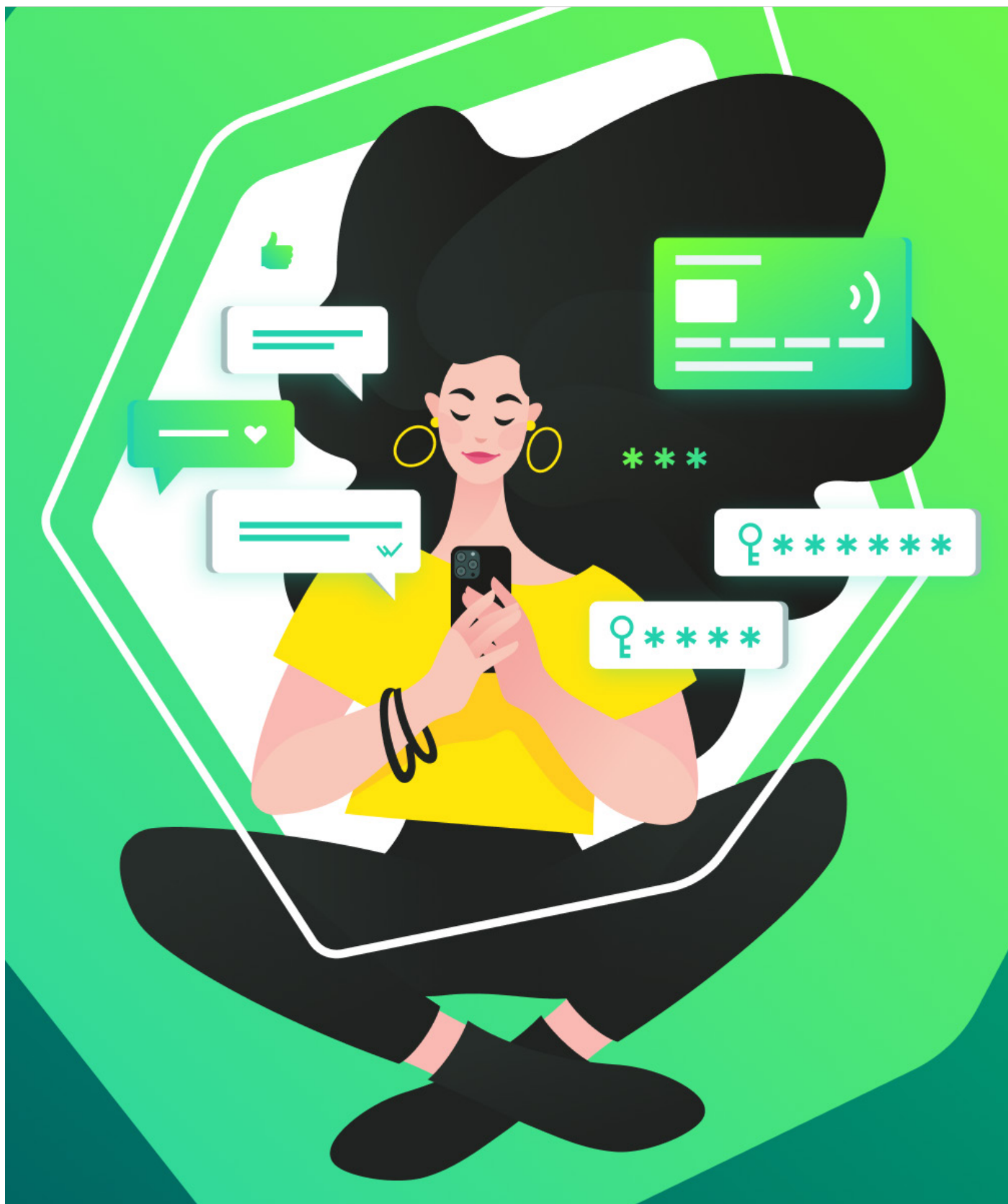




# Influencia de la tecnología en la vida de los españoles

kaspersky

# Contenido

|                                                                   |           |
|-------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>Introducción</b>                                               | <b>1</b>  |
| <b>Influencia de la tecnología en España</b>                      | <b>3</b>  |
| • Dependencia de las pantallas                                    | 3         |
| • Cambio de hábitos                                               | 4         |
| <b>Seguridad y privacidad</b>                                     | <b>6</b>  |
| • ¿Están protegidos los dispositivos de los españoles?            | 6         |
| • Principales preocupaciones y errores en materia de seguridad    | 9         |
| • Conocimientos sobre ciberseguridad                              | 10        |
| <b>Consejos para un uso seguro y responsable de la tecnología</b> | <b>12</b> |





## Metodología

Los datos de este informe proceden de una encuesta realizada por Beruby para Kaspersky entre más de 2000 españoles durante diciembre de 2022, a través del método CAWI (Computer Assisted Web Interview).

## Introducción

En un contexto en el que **la tecnología está cada vez más presente en la vida de los españoles**, Kaspersky ha querido saber más sobre su influencia en el día a día.

A través de este informe, **se analiza la dependencia de la tecnología** y cómo ha modificado los hábitos en España, desde las gestiones que ahora los españoles prefieren realizar en formato digital hasta si el tiempo que dedican a las pantallas reduce sus horas de sueño. Incluso, si el uso de dispositivos conectados afecta de alguna manera a las relaciones interpersonales.

El estudio de Kaspersky también ahonda en el nivel de protección con el que cuentan los dispositivos en España. Asimismo, revela los principales errores y preocupaciones de la población en **materia de ciberseguridad**, además de su nivel de conocimientos respecto a las principales amenazas del mundo digital.

El informe también trata de analizar cómo influye la tecnología en la vida de los españoles, poniendo de manifiesto la necesidad de hacer un uso responsable, saludable y seguro de los dispositivos.

