

LOS ADOLESCENTES Y EL USO DE LA TELEVISIÓN

Isabel Gutiérrez Martínez

Centro de Foniatría y Logopedia, Santander
isa.gutier@hotmail.com

Ángela Del Barrio Fernández

Universidad de Extremadura
angela.delbarrio@gmail.com

<http://dx.doi.org/10.17060/ijodaep.2015.n1.v1.89>

Fecha de Recepción: 4 Febrero 2015

Fecha de Admisión: 30 Marzo 2015

RESUMEN

Se presentan en estos resultados obtenidos en una investigación más amplia sobre aspectos relativos a los adolescentes y las TIC. En concreto, en este trabajo, se analizan datos relacionados con el uso de la televisión.

Dada la complejidad de factores que rodea la vida de nuestros jóvenes en la sociedad actual, igualmente compleja, que nos ha tocado vivir; nos pareció relevante investigar el tema de la televisión y su influencia en la vida de nuestros adolescentes. De todas las TIC la televisión y el teléfono son los mayoritarios en la vida de los adolescentes. La televisión, es vista por todos los adolescentes, siendo una de las actividades que más tiempo les ocupa, tanto en su día a día, como durante los fines de semana.

La importancia del uso y abuso que hacen los adolescentes de la televisión y sus consecuencias es un tema de primer orden. No conciben la vida sin la televisión que reúne el atractivo de la imagen, el sonido, la sorpresa, la variedad, la inmediatez en vivo desde cualquier lugar del mundo, etc... Bien utilizada la televisión entretiene, fomenta la imaginación, transmite conocimientos y valores, promueve estilos de vida, favorece la cultura, etc... por el contrario, un uso inadecuado de la misma, favorece el sedentarismo, incentiva una determinada visión del mundo de tal forma que lo que no aparece en TV parece que no existe, incide de forma negativa sobre las relaciones interpersonales, propicia la imitación de lo que aparece en la pantalla; lo que puede implicar aceptación de la violencia, prácticas sexuales no controladas, seducción por el consumismo, y escaso esfuerzo intelectual, etc....

En concreto, los datos que aquí se presentan, se refieren a algunos aspectos relacionados con el uso de la televisión, por parte de los alumnos de la ESO y 1º de Bachillerato de la Comunidad Autónoma de Cantabria.

Palabras clave: TIC, adolescencia, actitudes, televisión

ABSTRACT

We present results obtained as part of a wider research on issues relating to adolescents and ICT. Specifically, in this work, we analyze data related to the use of television.

Given the complexity of the factors that surrounds the lives of young people in today's society, which is equally complex and in which we live, we found it relevant to investigate the issue of television and its influence on the lives of our teenagers. Out of all ICT, television and mobile phone are most present in the lives of adolescents. Television is watched by all teenagers, making it one of their most time-consuming activities, both during weekdays as during weekends. The importance of the use and abuse that teenagers make of television and its consequences are issues of first order. They cannot imagine life without the television that combines the alluring image, sound, surprise, variety, the live immediacy from anywhere in the world, etc. When used correctly, television entertains, encourages imagination, knowledge and transmitted values, it promotes lifestyles, culture, etc. Improper use thereof, on the contrary, promotes a sedentary lifestyle, encourages a particular world view in which what is not on TV seems to not exist, has a negative effect on interpersonal relationships, encourages imitation of what appears on the screen, which may imply acceptance of violence, uncontrolled sex, seduction by consumerism, and little intellectual effort, etc.

Specifically, the data presented here refer to some aspects related to the use of television by students of the ESO and 1 grade of Bachelor of Autonomous Community of Cantabria.

Keywords: ICT, adolescence, attitudes, television

ANTECEDENTES

Nuestra forma de vida, y de manera especial la de los adolescentes está cambiando debido al impacto que tiene en la sociedad actual las TIC. De entre todas ellas, la televisión es el medio que tiene mayor relevancia, ya que en los países desarrollados ver la televisión se ha convertido en una actividad muy importante de la vida del niño (Bercedo, 2008); y en gran medida también de los adolescentes. La televisión igual que el resto de las TIC puede ser un magnífico instrumento para la formación de los adolescentes y de la sociedad si se utiliza de forma adecuada; o justo lo contrario si no se hace así.

De todas las TIC la televisión y el teléfono son los mayoritarios en la vida de los adolescentes. Prácticamente la totalidad de los adolescentes tienen televisor en su casa, siendo muy frecuente la existencia de varios. La televisión, es vista por todos los adolescentes, siendo una de las actividades que más tiempo les ocupa, tanto en su día a día, como durante los fines de semana.

En los hogares de hoy no se concibe la vida sin la televisión. Prácticamente en todas las casas y un porcentaje cada vez más elevado, tienen dos o más televisores. Es evidente el gran papel que la TV juega en la información y en el ocio pero también hay que resaltar los aspectos negativos derivados de un mal uso o el abuso de este medio. Este hecho cobra especial relevancia cuando se trata de niños y/o adolescentes. El uso excesivo o sobreconsumo de televisión en estas edades, se asocia con múltiples efectos negativos para la salud, la educación y las relaciones interpersonales tanto en el ámbito familiar, como en el social de los niños y adolescentes. Parece claro, que este mal uso, contribuye a que se disminuya el tiempo dedicado a la lectura, deporte, juegos, comunicación familiar, relaciones interpersonales, y afecte al rendimiento escolar, de forma que un tiempo excesivo utilizado en ver la televisión se ha asociado con un menor nivel educativo logrado en la edad adulta, un mayor abandono de los estudios y una obtención de peores calificaciones en sus estudios (Bercedo, 2008 y Lara, 2009). En nuestro trabajo hemos querido constatar empíricamente algunas de estas afirmaciones.

Castellanos (en prensa), nos plantea que no hay ninguna justificación para que un niño y un ado-

lescente tengan televisor en su dormitorio, y ésta, debe apagarse mientras la familia se reúne para comer ya que es un momento importante para hablar y mejorar la cohesión. Sin embargo, da la impresión de que en nuestra sociedad esto no sea esto demasiado frecuente. Nos señala este autor, que es evidente el gran papel que la TV juega en la información y en el ocio pero también hay que resaltar los **aspectos negativos** derivados de un mal uso:

Sedentarismo y obesidad.

Visión del mundo solo a través de TV de tal forma que lo que no aparece en TV no existe.

Imitación de lo que aparece en la pantalla, lo que puede implicar aceptación de la violencia como algo normal, prácticas sexuales no controladas, visión de escenas suicidas, seducción por la publicidad y el consumismo, y escaso esfuerzo intelectual que implica ver TV.

Por otra parte, la televisión estimula el consumismo a través de la publicidad, así como contribuye al desarrollo de la obesidad, de niveles elevados de colesterol, fomenta el hábito de fumar y el alcohol, así como un peor estado físico cuando se llega a la edad adulta (Robinson, 1993; Bercedo et al., 2001; Hancox et al., 2004). Citados en Bercedo, (2008). La televisión al igual que algunas otras TIC, puede crear dependencia y derivar en trastornos de los hábitos saludables y de la conducta.

En esta línea, la investigación de Santiesteban (2005) sobre una muestra de 2.322 niños y jóvenes señala que las puntuaciones medias en agresividad aumentan en aquellos grupos que pasan más tiempo viendo TV o con videojuegos, siendo mayores si los contenidos son más agresivos.

Sería injusto no reconocer los **aspectos positivos** como recoge Redondo y col. (2000) a saber: *Ventana abierta al mundo.*

Estimula la fantasía y la imaginación, favorece el dialogo y el aprendizaje.

Promociona la salud, estimula la afición a otros medios.

Ayuda a conocer valores humanos, actitudes y estilos de vida, y además entretiene.

Por otra parte, quizás no se esté explotando de forma adecuada el gran papel que la TV podría desempeñar como recurso educativo, empezando por la educación para desarrollar el espíritu crítico, trabajando con sus documentales, analizando determinados debates, aprendiendo en la escuela a descifrar los mensajes publicitarios, etc..., y parece, por tanto, que estamos desaprovechando este recurso y que sus influencias se relacionan más con aspectos poco positivos para la educación de nuestros jóvenes, así nos señala Muñoz García (2009) podríamos resumir la **influencia de la TV** así:

A- Favorece el consumismo.

B- Acentúa el efecto marca.

C- Instaaura modas.

D- Induce a la imitación de comportamientos.

