



Until we are all equal



ASÍ SOMOS:

**El estado de la
adolescencia en Castilla y León**



Until we are all equal

**Un informe de Plan International
realizado con el apoyo técnico de
40dB.**

Agradecemos a quienes han participado y colaborado en la investigación: adolescentes y jóvenes encuestados y participantes en grupos de discusión, miembros del grupo de participación juvenil de Plan International (Youth For Change) y las personas expertas entrevistadas: Albert Arcarons, Laura Dávila, Héctor Gardó, Jordi Nomen, África Periañez, Carmen Ruiz Repullo, Pere Soler Masó y José Ramón Ubieta.

Plan International, febrero 2026



ÍNDICE

1. Introducción	4
2. Algunos datos de la encuesta en Castilla y León	8
3. Resultados	10
3.1. Satisfechos, pero con un futuro incierto, sobre todo ellas	10
3.2. Positivos, con diferencias, ante su situación económica	12
3.3. Confianza en la educación, que no se traslada a su satisfacción laboral en el caso de los chicos	14
3.4. Conectados: lo cotidiano también es digital	18
3.5. La brecha de género en la salud mental	24
3.6. Frente al espejo: ellas y la presión por ser perfectas; ellos y la belleza digital	28
3.7. Ocio como fuente de satisfacción, pero no siempre accesible	30
3.8. Actitudes frente a la violencia: más consciencia en ellos y ellas	32
3.9. Participativos: menos política institucional y más causas concretas, pero ellos satisfechos con la situación mundial	36
4. Conclusiones	39
5. Recomendaciones	43
6. Anexo metodológico	54

1. INTRODUCCIÓN

La adolescencia es una etapa clave, de transición en el desarrollo evolutivo, en la que se producen importantes cambios vitales. En el ámbito formativo, supone cambios de ciclo, toma de decisiones y, en ocasiones, también el primer acceso al empleo; en las relaciones sociales y familiares, un momento de cambio de referentes, de necesidad de aprobación o de conflicto; en el ocio y la participación, una etapa de formación de criterio propio, de nuevas experiencias; en la autopercepción y en cómo nos reconocemos frente a los demás, un período de búsqueda de identidad.

La franja de edad que analizamos en este informe, entre los 12 y los 21 años, está a caballo entre la infancia, la mayoría de edad y la vida adulta joven. Sin embargo, estas etapas vitales no son compartimentos estancos, sino que se superponen y conectan. Por este motivo, este estudio pretende analizar una etapa amplia de la adolescencia y la primera juventud, teniendo en cuenta que las transiciones se producen de forma progresiva y que las necesidades y experiencias son distintas a cada edad.

En este estudio, hemos considerado fundamental aplicar un enfoque de género. Es en esta etapa cuando comienzan a enfrentarse en mayor medida a los roles de género, cuestionando o respondiendo a los estereotipos sobre cómo deben comportarse y qué se espera de ellos y ellas.

Este informe analiza de forma transversal el ámbito digital. Si hay una circunstancia que puede llegar a definir a las generaciones de adolescentes de hoy en día, al menos en el mundo occidentalizado, es la digitalización de todos los ámbitos de su vida. Las redes sociales ya son el espacio donde las personas adolescentes aprenden, se conectan con el mundo, mantienen relaciones de amistad y pareja, etc.



La situación de la adolescencia en Castilla y León

En Castilla y León residen algo más de 220.000 personas adolescentes y jóvenes entre 12 y 21 años, repartidas entre aproximadamente 100.000 entre 12 y 16 años y 110.000 entre 17 y 21. Suponen el 9% de la población total de la región. **Casi una de cada diez personas en la región es adolescente, pero muchas políticas públicas, iniciativas y procesos de participación institucional no tienen en cuenta sus demandas y necesidades.**

Igualmente, las actuaciones políticas y legislativas con foco en adolescencia están altamente fragmentadas por sectores. Esto supone que no hay un marco estratégico general sobre adolescencia, que sigue siendo tratada como subcategoría en las políticas de infancia o de juventud, sin que se reconozcan sus necesidades o especificidades propias. También, la inversión pública en programas para adolescentes tiende a ser escasa. Todo ello genera lagunas y vacíos en el acompañamiento institucional en la transición a la vida adulta.

En el ámbito de Castilla y León podemos destacar algunas iniciativas como la **Ley 11/2002, de 10 de julio, de Juventud** de Castilla y León o la **Ley 14/2002 de promoción, atención y protección a la infancia en Castilla y León**, que está en proceso de reforma y derogación mediante el **Proyecto de Ley de atención a la infancia y la adolescencia en Castilla y León**, en trámite parlamentario.

Además, existe el **Plan Estratégico de Juventud 2022-2025**. No obstante, es necesario tender puentes entre políticas de infancia, adolescencia y juventud para facilitar la transición entre estas etapas.

La población de adolescentes y jóvenes es heterogénea, con opiniones y necesidades diversas, que es necesario visibilizar, comprender y atender. Es obligada una

mirada inclusiva e interseccional en las políticas públicas que incorpore una visión de infancia, adolescencia y juventud, junto a un enfoque transformador para la igualdad de género que tenga en cuenta variables como la situación migratoria, el nivel socioeconómico o la diversidad sexual y de género. Todas estas variables influyen en el acceso a oportunidades, en su educación y futuro laboral, en los riesgos de violencia y desprotección, en su vida digital y, en definitiva, en su bienestar emocional, desarrollo y satisfacción vital.

Plan Internacional recoge en este informe las **opiniones, inquietudes y experiencias de las personas adolescentes en Castilla y León aportando también el marco estatal como referencia**, analizadas por género y franjas de edad, con un foco especial en el ámbito digital, para aportar al **desarrollo de políticas públicas que pongan en el centro a este grupo de población**. Además, pretende participar del **debate social necesario** sobre en qué situación se encuentran, en qué presente viven y qué futuro inmediato les espera. Muchos de ellos han crecido en circunstancias de polícrisis (sanitarias como la pandemia, crisis económicas, crisis de la vivienda, etc.) y ello ha determinado claramente su vivencia del presente y su percepción de futuro.

Por poner sobre la mesa **algunos datos** que ayuden a comprender este escenario:

Los niveles de **pobreza infantil** en Castilla y León se sitúan ligeramente por debajo de la media nacional. Según datos de la Encuesta de Condiciones de Vida 2024, el 28% de los menores de edad y el 18% de quienes tienen entre 18 y 29 años se encuentran en esta situación, frente al 29,2% y el 20,7%, respectivamente, de la media nacional, y son los grupos de edad más pobres en la región.



Además, en los menores de edad se incrementó la cifra un 5,4% respecto a 2023 y un 1,6% entre los que tienen entre 18 y 29 años.

En el **ámbito educativo**, según el informe PISA (2022)¹, la comunidad lidera el ranking de resultados educativos de España y el alumnado castellanoleonés es el que mejor puntuación obtiene en matemáticas, lectura y ciencias. Los chicos destacan en Matemáticas y Ciencias (+14 y +8 puntos), mientras que las chicas superan en Comprensión Lectora (+22 puntos), mostrando resultados superiores a la media española y OCDE.

Durante el segundo semestre de 2024, el 28,4 % de la juventud de Castilla y León había finalizado estudios superiores, proporción que se eleva al 52,09 % entre quienes tienen entre 25 y 29 años, según datos del Observatorio de Emancipación del Consejo de la Juventud de Castilla y León. Las mujeres jóvenes presentan un mayor nivel educativo que los hombres. Un 31,8 % de ellas ha completado estudios superiores, frente al 25,1 % en el caso de ellos.

Según datos de ocupación (EPA, 2025), el 60% de las personas entre 16 y 24 años está trabajando. La **tasa de paro juvenil** (menores de 25 años) en Castilla y León cerró 2025 en el 23,85%, tras reducirse 1,01 puntos porcentuales, situándose ligeramente por encima de la media nacional. Por género, se evidencia una brecha laboral: la tasa de paro femenina en esta franja de edad ascendió al 26,9%, frente al 21,7% de la masculina.

En cuanto a su **estilo de vida**, según el último estudio de hábitos y estilos de vida en la población joven de Castilla y León (curso 2022-2023), el 76,9% de los jóvenes afirman realizar con frecuencia alguna actividad física al menos 30 minutos al día en su tiempo libre y fuera del horario escolar, principalmente los de ámbito urbano. Son los chicos los que realizan actividad física en mayor proporción (87%) en contraste con las chicas (66,6%). También salen con amistades para distraerse; así lo afirma el 86% de ellos y ellas. Y prácticamente todos (84%) señalan que pueden compartir sus emociones con amigos y amigas.

En referencia al **bienestar emocional**, datos recientes² señalan que el 23% de los chicos y las chicas de Castilla y León han sentido “bajo estado de ánimo” casi todos los meses, en los seis meses anteriores a la encuesta. Según un

informe del sistema de salud regional³, la tercera causa más frecuente de derivación desde atención primaria a especializada fueron los problemas de salud mental (9,6%).

El Observatorio contra la violencia doméstica y de género (2024) del Consejo de la Juventud de Castilla y León señala que el 26,8 % de las jóvenes reconoce haber sufrido **violencia de género** en algún momento de su vida. El 85,6% de la juventud de Castilla y León está a favor de la igualdad entre hombres y mujeres, pero solo el 44% apoya el feminismo.

La **vida online** es también fundamental para la adolescencia de Castilla y León. El 66,8% de los niños de entre diez y quince años de Castilla y León tienen teléfono móvil, según datos del INE (2024)⁴. En el último trimestre, el 96% han utilizado internet en algún momento. Un 15% de los niños y niñas de entre 14 y 18 años de la región ha tenido posible uso problemático de Internet y redes sociales, según datos de ESTUDES (2025), más los chicos en el caso de redes sociales y más las chicas en cuanto a internet. Un 3,6% de los chicos y un 5,8% de las chicas castellanoleonesas ha sido víctima de ciberacoso o ciberbullying al menos una vez en los últimos dos meses⁵.

Finalmente, datos sobre **participación política** de Plan International (2024)⁶ indican que el 58% de las jóvenes castellanoleonesas encuestadas vota en las elecciones y un 36% participa en manifestaciones, marchas o firma de peticiones, en un contexto en que más de 6 de cada 10 mujeres jóvenes creen necesario participar para mejorar la sociedad, pero un 65% considera que sus representantes políticos son inaccesibles y casi 4 de cada 10 echa en falta referentes mujeres en política.

Hemos preguntado a adolescentes y jóvenes de Castilla y León para esbozar y entender los escenarios habituales de su vida. Sus opiniones, recogidas en la encuesta, proporcionan evidencias para el desarrollo de iniciativas adaptadas a su realidad y sus necesidades. Las conclusiones, a partir del análisis de los datos y las entrevistas a personas expertas, conducen a una serie de recomendaciones que ofrecen propuestas de acción para la sensibilización, la movilización y la incidencia política y social, en defensa de sus derechos y de la igualdad.

1 Fuente: https://www.libreria.educacion.gob.es/libro/pisa-2022-programa-para-la-evaluacion-internacional-de-los-estudiantes-informe-espanol_183950/

2 Resultados del estudio Health Behaviour in School-aged Children (HBSC-2022) en Castilla y León.

3 https://www.saludcastillayleon.es/profesionales/es/centinelas/programa-general-registro-2024-2025/salud-mental-poblacion-infantil-juvenil-castilla-leon.ficheros/2764745-Protocolo_PSMinfantoyjuvenil_V14.pdf

4 Encuesta sobre Equipamiento y Uso de Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC) en los Hogares, Instituto Nacional de Estadística, 2024.

5 Estudio Health Behaviour in School-aged Children, HBSC-2022

6 Nosotras participamos. Ciudadanía activa de las jóvenes en Castilla y León. Plan International. 2024.

ALGUNOS DATOS DE LA ENCUESTA

Muestra total 3.513 chicos y chicas de 12 a 21 años.

Muestra en Castilla y León: 302 chicas y chicos de 12 a 21 años.

*Mirar nota metodológica de anexos



El **69%** de las chicas y el **77%** de los chicos están satisfechos con la mayoría de los aspectos de su vida

Dato estatal : 76% / 80%



El **59%** de ellas y el **69%** de ellos valora positivamente el avance y el uso de la IA

Dato estatal : 65% / 68%



Un **63%** de las chicas frente al **69%** de los chicos cree que la tecnología es más importante que la política

Dato estatal : 58% / 71%



El **39%** de las chicas y el **16%** de los chicos asocia el futuro con sentimientos negativos

Dato estatal : 46% / 38%



Al **69%** de las chicas y al **67%** de los chicos les preocupa depender demasiado de la IA

Dato estatal : 68% / 61%



Un **35%** de las chicas y un **20%** de los chicos pasa más tiempo de lo que le gustaría en redes sociales

Dato estatal : 36% / 27%



El **15%** de las chicas y el **1%** de los chicos dice sufrir trastornos de salud mental

Dato estatal : 15% / 7%



El **64%** de las chicas y un **60%** de los chicos afirma haber recibido críticas sobre su aspecto físico

Dato estatal : 71% / 66%



El **18%** de las chicas y el **39%** de los chicos están satisfechos con la política y un **33%** de las chicas y el **51%** de los chicos con la situación mundial

Dato estatal satisfacción política : **20%** / **27%** / Dato estatal satisfacción mundial : **35%** / **43%**



El **16%** de las chicas ha sufrido algún tipo de violencia o acoso sexual frente al **1%** de los chicos y un **33%** de las chicas y un **37%** de los chicos conoce a alguien cercano que lo ha sufrido

Dato estatal violencia : **14%** / **6%** / Dato estatal conoce a alguien : **31%** / **28%**



Un **66%** de las chicas y el **73%** de los chicos considera inaceptable que un chico revise el móvil de su novia

Dato estatal : **66%** / **53%**



El **80%** de las chicas y de los chicos considera inaceptable que un chico cree imágenes sexuales falsas de una chica con IA

Dato estatal : **81%** / **70%**



El **15%** de las chicas y el **18%** de los chicos ha usado la IA para contarle sus cosas

Dato estatal : **18%** / **12%**



El **76%** de los chicos teme que una chica los acuse sin motivo de acoso o violencia

Dato estatal : **72%**

3. RESULTADOS

3.1. Satisfechos, pero con un futuro incierto, sobre todo ellas

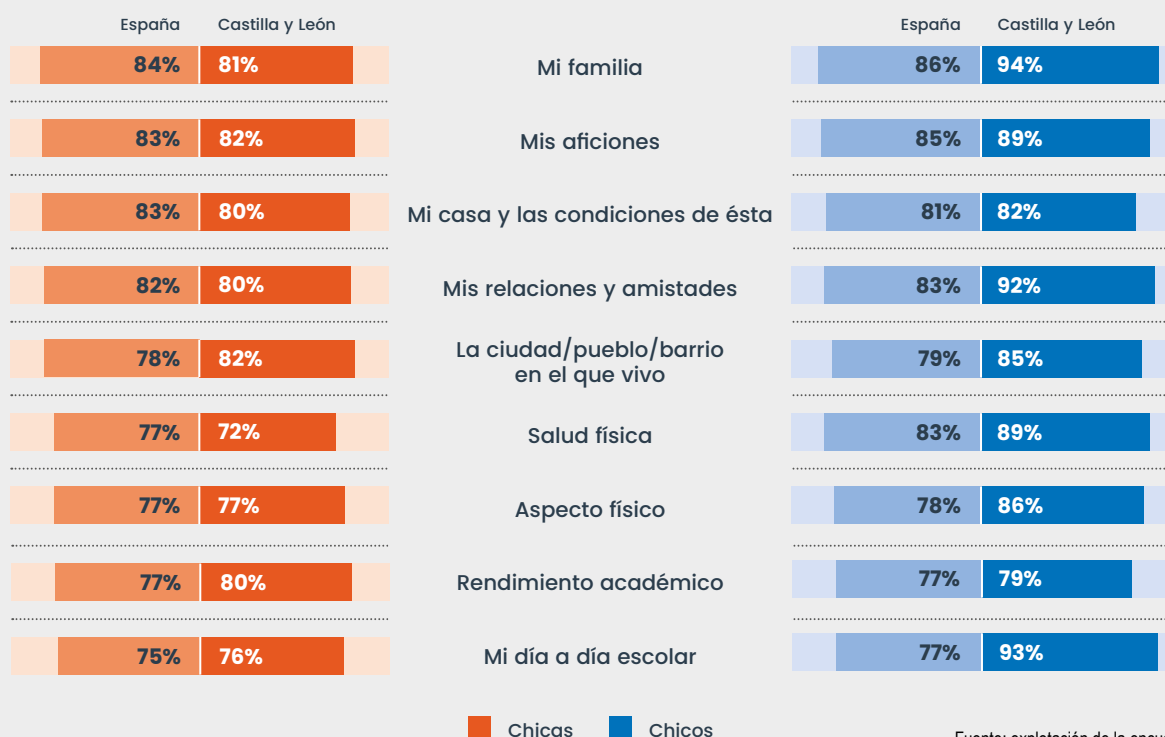
Las personas adolescentes que han participado en este estudio están, en general, satisfechas con su vida. Ellas dan mucha relevancia a su ciudad/pueblo y a sus aficiones; también a su familia, como ellos. El ámbito escolar (su rutina y su rendimiento académico) también aparecen en la escala de las cuestiones más valoradas. Sin embargo, también son conscientes del mundo que les rodea, y ven el futuro, también el suyo propio, desde la duda, la inquietud y la desconfianza hacia quienes toman las decisiones. Las chicas se muestran más insatisfechas y pesimistas que los chicos, y observan con mayor recelo el contexto político e internacional.

El 69% de las chicas y el 77% de los chicos en Castilla y León (frente al 76% de ellas y el 80% de ellos en el conjunto de España) **se sienten satisfechos con los distintos aspectos de su vida**⁷ en la mayoría de los ámbitos evaluados: educación, empleo, relaciones, ocio y tiempo libre, participación, seguridad, vida digital, salud, normas sociales y de género.

Las chicas se muestran especialmente satisfechas con sus hobbies y su ciudad/pueblo, que aparecen en primer lugar; también con su familia y sus relaciones, y su rendimiento académico.

En el otro extremo, los aspectos que les generan una menor satisfacción son la política y la situación mundial: tan solo un 18% de las castellanoleonesas se muestra satisfecha con la política y un 33% con la situación global.

Gráfico 1: Los cinco principales aspectos de satisfacción (% “mucho” + “bastante”)



Fuente: explotación de la encuesta

⁷ Los datos sobre satisfacción vital se obtienen a partir de la pregunta: “¿En qué medida te sientes satisfecha o satisfecho con cada uno de los siguientes aspectos de la vida?”, que incluye 16 ítems y se responde en una escala de cuatro niveles: mucho, bastante, poco y nada. A partir de estas respuestas, se ha construido una variable que refleja el porcentaje de personas que se sienten muy o bastante satisfechas con la mayoría de los 16 ítems evaluados. Es decir, indica cuántas personas están satisfechas con la mayor parte de aspectos de su vida.



“[...] prefiero no imaginarme nada y ya lo que venga me lo tomo como sea”.

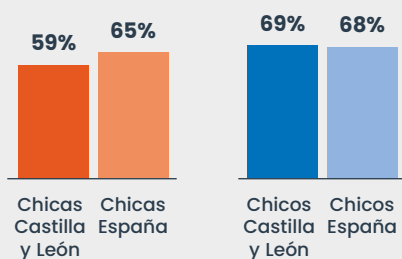
- Chica de 15 años, Casavieja (Ávila).

Los chicos se sienten especialmente satisfechos con las relaciones familiares, su día a día escolar y sus amistades.

Del otro lado, un 51% de los chicos se siente satisfecho con la situación mundial y 39% con la política. Es decir, a diferencia de las chicas, casi la mitad de los chicos en la región ve con buenos ojos la política y el actual contexto internacional.

La inteligencia artificial sigue siendo uno de los ámbitos menos valorados. No obstante, el 59% de las chicas y el 69% de los chicos en Castilla y León están satisfechos con ella.

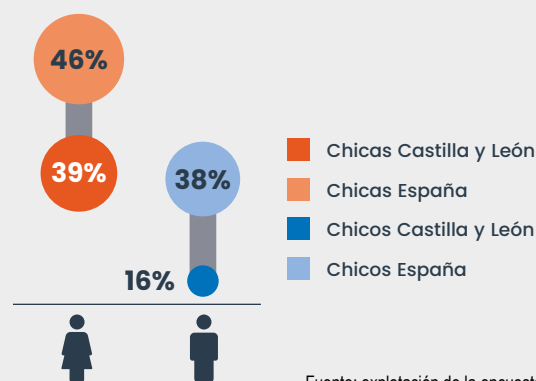
Gráfico 2: Satisfacción con la IA
(% “mucho” + “bastante”)



Fuente: explotación de la encuesta

¿Y el futuro? Las percepciones están divididas. El 58% de las chicas y el 84% de los chicos en Castilla y León asocia el futuro con sensaciones positivas. Esta distancia entre ellos y ellas en cuanto a cómo valoran su futuro se relaciona con la distancia que también existe en su satisfacción vital presente. “Ilusión” es la palabra que más mencionan ellos (30%) y ellas (25%) cuando se les pregunta cómo imaginan los próximos años. Seguidamente, ellas hablan más de sensaciones como “preocupación” o “agobio”, y ellos de “tranquilidad”.

Gráfico 3: Sentimientos respecto al futuro
(% de palabras negativas)



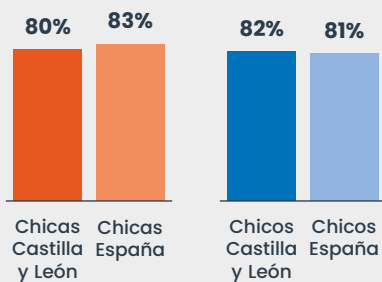
Fuente: explotación de la encuesta

En los grupos cualitativos, el futuro —sobre todo en el plano académico y laboral— se menciona con frecuencia como una fuente de presión.

3.2. Positivos, con diferencias, ante su situación económica

Los y las participantes, pese a las cifras de riesgo de pobreza y exclusión en este grupo de población, también tienen en general una opinión positiva sobre su situación material: vivienda, gastos y educación. No obstante, hay diferencias en cómo perciben sus posibilidades económicas, especialmente en aquellas cuestiones que les tocan más de cerca hoy y que a las que dedican más tiempo y esfuerzos: sus estudios y su formación.

Gráfico 4: Satisfacción con su vivienda (% “mucho” + “bastante”)



Fuente: explotación de la encuesta

Así, la percepción que tienen las personas jóvenes sobre la pobreza y la desigualdad se construye a partir de su experiencia cotidiana y de lo que observan en su entorno. Este estudio explora **cómo valoran su situación económica y residencial, así como las oportunidades que perciben para su desarrollo personal.**

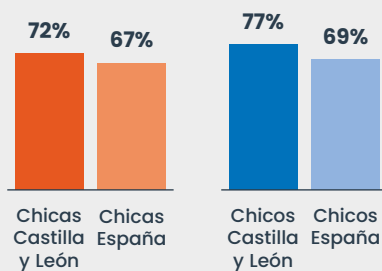
En general, predomina una mirada positiva: **un 80% de chicas y el 82% de chicos en Castilla y León se sienten satisfechas/os con su vivienda.** Los datos de la población general, según la encuesta de condiciones de vida del INE (2023), indican un porcentaje de satisfacción en esta línea: un 86,3% de los hogares castellanoleoneses estaban satisfechos con la vivienda.

Esta situación es especial fuente de preocupación entre colectivos y poblaciones en situación de mayor vulnerabilidad social y económica. En ese sentido, los niveles de satisfacción descienden cuando se habla de posibilidades económicas concretas, aunque siguen siendo elevados: **el 65% de las chicas y el 77% de los chicos en Castilla y León se muestran conformes con la capacidad de su familia para costear vacaciones o gastos imprevistos.** En este sentido, los datos están en línea con los resultados de la Encuesta de Condiciones de Vida (2026), que indica que un 30% de las familias de la región no pueden permitirse estos gastos.

Algo similar ocurre con el **acceso a la educación: el 72% de chicas y un 77% de chicos dice contar con los recursos necesarios para estudiar lo que quieren,** pero hay un tercio que indican no tenerlos, lo que refleja una posible brecha de oportunidades.

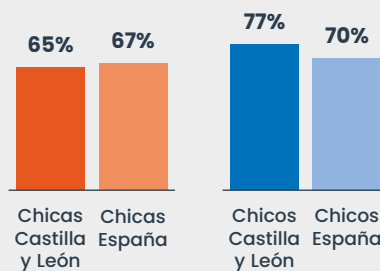
Por último, en el ámbito de responsabilidades de cuidados, un 5% de las adolescentes en Castilla y León cuida a alguien de su familia (respecto a un 3% de la media de las adolescentes y jóvenes encuestadas en la totalidad de España), frente a ningún chico, en ambos casos.

Gráfico 5: Satisfacción con recursos económicos para estudios (% “mucho” + “bastante”)



Fuente: explotación de la encuesta

Gráfico 6: Satisfacción con posibilidad de afrontar gastos inesperados (% “mucho” + “bastante”)



Fuente: explotación de la encuesta





3.3. Confianza en la educación, que no se traslada a su satisfacción laboral en el caso de los chicos

Los y las adolescentes siguen teniendo una buena valoración de su ámbito educativo. Los chicos entienden su rutina escolar como una de las principales fuentes de satisfacción en su vida actual. Sienten que cuentan con el apoyo de su entorno cercano en sus estudios, de su familia especialmente y del profesorado, que son un pilar esencial. Sin embargo, esta satisfacción, en ellos, no se corresponde con su valoración de su proyección laboral o su empleo, a pesar de que dicen haber tenido información sobre salidas profesionales y orientación académica. De hecho, casi la mitad creen que tienen menos oportunidades educativas que las chicas. Por otro lado, se extiende el uso de herramientas digitales como la IA como acompañamiento en el aprendizaje, con más recelos en el ámbito laboral.

La satisfacción con la educación es, en general, elevada entre las personas adolescentes y jóvenes encuestadas. **El 76% de las chicas y el 93% de los chicos está satisfecho con el día a día escolar y su rutina académica.** Entre los chicos, su rutina escolar es uno de los aspectos que mayor satisfacción les reporta en su vida.

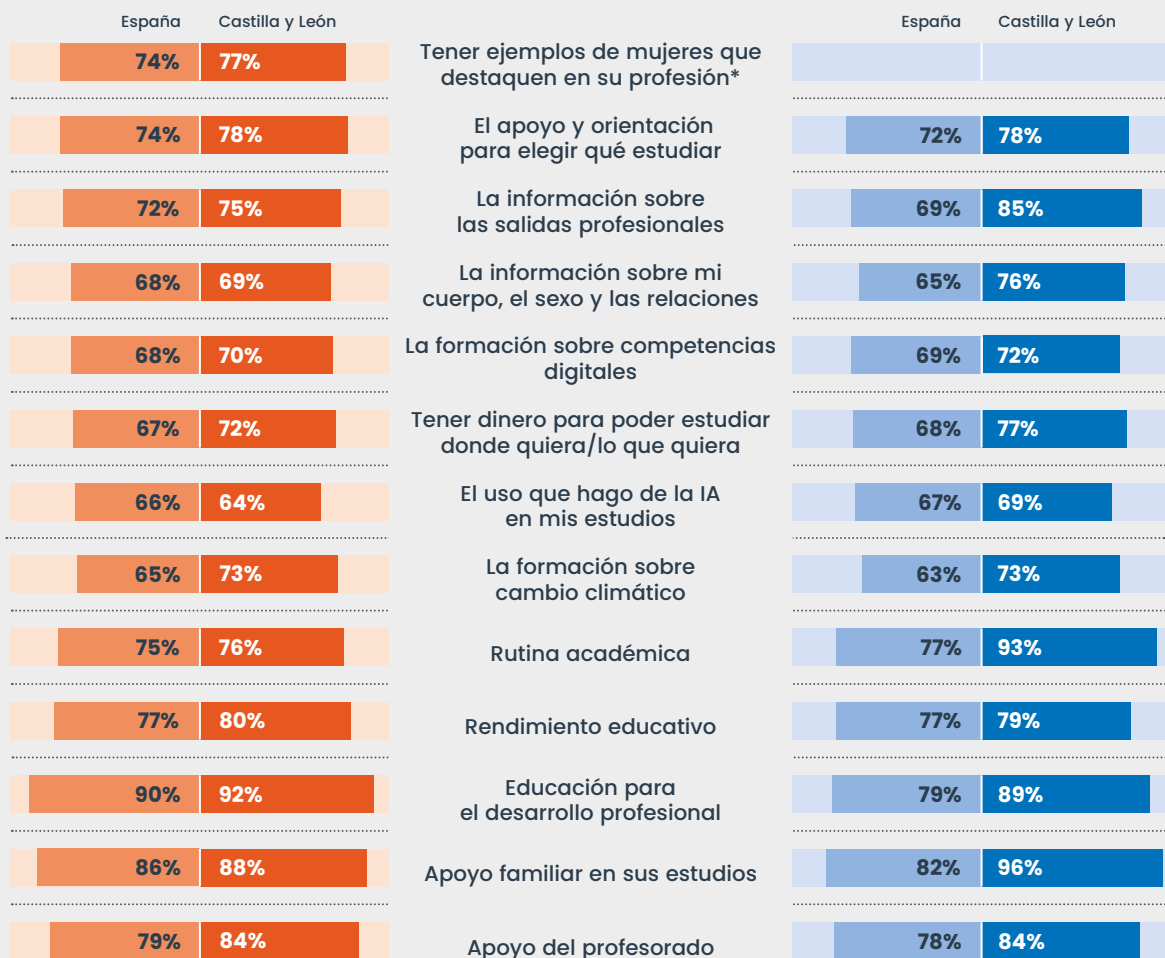
El 80% de las chicas y el 79% de los chicos está satisfecho con su rendimiento educativo. Este dato se corresponde con los resultados PISA 2022 del alumnado de Castilla y León, que lidera el rendimiento educativo en España.

Cuando acudimos a analizar la satisfacción con aspectos educativos concretos, **el 78% de las chicas y de los chicos están satisfechos con el apoyo y orientación que han recibido para elegir qué estudiar.**

En cuanto al rol de la educación como preparación para el futuro desarrollo profesional, **el 92% de ellas y el 89% de ellos cree que sus estudios les ayudan o ayudarán en su desarrollo profesional. El 75% de las chicas y el 85% de los chicos creen que tienen suficiente información sobre salidas profesionales.**

En la región, los chicos dicen estar más satisfechos que las chicas con su formación afectivo-sexual y algo más en cuanto a competencias digitales. Señalan el mismo grado de satisfacción con su formación sobre cambio climático, ligeramente superior a la del conjunto de España.

Gráfico 7: Satisfacción con su educación (% “mucho” + “bastante”)



* Preguntado solo a las chicas

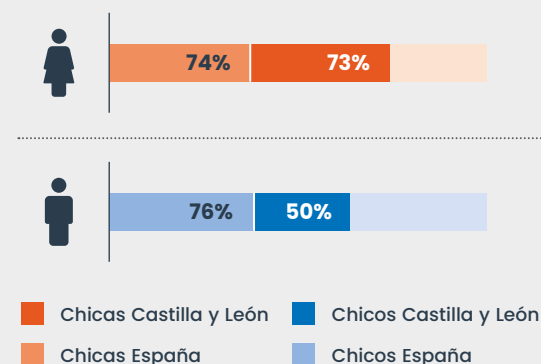
Chicas Chicos

Fuente: explotación de la encuesta

El 88% de las chicas y el 96% de los chicos se han sentido apoyados por su familia en cuanto a su vida escolar. También sienten el apoyo del profesorado: el 84% de las chicas y de los chicos en Castilla y León así lo indican.

En este sentido, en cuanto al ámbito laboral, el 73% de las chicas de la región expresan satisfacción con su experiencia profesional. Sin embargo, solo el 50% de los chicos en Castilla y León están satisfechos en el ámbito laboral. En el caso de los chicos de la región, aunque se muestran altamente satisfechos con la información sobre salidas profesionales y creen que los estudios son una vía imprescindible para el desarrollo profesional, esto no se traduce en satisfacción laboral.

Gráfico 8: Satisfacción con su trabajo y perspectivas laborales (%)

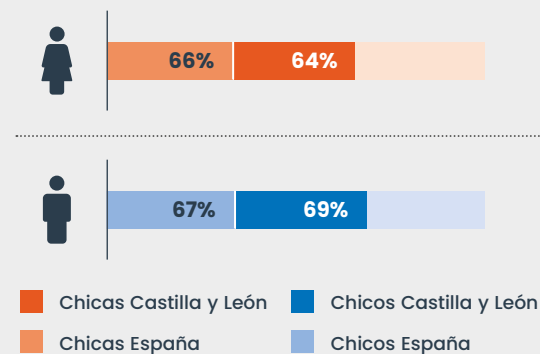


Chicas Castilla y León Chicos Castilla y León
Chicas España Chicos España

Fuente: explotación de la encuesta

La tecnología se consolida como una aliada cada vez más presente en los procesos de aprendizaje. El 64% de las chicas y el 69% de los chicos en la región se sienten satisfechos con el uso que hacen de la IA en sus estudios.

Gráfico 9: Satisfacción con la IA para sus estudios (%)

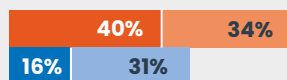


Fuente: explotación de la encuesta

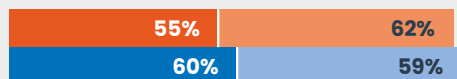
El **40% de las chicas** y únicamente un **16% de los chicos** encuestados en Castilla y León, muy por debajo de la media nacional, **usa las redes sociales como apoyo para estudiar**, mientras que el uso de la IA en el ámbito escolar es más extendido: el **60% de chicos** y el **55% de chicas** en la región usan la IA para resolver sus dudas académicas.

Gráfico 10: Uso de las RRSS y de la IA en el último mes (en el ámbito académico)

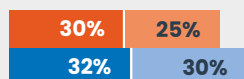
Apoyarme en mis estudios (RRSS)



Resolver dudas de mis estudios (IA)



No dedicar tanto esfuerzo a los estudios (IA)



Chicas Castilla y León Chicos Castilla y León
Chicas España Chicos España

Fuente: explotación de la encuesta



Sin embargo, **la incorporación de la inteligencia artificial en el ámbito laboral** aún es limitada: **el 5% de las chicas y 10% de los chicos en Castilla y León que están trabajando declara utilizarla con fines profesionales**. A pesar de esta adopción incipiente, la IA genera sentimientos encontrados en relación con el futuro del trabajo. Por un lado, se la percibe como una **herramienta útil** para agilizar tareas y mejorar la eficiencia; por otro, despierta preocupación ante la posible pérdida de empleos, especialmente entre las jóvenes, ya que un **83% de las chicas y un 64% de los chicos en la región teme que la IA acabe con puestos de trabajo**.



“[...] puede haber una alta probabilidad de que muchas personas se queden sin sus trabajos, pero a la vez puede ser buena porque si en tu trabajo la utilizas de forma eficiente [...]”.

- Chico, 15 años, Valladolid.



Las entrevistas cualitativas muestran que las chicas tienden a optar por áreas vinculadas a la educación y las ciencias sociales, y dicen que no cuentan con ejemplos de mujeres en sectores laborales más masculinizados, como la construcción. Estas opiniones, alineadas con estereotipos tradicionales, contribuyen a reforzar la percepción de ciertas profesiones como “más masculinas” o “más femeninas”.

“Pocas veces he visto trabajando mujeres en la construcción”.

- Chica, 14 años, Casavieja (Ávila).

“A mí me gustaría ser profesora de Lengua”.

- Chica, 15 años, Casavieja (Ávila).

Si bien la mayoría de las personas jóvenes considera posible estudiar y trabajar en aquello que desea, entre los **chicos** se observa una percepción más ambivalente. En muchos casos, **emerge un discurso marcado por la sensación de pérdida de espacio: un 49% de ellos en Castilla y León** (frente a un 57% de los chicos encuestados a nivel estatal) **considera que las chicas están accediendo a más oportunidades educativas que ellos**.

Este sentimiento convive con el dato de que **el 67% de los chicos en Castilla y León considera que las chicas son más aplicadas**, y el 82% cree que ellas tienden a “**darle más vueltas a las cosas**”, que refuerzan estereotipos sobre sus compañeras de estudios.

