

## ENCUESTA PARA LAS FAMILIAS

---

Estoy de acuerdo con que la información que voy a facilitar sea utilizada de forma totalmente anónima para el estudio “Uso de pantallas en la infancia: estudio transversal y revisión de la literatura”.

- a) Sí.
- b) No.

### Datos sociodemográficos

1. ¿Quién contesta esta encuesta?
  - a) Madre.
  - b) Padre.
  - c) Ambos en conjunto.
  - d) Otros:
2. Fecha de nacimiento del niño/a:
3. Sexo del niño/a:
  - a) Hombre
  - b) Mujer
4. Edad de la madre: \_\_\_\_\_ años.
5. Edad del padre: \_\_\_\_\_ años.
6. Nacionalidad de origen de la madre:
7. Nacionalidad de origen del padre:
8. Ingresos familiares mensuales:
  - a) Menos de 1000€ al mes.
  - b) Entre 1000-2000€ al mes.
  - c) Entre 2000-3000€ al mes.
  - d) Entre 3000-5000 € al mes.
  - e) Más de 5000 € al mes.
9. Nivel de estudios de la madre (máximos estudios que posee):
  - a) No estuvo escolarizada.
  - b) Educación primaria.
  - c) Educación secundaria.
  - d) Bachillerato o Formación Profesional
  - e) Carrera universitaria.
10. Nivel de estudios del padre (máximos estudios que posee):
  - a) No estuvo escolarizado.
  - b) Educación primaria.
  - c) Educación secundaria (COU).
  - d) Bachillerato o Formación Profesional.
  - e) Carrera universitaria.
11. ¿Estáis los padres separados o divorciados?
  - a) Sí.
  - b) No.

### Preguntas sobre uso familiar de pantallas

12. Selecciona qué dispositivos y servicios tenéis en casa (*marcar varias respuestas*):
- a) Televisión.
  - b) Ordenador.
  - c) Tablet.
  - d) Smartphone.
  - e) Wifi/conexión a Internet.
  - f) Plataformas de suscripción (Netflix, Max, Prime, Disney...).
  - g) Videoconsolas (Play Station, Nintendo Switch, X-Box...).
13. ¿Tenéis o habéis tenido algún soporte para sujetar los dispositivos para vuestro hijo/a? (adaptador de tablet/móvil en el coche para los niños, soporte para el teléfono móvil en el carrito, otros...).
- a) Sí.
  - b) No.
14. En cuanto a la televisión, si hay alguien en casa, ¿con qué frecuencia está encendida aunque nadie la esté viendo?
- a) Siempre.
  - b) Casi siempre.
  - c) A veces.
  - d) Casi nunca.
  - e) Nunca.
15. Y los demás dispositivos (tablet, ordenador, videoconsolas...), ¿los apagáis cuando no se están usando?
- a) Siempre los apagamos.
  - b) Casi siempre los apagamos.
  - c) A veces los apagamos.
  - d) Casi nunca los apagamos.
  - e) Nunca los apagamos.
16. ¿Coméis viendo la televisión?
- a) Siempre.
  - b) Casi siempre.
  - c) A veces.
  - d) Casi nunca.
  - e) Nunca.
17. Y en cuanto a otros dispositivos (móvil, tablet...), ¿alguno/s de los miembros de la familia los usa durante las comidas?
- a) Siempre.
  - b) Casi siempre.
  - c) A veces.
  - d) Casi nunca.
  - e) Nunca.
18. ¿Dejáis el teléfono móvil (u otros dispositivos de comunicación) apartado o en otra habitación mientras jugáis con vuestro/a hijo/a?
- a) Siempre.
  - b) Casi siempre.
  - c) A veces.
  - d) Casi nunca.
  - e) Nunca.