En nuestros días estamos totalmente influenciados en la comunicación y en el ocio por el consumo de las nuevas tecnologías. Tenemos que asumir este hecho y no podemos afirmar que este consumo vaya a ser causa de adicción, pero sí se ve una clara tendencia a que los que abusan de ellos se van a ver afectado por las mismas (Lara, 2009)

En nuestra sociedad hemos ampliado la duración de la adolescencia, justificándola por motivos educativos. No queremos que nuestros niños entren en el mundo del trabajo precozmente. El sentido de la frase: Estoy en construcción. Perdonen las molestias (Impreso en una camiseta), citado por Marina (2015) se alarga en los países desarrollados.

MÉTODO

Objetivo

Analizar algunas de las características relevantes de una muestra de adolescentes escolarizados en la Comunidad Autónoma de Cantabria, en relación con sus hábitos de uso de la Televisión.

Muestra

La muestra está compuesta por 2371 alumnos desde 1º de ESO a 1ª de Bachillerato con una distribución de 1203 varones y 1168 mujeres. Todos respondieron al cuestionario en una aplicación colectiva en el grupo clase. Se optó por un muestreo por conglomerados, estratificado con el fin de que pudiera considerarse representativa de la Comunidad Autónoma.

Instrumento

Especial énfasis se puso en la fase del diseño de una encuesta que es el elemento crítico de la validez. Para la generación de ítems se tuvieron en cuenta, tanto las revisiones bibliográficas, como la opinión de personas expertas con un conocimiento contrastado sobre la temática a medir, así como, la consideración de opiniones y comentarios de algunos alumnos de la población diana. Posteriormente, se elaboró un primer cuestionario piloto con el que se hicieron en una serie de pruebas y ajustes. Una vez definida la versión del cuestionario se aplicó a una pequeña muestra de sujetos de características similares a la población estudiada. Esta muestra no se incluye en la muestra definitiva. Esta prueba, nos permitió una nueva revisión y modificación del cuestionario y nos ayudó a establecer los adecuados procedimientos organizativos de la investigación.

Se optó por un muestreo por conglomerados, estratificado con el fin de que pudiera considerarse representativa de la CCAA.

Este trabajo se ha realizado utilizando la metodología de encuestas. En este caso en concreto, aunque las encuestas se realizaban de manera presencial, el cuestionario a cumplimentar se trataba de una versión on line. El instrumento utilizado fue un amplio cuestionario en el que se analizan una serie de áreas consideradas de relevancia para la investigación.

Se eligió la encuesta por tratarse de un conjunto de procesos para recopilar información sobre aspectos difíciles de observar directamente por el investigador. Es un instrumento muy adecuado para desarrollar el conocimiento de la conducta y los procesos educativos, así como para el estudio aplicado a las características de una población.

La encuesta que hemos elaborado para esta investigación, se puede calificar como:

Muestral: se ha encuestado a una muestra representativa de alumnos de la ESO y de 1º de Bachillerato de toda la Comunidad Autónoma de Cantabria (previamente zonificada), contemplando tanto a la enseñanza pública como de la concertada

Descriptiva y explicativa: se aportan resultados en términos de estadísticos descriptivos y también se ha buscado la relación entre las variables objeto de estudio.

Transversal: se recoge la información una única vez.

Una vez definido el sistema de recogida de los datos, el cuestionario, y seleccionada la muestra, se decidió, el modo de administración, con el fin de que se produjera en condiciones similares para todos los sujetos evitando los sesgos que se pudieran producir por parte del encuestador. Para ello, nos ocupamos personalmente de estar presentes en la mayor parte de las sesiones para la obtención de los datos, si bien, en algunos centros fueron los propios profesores los que pasaron el cuestionario a sus alumnos, siguiendo unas pautas previamente establecidas por nuestra parte. Para evitar posibles situaciones anómalas en la aplicación, se optó en la práctica totalidad de los casos, por la utilización de la versión online del cuestionario, que directamente incorporaba las respuestas a una base de datos.

Procedimiento

Los participantes han realizado la encuesta de forma voluntaria y sus datos han sido introducidos en el SPSS para su posterior análisis. Se llevó a cabo la administración del instrumento de evaluación a los participantes de manera colectiva en hora de clase, según fecha y hora determinada por el calendario académico de los centros de Enseñanza Secundaria.