Gráfico 11: ¿Qué piensan los chicos sobre las chicas en cuanto a los estudios?
(% “muy de acuerdo” + “bastante de acuerdo”)

Las chicas le dan más vueltas a las cosas que los chicos

68% 82%

Las chicas son más estudiosas/trabajadoras que los chicos

54% 67%

Chicos Castilla y León

Chicos España

* Preguntado solo a chicos

Fuente: explotación de la encuesta

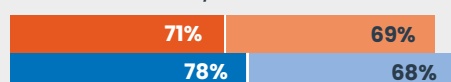
3.4. Conectados: lo cotidiano también es digital

Cada día más conectados, su visión de la vida digital es positiva porque ya es su vida cotidiana. Crean sus perfiles en redes sociales desde antes de los 14 años, a las que dedican una amplia parte de su tiempo libre, especialmente las chicas; reconocen que, a veces, más de la cuenta. Por eso también son conscientes de los riesgos: les preocupa especialmente la utilización de videos o fotos para crear contenido falso de tipo sexual, más a ellas. Saben que hay contenido violento, discriminatorio, que circula por la red sin filtro, porque en ocasiones también reconocen consumirlo. Las redes sociales y la IA son acompañantes clave en sus dudas y preocupaciones; aunque con miedo al uso excesivo y la dependencia, en ocasiones sus malestares también encuentran respuestas en estos espacios digitales, donde saben que hay más de artificial que de emocional.

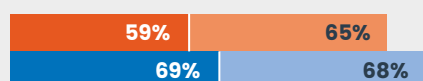
La digitalización forma parte esencial de la vida cotidiana de las personas adolescentes y jóvenes. La mayoría se muestra satisfecha con su experiencia en redes sociales, internet y herramientas de inteligencia artificial, aunque no en todos los casos. **El 71% de las chicas y el 78% de los chicos en la región afirma disfrutar de su tiempo en redes e internet, mientras el 59% de las chicas y el 69% de los chicos en Castilla y León dicen estar satisfechos con la IA.**

Gráfico 12: Satisfacción RRSS/Internet/IA

Satisfacción RRSS/Internet



Satisfacción IA



Chicas Castilla y León Chicos Castilla y León
Chicas España Chicos España

Fuente: explotación de la encuesta

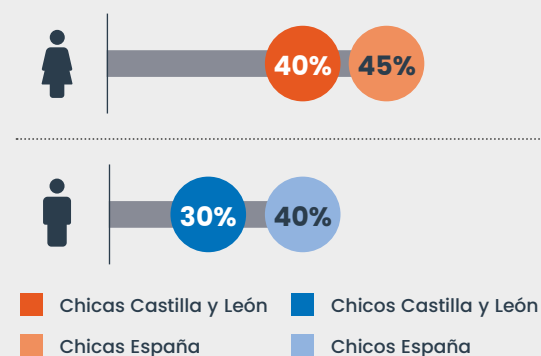
Edad de inicio y horas de uso de redes sociales

Las chicas en la región (y en el conjunto de España) abren su primer perfil en redes sociales alrededor de los 13,6 años, mientras que los chicos lo hacen algo más tarde (sobre los 14 años). Sin embargo, tanto los chicos como las chicas castellanoleonesas coinciden en que la edad ideal para comenzar debería ser los 15 años, igual que la medida del conjunto estatal, lo que evidencia cierta **conciencia sobre los posibles riesgos de un uso temprano**.

El tiempo que dedican a las redes sociales les genera preocupación, especialmente a las chicas: **el 40% de las chicas encuestadas en Castilla y León pasa tres o más horas diarias en redes durante la semana, proporción que asciende al 49% los fines de semana. En la media estatal, un 45% de ellas pasa tres horas o más en redes a diario y el 57% en fines de semana.**

En el caso de los chicos, estos valores son algo menores: **el 30% de ellos pasa más de tres horas conectado entre semana, y el 39% de ellos en fin de semana.** De media en España, un 40% de los chicos pasa tres horas o más en redes a diario, y el 50% el fin de semana.

Gráfico 13: Horas diarias en redes sociales entre semana (% entre 3 y 5 horas + más de 5 horas)



Fuente: explotación de la encuesta

Más allá de los datos objetivos, muchos y muchas jóvenes reconocen una **brecha entre el uso real y el uso que consideran adecuado**: el 35% de las chicas y el 20% de los chicos de Castilla y León (frente al 36% de las chicas y el 27% de los chicos en el conjunto de España) siente que pasa más tiempo en redes del que le gustaría. En general, la mayoría piensa que pasan el tiempo adecuado: más de la

mitad de chicas y casi 7 de cada 10 chicos castellanoleoneses así lo creen, frente a algo más del 40% de las chicas y más de la mitad de los chicos en la muestra estatal.

Usos de las redes sociales

En el último mes, un 97% de las chicas y los chicos de Castilla y León han usado las redes sociales. **Más de 6 de cada 10 chicas y chicos las utilizaron para ver videos, memes o contenido viral; así como para comunicarse con sus amistades. Los chicos las usan más para conocer gente nueva** que las chicas; es la actividad en la que más destacan sobre ellas.

Las chicas en Castilla y León las usan algo más que los chicos para todos los usos preguntados en la encuesta; siguen significativamente más a influencers, crean más contenido y las usan más en el ámbito académico que los chicos (GRÁFICO 14).

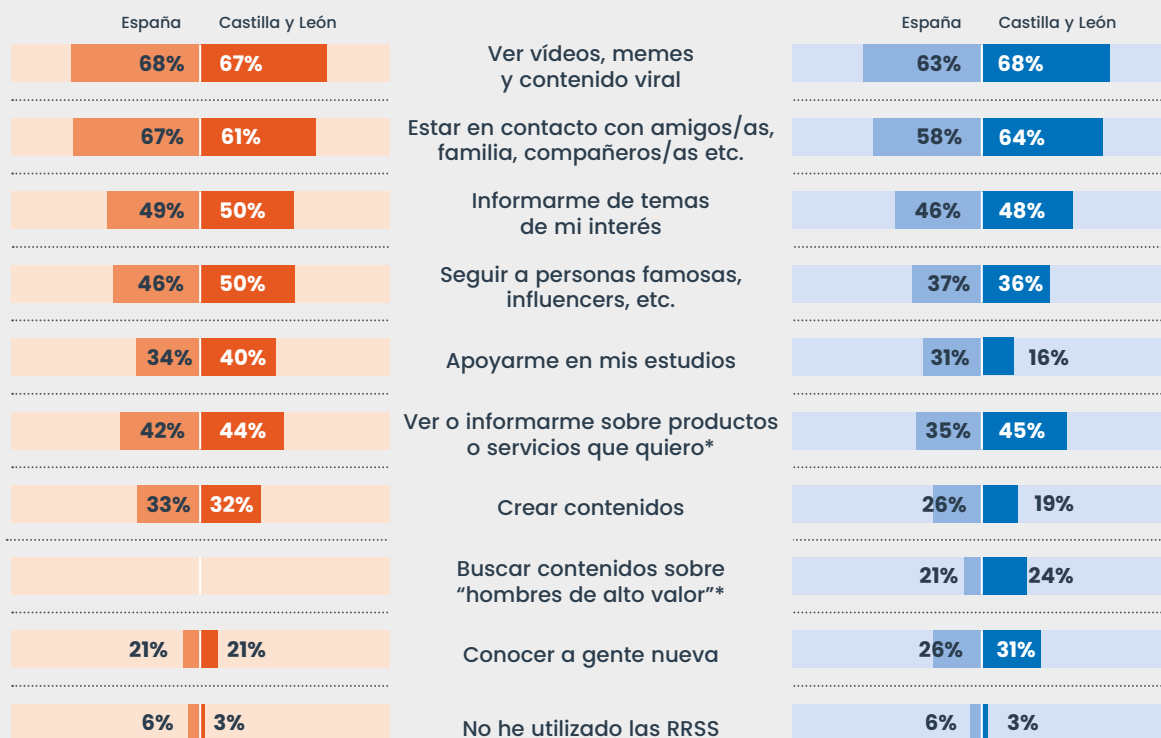
Además, **un 24% de los chicos** en Castilla y León buscaron en el último mes **contenido relacionado con ser “un hombre de alto valor”**.

¿Y la inteligencia artificial, para qué la usan?

Un 86% de los adolescentes y jóvenes de Castilla y León ha usado la IA en el último mes. Se consolida como una herramienta de apoyo en el ámbito académico: **alrededor de 6 de cada 10 chicos y chicas la ha utilizado para resolver dudas. Los chicos en Castilla y León la usan más que las chicas en este ámbito.** Casi la mitad de las chicas, y un tercio de los chicos, también la emplea para informarse o explorar temas diversos, lo que sugiere que comienza a posicionarse como una alternativa a los buscadores tradicionales.

También los chicos dicen crear más contenido con la IA que las chicas. Además, hay ligeramente más chicos que chicas en la región que la usan para contarle cosas personales, al contrario que en la muestra estatal (GRÁFICO 15).

Gráfico 14: Uso de las RRSS en el último mes



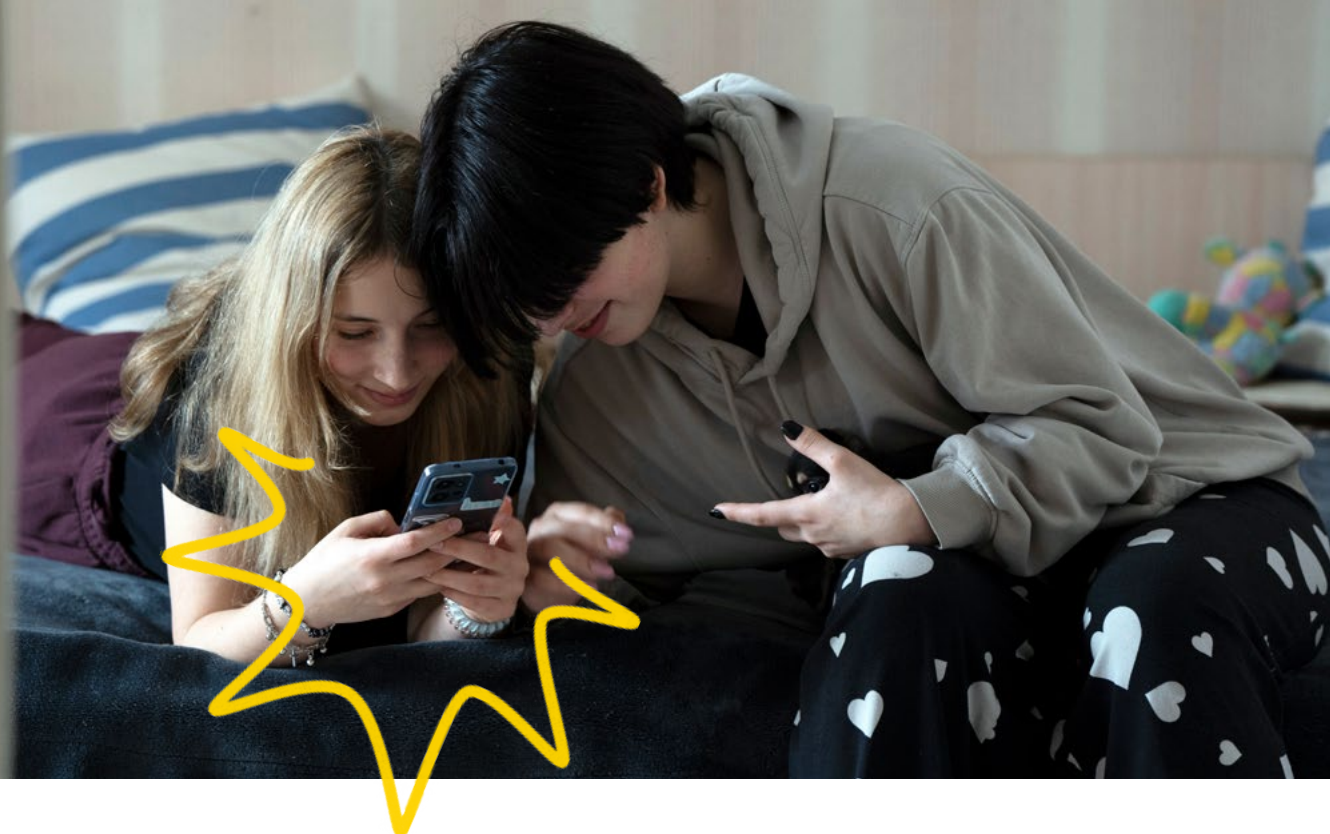
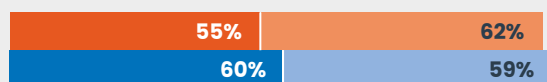
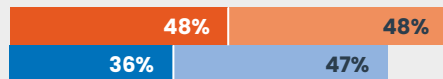


Gráfico 15: Uso de la IA en el último mes

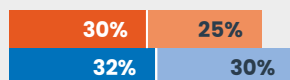
Para resolver dudas de mis estudios



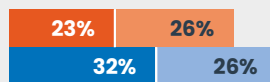
Para curiosear y/o informarme de cosas que me interesan



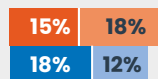
Para no dedicar tanto esfuerzo a mis estudios



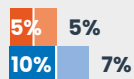
Para crear contenidos



Para hablar y contarle mis cosas

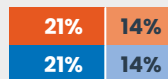


Para mi trabajo



■ Chicas Castilla y León
■ Chicas España
■ Chicos Castilla y León
■ Chicos España

No he utilizado la IA



Fuente: explotación de la encuesta

¿Qué riesgos perciben en redes e internet?

Las chicas expresan mayor preocupación que los chicos por los riesgos en entornos digitales, especialmente aquellos referidos a las violencias online de tipo sexual.

Más de ocho de cada diez (88%) jóvenes castellanoleonesas, por encima de la media estatal, manifiestan inquietud ante la posibilidad de que se compartan sus fotos, videos o mensajes sin consentimiento, o de que sus imágenes sean utilizadas para crear contenido falso de carácter sexual. Las chicas de Castilla y León están en general más preocupadas que la media nacional por todos los riesgos identificados, salvo por las campañas de odio y los efectos en su capacidad de concentración o de sueño.

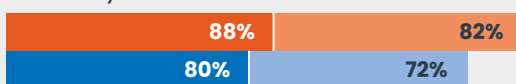
Respecto a los chicos, un 91% de ellos están preocupados por la creación de cuentas falsas en su nombre, que es su principal preocupación por riesgos en RRSS, muy por encima de la preocupación de las chicas y de la media nacional de los chicos. En general, están más preocupados que la media nacional de chicos por todos los riesgos identificados, y destaca una mayor preocupación por las campañas de odio, el uso de datos personales con fines comerciales, recibir acoso o burlas y la presión estética.

“Yo me quité todo, más que nada porque veía que de tanto estar todo el rato te quita un montón de concentración [...]”.

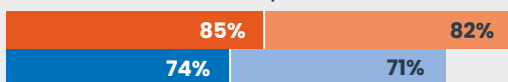
- Chico, 15 años, Valladolid.

Gráfico 16: Preocupación riesgos en RRSS e internet (% “mucho” + “bastante”)

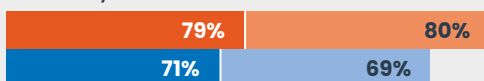
Que se reenvíen mensajes, fotos o vídeos tuyos sin tu consentimiento



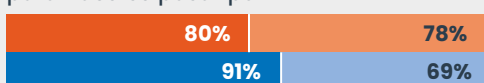
Que se utilicen imágenes tuyas para hacer vídeos falsos de tipo sexual



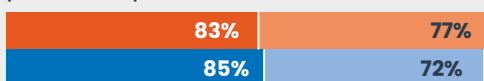
Que no se pueda borrar de internet cosas tuyas o sobre ti



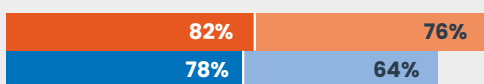
Que alguien cree una cuenta falsa para hacerse pasar por ti



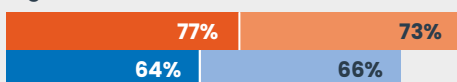
Que se utilicen tus datos personales para venderte cosas



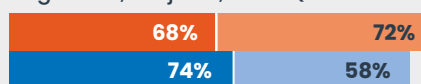
Recibir acoso, burlas o críticas por tus fotos o comentarios



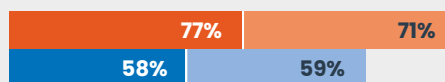
Ser espiada o controlada por alguien cercano



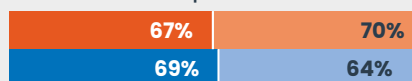
Las campañas de odio contra migrantes, mujeres, LGTBIQ...



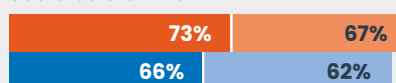
Acceder a contenidos sexuales o violentos



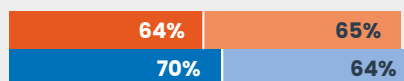
Perder capacidad de concentración o para dormir



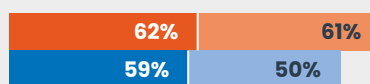
Volverte adicta a las redes sociales o al móvil



Dejar de hacer otras actividades



Hacer demasiado caso a tendencias y los modelos de belleza



Chicas Castilla y León Chicos Castilla y León
Chicas España Chicos España

Fuente: explotación de la encuesta

En cuanto al consumo de contenidos potencialmente perjudiciales, **un 53% de las chicas en Castilla y León y un 51% de chicos en la región señala acceder a algún tipo de contenido sexual, violento, relacionado con salud mental o retos (GRÁFICO 17).**

Los chicos son más propensos a consumir contenidos relacionados con retos o bulos. Mientras, las chicas consultan o ven más contenido relacionado con la salud mental y contenidos violentos. De esta manera ellas parecen mostrarse más sensibilizadas frente a la presencia de este tipo de contenido en el ámbito digital.

En los grupos de discusión, se observa una concienciación con algunas formas de violencia como el *grooming* y la preocupación por la excesiva dependencia del móvil y las redes sociales.