## Aspectos destacados del informe

- **Casi un 70% de la población admite tener dependencia de la tecnología**, siendo Cataluña y la Comunidad de Madrid las regiones con los porcentajes más altos. El estudio también revela que un 46% de los encuestados cree que debería reducir su uso y el 10% ha ido a terapia o se lo ha planteado para reducir el tiempo que dedica a sus dispositivos.

Esta dependencia hace que los españoles descuiden otras tareas e, incluso, dejen de lado a seres queridos: el 45% reconoce que **pasaría más tiempo con su pareja** si dedicara menos tiempo a sus dispositivos y el 40% admite dormir menos como consecuencia del uso de pantallas.

En este sentido, los expertos de Kaspersky recuerdan la importancia de intentar limitar el número de horas ante las pantallas siempre que sea posible, de modo que el uso de la tecnología impacte en las vidas de los españoles de forma positiva.

- Precisamente, Internet también ha supuesto un cambio en las vidas de los españoles, simplificando y agilizando algunas gestiones y actividades, ahorrándoles un tiempo que pueden emplear en otras cosas.

Entre las **tareas que los españoles prefieren realizar en formato virtual frente al físico**, destacan las gestiones bancarias (78%), escuchar música (47,5%), ver películas (42%), hablar con amigos y familiares (38%) y pedir comida a domicilio (38%).

- El **smartphone es el dispositivo más utilizado por los españoles** para llevar a cabo sus actividades online. A pesar de ello, solo un 40,5% tiene una **solución de ciberseguridad** instalada en sus teléfonos inteligentes. El porcentaje se reduce al 18% en el caso de las tablets. Son los ordenadores, con un 75,5%, los equipos más protegidos.

De este modo, el estudio pone de manifiesto la necesidad de fomentar una **mayor educación y concienciación en torno a la ciberseguridad** entre la población para que sea consciente de los riesgos presentes en Internet, independientemente del dispositivo que se utilice. Así, es importante que cuenten con conocimientos básicos que les permitan estar al tanto de las últimas amenazas y protegerse de ellas.