RESULTADOS

Para el análisis de los datos y estudiar la relación entre las variables se usó el paquete estadístico SPSS 15.0 para Windows. El estadístico elegido para decidir si las diferencias encontradas entre las variables eran o no significativas fue la prueba chi-cuadrado. Entendemos por diferencias significativas, a partir del nivel de significación de 0,05%. La prueba chi-cuadrado es una prueba no paramétrica idónea para la medición de variables nominales, es decir, cuando asignamos sujetos a categorías (Pérez 1998 y ss., citado en Gutiérrez, J.N. et al. 2002) como el caso que nos ocupa

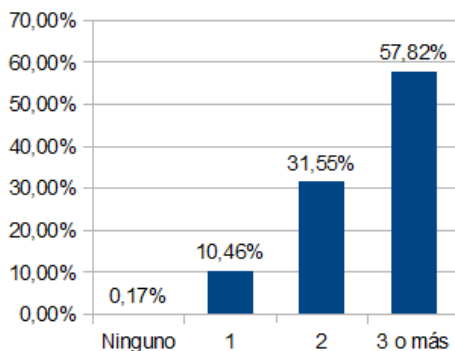
En la tabla 1 se puede apreciar cómo la mayor parte de las familias disponen de varios televisores de forma que han convertido sus viviendas en una multisala televisiva. Un dato relevante que se desprende de la investigación es que la mayoría de los encuestados, un 89,54 % (1228 sujetos) manifiesta tener dos o más televisores en casa. También es importante saber que tan solo 0,17 %; únicamente 4 de los encuestados que responden a este ítem manifiestan no tener ninguna televisión

Estos resultados van en línea con todos los estudios publicados que demuestran un mayor consumo televisivo en los adolescentes, posiblemente porque los niños a medida que crecen y llegan a la adolescencia exigen más a sus padres, desean ver programas diferentes y los padres acceden con la compra de otro televisor que de forma mayoritaria se instala en su habitación, Bercedo (2008).

Tabla 1: Número de TV en casa

	FRECUENCIA	PORCENTAJE
NINGUNO	4	0,17%
1	248	10,46%
2	492	31,55%
3	736	57,82%

Figura 1: Número de TV en casa



De todos los medios de comunicación, ver la televisión sigue siendo la actividad que más tiempo nos ocupa. En la tabla 2, se puede ver el número de horas que dedican a ver la televisión los adolescentes encuestados, tanto durante la semana como en los fines de semana.

LOS ADOLESCENTES Y EL USO DE LA TELEVISIÓN

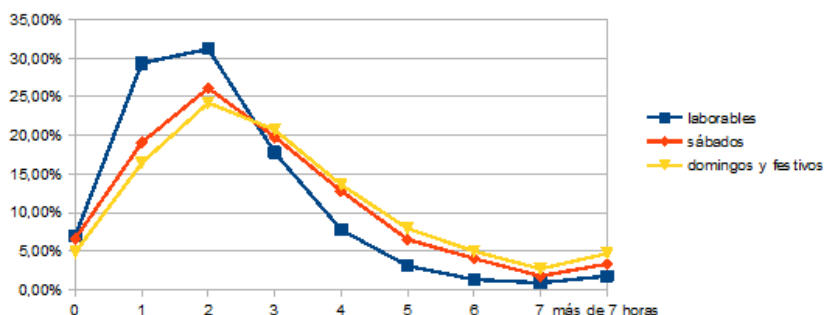
Alrededor de la mitad de los adolescentes disponen en estos momentos en su habitación de la televisión, ordenador, Internet y videoconsola con lo que podemos afirmar que la posibilidad de engancharse a la pantalla que tiene el adolescente se multiplica, y que la presencia simultánea de todos los medios de comunicación en la habitación puede aumentar de forma alarmante su consumo (Bercedo 2008).

Una gran parte de los adolescentes, ven la TV el tiempo que quieren verla sin que exista un control parental claro en éste sentido.

