

## **La seguridad de WhatsApp para los jóvenes, cómo evitar los principales peligros de las herramientas de comunicación online**

**La edad no es el único elemento a tener en cuenta: la madurez del menor y su comprensión de los riesgos de las herramientas de comunicación online son los factores más importantes, tal y como señalan los expertos de Qustodio. El porcentaje de popularidad de WhatsApp entre los menores españoles ha crecido en los últimos años, llegando hasta el 63% en 2022, según el último informe de Qustodio**

Las propias condiciones de WhatsApp establecen que es obligatorio tener al menos 16 años para registrarse en la aplicación y utilizar el servicio de mensajería. Sin embargo, según los datos del último estudio anual sobre los hábitos digitales presentado por Qustodio, "De Alpha a Zeta, educando a las generaciones digitales", el 63% de los menores españoles entre 4 y 18 años usan esta plataforma de comunicación.

Aunque en 2022 su tiempo de uso se ha moderado (descendiendo desde 41 min/día en 2021 a los 32 min/día actuales), el porcentaje de menores que emplean WhatsApp como canal prioritario de comunicación no ha parado de crecer durante los últimos años, pasando de un 59% en 2020 a un 63% en 2022.

¿A partir de qué edad es seguro el uso de WhatsApp?

Los términos de WhatsApp fijan como edad mínima de descarga los 16 años, sin embargo, muchos menores se adelantan, aunque los expertos recomiendan, al menos, esperar hasta los 14 años para comenzar a utilizar esta herramienta. No obstante, aunque la edad es un criterio orientativo, no es el único elemento que debe ser tenido en cuenta: la madurez del menor y su comprensión de las implicaciones del empleo de las herramientas de comunicación online son los factores más importantes, tal y como señalan desde Qustodio, la plataforma líder de seguridad digital para familias.

Ya antes de entregarles su primer dispositivo, los padres tienen la oportunidad de educar a sus hijos en el manejo de estas aplicaciones, ofreciéndoles un buen ejemplo y acompañándolos en el aprendizaje digital para que asimilen cómo utilizarlas sin riesgos. Así, cuando crezcan y comiencen a usarlas de forma autónoma, estarán preparados.

¿Cuáles son los peligros de WhatsApp para los menores?

Ciberacoso escolar o cyberbullying. Una práctica que sale de los colegios e institutos y se puede llegar a instalar en las pantallas a través de comentarios hirientes, insultos, memes o amenazas. El acoso ha pasado de las aulas y patios de recreo a una constante que puede comprender las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

Grooming: cuidado con el contacto con desconocidos. Cualquier persona que consiga el número de teléfono de un menor, puede enviarle a través de WhatsApp mensajes de texto o de voz, fotos y vídeos sin filtro y sin que los padres tengan conocimiento de ello. En ocasiones, son adultos que se hacen pasar por otros menores con la intención de conseguir imágenes personales, información o incluso un encuentro con finalidad sexual (grooming). En el informe "Impacto de la tecnología en la adolescencia" publicado por Unicef, se expone que 1 de cada 10 adolescentes ha recibido una proposición sexual en Internet por parte de un adulto.

Vamping: el fenómeno de utilizar la tecnología por la noche. Para su adecuado desarrollo, los menores deberían dormir una media de 10 horas diarias. En cambio, un estudio de la Universitat Oberta de Catalunya calcula que aproximadamente un 70% de los adolescentes españoles no duerme lo suficiente, y en torno al 80% utiliza el móvil durante la noche para hablar por WhatsApp con sus amigos, ver vídeos de TikTok o seguir a influencers. Una adicción que puede perjudicar su salud y su desempeño escolar.

¿Cómo proteger a los menores de los riesgos de WhatsApp?

Evitar los contenidos inadecuados. Concienciación, comunicación y empatía son las tres claves para proteger a los menores de la difusión de contenidos inapropiados. Deben entender que cualquier información que envíen a través de Internet puede acabar en manos indeseadas. Para ello, las estrategias más efectivas son las siguientes: explicar a los adolescentes los peligros del sexting, hacer que se pongan en el lugar de las personas que ven expuesta su intimidad involuntariamente y que entiendan que enviar y reenviar imágenes sin consentimiento es un delito.

Comunicación familiar. De cara a estar a salvo de los ciberacosadores de menores hay que mantener una conversación abierta con los niños, para que comprendan que solo debe comunicarse con personas de confianza, informar a sus padres sobre cualquier mensaje sospechoso y bloquear a los desconocidos.

Noches sin móvil. Para evitar la sobreexposición nocturna a las pantallas y la falta de sueño es necesario limitar el tiempo y los lugares donde el móvil puede ser utilizado. No consultarlo desde un par de horas antes de ir a la cama y dejarlo fuera del dormitorio durante la noche, son dos normas apropiadas para evitar el vamping. Es esencial que los padres sean los primeros en dar ejemplo.

Para Eduardo Cruz, CEO y co-fundador de Qustodio, "las plataformas de comunicación online, como WhatsApp, pueden ser una herramienta muy útil para que los menores socialicen y se mantengan en contacto con la familia, pero también conllevan una serie de riesgos que los padres deben conocer y tratar de minimizar: la educación digital, la comunicación y la supervisión parental son fundamentales".

**Datos de contacto:**

Carmela Lasheras  
622186165

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Nacional](#) [Educación](#) [Comunicación](#) [Sociedad](#) [Ciberseguridad](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>