

# Time Use Week

**BUILDING A NEW GLOBAL AGENDA**

Barcelona, from 23 to 27 November 2020

## Ús excessiu d'internet en adolescents i impacte sobre la salut

Sònia Chavero Bellido  
Servei de Salut Pública



**Diputació  
Barcelona**

Àrea de Cohesió Social,  
Ciutadania i Benestar

# Una imatge molt comuna...



Ús incorrecte i desmesurat de les noves tecnologies  
per part dels joves

# Repercussions sobre la salut



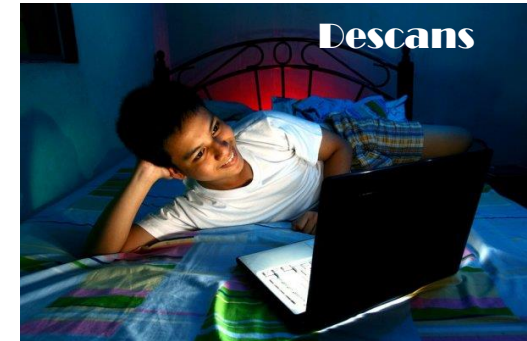
**Sedentarisme**

60 minuts diaris d'activitat física moderada o intensa

**Sobrepès / obesitat**



IMC 18,5 – 25 Kg/m<sup>2</sup>



**Descans**

8 – 10 h diàries

**Relacions**



**Concentració**

**Dieta**



**Consums**



**Oci inactiu**

# Un paper important d'internet



Font d'informació de confiança  
en multitud d'aspectes relacionats  
amb la salut i els seus determinants



# L'addicció a les pantalles



L'adolescència és una etapa de canvis,  
si es crea una addicció  
es pot arrossegar durant anys



**Problema emergent de salut pública**

# Una dada...

El **95,7%** dels joves de **15 anys** tenen mòbil propi





Quantificar la magnitud del fenomen de l'ús excessiu/desmesurat d'internet.



Veure l'associació amb els principals factors relacionats amb la salut i la seva evolució temporal.

# L'instrument

Enquesta d'hàbits  
relacionats amb la salut  
(4t d'ESO)



DADES SOCIODEMOGRÀFIQUES



SALUT AUTO PERCEBUDA



RELACIONS AMB ELS  
TEUS COMPANYS/ES



ACCIDENTS I MOBILITAT



ESTAT D'ÀNIM



RELACIONS INTERPERSONALS



HÀBITS D'ALIMENTACIÓ



LLEURE



RENDIMENT ESCOLAR



CONSUM DE TABAC



CONSUM D'ALCOHOL



PERCEPCIÓ DE L'ENTORN



CONSUM D'ALTRES  
SUBSTÀNCIES



SEXUALITAT

NOU



COVID-19



# Preguntes i respostes

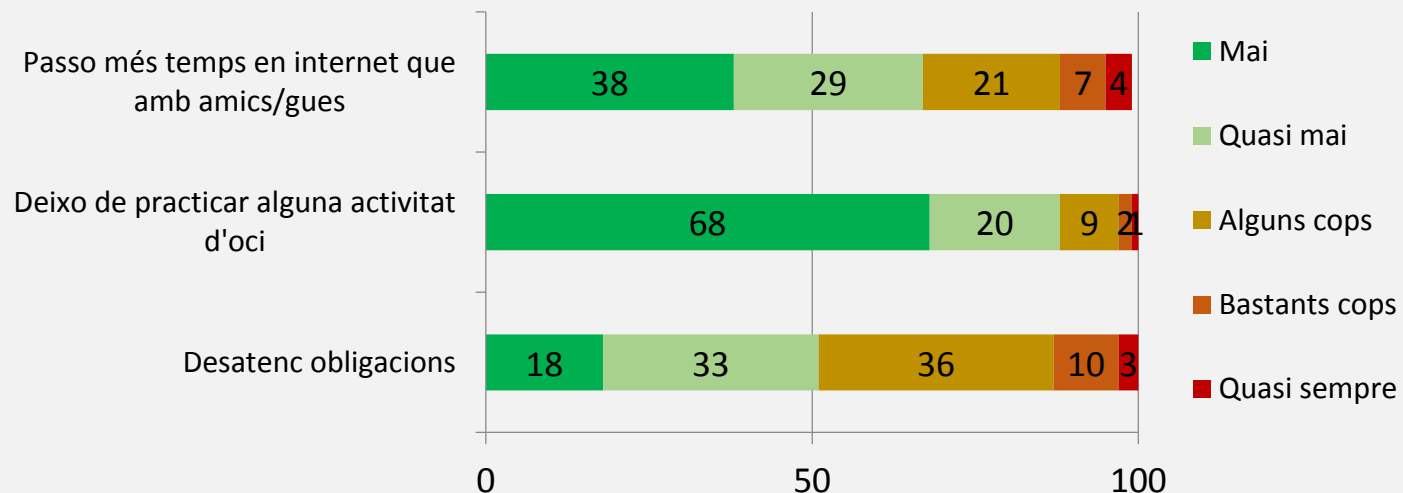
## 33, 34 i 35 Preguntes sobre l'ús d'internet

	Mai	Quasi mai	Alguns cops	Bastants cops	Quasi sempre
Desatens les teves obligacions per passar més temps navegant per la xarxa?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Has deixat de practicar alguna activitat d'oci per poder tenir més temps per connectar-te a internet?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Passes més temps navegant per internet que amb els teus amics/igues?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



N = 8.065 joves  
(3.939 nois i 4.126 noies)  
41 municipis de la província  
2015-2018

## Percentatge de resposta a preguntes sobre internet:

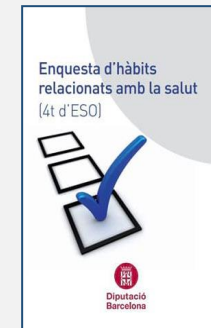


# Ha variat l'ús excessiu d'internet?

17 municipis de la província de Barcelona (N=8.331)

2015/2016  
(N=3.943)

2018/2019  
(N=4.338)