Tabla 2: Horas de TV al día

HORAS	LABORABLES		SÁBADOS		DOMINGOS Y FESTIVOS	
	FRECUENCIA	%	F.	%	F.	&
0	165	6,96%	157	6,62%	115	4,85%
1	695	29,31%	452	19,06%	389	16,41%
2	739	31,17%	619	26,11%	573	24,17%
3	421	17,76%	469	19,78%	491	20,71%
4	184	7,76%	303	12,78%	322	13,58%
5	73	3,08%	154	6,50%	188	7,93%
6	31	1,31%	96	4,05%	118	4,98%
7	21	0,89%	42	1,77%	64	2,70%
Más de 7 horas	42	1,77%	79	3,33%	111	4,68%

Figura 2 : Horas de TV al día



Esta falta de control paterno no solo se traduce en más horas televisivas, ya que los adolescentes no “saben decidir” en qué momento tienen que apagar el televisor, y aún más cuando la están contemplando en su habitación, sino que también la falta de recomendación y consejo paterno está produciendo en el adolescente una falta de sensibilidad frente a la violencia. Ninguna familia permitiría a un extraño que entrase en su casa a enseñarles a sus hijos durante unas horas cada día violencia, sexo o corrupción, y eso es precisamente lo que puede llegar a hacer la televisión, sobre todo en las horas nocturnas donde los niños mayores y adolescentes pueden ser potenciales espectadores. Por otra parte, nos indica Bercedo (2008) que la relación entre el exceso de consumo televisivo y la obesidad ha quedado demostrada en diferentes estudios.

La relación entre el exceso de consumo televisivo y la obesidad ha quedado demostrada en diferentes estudios. Así, en los niños cántabros con obesidad severa se encontró un mayor consumo televisivo (4,5 horas/semana o más) (Redondo et al., 2000).

Otro aspecto a considerar es la influencia de la publicidad y los anuncios. Los anuncios publicitarios reúnen las condiciones idóneas para llamar la atención del adolescente. Los adolescentes son considerados como consumidores ideales y la televisión comercial puede reforzar en ellos actitudes excesivamente materialistas y consumistas. Incluso se ha acusado a la industria televisiva de la promoción de hábitos de riesgo entre los adolescentes, tales como el consumo de alcohol, tabaco, drogas, anorexia nerviosa, obesidad en la adolescencia. La televisión se ha convertido en el educador sexual principal de los adolescentes. Esto ha sucedido no por elección consciente, sino por abandono. Aunque la televisión podría ser un medio poderosísimo de aprendizaje positivo sobre las relaciones y la sexualidad humanas, en la actualidad es mucho más negativa que positiva, puesto que el sexo es ofrecido con humor, excitación, peligro o violencia (Redondo et al., 2000).

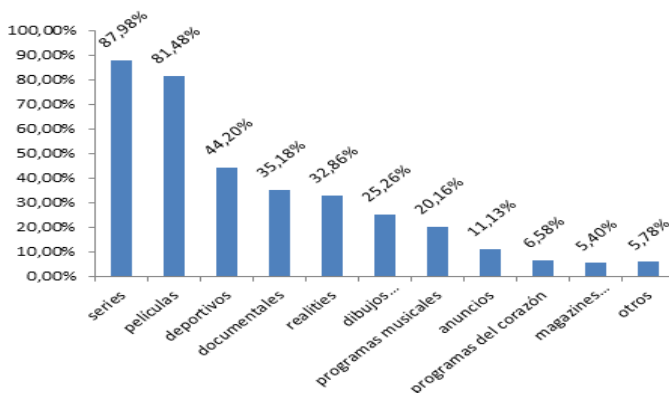
LOS ADOLESCENTES Y EL USO DE LA TELEVISIÓN

Tabla 3: Contenidos que visualiza en la TV

	DOCUMENTALES		PELÍCULAS		SERIES		DIBUJOS ANIMADOS		PROG. MUSICALES		MAGAZINES VARIEDADES	
	Frec	%	Frec	%	Frec	%	Frec	%	Frec	%	Frec	%
NO	1537	64,82%	439	18,52%	285	12,02%	1772	74,74%	1893	79,84%	2234	94,22%
SÍ	834	35,18%	1932	81,48%	2086	87,98%	599	25,26%	478	20,16%	137	5,78%

	PROGRAMAS CORAZÓN		DEPORTIVOS		ANUNCIOS		REALITIES		OTROS	
	Frec	%	Frec	%	Frec	%	Frec	%	Frec	%
NO	2215	93,42%	1323	55,80%	2107	88,87%	1592	67,14%	2243	94,60%
SÍ	156	6,58%	1048	44,20%	264	11,13%	779	32,86%	128	5,40%

Figura 3: Contenidos que visualiza en la TV



En la Tabla 3, se puede ver un análisis descriptivo del tipo de programas que con mayor frecuencia ven los adolescentes que componen la muestra.

