**La percepción de los menores sobre su vulnerabilidad digital y mecanismos para protegerse en el entorno online**

A raíz del confinamiento como consecuencia de la COVID-19 en 2020, se ha intensificado el uso de la tecnología incorporándola en múltiples y nuevas facetas de nuestra vida. Este proceso de digitalización se ha visto incrementado entre la llamada “Generación Zeta”, donde la tecnología está ya completamente integrada en su día a día: el 90% de los menores disponen de un smartphone y pasan una media de 4 horas al día conectados a Internet, más tiempo del que dedican a sus estudios (Qustodio, 2022).

A pesar del uso intensivo que los menores hacen del móvil (en plataformas de video online, redes sociales o apps de comunicación), éstos no perciben que el tiempo manifestado que le dedican al día sea un problema en el desempeño de sus actividades diarias (FAD, 2018). Son las familias las que manifiestan que el uso habitual de los dispositivos móviles afecta de forma negativa a sus hijos, aunque solo 4 de cada 10 familias utilizan una herramienta de control parental para proteger a sus hijos en su actividad online (Qustodio, 2022).

Diferentes estudios señalan que la vulnerabilidad digital entre los menores (Fuente-Cobo, 2017) está asociada al uso excesivo en Internet y redes sociales, acrecentado por la accesibilidad de los smartphones (Pastor, García-Jiménez & López-de-Ayala, 2022); el poder de atracción de la tecnología (Díaz-López, Maquilón-Sánchez y Mirete-Ruiz, 2020) y; la inmediatez y anonimato que ofrecen los dispositivos electrónicos (Sánchez y Álvarez, 2018). Aunque numerosas investigaciones analizan los factores de riesgo asociados al uso de internet entre los menores, muy pocas están enfocadas desde la percepción de los menores sobre su propia vulnerabilidad digital.

Se ha realizado un estudio cuantitativo a una muestra de 300 menores españoles entre 14 y 16 años para conocer si se sienten vulnerables cuando están interactuando en el entorno online y qué herramientas de protección utilizan para enfrentarse a esas situaciones.

Los principales resultados del estudio señalan la alta intensidad de los menores en el entorno online (un 74,7% reconoce conectarse todos los días a RRSS y un 55,7% ve videos en YouTube con la misma frecuencia).

Esta alta exposición en el entorno online provoca situaciones de vulnerabilidad entre los menores que les genera cierta indefensión. Así, el 41% de los adolescentes se sienten vulnerables ante las *fake news*, provocándoles inseguridad en la Red. Además, un 30% de los menores declaran sentirse mal ante las faltas de respeto o criticas/insultos generados en RRSS, un 29% ha sentido miedo al acceder sin querer a contenido peligroso/inadecuado, o cuando un desconocido ha intentado contactar con él (22%) o le ha hecho una proposición incorrecta/indebida (19%). Por último, alrededor del 20% confiesa sentirse mal ante chantajes/amenazas, e inferior o intimidado ante el resto de la gente.

Ante estas situaciones de vulnerabilidad, el menor se protege a través de varias herramientas: en primer lugar, su círculo de confianza (un 88% recurre a los amigos y un 73% a los padres). También destacan las herramientas de protección vinculadas con las destrezas del menor en competencias digitales como bloquear cuentas o crearlas privadas. Por último, es importante señalar los sistemas de protección autoimpuestos por el menor como: revisar la información antes de subirla (76%), no subir contenido personal (70%), o compartirlo solo con personas conocidas (77%). Destaca que un tercio de la muestra señale no haber sabido qué hacer y haberse quedado bloqueado ante esa situación o que un 26% no haya hecho nada porque no le ha resultado fácil buscar ayuda.