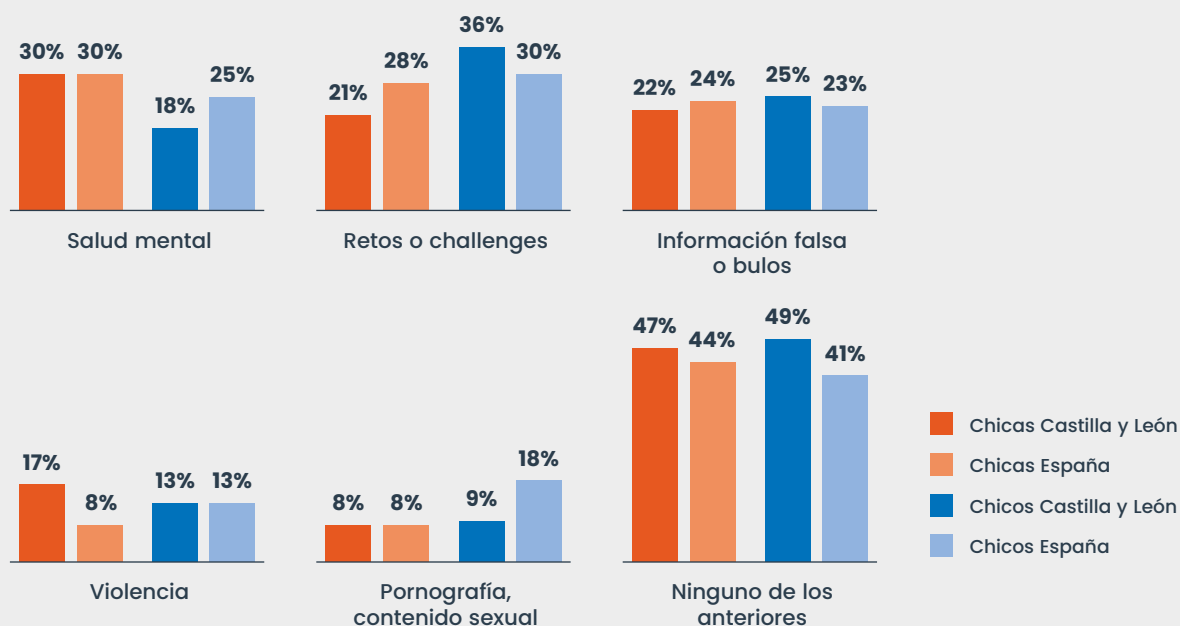
“[...] muchas personas, sobre todo adultos o gente así, se crean cuentas falsas haciéndose pasar por adolescentes [...]”.

- Chica, 14 años, Casavieja (Ávila).

“[...] desde que te lo quitas (las redes sociales), cuando una persona dice que realmente tiene poco tiempo, luego al final recapacitas un poco y piensas que tienes tiempo para todo y es algo magnífico, por lo menos para mí”.

- Chico, 15 años, Valladolid.

Gráfico 17: Consumo de contenidos en RRSS en el último mes



*Nota: los datos referidos a Castilla y León son meramente orientativos, ya que se han obtenido sobre una muestra pequeña de personas encuestadas (especialmente los chicos)

Fuente: explotación de la encuesta

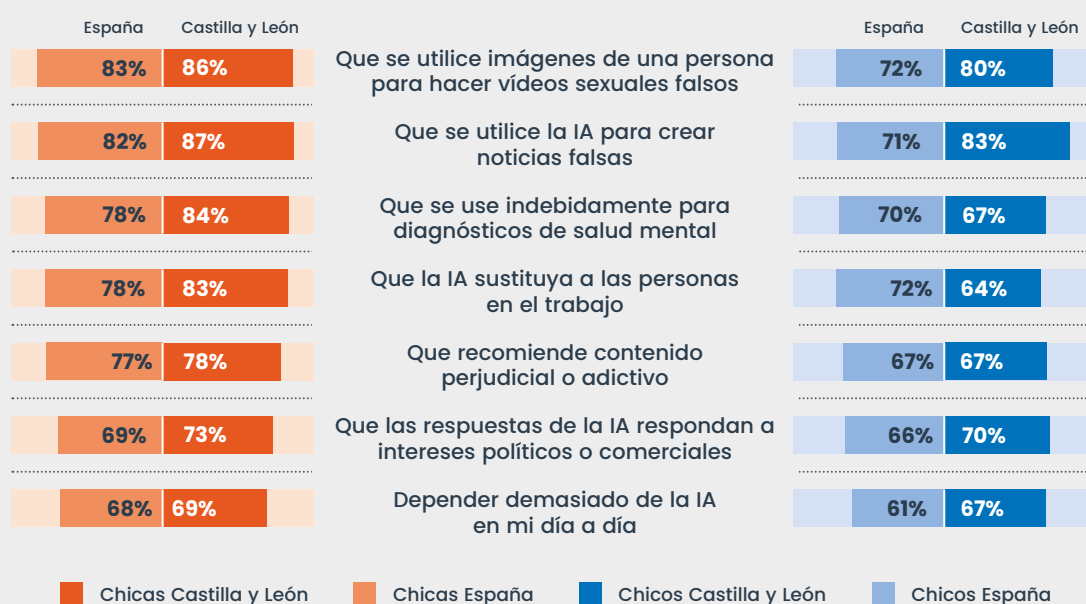
¿Y qué les preocupa sobre la IA?

La inteligencia artificial genera actitudes ambivalentes entre las personas jóvenes. Aunque muchas se muestran satisfechas con su uso y reconocen su potencial, también identifican riesgos asociados. Las chicas expresan mayores niveles de preocupación: **el 86% de ellas teme que se utilice para crear videos sexuales falsos o difundir información manipulada, frente al 80% de los chicos.**

Asimismo, se perciben riesgos asociados a un uso excesivo de la IA. 7 de cada 10 chicas y chicos temen desarrollar cierta dependencia.

En general, todos los riesgos preocupan más a las chicas, pero en Castilla y León hay una importante distancia entre chicos y chicas en la inquietud ante los falsos diagnósticos de salud mental o que la IA sustituya a las personas en el trabajo: preocupan menos a los chicos castellanoleonés que a las chicas de la región y que a los chicos del conjunto del país (GRÁFICO 18).

Gráfico 18: Preocupación riesgos de la IA (% "mucho" + "bastante")



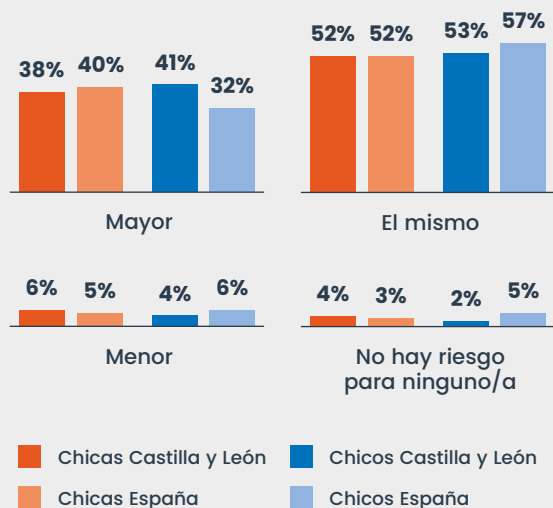
Fuente: explotación de la encuesta

¿El entorno digital representa mayores riesgos para ellas?

En Castilla León, los jóvenes perciben riesgos por razón de género en el entorno digital ligeramente inferiores a los percibidos en el conjunto de España: la mitad de las chicas y el 40% de los chicos (frente a 6 de cada 10 chicas y la mitad de los chicos en el conjunto de España) consideran que las chicas están más expuestas a riesgos en las RRSS.

En el caso de la IA: algo más de la mitad de los chicos y chicas en la región creen que el riesgo es el mismo para ellos y ellas. Destaca que los chicos castellanoleoneses son más conscientes que la media nacional de estos riesgos de género.

Gráfico 19: Percepción de riesgos de la IA para chicas frente a chicos



Fuente: explotación de la encuesta

Este contexto de exposición y riesgo se entrelaza con un ecosistema digital saturado de representaciones poco realistas. **El 67% de las chicas y el 59% de los chicos en Castilla y León opina que los/as influencers o figuras públicas no reflejan fielmente a niñas o mujeres reales (GRÁFICO 20).**

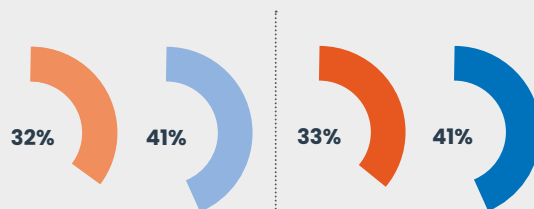
“El riesgo es igual porque no pones si eres una chica o un chico.”

- Chica, 15 años, Casavieja (Ávila).

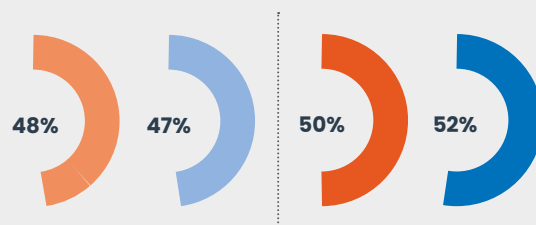


Gráfico 20:

Las/os influencers representan bien a las personas (% “mucho” + “bastante”)



Me identifico con algún/a influencer (% “mucho” + “bastante”)



Chicas Castilla y León, Chicos Castilla y León, Chicas España, Chicos España

Fuente: explotación de la encuesta

No obstante, **la mitad de las chicas (50%) y chicos (52%) dice sentirse identificada con alguna influencer.**

Es decir, aunque consideran (sobre todo ellas) que estas figuras no representan a las personas de la vida real, alrededor de la mitad de ellos y de ellas se identifica con alguna.

3.5. La brecha de género en la salud mental

Los y las adolescentes encuestados tienen una buena opinión de su salud física, especialmente ellos. No obstante, la salud mental es hoy parte fundamental de una salud integral, y para las generaciones más jóvenes ha dejado de ser un tabú. Las crisis concatenadas en los últimos años (COVID-19, crisis climática, conflictos armados...) unidas a expectativas irreales y presiones estéticas reforzadas por las redes sociales, la incertidumbre acerca de su futuro o las experiencias de violencia han dejado el bienestar emocional de la adolescencia en un equilibrio complejo, especialmente para ellas. Se informan y han aprendido a nombrar los problemas de salud mental que afectan a su generación: de la ansiedad a la adicción al móvil, pasando por la depresión o los trastornos de la conducta alimentaria. La brecha entre ellos y ellas es muy significativa: ellos prácticamente no reconocen haber padecido problemáticas de salud mental.

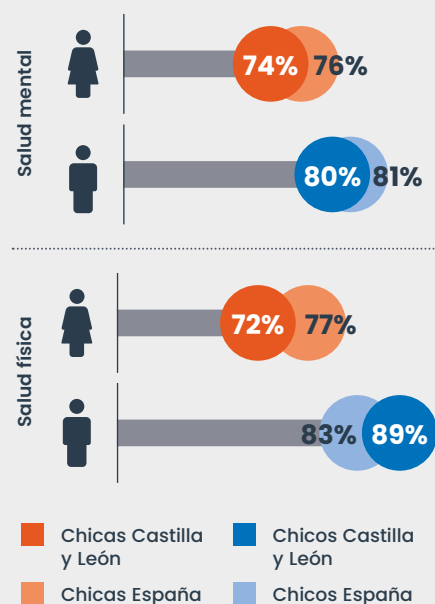
Según los datos de la encuesta **el 72% de las jóvenes y el 89% de los jóvenes en Castilla y León se sienten satisfechos con su salud física, mientras que el 74% de ellas y el 80% de ellos muestran satisfacción con su salud mental.** Para las chicas, la percepción de su salud física y mental es más similar, mientras que para los chicos hay más diferencias.

La brecha entre chicos y chicas en cuanto a su consideración de haber padecido problemáticas de salud mental concretas es especialmente significativa: **apenas un 1% de los chicos encuestados declara tener problemas de salud mental, frente al 15% de las chicas.**

De hecho, cuando acudimos a datos de problemáticas concretas, los chicos dicen no haber experimentado muchas de ellas.

En cualquier caso, los trastornos más comunes en ellas son la **ansiedad**, la **depresión** y, en menor medida, los pensamientos suicidas y los trastornos alimentarios. En ellos, destaca la adicción al móvil y/o las RRSS y los ataques de ansiedad o pánico, aunque igualmente muy pocos de ellos dicen haberlos vivido (**GRÁFICO 22**).

Gráfico 21: Satisfacción con su salud física y mental
(% "mucho" + "bastante")



Fuente: explotación de la encuesta



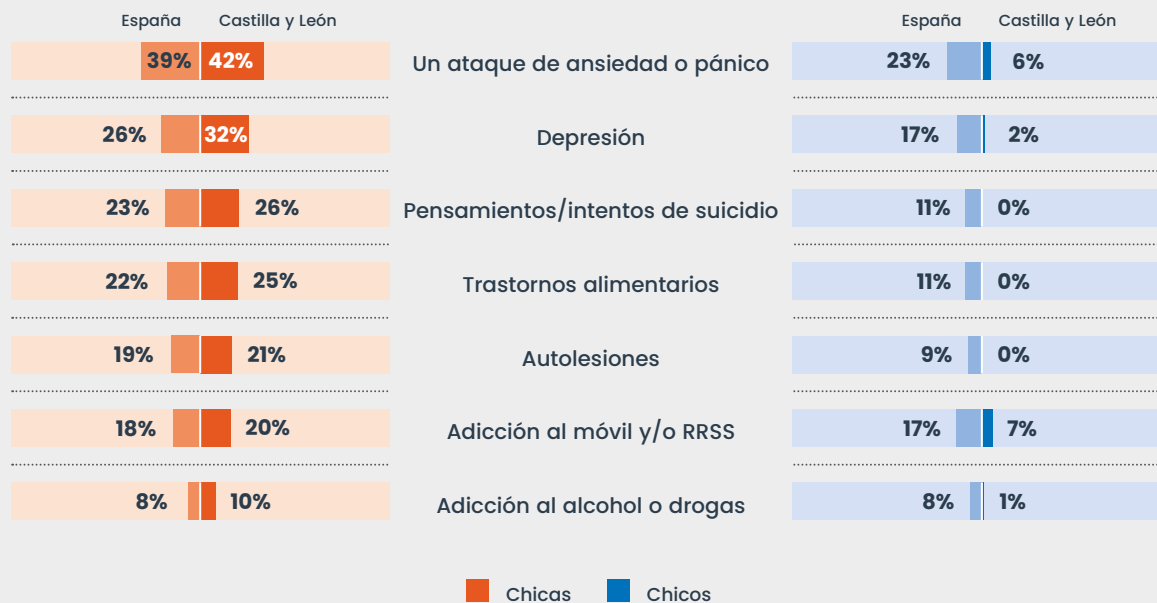
15%
de las chicas
en Castilla y León declara
tener problemas concretos
de salud mental, frente al
1% de ellos.

15% de las
chicas
en el conjunto de España
declara tener problemas
concretos de salud mental,
el triple que los chicos (7%).

*Nota: los datos referidos a Castilla y León son meramente orientativos, ya que se han obtenido sobre una muestra reducida, especialmente en el caso de los chicos.



Gráfico 22: Prevalencia de problemas de salud mental (% "Sí, lo he sufrido")



*Nota: los datos referidos a Castilla y León son meramente orientativos, ya que se han obtenido sobre una muestra reducida, especialmente en el caso de los chicos.

Fuente: explotación de la encuesta

Los problemas de **salud mental**, además, **son algo más frecuentes entre jóvenes con enfermedades crónicas o de larga duración**, más en chicas, tanto en Castilla y León (12%) como en la media nacional (10%), que en chicos (3% de los chicos en la región y el 9% en España). También entre quienes se identifican como neurodivergentes, aunque menos en Castilla y León (9% de chicas y chicos) que en la media estatal (12% de ellas y 14% de ellos).

Un aspecto emergente en la conversación sobre salud mental es el **papel de la inteligencia artificial**, especialmente en el contexto de los autodiagnósticos. El **84% de las chicas y el 67% de los chicos en Castilla y León** está preocupado ante la posibilidad de que estas **herramientas se utilicen de forma inadecuada para evaluar el estado emocional o psicológico**.

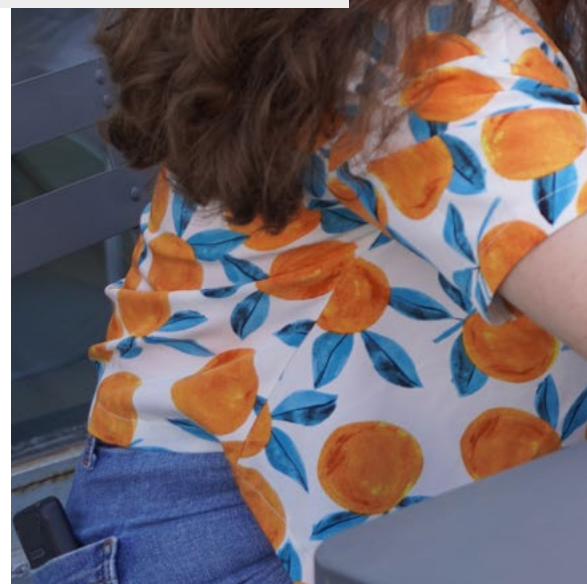
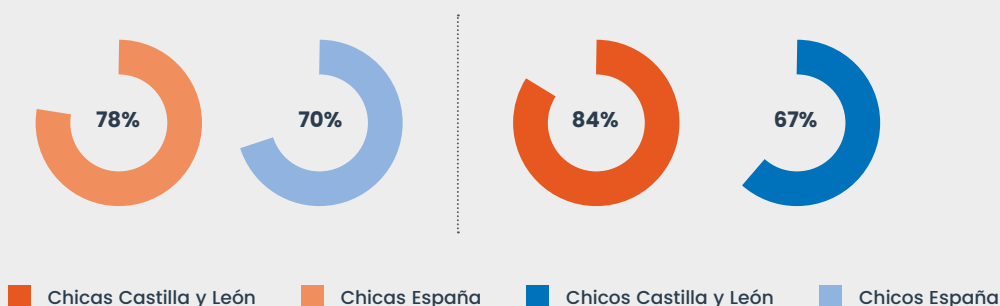


Gráfico 23: Preocupación por el mal uso de la IA para diagnósticos de salud mental (% "mucho" + "bastante")



Fuente: explotación de la encuesta



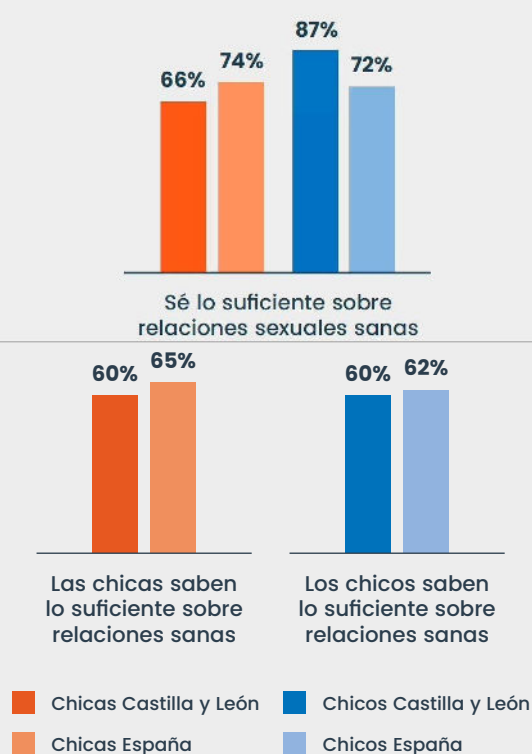
La percepción sobre las relaciones afectivas y sexuales también forma parte del bienestar emocional. En general, los chicos en Castilla y León creen que saben suficiente sobre relaciones, por encima de los chicos del conjunto del país y de las chicas de su región y de todo el país. Las chicas castellanoleonesas se sienten menos informadas que las de la media nacional.