19. ¿Utilizan tus hijos las pantallas (televisión, teléfono móvil, videojuegos...) en las 2 horas antes de irse a dormir?
- a) Siempre.
  - b) Casi siempre.
  - c) A veces, sobre todo los fines de semana.
  - d) Casi nunca.
  - e) Nunca.
20. En cuanto al contenido que ven tus hijos (vídeos, películas, videojuegos...), ¿lo elegís vosotros?
- a) Siempre.
  - b) Casi siempre.
  - c) A veces.
  - d) Casi nunca.
  - e) Nunca.
21. ¿Seguís las recomendaciones por edad de las aplicaciones, videojuegos, contenido...?
- a) Siempre.
  - b) Casi siempre.
  - c) A veces.
  - d) Casi nunca.
  - e) Nunca.
22. ¿Revisáis el contenido (vídeos, aplicaciones, videojuegos...) ANTES de que lo vea vuestro hijo/a para aseguraros de qué va a ver?
- a) Siempre.
  - b) Casi siempre.
  - c) A veces.
  - d) Casi nunca.
  - e) Nunca.
23. ¿Tienes puestas medidas de control parental en los dispositivos que utiliza tu hijo/a?
- a) Sí.
  - b) No.
24. Si compartes tus dispositivos (tablet, ordenador) o usáis plataformas de suscripción en casa (Netflix, Max, Disney...), ¿tiene tu hijo/a su propia sesión/usuario?
- a) Sí.
  - b) No.
25. ¿Cuál de los siguientes dispositivos tiene tu hijo/a? (*entendiéndose como un dispositivo que utiliza él/ella principalmente*)
- a) Tiene su propio smartphone.
  - b) Tiene su propia tablet.
  - c) Tiene su propio ordenador (portátil o de mesa).
  - d) Tiene su propia videoconsola.
  - e) Otro: \_\_\_\_\_
26. Nos gustaría saber, pensando en el día de ayer (da igual si fue día de diario o fin de semana), cuánto tiempo ha dedicado tu hijo/a a realizar las siguientes actividades. Si es demasiado pequeño o no ha hecho algunas de ellas, deja la respuesta en blanco. El tiempo que haya dedicado a las que Sí haya hecho, exprésalo en minutos u horas:
- a) Ver la televisión (convencional o plataformas de suscripción): \_\_\_\_\_ minutos / \_\_\_\_\_ horas.
  - b) Ver videos online (YouTube...): \_\_\_\_\_ minutos / \_\_\_\_\_ horas.
  - c) Usar redes sociales (TikTok, Instagram...): \_\_\_\_\_ minutos / \_\_\_\_\_ horas.
  - d) Jugar a videojuegos (en el ordenador o la videoconsola): \_\_\_\_\_ minutos / \_\_\_\_\_ horas.
  - e) Jugar a juegos en el teléfono móvil: \_\_\_\_\_ minutos / \_\_\_\_\_ horas.

- f) Uso de plataformas de mensajería instantánea (WhatsApp, Telegram...): \_\_\_\_\_ minutos / \_\_\_\_\_ horas.
- g) Videollamadas: \_\_\_\_\_ minutos / \_\_\_\_\_ horas.
- h) Uso de dispositivos electrónicos con fines educativos o creativos (hacer deberes, leer, dibujo, crear álbum de fotos...): \_\_\_\_\_ minutos / \_\_\_\_\_ horas.
27. Teniendo en cuenta el tiempo que pasa tu hijo/a con las pantallas y el contenido al que accede, ¿de qué manera crees que influyen los medios digitales en su ....?
1. Aprendizaje:
    - a) Son muy beneficiosos.
    - b) Son algo beneficiosos.
    - c) No influyen.
    - d) Son algo perjudiciales.
    - e) Son muy perjudiciales.
  2. Capacidad para concentrarse:
    - a) Son muy beneficiosos.
    - b) Son algo beneficiosos.
    - c) No influyen.
    - d) Son algo perjudiciales.
    - e) Son muy perjudiciales.
  3. Creatividad:
    - a) Son muy beneficiosos.
    - b) Son algo beneficiosos.
    - c) No influyen.
    - d) Son algo perjudiciales.
    - e) Son muy perjudiciales.
  4. Capacidad para relacionarse con los demás:
    - a) Son muy beneficiosos.
    - b) Son algo beneficiosos.
    - c) No influyen.
    - d) Son algo perjudiciales.
    - e) Son muy perjudiciales.
  5. Salud:
    - a) Son muy beneficiosos.
    - b) Son algo beneficiosos.
    - c) No influyen.
    - d) Son algo perjudiciales.
    - e) Son muy perjudiciales.
28. ¿Crees que el tiempo que dedica tu hijo/a con las pantallas...?
- a) Es demasiado tiempo.
  - b) Es el tiempo adecuado.
  - c) Dedica poco tiempo con las pantallas.
29. ¿Tenéis normas establecidas en la familia sobre el uso de pantallas?
- a) Sí.
  - b) No.
30. Si la respuesta es que sí, ¿a qué afectan esas normas? (*marcar varias respuestas*)
- a) Limitación en el tiempo de uso de pantallas.
  - b) Limitación de los lugares de uso (zonas comunes como el salón...).
  - c) Limitación de los contenidos a los que acceder.