Diputació  
Barcelona



Servei d'Estadística  
Universitat Autònoma de Barcelona

# Tendència temporal

2015/2016



3,19

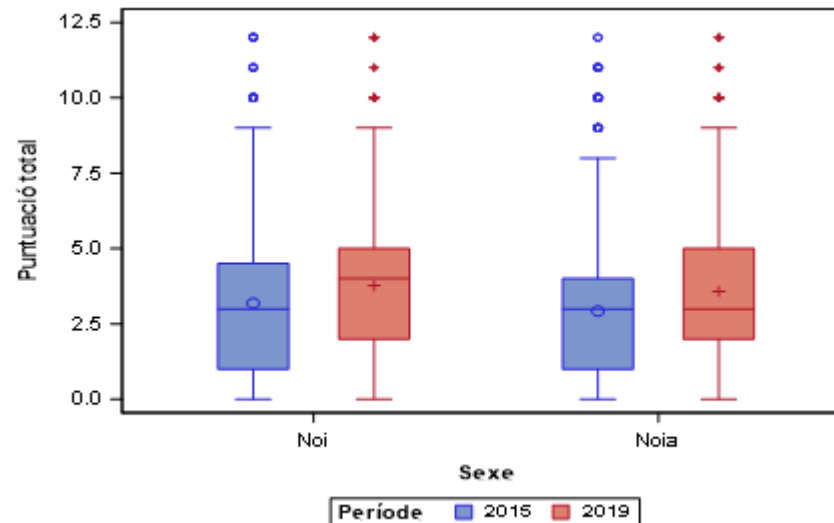


2,93

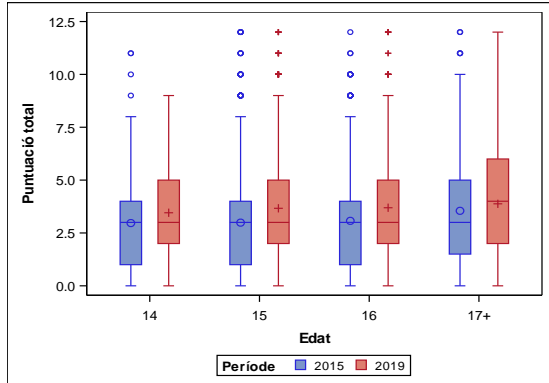
2018/2019

3,77

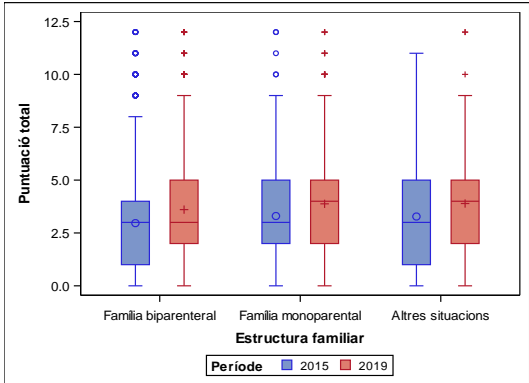
3,58



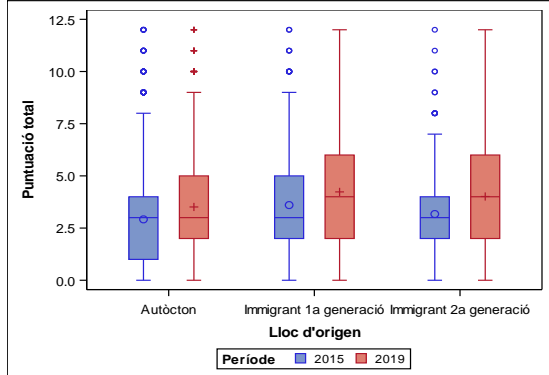
## Categories d'edat (més ús excessiu a més edat)



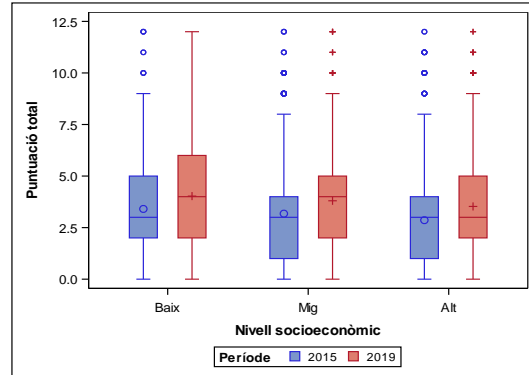
## Estructura familiar (més en famílies no biparentals)



## Lloc d'origen (més en immigrants de 1a generació)



## Nivell socioeconòmic (més a menor nivell)



No s'observen diferències segons titularitat del centre escolar ni segons nivell d'estudis dels progenitors

# Relació amb altres variables de salut



Es troba significació en les anàlisis bivariades entre les diferents categories:

## Relació directa

- Índex de massa corporal
- Consum de fast-food
- Consum de begudes energètiques
- No sortir mai de nit
- Incapacitat i desacord en l'ús del preservatiu
- Consum de tranquil·litzants
- Patir maltractament físic i psicològic
- Assetjament sexual presencial i en xarxes
- Mala relació amb els progenitors

## Relació inversa

- Pràctica d'esport i activitat física
- Consum de verdures
- Adherència a la dieta Mediterrània
- Valoració sobre el medi ambient, l'estat del barri i la convivència



En canvi, no es troben variacions significatives en:

- Accidentabilitat
- Haver provat el tabac
- Haver provat l'alcohol
- Haver provat drogues més perilloses