Entre las chicas de Castilla y León, el **66%** considera que tiene un conocimiento adecuado sobre estos temas, y el **60%** cree que, en general, las chicas están bien informadas sobre relaciones sanas.

Por su parte, el **87%** de los chicos de Castilla y León piensa que sabe lo suficiente sobre relaciones sexuales sanas, y el **60%** cree que en general los chicos están suficientemente informados.

Por otro lado, el **47%** de los jóvenes en Castilla y León (frente al 53% en el conjunto de España) está muy o bastante de acuerdo en que las chicas saben más de relaciones afectivo sexuales sanas.

Gráfico 24: Conocimiento sobre sexualidad sana



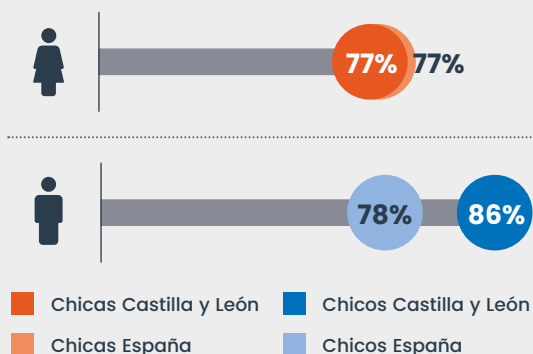
Fuente: explotación de la encuesta

3.6. Frente al espejo: ellas y la presión por ser perfectas; ellos y la belleza digital

Aunque la mayoría de adolescentes se sienten satisfechos con su imagen corporal, también reconocen que se enfrentan a menudo a comentarios sobre su apariencia y su forma de ser. Especialmente ellas, que manifiestan una mayor preocupación por su imagen y una mayor exigencia para encajar en unos ideales de belleza. Los chicos también son capaces de reconocer que ellas están sujetas a mayores presiones estéticas, aunque ellos también sienten que tienen que acercarse a unos estándares de belleza. Estas expectativas, también presentes en ellos como muestran los datos, están moldeadas por el mundo que observan a través de las redes sociales: vidas y cuerpos que parecen perfectos, incluso creados por la IA, que influyen en su autoestima hasta el punto de querer cambiar su cuerpo, aunque su satisfacción con su imagen sea elevada. Este es el espejo, contradictorio y exigente, en el que se miran las y los adolescentes, no sin cierto escepticismo.

En **Castilla y León la distancia entre ellos (86%) y ellas (77%) es especialmente amplia con respecto a la satisfacción con su imagen.** Ellos están por encima de la media nacional, mientras que ellas están en línea con el dato del conjunto de chicas de España.

Gráfico 25: Satisfacción con el aspecto físico/ su imagen (% “mucho” + % “bastante”)

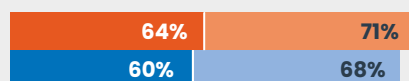


Fuente: explotación de la encuesta

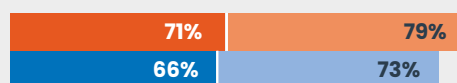
Las críticas y valoraciones externas hacen mella y también son frecuentes, especialmente en ellas. **El 64% de las chicas y el 60% de los chicos en Castilla y León ha sido objeto de comentarios sobre su apariencia física, y el 71% de las chicas y el 66% de los chicos sobre su forma de ser.**

Gráfico 26:

Críticas por su apariencia física



Críticas por su forma de ser



Chicas Castilla y León Chicos Castilla y León
Chicas España Chicos España

Fuente: explotación de la encuesta

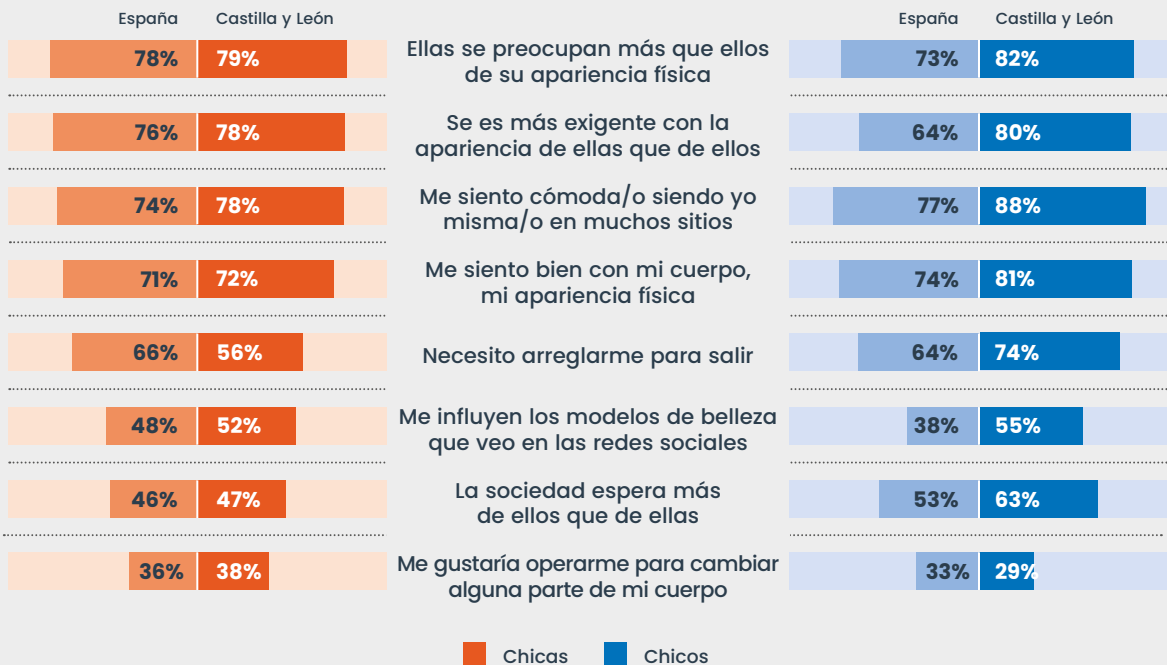
En esta línea, cerca de **ocho de cada diez chicas y chicos en Castilla y León consideran que ellas se preocupan más que los chicos por su imagen y que se es más exigente con la apariencia de ellas que con la de ellos.**

Esta impresión de que ellas se ven más sometidas a juicio por su apariencia, se refleja en varios de los datos que arroja la encuesta: ellas se sienten menos a gusto con su cuerpo que ellos, se sienten menos cómodas siendo ellas mismas y más de un tercio afirma que le gustaría operarse.

Sin embargo, las presiones estéticas también hacen mella en ellos: un 74% de los chicos castellanoleonese encuestados, frente al 56% de las chicas, dice que necesita arreglarse para salir y un porcentaje ligeramente mayor de chicos (55%) que de chicas (52%) dicen también que se ven influidos por los modelos de belleza que ven en redes sociales. También 6 de cada 10 creen que la sociedad espera más de ellos que de ellas (**GRÁFICO 27**).



Gráfico 27: Grado de acuerdo con afirmaciones (% “mucho” + “bastante”)



Fuente: explotación de la encuesta

3.7. Ocio como fuente de satisfacción, pero no siempre accesible

Son felices, mayoritariamente, pasando tiempo con sus familias y sus amistades y dedicándose a sus aficiones, especialmente las chicas. Dedicar su tiempo libre a diferentes actividades, pero la vida digital es protagonista: aunque eligen la naturaleza o el deporte como espacio de ocio favorito, una gran parte pasa sus horas de ocio conectados con sus amigas y amigos. Juntos, pero a través de las pantallas. No obstante, muestran preocupación porque el ocio digital se imponga sobre otras actividades presenciales. Ellas quedan con menos frecuencia, y con sus amigas, y ellos quedan más, y con sus amigos. El ocio no siempre es accesible: para todos, el tiempo libre puede llegar a ser un privilegio; para algunos, los costes de las actividades son una barrera, y para ellas, especialmente, la falta de autoconfianza aparece como un freno a su participación en actividades.



Según la encuesta, las personas jóvenes de Castilla y León expresan **altos niveles de satisfacción con su vida social, familiar, el ocio y sus aficiones**. Son las principales fuentes de satisfacción en sus vidas; de hecho, sus aficiones son lo que más satisfacción aporta a las chicas de Castilla y León, y en los chicos más de 9 de cada 10 se siente satisfecho con su vida familiar.

En cuanto a la frecuencia de socialización, todos quedan mucho con sus amigos y amigas: 9 de cada 10 chicas y la totalidad de los chicos encuestados en la región queda mucho o bastante con sus amistades, en línea con la media estatal.

Habitualmente se relacionan más con personas de su mismo género, tanto en las relaciones con sus amistades o personas de su familia, como con personas al margen de estos núcleos. **Alrededor de la mitad de las chicas socializa principalmente con amigas, y lo mismo ocurre entre los chicos con los suyos**. Sucede algo más en la comunidad autónoma castellanoleonesa que en el conjunto de España.

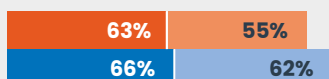
En cuanto a la calidad de las relaciones fuera de la familia, 8 de cada diez chicas y casi la totalidad de los chicos dicen tener buenas relaciones con mujeres y hombres fuera de su entorno familiar. Una cifra muy similar a la de las chicas en la media nacional y levemente superior en el caso de la media de los chicos.

En general **los datos regionales muestran que prácticamente la totalidad de los chicos encuestados mantienen buenas relaciones con personas ajenas a su familia, sean hombres o mujeres, aunque su entorno habitual de amistades siga siendo mayoritariamente con otros chicos**.

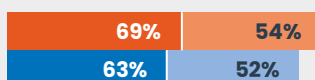
Como ya hemos visto, las redes también cumplen una función de socialización. Un porcentaje importante las utiliza para mantenerse en contacto con su entorno (alrededor de 6 de cada 10), mientras que uno de cada cuatro busca conocer gente nueva. Destaca, además, que **el 15% de las chicas y el 18% de los chicos en la región ha conversado alguna vez con la IA sobre temas personales**.

Gráfico 28: Actividades (% "Sí, la hago")

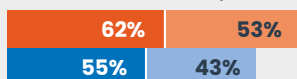
Jugar online o estar en las redes sociales o con la IA



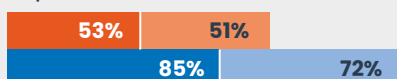
Actividades en la naturaleza



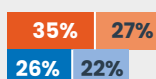
Aficiones artísticas y culturales



Deporte



Actividades artesanales



Chicas Castilla y León
Chicos Castilla y León
Chicas España
Chicos España

Fuente: explotación de la encuesta

En cuanto al **ocio**, las preferencias varían según el género. **En Castilla y León, las chicas eligen en primer lugar las actividades en la naturaleza (69%) y jugar online (63%).** El caso de los chicos, **predomina la actividad deportiva (85%),** seguida por los juegos online, las redes sociales y la IA (66%).

Entre los factores que motivarían a las chicas a explorar nuevas actividades de interés, destacan principalmente la disponibilidad de tiempo y recursos económicos. También resulta clave tener más información y sentirse apoyadas y seguras.

Como ya hemos visto, la digitalización también impacta en el ocio: a más de 6 de cada 10 chicas en Castilla y León y a 7 de cada 10 chicos les preocupa dejar de hacer otras actividades por pasar demasiado tiempo en redes o internet.

Gráfico 29: Factores que animarían a las chicas a participar en actividades*

Tener más tiempo



Tener más dinero



Sentirme animada y apoyada por personas cercanas



Sentirme más segura de mí misma (tener más autoconfianza)



Poder hacer estas actividades en mi barrio/pueblo



Tener más información



Tener mejor manera de llegar (más accesibles...)



Saber que van a tener un resultado personal, social o político



Que mi familia me lo permitiera



Ver a chicas haciendo esas actividades



Ninguna de estas



Chicas Castilla y León
Chicas España

* Solo preguntado a chicas

Fuente: explotación de la encuesta

3.8. Actitudes frente a la violencia: más consciencia en ellos y ellas

Se enfrentan a mayores riesgos, pero los y las adolescentes dicen saber reconocer la violencia, especialmente la sexual, tanto en el ámbito digital como en el mundo físico. Ellas son quienes se sienten más inseguras y quienes han sufrido más acoso y abusos. En general, una amplia mayoría considera inaceptables casi todas las formas de violencia sexual y de género. Los chicos en Castilla y León se muestran algo más sensibilizados que ellas frente a distintas formas de violencia y control. Sin embargo, a pesar de rechazar tajantemente las distintas formas de violencia y control, están preocupados en buena medida de ser acusados injustamente de violencia.

“Que no entiendan que un no es un no”.

- Chica, 14 años, Casavieja (Ávila).



La violencia adopta diversas formas y puede manifestarse en múltiples contextos, pero afecta en general, y en Castilla y León en particular, especialmente a las chicas. El **16% de las chicas, frente al 1% de los chicos, encuestados en la comunidad autónoma ha vivido violencia o acoso sexual**, y un **11% de ellas, frente al 6% de ellos, ha vivido violencia o acoso sexual digital, a través de redes sociales o mediante el uso de inteligencia artificial**.

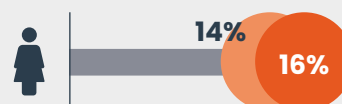
En Castilla y León, más chicos que chicas conocen experiencias de violencia, a diferencia de la media estatal: el 33% de las chicas y el 37% de los chicos dice conocer a alguien que ha atravesado una experiencia de este tipo, frente al 31% de ellas y el 28% de ellos en el conjunto de España (**GRÁFICO 30**).

Una **amplia mayoría considera que sabría identificar una situación de violencia sexual**, ya sea en primera persona o en alguien cercano: **el 87% de las chicas y el 93% de los chicos en Castilla y León** (y el 83% de las chicas y el 81% de los chicos en España) lo afirman.

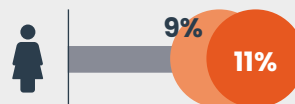
Ese conocimiento se traduce en un rechazo explícito de los jóvenes de Castilla y León hacia diversas manifestaciones de violencia de género. Tanto ellas como ellos, de manera general, no consideran nunca aceptables las distintas formas de violencia preguntadas; en ellos, las respuestas son algo más contundentes que en ellas.

Gráfico 30:

Experiencias de violencia o acoso sexual (% que lo ha sufrido)



Experiencias de violencia o acoso sexual digital (% que lo ha sufrido)

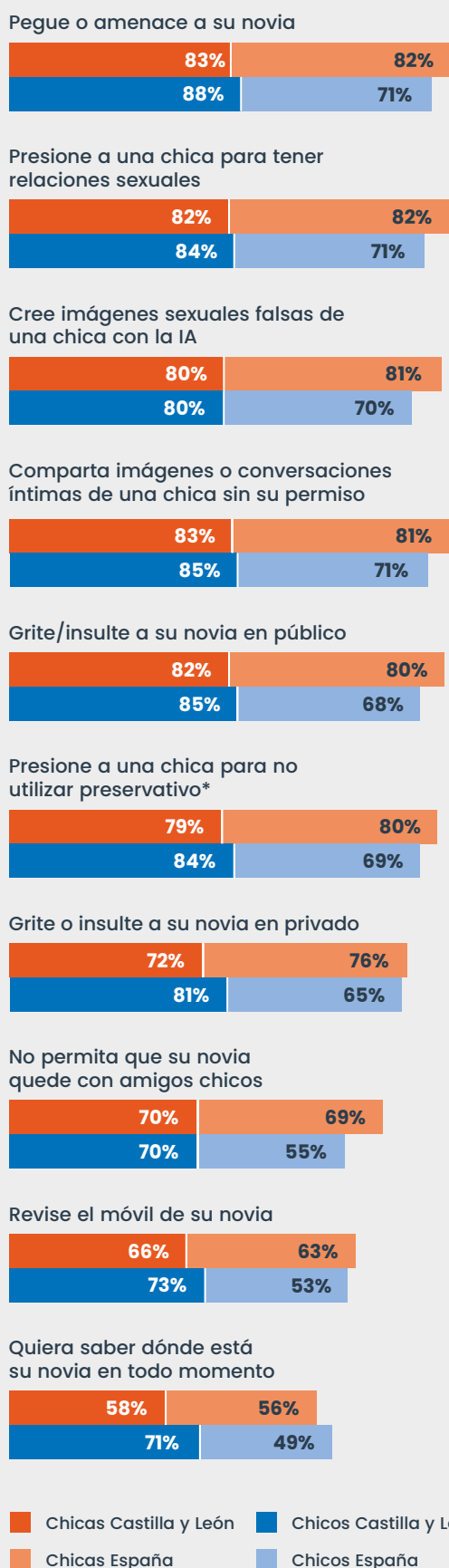


Chicas Castilla y León Chicos Castilla y León
Chicas España Chicos España

*Nota: los datos referidos a Castilla y León son meramente orientativos, ya que se han obtenido sobre una muestra reducida, especialmente en el caso de los chicos.