- Las **principales preocupaciones de los españoles** en lo que se refiere a su smartphone son que roben sus datos bancarios y perder todas sus fotos y vídeos o que los ciberdelincuentes tengan acceso a este tipo de material.

Sin embargo, y a pesar del temor a ser víctimas de un ciberataque o estafa, el estudio de Kaspersky muestra que, a día de hoy, se siguen cometiendo errores básicos que comprometen la privacidad y la seguridad de los datos. Aceptar las cláusulas y condiciones sin leerlas al hacer alguna compra o descargar software encabeza la lista de **errores más habituales**. Le siguen tener la geolocalización activada de forma permanente y utilizar siempre las mismas contraseñas.

# Influencia de la tecnología en España

## Dependencia de las pantallas

El **smartphone es el dispositivo más utilizado por los españoles** para llevar a cabo sus actividades online (66%), seguido de los ordenadores portátiles (15%) y los PC de sobremesa (13%). Los menos utilizados para las actividades online son las tablets (5%) y las Smart TVs (1%). Este tipo de aparatos son de gran utilidad en el día a día, pero también pueden llegar a generar un sentimiento de dependencia.

Así lo pone de manifiesto el informe elaborado por Kaspersky, que señala que **casi un 70% de los españoles admite tener dependencia de la tecnología**. Tanto es así que un 46% cree que debería reducir su uso y 1 de cada 10 ha ido a terapia o se lo ha planteado para reducir el tiempo que dedica a sus dispositivos.

Concretamente, las aplicaciones que más dependencia generan son:

-  1. Las apps de mensajería instantánea (32%)
-  2. Las redes sociales (22%)
-  3. Las plataformas de streaming (11%)

Por comunidades autónomas, son **Cataluña** (75%) y la **Comunidad de Madrid** (74,5%) las que más dependencia reconocen tener. Les siguen Canarias, Murcia y Andalucía, con el mismo porcentaje (73,5%). Al final de la tabla se posicionan Aragón (62%), Baleares (61%) y La Rioja (60,5%).

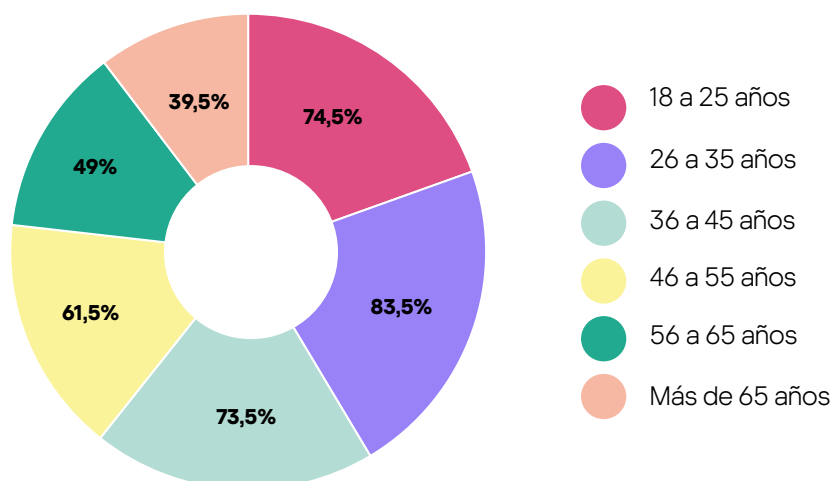
## Porcentaje de personas dependientes de la tecnología, por Comunidades Autónomas



En cuanto a género, las **mujeres** (70%) tienen una dependencia ligeramente mayor que los **hombres** (67,5%).



### Porcentaje de personas dependientes de la tecnología, por edades



Por **edades**, destacan los grupos comprendidos entre 26 y 35 años (83,5%), 18 y 25 (74,5%) y 36 y 45 (73,5%).