- d) Tiempos libres de pantallas (comida, deberes escolares, tiempos de juego...).
- e) Planear actividades sin pantallas (al aire libre, manualidades, excursiones...).
- f) Otros: *especificar \_\_\_\_\_*

31. ¿Se cumplen estas normas por parte de todos los miembros de la familia?

- a) Siempre.
- b) Casi siempre.
- c) A veces.
- d) Casi nunca.
- e) Nunca.
- f) Solo tienen que cumplirlas los niño/as.

## PARTE ESPECÍFICA POR GRUPOS DE EDAD

---

### Encuesta específica niños de 0 a 2 años (incluido)

32. ¿Con qué frecuencia facilitas a tu hijo/a algún dispositivo electrónico (*smartphone, tablet, televisión...*) aunque sea sólo un rato?

- a) Todos los días.
- b) Muchos días.
- c) Algunos días.
- d) Casi nunca.
- e) Nunca.

33. Si se le ha facilitado el uso de algún dispositivo, ¿para qué ha sido? (*se pueden marcar varias respuestas*)

- a) Como entretenimiento.
- b) Para calmarle en una situación en la que estaba llorando o se iba a enfadar.
- c) Para distraerle en un restaurante, o en un viaje en coche o en otra situación en la que se iba a aburrir.
- d) Con fines educativos.
- e) Videollamada con un familiar.
- f) Otros: \_\_\_\_\_

34. ¿Cuánto tiempo dirías que dedica tu hijo/a al día a las pantallas (*móvil, tablet, televisión, ordenador, videojuegos...*)?

- a) Nada.
- b) Menos de 30 minutos al día.
- c) Entre 30 minutos y 1 hora al día.
- d) Entre 1 y 2 horas al día.
- e) Entre 2 y 4 horas al día.
- f) Más de 4 horas al día.

35. ¿Qué tipos de pantallas ha utilizado tu hijo/a en alguna ocasión? (*marcar varias respuestas*)

- a) Televisión (tanto convencional como plataformas de suscripción).
- b) Teléfono móvil.
- c) Tablet.
- d) Ordenador.
- e) Videoconsolas.
- f) Otras: \_\_\_\_\_

36. Si tu hijo ha utilizado alguna vez estos dispositivos (*móvil, tablet, televisión...*), ¿sueles acompañarle durante su uso?

- a) Siempre.
- b) Casi siempre.
- c) A veces.