Fuente: explotación de la encuesta

Gráfico 31: ¿Hasta qué punto crees que es aceptable que un chico...? (% "Nunca es aceptable")



*Nota: los datos referidos a Castilla y León son meramente orientativos, ya que se han obtenido sobre una muestra reducida, especialmente en el caso de los chicos.

Fuente: explotación de la encuesta

En ambos géneros, algunas formas de control generan mayor ambigüedad; sin embargo, siguen manteniendo unos niveles de rechazo elevados, especialmente en ellos: más del 70% no consideran aceptable ninguna de las actitudes de control o violencia. Destaca la diferencia entre chicos y chicas en la aceptación de la revisión del móvil o en querer saber dónde está su novia en todo momento. Ellos lo rechazan más categóricamente que ellas (GRÁFICO 31).

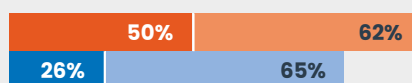
Sin embargo, un 76% de los chicos castellano-leoneses, frente al 72% de la media de chicos estatal, señala temer ser acusado injustamente por de acoso o violencia de género. En este sentido no habría relación entre el rechazo de ellos de las distintas formas de violencia consultadas y ese temor a ser denunciados.

¿Y qué otras formas de violencia afectan a las personas jóvenes?

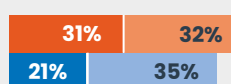
La mitad de las chicas y uno de cada cuatro chicos en Castilla y León indica haber sido blanco de burlas o comentarios despectivos por su origen. El 31% de las chicas y el 21% de los chicos en la región ha sido criticado por su orientación sexual.

Gráfico 32:

Críticas por su origen



Críticas por su orientación sexual



■ Chicas Castilla y León ■ Chicos Castilla y León
 ■ Chicas España ■ Chicos España

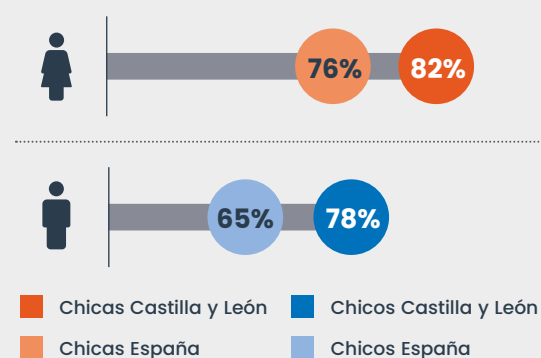
Fuente: explotación de la encuesta

En cuanto al ciberacoso online, 8 de cada 10 chicas y chicos castellanoleoneses temen ser criticados o recibir burlas por sus publicaciones online, una cifra algo superior a la media estatal (GRÁFICO 33).

Como ya se ha visto, la violencia digital adquiere una dimensión relevante. A más de ocho de cada diez chicas les preocupa el reenvío de mensajes, imágenes o vídeos sin consentimiento, así como la alteración de sus fotografías para generar contenidos sexuales falsos mediante redes sociales o inteligencia artificial. Aunque esta inquietud es más pronunciada entre ellas, también se encuentra presente entre los chicos.



Gráfico 33: Preocupación por recibir críticas o burlas por publicaciones online (% “mucho” + % “bastante”)



Fuente: explotación de la encuesta

Por último, el 37% de las chicas y el 40% de los chicos de Castilla y León, en línea con el 38% de ellos y ellas en la media estatal, **considera que la IA puede ser discriminatoria** —ya sea por razones de género, raza u origen, lo que refuerza la percepción de que las nuevas tecnologías, lejos de ser neutrales, también reproducen prejuicios y estereotipos.

En relación con **las situaciones en las que se sienten seguras**, las adolescentes mencionan principalmente el hogar (81%), seguidos de la compañía de sus amigas (74%) y amigos (76%). Espacios públicos durante el día, como calles transitadas o parques, generan confianza al 77% de las chicas encuestadas (**GRÁFICO 34**).

Sin embargo, **esta percepción cambia drásticamente durante la noche**. Solo un 18%

se siente segura en la vía pública, un 27% en discotecas y un 31% en zonas de bares.

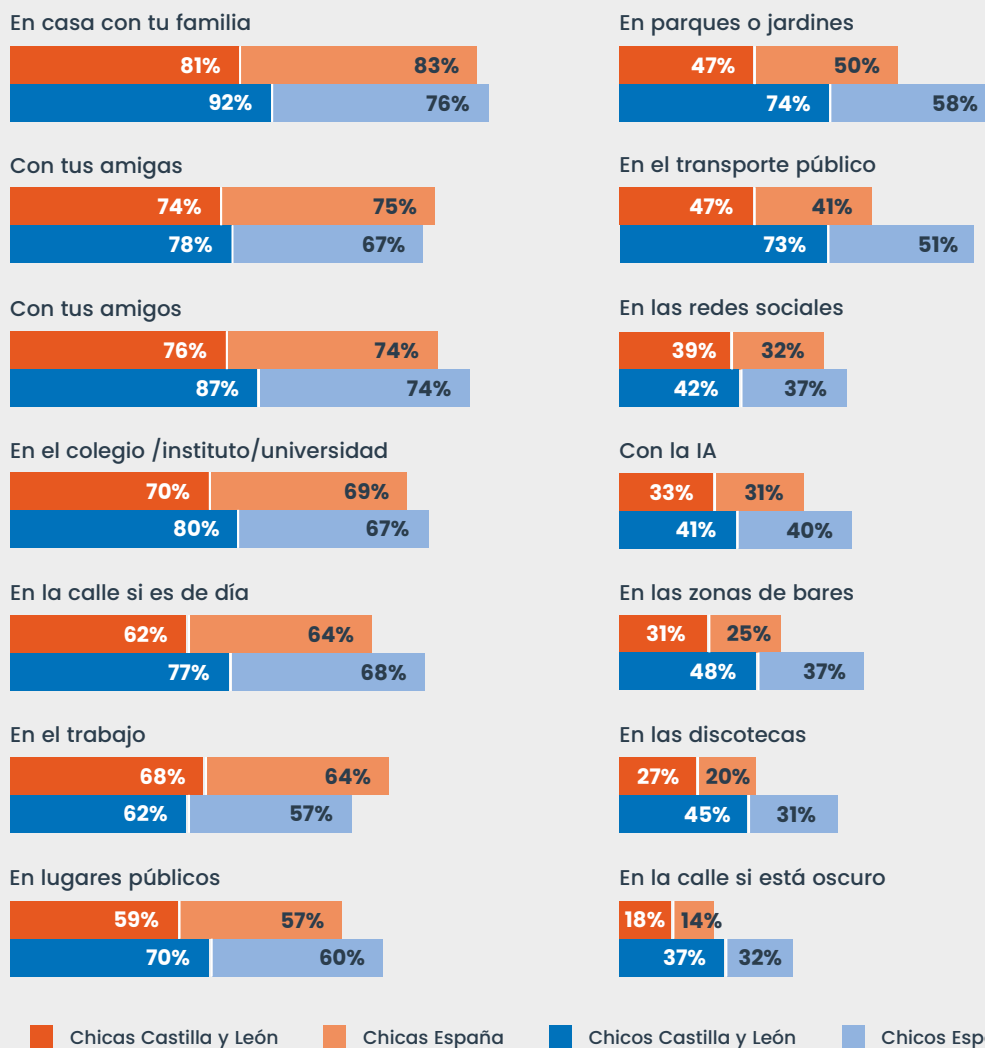
Ellos también se sienten seguros en el hogar, con sus amigos (mucho más que ellas) y con sus amigas. **Aunque desciende su percepción de seguridad, tienden a mostrarse mucho más confiados que ellas en contextos nocturnos (discotecas y calles oscuras)**. Casi la mitad declara sentirse cómodo en bares, discotecas o calles poco iluminadas, lo que evidencia diferencias significativas en las vivencias cotidianas de unos y otras.

Lo que más valoran las jóvenes para sentirse seguras es **contar con el apoyo incondicional de su familia** (60% en Castilla y León vs 62% en España), poder confiar en la policía y la justicia (55% en la región, 50% en España), disponer de espacios protegidos (55% en Castilla y León, 50% en España) y saber a quién acudir (52% en la región, vs 51% en España). Estas prioridades reflejan no solo sus necesidades en materia de protección, sino también sus niveles de confianza en diferentes ámbitos.

Ante situaciones difíciles, **las chicas recurren principalmente a figuras adultas de confianza e instituciones**: la madre (71% en Castilla y León vs 76% las chicas de España), el padre (63% en la región vs 64% en España), cuerpos de seguridad (60% en Castilla y León vs 52% en España), profesionales de la salud (59% en la región vs 55% en España), o centros de atención a la mujer (51% en Castilla y León vs 43% en España). En cambio, muestran mayor reserva hacia personas adultas desconocidas, la inteligencia artificial o monitores de actividades.



Gráfico 34: Situaciones en las que se sienten seguros/as (% “completamente” + “bastante”)



Fuente: explotación de la encuesta

3.9. Participativos: menos política institucional y más causas concretas, pero ellos satisfechos con la situación mundial

La situación política y el contexto internacional son los aspectos que menos satisfacción reportan a los chicos y las chicas en Castilla y León. Aun así, cerca de la mitad de ellos manifiesta estar satisfecho a nivel general con estos dos ámbitos. No obstante, tanto ellos como ellas se muestran desencantados con la clase política: creen que no les representan, que no les escuchan e, incluso, que mienten. Por eso no participan en la política institucional (aunque la creen necesaria) y sí se involucran más en causas más sociales, como las donaciones.



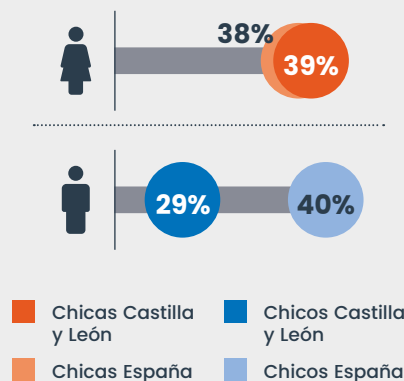
El primer espacio de participación de las personas adolescentes es su entorno cercano: su familia y escuela. En cuanto a la **participación en el hogar**, los ámbitos sobre los que más sienten que se tiene en cuenta su opinión son las actividades extraescolares (58% chicas y 66% chicos en Castilla y León vs 54% chicas y 53% chicos en España) y su centro educativo (50% chicas y 35% chicos en Castilla y León vs 52% chicas y 45% chicos en España). En cuanto a normas sobre el ámbito digital, como uso de redes sociales o inteligencia artificial, un 39% de las chicas y un 29% de los chicos en Castilla y León (frente a un 38% de chicas y el 40% de chicos en España) también percibe que sus opiniones son escuchadas siempre.

En la región, de manera general, las chicas consideran en un porcentaje superior a los chicos que se tiene siempre en cuenta su opinión sobre los aspectos consultados.

En cuanto a su participación, a nivel social y comunitario, la gran mayoría valora positivamente el lugar donde vive. No obstante, al observar la realidad más allá de su entorno inmediato, la satisfacción desciende, especialmente en las chicas. Hay que destacar que, a pesar de esa insatisfacción, en Castilla y León, la mitad de los chicos sí se siente conforme con la situación mundial, un porcentaje mayor que la media estatal.

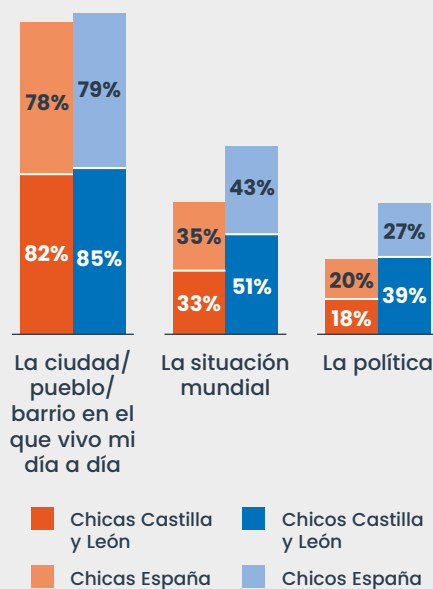
Esta mirada crítica se extiende al ámbito político, pero especialmente entre ellas. Apenas dos de cada diez chicas, frente a un 40% de los chicos, declaran estar satisfechas con la política.

Gráfico 35: ¿Te preguntan en casa sobre uso de las redes sociales y la IA?
(% "siempre" es tenida en cuenta)



Fuente: explotación de la encuesta

Gráfico 36: Satisfacción con diferentes ámbitos
(% "mucho" + "bastante")



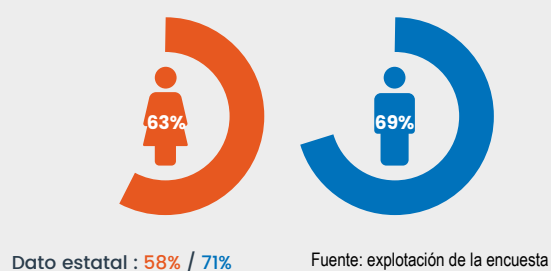
Fuente: explotación de la encuesta

En general, **la valoración hacia representantes e instituciones políticas es claramente negativa**: el 82% de las jóvenes y el 79% de los jóvenes en Castilla y León creen que todos los políticos mienten, y el 78% tanto de chicas como de chicos siente que sus opiniones no son tenidas en cuenta. Además, el 76% de ellas y el 71% de ellos en la región piensa que ningún político le representa. No obstante, su satisfacción con la política actual es ligeramente superior: uno de cada cuatro chicos en la región está satisfecho con la situación política.

En cualquier caso, **la mayoría reconoce que la política es necesaria**: así lo afirman el 63% las chicas y 74% los chicos de la región (y el 66% de las chicas y 65% los chicos en España).

No obstante, muchos dan mayor peso a la tecnología: el 69% de los chicos y el 63% de las chicas en Castilla y León consideran que, en la actualidad, **la tecnología ejerce una mayor influencia que la política en el rumbo de la sociedad**.

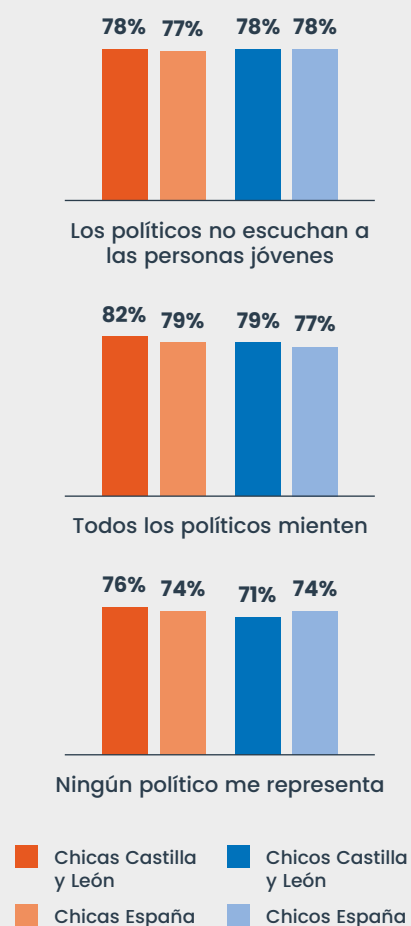
Gráfico 38: “La tecnología es más importante que la política” – Castilla y León
(% “muy” + “bastante” de acuerdo)



Desde una perspectiva de género, se advierte una mirada crítica hacia los estereotipos tradicionales. **La mayoría de las chicas rechaza la idea de que la política no sea un espacio para mujeres jóvenes**: solo un 25% en Castilla y León (en línea con un 23% en el conjunto de España) se muestra de acuerdo con esta afirmación. Esta postura revela una intención firme de cuestionar y ocupar ámbitos históricamente masculinizados, aunque una de cada cuatro siga pensando que puede ser un lugar hostil.

En relación con las diferentes formas de participación social y política, las donaciones son la acción más habitual entre chicos y chicas de Castilla y León, por encima de la media estatal y especialmente entre las chicas: cuatro de cada diez son donantes. Destaca también que una de cada cuatro son voluntarias, un porcentaje ligeramente superior a la media nacional. En cambio, participar en partidos políticos es lo menos frecuente: solo uno de cada diez lo hace. Estos datos reflejan un interés mayor por colaborar en causas concretas que por involucrarse en estructuras políticas tradicionales.

Gráfico 37: Opiniones sobre política

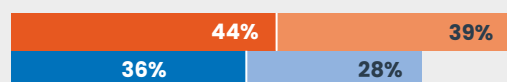




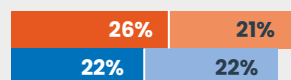
En general, para todas las formas de participación, las chicas son más activas que ellos.

Gráfico 39: Participación en acciones sociales/políticas (% “mucho” + “bastante”)

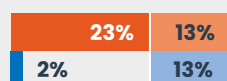
Donaciones



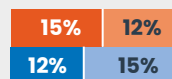
Voluntariado



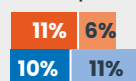
Ir a manifestaciones, protestas, huelgas...



Firmar para unirme a campañas reivindicativas



Participar en algún partido político



Chicas Castilla y León Chicos Castilla y León
Chicas España Chicos España

Fuente: explotación de la encuesta

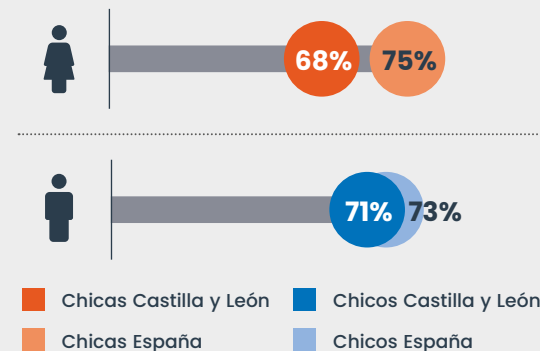
Al preguntar a las chicas qué las motivaría a participar, una de las respuestas más habituales es sentir que su acción tiene impacto. Un 17%

en Castilla y León (y un 22% de las chicas en España) un afirma que se implicaría más si percibiera que su esfuerzo genera un cambio real, ya sea en el plano personal, social o político.