### Cambio de hábitos

El estudio también analiza la influencia de la tecnología en las **actividades diarias y las relaciones personales y laborales**.

Por ejemplo, el 45% de los españoles asegura que **pasaría más tiempo con su pareja** si dedicara menos horas a sus dispositivos. Otros, precisamente, recurren a la tecnología para ligar: el 40% ha usado o usa apps para conocer a otras personas. De hecho, casi 2 de cada 10 (18,6%) han conocido a su pareja por Internet.

Asimismo, el 40% de los españoles **duerme menos** como consecuencia del uso de la tecnología. Por su parte, el 70% **lee menos**, especialmente por ver series o películas online. Incluso, el 28% de los españoles dicen que el uso personal de redes sociales y apps de mensajería instantánea durante la jornada laboral **les quita horas de trabajo** y hace que estén menos concentrados en sus tareas.

El estudio también pone de manifiesto qué impacto tienen las publicaciones de otras personas en el estado de ánimo. El 55,5% de los encuestados por Kaspersky dice sentir indiferencia ante las fotos de vida idílica de sus amigos en redes sociales, ya que saben que "no es oro todo lo que reluce". A pesar de ello, un 20% asegura sentir **envidia o tristeza** porque su vida no es tan perfecta como la que ven en su feed de Instagram, Facebook o TikTok.



Respecto a las **actividades que los españoles ya prefieren realizar en formato digital**, destacan:

-  1. Gestiones bancarias (78%)
-  2. Escuchar música (47,5%)
-  3. Ver películas online (42%)
-  4. Hablar con amigos y familia (38%)
-  5. Pedir comida a domicilio (38%)

Todo ello muestra cómo la tecnología ha modificado los hábitos de la población, pudiendo incluso afectar a la calidad del sueño, las relaciones de pareja o el rendimiento laboral si no se hace un uso responsable. En contrapartida, facilita el día a día de los españoles y la realización de diversas gestiones, ahorrándoles tiempo para que puedan invertirlo en ocio u otro tipo de actividades.

## Seguridad y privacidad

### ¿Están protegidos los dispositivos de los españoles?

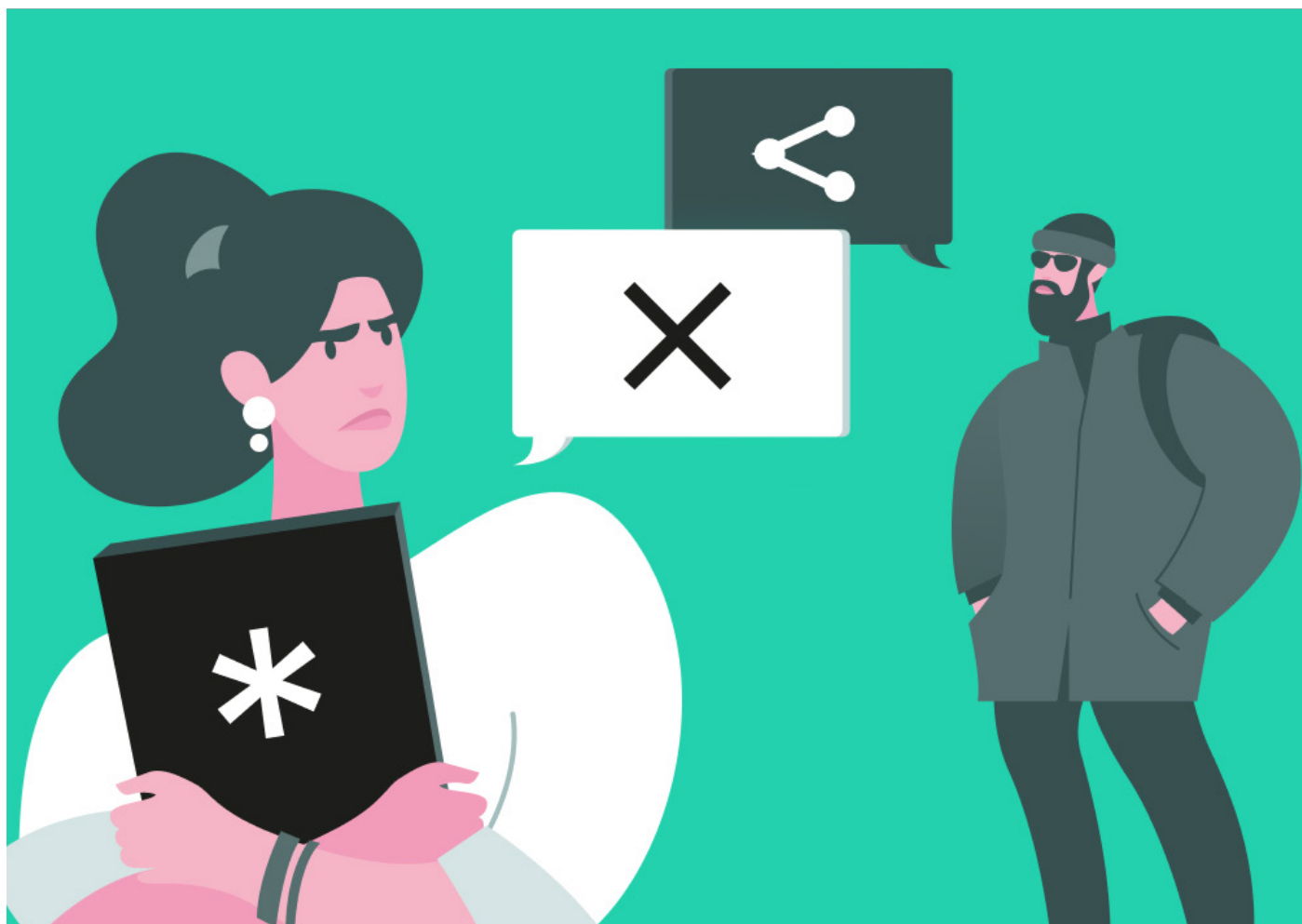
A pesar de que los teléfonos inteligentes son los dispositivos más utilizados por los españoles para sus actividades online, solo un 40,5% tiene una solución de ciberseguridad instalada en sus smartphones. El porcentaje se reduce al 18% en el caso de las tablets. **Son los ordenadores, con un 75,5%, los dispositivos más protegidos.**

Por zonas geográficas, **riojanos (89%) y aragoneses (87,5%) son los que más protegen sus equipos** con soluciones de ciberseguridad. Al otro lado de la balanza se sitúan asturianos (74,5%) y ceutíes (66%).

### Porcentaje de personas que protegen algunos de sus dispositivos con soluciones de ciberseguridad, por Comunidades Autónomas