- d) Casi nunca.  
e) Nunca.  
f) Elijo el contenido que va a visualizar, pero luego le dejo que lo vea él/ella solo/a.
37. ¿Cuándo acompañas a tu hijo/a durante el uso de los dispositivos?  
a) Estoy todo el tiempo de uso con él/ella.  
b) Elijo el contenido, pero le dejo que lo vea solo/a.  
c) No suelo acompañarle cuando usa los dispositivos.
38. Si tu hijo ha utilizado alguna vez tu teléfono móvil/tablet estando solo, ¿revisas después el contenido al que ha accedido?  
a) Siempre.  
b) Casi siempre.  
c) A veces.  
d) Casi nunca.  
e) Nunca.
39. ¿Sientes que eres un buen ejemplo para tu hijo/a en lo que se refiere al uso de tus dispositivos digitales (móvil, tablet, ordenador, televisión...)?  
a) Sí, considero que hago un buen uso tanto delante de él/ella como en el resto de las situaciones.  
b) Si, ya que delante de él/ella procuro no utilizar los dispositivos.  
c) No soy el mejor ejemplo, aunque intento usar menos los dispositivos cuando estoy con mi hijo/a.  
d) No soy un buen ejemplo pues considero que hago un uso excesivo de los dispositivos en general.

#### Encuesta específica niños de 3 a 5 años (ambos incluidos)

40. ¿Cuánto tiempo dirías que dedica tu hijo/a cada día a las pantallas (móvil, tablet, televisión, ordenador, videojuegos...)?  
a) Nada.  
b) Menos de 30 minutos al día.  
c) Entre 30 minutos y 1 hora al día.  
d) Entre 1 y 2 horas al día.  
e) Entre 2 y 4 horas al día.  
f) Más de 4 horas al día.
41. Si se le ha facilitado el uso de algún dispositivo, ¿para qué ha sido? (se pueden marcar varias respuestas)  
a) Como entretenimiento.  
b) Para calmarlo en una situación en la que estaba llorando o se iba a enfadar.  
c) Para distraerle en un restaurante, o en un viaje en coche o en otra situación en la que se iba a aburrir.  
d) Con fines educativos.  
e) En una videollamada con un familiar.  
f) Otros: \_\_\_\_\_
42. ¿Qué tipo de pantallas utiliza tu hijo/a? (marcar varias respuestas)  
a) Televisión (tanto convencional como plataformas de suscripción).  
b) Teléfono móvil.  
c) Tablet.  
d) Ordenador.  
e) Videoconsolas.  
f) Otras: \_\_\_\_\_
43. Cuando tu hijo utiliza los dispositivos electrónicos, ¿sueles acompañarle durante su uso?  
a) Siempre.  
b) Casi siempre.  
c) A veces.

- d) Casi nunca.  
e) Nunca.  
f) Elijo el contenido que va a visualizar, pero luego le dejo que lo vea él/ella solo/a.
44. ¿Cuándo acompañas a tu hijo/a durante el uso de los dispositivos?  
a) Estoy todo el tiempo de uso con él/ella.  
b) Elijo el contenido, pero le dejo que lo vea solo/a.  
c) No suelo acompañarle cuando usa los dispositivos.
45. Si tu hijo ha utilizado alguna vez tu teléfono móvil/tablet estando sólo, ¿revisas después el contenido al que ha accedido?  
a) Siempre.  
b) Casi siempre.  
c) A veces.  
d) Casi nunca.  
e) Nunca.
46. ¿Sientes que eres un buen ejemplo para tu hijo/a en lo que se refiere al uso de los dispositivos digitales (móvil, tablet, ordenador, televisión...)?  
a) Sí, considero que hago un buen uso tanto delante de él/ella como en el resto de las situaciones.  
b) Si, ya que delante de él/ella procuro no utilizar los dispositivos.  
c) No soy el mejor ejemplo, aunque intento usar menos los dispositivos cuando estoy con mi hijo/a.  
d) No soy un buen ejemplo pues considero que hago un uso excesivo de los dispositivos en general.
47. ¿Has hablado alguna vez a tu hijo sobre los riesgos derivados del mundo digital? (Hablar con desconocidos, compartir información personal, mandar imágenes...):  
a) Sí.  
b) No.