Por otra parte, se han encontrado diferencias significativas entre el número de horas que ven la televisión, tanto los días laborables como los fines de semana, por tipo de estudios realizados y zonas en donde viven. Así como en el tipo de contenidos que visualizan.

A su vez, hemos encontrado relaciones significativas entre el número de horas que ven la televisión estos alumnos, tanto en los días laborables como en los fines de semana, el repetir curso. Teniendo repercusiones significativas, no solo en cuanto a la repetición de Curso, sino también en las calificaciones medias obtenidas.

Tabla de contingencia

		HORAS TV LABORABLES										TOTAL
		0	1	2	3	4	5	6	7	>7	0	
Repite curso	No	Recuento	127	578	584	308	131	47	22	11	23	1831
		% de Repite curso	6,9%	31,6%	31,9%	16,8%	7,2%	2,6%	1,2%	,6%	1,3%	100,0%
	Si, un curso	Recuento	28	97	127	87	44	19	7	9	14	432
		% de Repite curso	6,5%	22,5%	29,4%	20,1%	10,2%	4,4%	1,6%	2,1%	3,2%	100,0%
	Si, dos cursos	Recuento	10	20	28	26	9	7	2	1	5	108
		% de Repite curso	9,3%	18,5%	25,9%	24,1%	8,3%	6,5%	1,9%	,9%	4,6%	100,0%
Total	Recuen.	165	695	739	421	184	73	31	21	42	2371	
	% de Repite curso	7,0%	29,3%	31,2%	17,8%	7,8%	3,1%	1,3%	,9%	1,8%	100%	

Pruebas de chi-cuadrado

		Valor	gl	Sig. asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	de	56,412(a)	16	,000

También se aprecia con claridad en nuestro estudio la relación existente entre el número de horas de ver televisión y la dedicación a actividades extraescolares, deportivas, sociales, estar con amigos, etc...; lógicamente a mayor número de horas frente al televisor menos dedicación a este otro tipo de actividades.

Otro aspecto a tener en cuenta, es la relación existente entre el número de televisores que hay en la casa y la percepción que tiene los propios adolescentes de que dedican más tiempo del que debieran a ver la televisión.

LOS ADOLESCENTES Y EL USO DE LA TELEVISIÓN

Tabla de contingencia

		NUMERO TV EN CASA					TOTAL
		Ninguno	1	2	3 o más		
Dedica a la TV más tiempo del que debiera	No	Recuento	2	193	581	984	1760
		%	0,10%	11,00%	33,00%	55,90%	100,00%
	Si	Recuento	2	53	163	383	601
		%	0,30%	8,80%	27,10%	63,70%	100,00%
Total	Recuento	4	246	744	1367	2361	
	%	0,20%	10,40%	31,50%	57,90%	100,00%	

Pruebas de chi-cuadrado

		Valor	gl	Sig. asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	de	12,914(a)	3	,005

Importante nos pareció también la relación existente entre el número de horas que un adolescente ve la Tv, especialmente los fines de semana (sábados y domingos) Tv la vivencia que siente en relación con sus amigos, indicando que le gustaría cambiar de amigos.

Tabla de contingencia

		HORAS TV SÁBADOS												TOT.
		0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	>10	
Le gustaría cambiar total. de amigos	No	Recuen.	140	424	585	445	278	132	86	33	21	14	9	20
		%	6,4%	19,4 %	26,7 %	20,3 %	12,7 %	6,0%	3,9%	1,5%	1,0%	,6%	,4%	,9%
	Si	Recuento	17	26	33	23	25	21	10	9	2	1	1	11
		%	9,5%	14,5 %	18,4 %	12,8 %	14,0 %	11,7 %	5,6%	5,0%	1,1%	,6%	,6%	6,1%
Total	Recuen.	157	450	618	468	303	153	96	42	23	15	10	31	2366
	%	6,6%	19,0 %	26,1 %	19,8 %	12,8 %	6,5%	4,1%	1,8%	1,0%	,6%	,4%	1,3%	100,0 %

Pruebas de chi-cuadrado

	Valor	gl	Sig. asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	69,387(a)	11	,000

Todo ello, nos tiene que hacer meditar mucho sobre la importancia que tiene el uso de la Tv por parte de nuestros adolescentes.

CONCLUSIONES

De todas las TIC la televisión y el teléfono son los mayoritarios en la vida de los adolescentes. Prácticamente la totalidad de los adolescentes tienen televisor en su casa, siendo muy frecuente la existencia de varios.