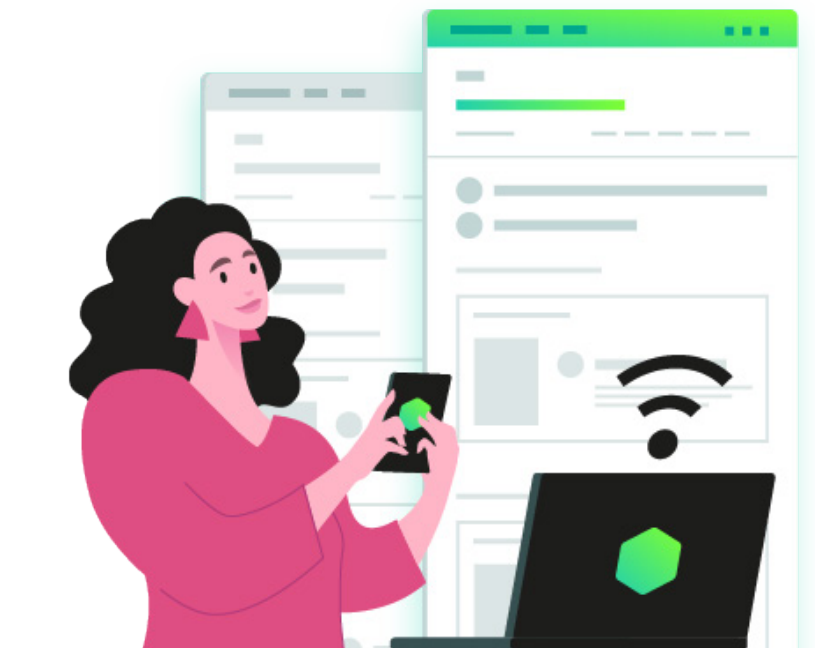




Entre las principales razones **para no contar con una solución de ciberseguridad**, los encuestados destacan que no lo consideran necesario, el precio, y que la licencia caducó y no la han renovado.

En este sentido, los expertos de Kaspersky recuerdan la importancia de mantener protegidos todo tipo de aparatos. Además, subrayan que, dado que la mayoría de las compras y gestiones bancarias se realizan a través del móvil, es imprescindible contar con software que proteja esos datos de los ciberdelincuentes. Especialmente si se tiene en cuenta que **el 30% de los españoles ha sido víctima de un ciberataque o estafa online**, siendo los más habituales:

| Ciberataques y estafas más frecuentes |                                                                                                             |       |
|---------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| 1                                     | Comprar en una web fraudulenta y no recibir nunca el producto                                               | 22%   |
| 2                                     | Descargar un virus sin querer que estropeó el ordenador o hizo que funcionara más lento                     | 20,5% |
| 3                                     | Recibir un mensaje pidiendo hacer clic en un enlace fraudulento e introducir los datos personales           | 12%   |
| 4                                     | Robo de datos bancarios                                                                                     | 10%   |
| 5                                     | Comprar entradas para algún espectáculo (musical, deportivo...) y que estuvieran duplicadas o fueran falsas | 8,5%  |
| 6                                     | Recibir un mensaje pidiendo hacer clic en un enlace y descargar un archivo malicioso                        | 8,5%  |



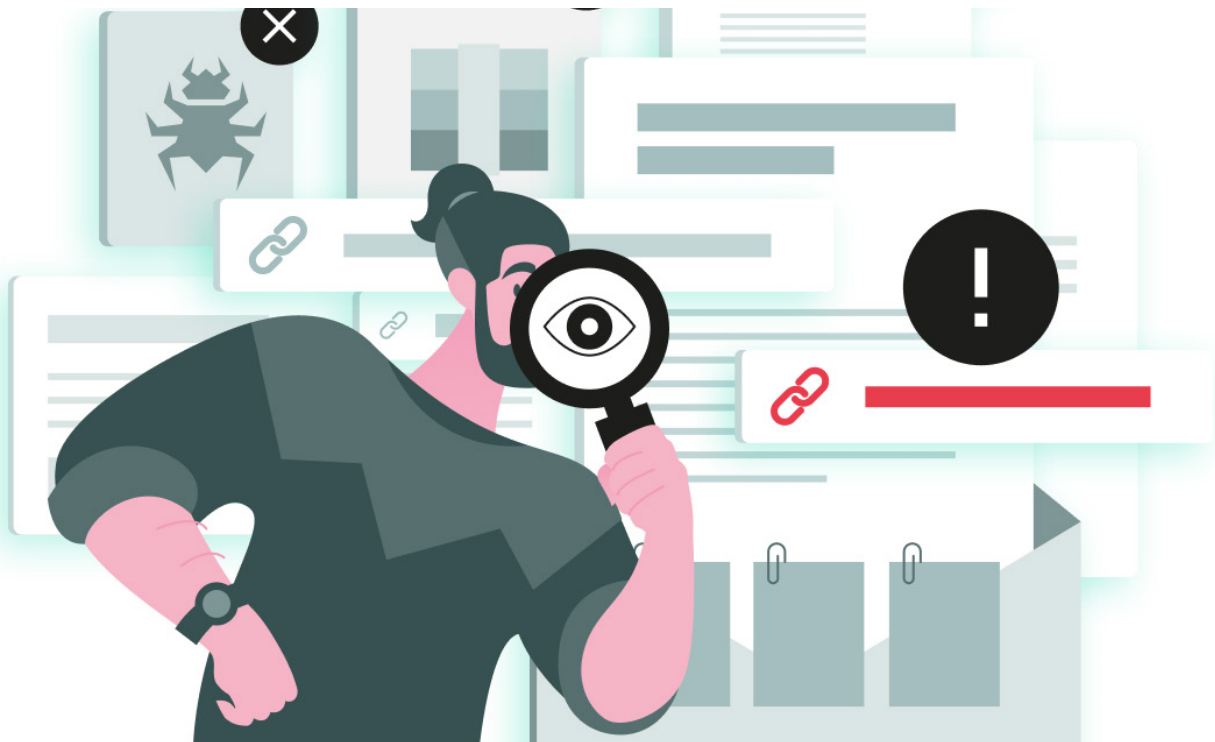
## Principales preocupaciones y errores en materia de seguridad

