Gac Sanit. 2026;40(S4):450

Gaceta Sanitaria

https://www.gacetasanitaria.org

273 - FACTORES ASOCIADOS AL USO DE PANTALLAS EN ADOLESCENTES DE 14-16 AÑOS DE LA COHORTE INMA-VALENCIA

L. González-Safont, J. Lewko Dabrowska, M. Estarlich Estarlich, B. Sarzo Carles, N. Lertxundi Iribar, N. Marin Muedra, M.J. López-Espinosa, R. Soler Blasco, S. Llop Pérez

CIBERESP; FISABIO; Departamento de Enfermería UV; UMI UV-UJI-FISABIO; Facultad de Psicología, EHU.

Resumen

Antecedentes/Objetivos: El tiempo de uso de pantallas en niños, niñas y adolescentes ha aumentado en los últimos años, superando con frecuencia los límites recomendados por la Organización Mundial de la Salud (OMS) y constituyendo un problema emergente de salud pública. El objetivo de este estudio es identificar los factores asociados al tiempo diario de uso de pantallas en adolescentes del Proyecto INMA.

Métodos: Se incluyeron 266 adolescentes de la cohorte de Valencia del Proyecto INMA (visita de seguimiento: 2019-2021). El tiempo diario de uso de pantallas se obtuvo mediante cuestionario a los 14-16 años, que recogió el uso de teléfonos móviles, tabletas, ordenadores, televisión y videojuegos. La información se registró separadamente para días laborables y fines de semana, calculándose una media diaria ponderada. Se analizaron factores socioeconómicos, de organización familiar y características del/de la adolescente de distintos seguimientos (embarazo, 1, 5, 11 y 14-16 años). Se realizaron análisis descriptivos (mediana [Med] y rango intercuartílico [RIC]), bivariantes (test de Kruskal-Wallis) y multivariantes mediante un modelo de regresión binomial negativa, ponderado por probabilidad inversa. Se aplicó un procedimiento de selección hacia atrás (criterios de entrada $p \leq 0,20$ y salida $p > 0,10$ según el test de razón de verosimilitud), ajustando por sexo y edad.

Resultados: El 78,1% de la muestra no cumplió las recomendaciones de la OMS para esta edad (< 2 h). La Med (RIC) de horas diarias de uso de pantallas fue de 3,45 (2,22-

0213-9111 © 2026 SESPAS. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados

4,91). En el análisis bivariante, un mayor tiempo de uso de pantallas se asoció con menor nivel educativo materno y paterno, clase social más baja, peor situación económica, riesgo de pobreza y/o exclusión social, menor duración de la lactancia, mayor sedentarismo y menor puntuación parental en pruebas de inteligencia. El análisis multivariante identificó como factores asociados al mayor tiempo de uso de pantallas el menor nivel educativo paterno, la clase social baja, una menor duración de la lactancia, menor actividad física a los 14-16 años, el sexo masculino y una mayor edad.

Conclusiones/Recomendaciones: La mayoría de la muestra superó las recomendaciones de uso de la OMS. Un elevado tiempo diario de uso de pantallas se asoció con desventajas socioeconómicas, duración de la lactancia y actividad física menores, sexo masculino y mayor edad. Es necesario integrar programas preventivos del abuso de pantallas y priorizar los grupos indicados, para reducir esta exposición y sus potenciales efectos adversos sobre la salud.

Financiación: CIBERESP, MS21-125, CIAICO 2024/139, Sara Borrell CD23/00090, co-funded by the European Union.

0213-9111 © 2026 SESPAS. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados