, sueño, ejemplo familiar y uso problemático.
The myths of the digital native and the multitasker Kirschner y De Bruyckere (2017)	Revisión científica que desmonta el mito del nativo digital (Teaching and Teacher Education, 67).
La EU KIDS Act restringirá el acceso de los menores a las redes sociales Comisión Europea (17/09/2026)	Propuesta europea de edades mínimas por etapas y seguridad desde el diseño.
El Constitucional francés censura la prohibición de redes sociales a menores de 15 años EFE (14/08/2026)	Anulación del artículo principal de la ley francesa.
Australia's social media ban for kids under 16 goes into effect ABC News (10/12/2025)	Entrada en vigor de la prohibición australiana para menores de 16.
Alpha School y Horowitz Andreessen Academy FOX 7 Austin · CBS News	Nuevos modelos educativos con inteligencia artificial.
Hacia el cambio: overtake (Alberto Taquini) UCEMA	Charla sobre el agotamiento del modelo educativo tradicional.

Redacción y análisis:
Zaira Vicente · Directora de EDUCAIDEA
Proyecto ESKUTIK · Begoñazpi Ikastola