Esta necesidad de una conexión tangible entre sus acciones y los resultados explica su preferencia por el voluntariado en asociaciones frente a la participación directa en política.

Expresar libremente su opinión no siempre resulta fácil. **El 68% de las chicas y el 71% de los chicos de Castilla y León dicen haber sido criticados por lo que piensan.** Esta dificultad para compartir opiniones podría estar alimentando el desinterés político y la sensación de que su voz carece de impacto.

Gráfico 40: Alguna vez te han criticado/ se han burlado por lo que piensas (% alguna vez o más)



Fuente: explotación de la encuesta

4. CONCLUSIONES

Satisfechos, pero con un futuro incierto; sobre todo ellas

La satisfacción vital es amplia en la adolescencia castellanoleonesa. Un 69% de las chicas y un 77% de los chicos se muestra satisfecho con la mayoría de aspectos de su vida.

En Castilla y León, los chicos encuestados dan mucha prioridad a su familia mientras que las chicas indican que es su ciudad o pueblo lo que más satisfacción les produce; este ítem aparece también entre los cinco seleccionados por los chicos, pero en un nivel más bajo de la escala. Las chicas también se sienten especialmente satisfechas con sus aficiones.

Al proyectarse hacia el futuro, el 58% de las chicas y el 84% de los chicos en Castilla y León asocia el futuro con sensaciones positivas. La menor satisfacción de hoy de las chicas se refleja en sentimientos más pesimistas con respecto al futuro.

Positivos, con diferencias, ante su situación económica

La satisfacción con sus viviendas es elevada; también (aunque algo menos) con los recursos de los que disponen para afrontar gastos imprevistos o poder estudiar a su elección.

En general, la satisfacción es algo más alta en el caso de los chicos. Ellos están algo más satisfechos con su vivienda, con la capacidad de su familia para afrontar gastos imprevistos y con los recursos para estudiar lo que quieran y donde quieran.

Confianza en la educación, que no se traslada a su satisfacción laboral en el caso de los chicos

En lo referido a la educación hay una satisfacción elevada a nivel general; los chicos se muestran más satisfechos que las chicas especialmente en su rutina escolar.

Esta satisfacción de ellos con su día a día en el ámbito educativo no se corresponde con su visión del ámbito profesional porque, aunque sí dicen haber contado con información sobre opciones de formación y de salidas profesionales y creen que su educación es una palanca para su empleabilidad, la mitad de los chicos no se sienten satisfechos con su empleo o proyección laboral. De hecho, casi la mitad creen que las chicas están teniendo más oportunidades formativas que ellos.

La brecha de género en la salud mental

La percepción de la salud física y mental varía según género. En cuanto a la salud física ellos se muestran bastante más satisfechos que ellas. En cuanto a la salud mental, una de cada siete chicas dice haber sufrido problemas de salud mental en la región, frente a solo un 1% de ellos. Los trastornos más comunes son la ansiedad y la depresión.

Conectados: lo cotidiano también es digital

La digitalización ocupa un lugar central en la vida de los y las jóvenes.

La mayoría disfruta su tiempo en redes sociales e internet. Aunque la satisfacción con la inteligencia artificial es algo más baja, los chicos en Castilla y León sí se muestran muy satisfechos con esta tecnología.

Las redes se utilizan principalmente para el ocio y la comunicación, más de seis de cada diez las usan para ver contenidos. Los chicos las usan más que las chicas para conocer gente nueva, que es la actividad en la que más destacan sobre ellas. Ellas las usan mucho más para los estudios y en general más para seguir a influencers, informarse y crear contenidos.

Las chicas expresan mayor preocupación que los chicos frente a los riesgos en entornos digitales, especialmente aquellos referidos a las violencias online de tipo sexual.

La mitad de chicos y chicas señalan haber accedido recientemente a algún tipo de contenido sexual, violento, relacionado con salud mental o retos, algo más entre las chicas. Los chicos son más propensos a acceder a retos y bulos, mientras que las chicas consumen más contenido relacionado con la salud mental y violento. Quizá por ello se muestran más sensibilizadas frente a este tipo de contenidos.

Sobre los y las influencers, tanto ellos como creen que no representan a personas reales, pero casi la mitad dice identificarse con alguna de estas figuras públicas.





Frente al espejo: ellas y la presión por ser perfectas; ellos y la belleza digital

En Castilla y León, los chicos están más satisfechos con su imagen. No obstante, los chicos encuestados son conscientes de que ellas sienten más presión estética que los chicos. Ellas están de acuerdo, y reconocen que se sienten menos a gusto con su cuerpo, están menos seguras que ellos en distintos lugares y dicen más que les gustaría operarse.

En el caso de los chicos en la región, un porcentaje algo mayor de ellos que de ellas necesita arreglarse para salir y dicen que les afectan algo más los modelos de belleza de las redes sociales.

Ocio como fuente de satisfacción, pero no siempre accesible

La vida social y el tiempo libre son pilares fundamentales del bienestar adolescente. Más de ocho de cada diez se siente satisfecho con sus relaciones y actividades. Las chicas en la región indican que sus hobbies son la fuente prioritaria de su satisfacción junto con su ciudad o pueblo. Suelen reunirse con frecuencia con sus amistades, aunque las chicas lo hacen menos que los chicos.

Las amistades se tejen mayoritariamente dentro del mismo género. Las jóvenes socializan principalmente con otras chicas (y los jóvenes con otros chicos). En cuanto a la relación con chicos/as fuera de su ámbito familiar, los chicos indican en mayor manera que las chicas tener buenas relaciones con personas fuera del ámbito familiar.

Aunque en Castilla y León ellas prefieren las actividades en la naturaleza y ellos el deporte, las herramientas digitales componen parte de su ocio: 6 de cada 10 chicos y chicas juega online. Tener tiempo, recursos y apoyo marca una diferencia en su acceso al ocio. Estos factores facilitan el descubrimiento de intereses y la participación en actividades.

Actitudes frente a la violencia: más consciencia en ellos y ellas

La violencia sexual afecta más a las chicas en la región y a nivel estatal. En este sentido, el espacio digital también representa un foco importante de preocupación. Ocho de cada diez chicas temen el reenvío de contenidos íntimos sin consentimiento o la manipulación de imágenes con fines sexuales a través de la IA. En el caso de los chicos, esta preocupación se reduce, aunque también es elevada.

Los chicos encuestados en Castilla y León se muestran algo más sensibilizados que ellas frente a todas las formas de violencia de género analizadas, también en cuanto a formas de control más sutiles. A pesar de ello, una cifra importante de chicos de la región tiene miedo de ser acusados injustamente de acoso o violencia.

La percepción de seguridad varía según el contexto. Las adolescentes se sienten tranquilas en espacios familiares y acompañadas, pero la noche sigue siendo vivida como un entorno hostil. El apoyo de la familia, la ayuda de profesionales y la existencia de instituciones accesibles son fundamentales para su seguridad.

Participativos: menos política institucional y más causas concretas; pero ellos satisfechos con la situación mundial

La situación global es uno de los ítems que menos satisfacción les reporta. Pero la mitad de los chicos de la región se siente satisfecho con el actual contexto internacional. Las chicas muestran mayor desencanto.

La satisfacción con la política es baja y está marcada por la desconfianza. Más de 7 de cada 10 consideran que los políticos mienten, o que no les representan. Pero casi 4 de cada 10 chicos ve con buenos ojos la política actual, dato que cae significativamente entre ellas.

Prefieren involucrarse en acciones concretas antes que participar en partidos políticos. En general, las chicas de la región participan más que ellos en todas las formas de participación política y social. El compromiso aumenta cuando perciben que su acción tiene un efecto real. Muchas chicas se implicarían más si vieran una relación directa entre su esfuerzo y el cambio.

5. RECOMENDACIONES

Las siguientes recomendaciones, formuladas por Plan Internacional, se sustentan en el análisis de los datos obtenidos mediante la encuesta, los grupos de discusión y el trabajo colaborativo con personas expertas.

Desigualdad, pobreza y dificultades económicas

Los y las adolescentes encuestados están en buena medida satisfechos con los recursos que disponen para sus estudios, gastos imprevistos o vacaciones. No obstante, la pobreza y la exclusión social continúan afectando de forma especialmente intensa a una parte significativa de la población adolescente en España. A pesar de los avances normativos y algunas iniciativas autonómicas destacables, persisten importantes desigualdades territoriales en el acceso a recursos esenciales como educación, vivienda, salud o transporte. Además, no existen mecanismos suficientemente estables ni generalizados que aseguren un acompañamiento específico a adolescentes en situación de vulnerabilidad.

Recomendaciones:

- ❗ Combatir la pobreza infantil estructural con **prestaciones generalizadas de ayuda a la crianza**, avanzando hacia un sistema de apoyo económico universal a la crianza hasta los 18 años, garantizando la cobertura sostenida de las necesidades básicas.
- ❗ Garantizar una **renta mínima o apoyo económico dirigido a adolescentes y jóvenes** en situación de especial vulnerabilidad, con ayudas económicas específicas, sostenidas y adaptadas a sus necesidades.
- ❗ Mejorar la **gestión administrativa** con bases de datos interoperables y comunicación proactiva para facilitar el acceso a las ayudas, y considerar la estructura familiar en el diseño, dando prioridad a familias monoparentales y numerosas.
- ❗ Establecer **políticas activas de inclusión social** con enfoque territorial, reforzando la coordinación entre administraciones para implementar estrategias específicas en zonas rurales, barrios vulnerables y contextos de alta complejidad social, combinando políticas sociales, educativas, de vivienda y empleo juvenil, e incluyendo a organismos y foros de juventud en el diseño.
- ❗ Promover **programas de acompañamiento personalizado para adolescentes en riesgo de exclusión**, mediante el desarrollo y consolidación de iniciativas de refuerzo educativo, mentoría, orientación psicosocial y acompañamiento integral para adolescentes con trayectorias de exclusión o abandono, en coordinación con el sistema educativo, los servicios sociales y el tercer sector.

Los y las adolescentes encuestados muestran una satisfacción y confianza en la formación, pero se está produciendo un cambio por el impacto de las tecnologías en la educación y en el mundo laboral que requiere de un abordaje específico. Garantizar trayectorias educativas completas y transiciones justas hacia la vida adulta requiere una inversión sostenida en políticas educativas inclusivas y en la mejora del acceso al empleo juvenil. Las desigualdades sociales y territoriales siguen influyendo de forma determinante en las oportunidades educativas y laborales de los y las adolescentes. Para romper los ciclos de reproducción de la desigualdad, es necesario actuar simultáneamente sobre la calidad del sistema educativo, el acompañamiento personalizado, el apoyo a las familias, la diversificación de la oferta formativa y la creación de oportunidades reales de empleo digno.

Recomendaciones:

- ❗ Reforzar la política de **becas y ayudas para la continuidad educativa**, enfocado especialmente en la transición a la educación secundaria post obligatoria, en los programas de segunda oportunidad y en los grados de FP, con el fin de favorecer la permanencia en el sistema educativo.
- ❗ Fortalecer y adaptar los **servicios de orientación** para facilitar las transiciones entre etapas educativas y hacia la vida laboral, conectando a los jóvenes con los recursos y la información sobre educación superior, con un enfoque especial en ámbitos donde se producen mayores brechas de género y atención prioritaria a jóvenes que abandonan tempranamente el sistema educativo, incorporando apoyo emocional, práctico y vocacional sostenido.
- ❗ Fortalecer el **papel de las familias** en el proceso educativo a través de programas estatales de sensibilización y orientación y fomentar la parentalidad positiva como herramienta para reforzar el vínculo escuela-familia.
- ❗ Reforzar el **acompañamiento personalizado** a través de programas de tutorías intensivas en pequeños grupos o de mentoría individual, orientados especialmente a prevenir el abandono escolar, acompañar a estudiantes en situación de riesgo y reforzar la inclusión.
- ❗ Promover una oferta amplia y diversa de **actividades extraescolares de calidad y gratuitas**, así como de programas de actividades fuera del calendario escolar, teniendo en cuenta oferta inclusiva de deportes y cultura accesibles.
- ❗ Reformar el **modelo de educación digital y educación afectivo-sexual** en coordinación con las comunidades autónomas, para implementarlo de manera estandarizada en el currículo con un refuerzo del enfoque de derechos y de género.
- ❗ Incentivar la **contratación juvenil digna**, con medidas que promuevan el empleo juvenil con contratos estables y en condiciones adecuadas, incorporando acompañamiento y formación en el proceso de inserción.
- ❗ Desarrollar apoyos específicos para el **empleo autónomo y el emprendimiento**, a través del diseño de itinerarios, incluyendo asesoramiento, acceso a micro financiación, ayudas al arranque de actividad, acompañamiento técnico y mentoría.

Las personas adolescentes y jóvenes son una generación usuaria de redes sociales e inteligencia artificial, pero en cierta medida también viven un desamparo digital. Las políticas públicas no se desarrollan a la misma velocidad que los avances tecnológicos y los nuevos retos abren una brecha intergeneracional con profesionales y familias. Es necesario un cambio de enfoque que reconozca plenamente a los y las adolescentes como sujetos de derechos digitales. Esto implica garantizar su protección frente a contenidos o prácticas nocivas, pero también promover su participación, autonomía, alfabetización crítica y capacidad de ejercicio activo de derechos en entornos digitales.

Recomendaciones:

- ❗ Definir como **problema de salud pública** los trastornos y adicciones sin sustancia derivados del impacto de la tecnología en la infancia y adolescencia, facilitando la puesta en marcha de medida de prevención, desarrollo de sistemas de detección temprana y derivación en los sistemas sanitario y educativo.
- ❗ Fortalecer las **obligaciones normativas** de los operadores privados en materia de respeto a los derechos digitales de niños, niñas y adolescentes, especialmente en relación con la publicidad personalizada, el diseño de interfaces adictivas, la recolección masiva de datos, el etiquetado y la detección y eliminación de contenidos nocivos e ilícitos.
- ❗ Establecer sistemas robustos y auditables de **verificación de edad** para el acceso a redes sociales, plataformas digitales e inteligencia artificial generativa, que permitan adaptar las funcionalidades y el diseño de las plataformas en función de la edad, sin comprometer la privacidad ni los derechos fundamentales.
- ❗ Asegurar la existencia de un sistema regular de **evaluación del impacto digital de las tecnologías** emergentes en la infancia y la juventud, mediante la recolección de datos desagregados y la publicación de informes periódicos sobre el cumplimiento de derechos digitales.
- ❗ Establecer un **marco normativo estatal de la IA** que garantice el diseño y uso ético cuando impacte en niños/as y adolescentes, especialmente en cuanto a procesamiento de datos personales (incluyendo datos biométricos y neuro datos), decisiones automatizadas, así como obligaciones de etiquetado de contenidos generados por la IA, prohibición de algoritmos de recompensa que fomentan adicciones digitales y establecimiento por defecto de mecanismos de verificación del funcionamiento seguro y ético de dispositivos con IA integrada.
- ❗ Establecer **mecanismos de supervisión independientes y externos**, con competencias para investigar, evaluar e imponer sanciones, basándose en indicadores fiables, datos abiertos y análisis de impacto.
- ❗ Desarrollar **campañas de sensibilización** para adolescentes y jóvenes, familias y sociedad en general que alerten y conciencien sobre cuestiones como privacidad, sobreexposición, adicciones tecnológicas, publicidad encubierta, discursos de odio, violencia digital y ciberdelitos, ofreciendo herramientas, soluciones y servicios de atención para el uso problemático, abusivo o situaciones de riesgo.



Vida digital: redes sociales e IA (continuación)

Ámbito educativo:

- ❗ Incorporar en el **currículo educativo de manera transversal la educación digital** en el uso seguro, ético y responsable de las tecnologías, que incluya aspectos como la alfabetización digital, privacidad, ciberseguridad, pensamiento crítico, ética digital e inteligencia artificial, en todos los niveles y adaptada a cada ciclo educativo, integrando asimismo la educación emocional y la educación afectivo sexual integral.
- ❗ Diseñar e implementar un **plan integral de competencias digitales** en todas las etapas educativas, que incluya dotación tecnológica, protocolos de uso seguros, objetivos pedagógicos y evaluación continua.
- ❗ Formar al **profesorado y personal educativo** en alfabetización digital avanzada, ética tecnológica y prevención de riesgos en línea, dotándolos de herramientas para acompañar a estudiantes en el uso crítico y saludable de las tecnologías.
- ❗ **Regular el uso de dispositivos móviles en los centros educativos** de forma coordinada entre Comunidades Autónomas, fomentando entornos equilibrados entre lo digital y lo presencial, con normas claras, consensuadas con las familias y el alumnado, adaptadas por edad.
- ❗ Fomentar espacios de **refuerzo escolar y ocio educativo** gratuitos para reducir el uso excesivo de dispositivos, con apoyo especial a adolescentes vulnerables y familias de menos recursos.

Ámbito sanitario:

- ❗ **Formar a profesionales** en la prevención, detección precoz y atención continuada de riesgos de problemas de salud mental, adicciones y situaciones de violencia digital, incorporando **evaluación de riesgos de uso abusivo en revisiones pediátricas**, con **protocolos compartidos** con el sistema educativo.

El bienestar físico, mental y emocional de los y las adolescentes constituye un pilar fundamental para el ejercicio pleno de derechos y el desarrollo de trayectorias vitales saludables. Sin embargo, el acceso a una atención sanitaria integral, específica y adaptada a las necesidades de esta etapa sigue siendo limitado y desigual en el territorio. La atención a la salud mental infanto-juvenil se enfrenta a largos tiempos de espera, escasez de recursos profesionales y poca articulación con el entorno escolar. A ello se suma la insuficiente presencia de la educación afectivo-sexual en el currículo y la falta de preparación del personal educativo y sanitario para abordar con confianza y competencia los temas relacionados con la salud emocional, la diversidad y las relaciones interpersonales. La falta de visibilidad de determinadas problemáticas (como las adicciones digitales, las conductas destructivas/suicidas o los trastornos del comportamiento alimentario) y la falta de enfoques preventivos limitan la capacidad de respuesta pública a problemáticas en pleno auge.