Ver la Tv es una de las actividades que más tiempo les ocupa, tanto en su día a día, como durante los fines de semana

Prácticamente en todas las casas, tienen dos o más televisores. Los datos nos indican la existencia de una relación entre el número de televisores que hay en la casa y la percepción que tiene los propios adolescentes de que dedican más tiempo del que deberían a ver la televisión.

Es evidente el gran papel que la TV juega en la información y en el ocio pero también hay que resaltar los aspectos negativos derivados de un mal uso o el abuso de este medio. Este hecho cobra especial relevancia cuando se trata de niños y/o adolescentes.

El uso excesivo o sobreconsumo de televisión en estas edades, se asocia con múltiples efectos negativos para la salud, la educación y las relaciones interpersonales tanto en el ámbito familiar, como en el social de los niños y adolescentes. Parece claro, que este mal uso, contribuye a que se disminuya el tiempo dedicado a la lectura, deporte, juegos, comunicación familiar, relaciones interpersonales, y afecte al rendimiento escolar,

La televisión al igual que algunas otras TIC, puede crear dependencia y derivar en trastornos de los hábitos saludables y de la conducta.

Se han encontrado diferencias significativas entre el número de horas que ven la televisión, tanto los días laborables como los fines de semana, por tipo de estudios realizados y zonas en donde viven. Así como en el tipo de contenidos que visualizan

A su vez, parece haber relaciones significativas entre el número de horas que ven la televisión estos alumnos, tanto en los días laborables como en los fines de semana, y las repeticiones de curso. Teniendo repercusiones significativas, no solo en cuanto a la repetición de Curso, sino también en las calificaciones medias obtenidas

También se aprecia con claridad en nuestro estudio la relación existente entre el número de horas de ver televisión y la dedicación a actividades extraescolares, deportivas, sociales, estar con amigos, etc...; lógicamente a mayor número de horas frente al televisor menos dedicación a este otro tipo de actividades.

Importante nos pareció también la relación existente entre el número de horas que un adolescente ve la Tv, especialmente los fines de semana (sábados y domingos) Tv la vivencia que siente en relación con sus amigos, indicando los que más horas dedican a ver Tv, que le gustaría cambiar de amigos.

BIBLIOGRAFÍA

- Andersen RE, Crespo CJ, Bartlett SJ, Cheskin LJ, Pratt M. (1998) Relationship of physical activity and television watching with body weight and level of fatness among children: results from the Third National Health and Nutrition Examination Survey. *JAMA*. 1998;279:938-942
- Bercedo A, Redondo C, Capa G L y González-Alciturri Casanueva, MA. (2001) Hábito televisivo en los niños de Cantabria. *An Esp Pediatr*. 2001;54:44-52
- Bercedo, A. (2008). Los Medios de Comunicación. En Redondo, C. et al. Atención al adolescente. Universidad de Cantabria. Santander
- Castellano, G. (no editado). Nuevas tecnologías y Adolescentes. IES Marqués de Santillana. Torrelavega. Cantabria
- Gutiérrez Fernández, J. N.; García Lastra, M. (2002). *La juventud de Santillana del Mar*. Ed. Consejería de Educación y Juventud del Gobierno de Cantabria y Asociación "Amigos de Santillana del Mar". Santander: 2002
- Lara, F. et al (2009). Uso y abuso de las TIC en la población escolarizada burgalesa 10-18 años. Relación con otras variables psicosociales. Proyecto Hombre. Burgos.
- Marina, J.A. (2015). El talento de los adolescentes. Ariel. Barcelona.
- Muñoz García F. (2009). El impacto de las pantallas, televisión, ordenador y videojuegos. En *Pediatría Integral* Vol. XIII. 10.
- Redondo, C. et al. (2000). La televisión como hábito no saludable en el niño. Santander: Consejería de Sanidad, Consumo y Servicios Sociales
- Redondo, C. et a. (2008). Atención al adolescente. Universidad de Cantabria.
- Santiesteban, C. (2005). "Menores y agresividad: relaciones con los tiempos dedicados a TV, videojuegos y actividades intelectivas". *VI Jornadas de drogas, violencia y menores*. Ponencia. Auditorio de la ONCE, Madrid. Organiza: Proyecto Hombre.