#### Encuesta específica niños de 6 a 12 años (ambos incluidos)

48. ¿Cuánto tiempo dirías que dedica tu hijo/a cada día a las pantallas (móvil, tablet, televisión, ordenador, videojuegos...)?  
a) Nada.  
b) Menos de 30 minutos al día.  
c) Entre 30 minutos y 1 hora al día.  
d) Entre 1 y 2 horas al día.  
e) Entre 2 y 4 horas al día.  
f) Más de 4 horas al día.
49. Cuando tu hijo/a utiliza los dispositivos electrónicos (móvil, tablet, televisión...), ¿sueles supervisar (ver lo qué está haciendo, el tiempo que pasa, los contenidos a los que accede...) el uso que hace de ellos?  
a) Siempre.  
b) Casi siempre.  
c) A veces.  
d) Casi nunca.  
e) Nunca.
50. ¿Revisas de forma periódica los dispositivos que utiliza tu hijo/a?  
a) Sí, lo hago de forma periódica sin que él/ella se entere.  
b) Sí, lo hago de forma periódica estando él/ella presente.  
c) Alguna vez.  
d) Casi nunca.  
e) Nunca.

51. ¿Tiene tu hijo/a un teléfono móvil propio con acceso a internet?
- a) Sí.
  - b) No.
  - c) Tiene móvil propio pero sin posibilidad de acceso a internet.
52. Si la respuesta es que Sí, ¿Desde qué edad lo tiene?  
\_\_\_\_\_ años.
53. Si la respuesta es que sí, ¿tiene el dispositivo aplicadas medidas de control parental?
- a) Sí.
  - b) No.
54. ¿Está registrado/a tu hijo/a en alguna red social? (TikTok, YouTube, Instagram...)
- a) Sí.
  - b) No.
55. Si la respuesta es sí, ¿comparte contigo sus contraseñas para que puedas revisar su actividad en la red social?
- a) Sí.
  - b) No.
56. ¿Sientes que eres un buen ejemplo para tu hijo/a en lo que se refiere al uso de tus dispositivos digitales (móvil, tablet, ordenador, televisión...)?
- a) Sí, considero que hago un buen uso tanto delante de él/ella como en el resto de las situaciones.
  - b) Sí, ya que delante de él/ella procuro no utilizar los dispositivos.
  - c) No soy el mejor ejemplo, aunque intento usar menos los dispositivos cuando estoy con mi hijo/a.
  - d) No soy un buen ejemplo pues considero que hago un uso excesivo de los dispositivos en general.
57. ¿Has hablado alguna vez a tu hijo/a sobre los riesgos derivados del mundo digital? (hablar con desconocidos, ciberacoso, compartir información personal, mandar imágenes...):
- a) Sí, hemos hablado de este tema en profundidad.
  - b) Si, alguna vez he mencionado algo para que tenga cuidado cuando utilice los dispositivos.
  - c) No, confío en que en el colegio le den la información necesaria.
  - d) No, considero que aún es pequeño/a para recibir este tipo de información.
58. ¿Crees que tu hijo/a es consciente de todos estos posibles riesgos?
- a) Sí, totalmente.
  - b) Sí, aunque considero que debería recibir más información.
  - c) No, creo que no conoce esos riesgos.
  - d) Nunca me lo había planteado.
59. Dada la posibilidad de que tu hijo/a acceda de manera accidental o intencionada a contenido para adultos (pornografía), ¿has hablado con él/ella de forma explícita sobre relaciones sexuales saludables?
- a) Sí.
  - b) No.
60. Si tu hijo/a se viera en una situación relacionada con el mundo digital en la que se sintiera incómodo/a o amenazado/a, ¿crees que os lo contaría a vosotros como padres para pedir ayuda?
- a) Sí, desde el principio creo que nos lo contaría.
  - b) Sí, aunque probablemente recurriría primero a sus amigos/as o profesores.
  - c) Tengo serias dudas de si nos lo contaría.
  - d) No, creo que no nos lo contaría.

## PARA TODOS DE NUEVO

---

61. ¿Conoces las recomendaciones de las sociedades científicas (Asociación Española de Pediatría...) sobre el uso de pantallas en los niños?
- a) Sí.
  - b) No.
62. ¿Te ha hablado alguna vez un profesional de la salud (pediatra de atención primaria o especializada, enfermería...) sobre estas recomendaciones?
- a) Sí.
  - b) No.