Recomendaciones:

- ❗ Reforzar la **atención primaria y la red de salud mental infanto-juvenil**, incrementando la dotación de profesionales especializados en salud mental infantil y adolescente, reducir los tiempos de espera, garantizar la presencia territorial en zonas rurales y urbanas desfavorecidas, aplicar un enfoque de atención comunitario, multidisciplinar y domiciliario, y mejorar la coordinación con el sistema educativo.
- ❗ Establecer **servicios escolares de salud integral accesibles y confidenciales**, garantizando la existencia de servicios de salud en todos los centros educativos, que ofrezcan atención básica en salud física, mental, afectivo-sexual y emocional, garantizando confidencialidad, trato respetuoso y accesibilidad sin discriminación.
- ❗ Reafirmar la **obligatoriedad de la educación afectivo-sexual integral desde un enfoque transversal**, asegurando el cumplimiento de inclusión sistemática en todos los niveles educativos, de forma obligatoria, transversal y evaluable, como parte fundamental del currículo y del bienestar integral de adolescentes.
- ❗ Garantizar la **formación obligatoria y regular del personal educativo y sanitario en salud emocional, afectivo-sexual y diversidad**, con formación específica y continua para docentes, profesionales sanitarios y de servicios sociales sobre salud mental, prevención de trastornos, enfoque de diversidad sexual y de género, y habilidades para la detección y el acompañamiento de situaciones de riesgo.
- ❗ Fomentar el **carácter integral de los espacios de salud para adolescentes y jóvenes**, desarrollando dispositivos específicos —en centros de salud, comunitarios o itinerantes— dirigidos exclusivamente a población adolescente, donde se aborde la salud de manera integral: física, emocional, sexual, mental y social, con una perspectiva de derechos, diversidad y género.
- ❗ Crear un **marco normativo para la prevención y atención de los trastornos mentales y adicciones en la adolescencia**, que establezca de forma vinculante la incorporación de la prevención, detección precoz y atención continuada de los trastornos de salud mental y de las adicciones (especialmente digitales y comportamentales) en los sistemas sanitario y educativo, con protocolos compartidos y equipos interdisciplinarios.



Igualdad de género

Pese a los avances significativos en el ámbito de la igualdad de género en las últimas dos décadas, existe también una creciente preocupación ante los retrocesos en la percepción de la igualdad por parte de adolescentes hombres, así como la persistencia de formas de discriminación y violencia que afectan de manera desproporcionada a las chicas jóvenes y a las personas LGTBIQ+. La polarización de género y los estereotipos sexistas siguen presentes en los entornos escolares, digitales y familiares, mientras que las medidas de prevención, protección y reparación específicas para adolescentes siguen siendo insuficientes o no están plenamente adaptadas a sus realidades. Se hace necesario reforzar la dimensión estructural de la igualdad, con un enfoque interseccional y desde una perspectiva de derechos, en todos los ámbitos de política pública que afectan a la adolescencia.

Recomendaciones:

- ❗ Desarrollar **programas específicos de prevención de la violencia de género en la adolescencia**, incluyendo expresamente las violencias simbólicas, digitales, relacionales y sexuales, tanto en el ámbito educativo como en el comunitario, con recursos permanentes y profesionalizados, y asegurando espacios específicamente dirigidos a hombres adolescentes.
- ❗ Reforzar los apoyos dirigidos a **mujeres adolescentes y jóvenes que asumen responsabilidades de cuidados**, mediante servicios de conciliación (escuelas infantiles, ayudas para cuidados de personas dependientes), atención social y becas de apoyo sostenido.
- ❗ Reconocer como colectivo prioritario a las **mujeres jóvenes que enfrentan múltiples barreras sociales** (bajo nivel educativo, origen migrante, discapacidad, salud mental, violencia de género), diseñando políticas integrales que combinen ayudas específicas, atención multidisciplinar y mecanismos de seguimiento del impacto de las medidas adoptadas.
- ❗ Promover la ruptura de **estereotipos de género en el ámbito laboral** desde edades tempranas, promoviendo el acceso de niñas y jóvenes a estudios y carreras en áreas STEM (Ciencia, Tecnología, Ingeniería y Matemáticas), pero también de hombres en sectores de atención a las personas y otros sectores altamente feminizados.

Los datos de la encuesta muestran algunas barreras para acceder a actividades de ocio además de una desafección por la política institucional. A pesar de algunos avances importantes en el reconocimiento del derecho de adolescentes y jóvenes a participar en la vida cultural, recreativa y comunitaria, persisten limitaciones significativas que impiden su realización efectiva, especialmente para quienes viven en entornos vulnerables. La falta de estructuras estables de participación, la escasa financiación de actividades públicas accesibles y la limitada representatividad real de adolescentes en órganos consultivos son factores que reducen el potencial transformador del derecho a participar.

Recomendaciones:

- ❗ Garantizar el **acceso equitativo y gratuito a actividades culturales, deportivas y recreativas públicas e inclusivas**, con especial atención a adolescentes que residen en barrios vulnerables, zonas rurales, contextos de exclusión social o discapacidad.
- ❗ Ampliar y renovar la **red de espacios y centros juveniles**, asegurando infraestructuras modernas, seguras y adaptadas a sus horarios, compatibles con responsabilidades académicas y familiares y permitiendo la gestión compartida con los propios grupos de jóvenes.
- ❗ Fomentar el **voluntariado, el asociacionismo juvenil y la participación digital**, desde un enfoque de derechos, corresponsabilidad y autonomía progresiva, integrando estos ámbitos en las políticas educativas, sociales y de juventud.
- ❗ Reformar el **marco legal del derecho de asociación**, permitiendo el registro individual de adolescentes a partir de los 12 años, en coherencia con la evolución de sus capacidades y con las recomendaciones internacionales.
- ❗ Establecer una obligación legal explícita para que el Estado y las comunidades autónomas financien **estructuras estables de participación adolescente y juvenil**, que incluyan consejos de participación, foros permanentes y mecanismos de consulta activa en todos los niveles administrativos.
- ❗ Reforzar las oportunidades de **participación directa, sostenida y significativa en órganos escolares, municipales y comunitarios**, en respuesta a la creciente desafección institucional detectada entre adolescentes, y con el objetivo de recuperar su confianza hacia las instituciones democráticas.
- ❗ Implicar directamente a los órganos de participación juvenil en el diseño de todos los planes, medidas o campañas informativas que les afecten, a todos los niveles administrativos correspondientes. Más allá del diseño de las políticas de proximidad, sería necesario prever **mecanismos de seguimiento, monitoreo y rendición de cuentas**.
- ❗ Revisar el **diseño de los planes de juventud** para permitir la participación activa y el liderazgo de las personas jóvenes en toda su diversidad. Además, deberían contar con mecanismos de control y evaluación del cumplimiento de los objetivos de estos planes.

Protección contra la violencia

La pobreza y la exclusión social continúan afectando de forma especialmente intensa a una parte significativa de la población adolescente en España, con mayores tasas de privación entre los hogares con hijos e hijas, especialmente los monoparentales, migración o desempleo persistente. A pesar de los avances normativos y algunas iniciativas autonómicas destacables, persisten importantes desigualdades territoriales en el acceso a recursos esenciales como educación, vivienda, salud o transporte. Además, no existen mecanismos suficientemente estables ni generalizados que aseguren un acompañamiento específico a adolescentes en situación de vulnerabilidad, incluyendo a quienes llegan a la mayoría de edad sin red familiar o institucional de apoyo.

Recomendaciones para las administraciones:

- ❗ Poner en marcha el **Registro Unificado de Violencia contra la Infancia** recogido en la LOPIVI, que contenga datos desagregados y accesibles sobre violencia sexual digital contra la infancia y adolescencia.
- ❗ Reforzar y extender los **recursos especializados de atención a adolescentes víctimas de violencia**, con servicios adaptados a las características y necesidades específicas de adolescentes, que incluyan atención psicológica gratuita, líneas de ayuda accesibles, espacios presenciales seguros, red de centros 24h y acompañamiento jurídico cuando sea necesario.
- ❗ Garantizar **procesos de denuncia más ágiles y una respuesta judicial especializada y adaptada** a las necesidades de la adolescencia víctima de violencia, también en el ámbito digital, y extender y consolidar el modelo Barnahus, integrado en el modelo especializado de justicia, con el objetivo de contribuir a la reparación de la víctima y prevenir la revictimización.
- ❗ Garantizar la **atención especializada e integral para adolescentes** que han ejercido violencia, a través de una atención integral en la que intervengan todos los profesionales implicados (sanidad, servicios sociales, Fuerzas y Cuerpos de Seguridad del Estado y justicia), basada en intervenciones sociales que garanticen un entorno protector a estas chicas y chicos y en intervenciones terapéuticas especializadas.
- ❗ Integrar la **violencia entre adolescentes en las estrategias públicas de prevención y sensibilización**, abordado de forma explícita las formas de violencia que se ejercen entre iguales, incluyendo ciberacoso, control digital, coerción sexual, presión grupal, violencia machista en relaciones afectivas y discriminación por orientación sexual o identidad de género.
- ❗ Desarrollar **modelos de prevención participativos basados en la tutoría entre iguales**, programas donde el propio alumnado actúe como agente activo de prevención, en un marco guiado por profesionales, reforzando la capacidad de escucha, mediación y protección entre adolescentes.
- ❗ Incluir a las **familias en las estrategias de sensibilización y detección**, mediante el diseño de herramientas y materiales específicos para madres, padres y tutores/as que les permitan identificar señales de riesgo, dialogar con sus hijos e hijas sobre violencia y acompañarlos en la búsqueda de apoyo.
- ❗ Asegurar la **implantación generalizada de la figura de coordinación de bienestar** en los centros educativos; promover espacios de debate con profesionales de diferentes ámbitos, así como pedagogía legislativa; reforzar y simplificar los protocolos de violencia de género para incorporar la violencia sexual, la violencia vicaria y los ciberdelitos con el fin de permitir prevenir, detectar y derivar los casos.



YOUTH FOR CHANGE

El Comité Juvenil de Plan Internacional también ha estado implicado en este proyecto, aportando sus propuestas sobre cuáles son las medidas de deberían implantarse en cada uno de los diferentes ámbitos de la vida de los y las adolescentes. En las siguientes tablas se recogen sus sugerencias.

Protección y bienestar psicosocial

Recomendaciones para las administraciones:

- ❗ Ampliar y reforzar el Ingreso Mínimo Vital (IMV) para familias con adolescentes.
- ❗ Considerar la estructura familiar en el diseño de ayudas, dando prioridad a familias monoparentales y numerosas.
- ❗ Facilitar el acceso de los jóvenes a trabajos a tiempo parcial, siguiendo modelos como el de Dinamarca.

Recomendaciones para centros educativos:

- ❗ Ofrecer refuerzo escolar gratuito para promocionar la igualdad de oportunidades en el alumnado.
- ❗ Aumentar becas para comedor y para actividades extraescolares, y ampliarlas en más ámbitos (como el deporte, la música o el arte).
- ❗ Usar los centros como espacios comunitarios de información y oferta cultural o deportiva.

Educación y mundo laboral

Recomendaciones para centros educativos:

- ❗ Reducir las ratios de alumnado por aula para mejorar la atención personalizada.
- ❗ Aumentar la inversión en orientación educativa, incluyendo salidas profesionales y preparación para la vida adulta.
- ❗ Ampliar las becas universitarias y para estudiar en el extranjero, y facilitar la participación en programas como Erasmus+.
- ❗ Mejorar la educación sexual y afectiva, con más recursos y calidad.
- ❗ Actualizar el currículo escolar para incluir formación en IA y alfabetización digital.
- ❗ Reforzar la formación continua del profesorado, especialmente en orientación y salidas profesionales y competencias digitales.

Vida digital: redes sociales e IA

Recomendaciones para las administraciones:

- ❗ Formar a los profesionales que trabajan con adolescentes en IA y tecnologías emergentes.

Recomendaciones para centros educativos:

- ❗ Reforzar la alfabetización digital para un uso responsable de redes sociales e IA.
- ❗ Prohibir el uso de móviles en centros educativos al menos hasta los 16 años.
- ❗ Implicar a las familias en la educación sobre los riesgos de la IA.

Recomendaciones para empresas tecnológicas:

- ❗ Limitar la memoria de las IA respecto a datos personales.
- ❗ Reducir la humanización de la IA para evitar vínculos emocionales no reales con los usuarios.
- ❗ Regular los chats dirigidos a menores (IA, mensajería, etc.).
- ❗ Mejorar los sistemas de denuncia: asegurar que las denuncias dentro de plataformas sean efectivas y generen consecuencias.
- ❗ Escuchar a expertos/as en IA y redes sociales para mejorar el diseño ético.

Salud integral y bienestar

Recomendaciones para las administraciones:

- ❗ Incrementar la atención psicológica pública.
- ❗ Equiparar la salud mental a la salud física en el sistema sanitario.
- ❗ Sensibilizar a las familias sobre la importancia de la salud mental.

Recomendaciones para centros educativos:

- ❗ Aumentar los recursos de salud mental en institutos y universidades.
- ❗ Diseñar un protocolo de detección temprana de casos de riesgo.
- ❗ Incluir el aprendizaje de habilidades sociales y gestión emocional en el currículo escolar.
- ❗ Abordar malestares emergentes (como la eco ansiedad) desde la prevención.

Recomendaciones para empresas tecnológicas:

- ❗ Prevenir impactos negativos de la IA en la salud mental.
- ❗ Integrar protocolos de detección de problemáticas de malestar emocional en las herramientas digitales.

Presión estética y normas de género

Recomendaciones para empresas tecnológicas:

- ❗ Incluir etiquetas en imágenes retocadas por IA.
- ❗ Regular y garantizar la transparencia sobre tratamientos estéticos promocionados en redes.
- ❗ Mejorar los sistemas para identificar a menores sin vulnerar su privacidad.
- ❗ Promover modelos de belleza diversos y realistas en redes sociales.

Socialización, ocio y aficiones

Recomendaciones para las empresas:

- ❗ Regular los videojuegos en cuanto a contenidos, tiempo de uso y edad recomendada.

Recomendaciones para las administraciones:

- ❗ Ampliar la oferta de actividades para todas las edades, especialmente en vacaciones.
- ❗ Promover la difusión efectiva de las actividades extraescolares para llegar a más jóvenes.



Violencia y seguridad

Recomendaciones para las administraciones:

- ! Replantear el enfoque de las campañas de sensibilización contra la violencia, para que no genere rechazo en los hombres, promoviendo la corresponsabilidad.

Recomendaciones para centros educativos:

- ! Fomentar la educación sexual en las aulas, de forma sistemática y actualizada.
- ! Incluir educación en feminismo, también dirigida a chicos, aclarando conceptos para evitar confusiones o rechazo.

Participación política y social

Recomendaciones para las administraciones:

- ! Fomentar el asociacionismo juvenil, especialmente entre chicas, dotando de recursos y espacios.
- ! Apoyar espacios de ocio autoorganizados por jóvenes
- ! Diseñar actividades de voluntariado accesibles y alineadas con los intereses juveniles.
- ! En el caso de la política institucional, asegurar la participación de mujeres jóvenes en la toma de decisiones legislativas.

Recomendaciones para centros educativos:

- ! Promover el asociacionismo escolar desde edades tempranas.
- ! Impulsar actividades de cultura democrática y educación política en las aulas.
- ! Fomentar itinerarios formativos en ciencias sociales y filosofía para desarrollar el pensamiento crítico.
- ! Fomentar en las alumnas la cultura de la participación y el liderazgo.

Recomendaciones para ayuntamientos:

- ! Fomentar los presupuestos colaborativos para adolescentes y jóvenes.
- ! Crear espacios y actividades formativas para la participación de adolescentes, como oratoria o gestión de redes.
- ! Promover mecanismos de democracia directa, como canales de comunicación interactivos o votaciones participativas.

6. ANEXO METODOLÓGICO

Este estudio forma parte de un análisis de las **personas adolescentes en España**, en diversos ámbitos de su vida.

La información recogida en este estudio procede de una muestra secundaria y no representativa en **Castilla y León**, incluida en una muestra más amplia a nivel estatal. Por lo tanto, los resultados que aquí se mencionan de la región son meramente orientativos.

Para la realización de la investigación, se ha empleado una metodología mixta que combina técnicas y herramientas tanto cualitativas como cuantitativas.

En cuanto al estudio **cuantitativo**, se realizó una encuesta online a 3.513 adolescentes y jóvenes de entre 12 y 21 años de todas las comunidades autónomas.

Esa muestra en Castilla y León es de 302 personas adolescentes y jóvenes (250 mujeres y 52 hombres).

En el apartado **cualitativo** se llevaron a cabo tres grupos de discusión online: dos con chicas de entre 12 y 18 años y uno con chicos de entre 13 y 16 años; y, por otro lado, ocho entrevistas online a personas expertas.

Además, han participado en el estudio a nivel estatal personas expertas de diferentes ámbitos, como la psicología, la educación, la sociología de género, la pobreza infantil, la pedagogía, la inteligencia artificial, la participación juvenil, la regulación digital. A través de entrevistas, han contribuido al análisis de los datos y a la elaboración de recomendaciones.

resumen metodológico (Estudio estatal)

cuantitativo

+

cualitativo



encuesta

3.513 jóvenes

2.513 chicas y

1.000 chicos

entre 12 y 21 años

**diversidad en términos de
edad, género, clase social,
origen y otras variables
interseccionales**



**3 grupos de
discusión
online**



**8 entrevistas a
personas expertas
online**





Until we are all equal

Sobre Plan International

Somos una organización independiente comprometida con los derechos de la infancia, la igualdad de las niñas y que lucha por un mundo en el que ellas puedan aprender, liderar, decidir y prosperar. Durante más de 88 años de historia, hemos construido sólidas alianzas para apoyar los derechos de la infancia desde su nacimiento hasta que alcanzan la edad adulta. En la actualidad, estamos presentes en más de 80 países y desarrollamos programas en África, América Latina y Asia.

¡No nos detendremos, hasta lograr la igualdad!

Sigue a Plan International

C/ Pantoja 10
28002, Madrid, España

Atención al donante:
900 244 000

atencionaldonante@plan-international.org
plan-international.es

 facebook.com/Planinternational.es

 twitter.com/PlanInt_ES

 instagram.com/planint_es

 linkedin.com/company/plan-espa-a

 youtube.com/user/PlanEspana