## Associació directa

1. Comportaments incívics

3. Sexe (+ nois)

6. Maltractament psicològic

9. Sortir de nit entre setmana

11. Lloc d'origen (+ inmigr. 1a generació)

12. Relativització del risc de l'alcohol

14. Assetjament en xarxes socials

16. Assetjament escolar

## Associació inversa

2. Estat anímic positiu

4. Freqüència de veure amics entre setmana

5. Consum de fruita

7. Relacions sexuals

8. Bona salut autopercebuda

10. Ús de la bicicleta

13. Bon rendiment escolar percebut

15. Intensitat del consum de tabac



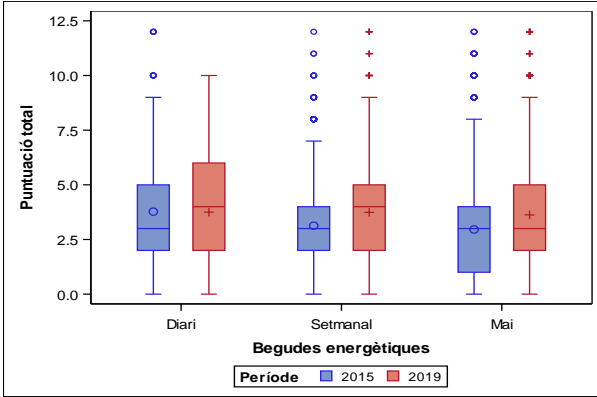
ASSOCIACIÓ ESTADÍSTICA SIGNIFICATIVA





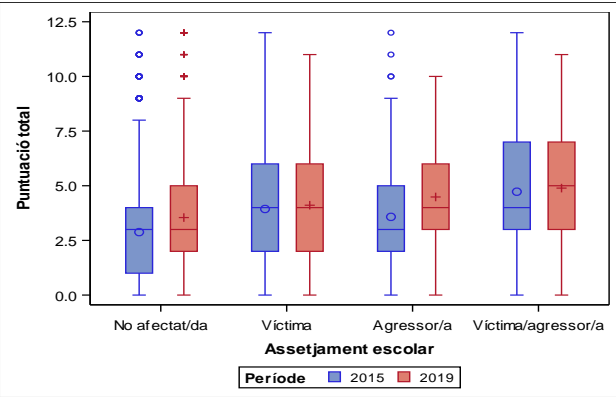
## Consum de begudes energètiques

Sense variació entre 2015 i 2019 entre els consumidors diaris, mentre que en les categories de menys consum s'incrementa



## Assetjament escolar

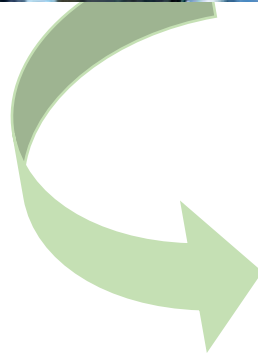
Major increment en les persones agressores



# Conclusions

- L'ús excessiu d'internet:
  - Té **relació amb la salut i els seus determinants**.
  - **Ha augmentat en els últims anys i afecta més a nois que a noies**.
  - Està fortament relacionat amb paràmetres d'**auto-realització** (actituds incíviques, baix estat anímic, mala salut autopercebuda i assetjament escolar)
  - Està associat amb la majoria d'**hàbits i de determinants socials** de la salut jove.
- Entendre els usos excessius i les potencials addiccions és el primer pas per a orientar cap a un **ús responsable i saludable** de les tecnologies.
- És necessari donar **eines** als i les adolescents per afavorir una relació saludable amb les pantalles.
- El consum d'internet ha de ser una **prioritat per a la promoció de la salut**.
- En l'actual context de pandèmia convindria **reforçar l'atenció** sobre l'ús desmesurat i excessiu de pantalles.





Gràcies!!



**Diputació  
Barcelona**

Àrea de Cohesió Social,  
Ciutadania i Benestar

**Servei de Salut Pública**  
**Secció d'Informació i Anàlisi en Salut Pública**

[www.diba.cat/salutpublica](http://www.diba.cat/salutpublica)

[ssp.infoanalisi@diba.cat](mailto:ssp.infoanalisi@diba.cat)