El estudio de Kaspersky también revela cuáles son las principales preocupaciones de la población en lo que se refiere a su dispositivo preferido: el smartphone.

Destacan, en primer lugar, **que roben sus datos bancarios** (85,5%), seguido de perder todas sus fotos y vídeos (53,5%) y que un cibercriminal tenga acceso a su material multimedia (40%).

### Principales preocupaciones respecto al smarthpone

|           |                                                                           |       |
|-----------|---------------------------------------------------------------------------|-------|
| <b>1</b>  | Robo de datos bancarios                                                   | 85,5% |
| <b>2</b>  | Pérdida de todas las fotografías y vídeos                                 | 53,5% |
| <b>3</b>  | Acceso a fotografías y vídeos por parte de un ciberdelincuente            | 40%   |
| <b>4</b>  | Acceso a chats y conversaciones privadas por parte de un ciberdelincuente | 26,5% |
| <b>5</b>  | Quedarse sin batería                                                      | 22%   |
| <b>6</b>  | Olvidar el móvil en casa y pasar todo el día sin él                       | 20%   |
| <b>7</b>  | Pérdida de la conexión a Internet durante todo un día                     | 19,5% |
| <b>8</b>  | No poder acceder al wallet de pago/que no funcione                        | 18,5% |
| <b>9</b>  | Borrado de sus chats                                                      | 8,5%  |
| <b>10</b> | Caída del servicio de mensajería instantánea durante unas horas           | 6%    |



La encuesta también revela cuáles son los principales **errores que los españoles cometen en torno a la seguridad de los dispositivos** con los que se conectan a Internet:

#### Principales errores en materia de ciberseguridad

|          |                                                                                                     |       |
|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| <b>1</b> | Aceptar las cláusulas y condiciones sin leerlas al hacer alguna compra o descargar software         | 49%   |
| <b>2</b> | Tener siempre la geolocalización activada                                                           | 27%   |
| <b>3</b> | Usar siempre las mismas contraseñas                                                                 | 19,5% |
| <b>4</b> | No hacer copias de seguridad de los archivos                                                        | 19%   |
| <b>5</b> | Tener las redes sociales públicas                                                                   | 17%   |
| <b>6</b> | Permitir que los navegadores almacenen los datos bancarios para no tener que introducirlos de nuevo | 15%   |

#### Conocimientos sobre ciberseguridad

Tener nociones básicas en esta materia es fundamental para poner nombre a las amenazas que acechan cada día en el mundo online, así como para contar con herramientas y conocimientos que protejan de determinadas estafas y ciberataques.

Preguntados por diez **términos relacionados con la ciberseguridad**, solo un 1% de los españoles afirmó conocer el significado de todos ellos. Por su parte, un 15% aseguraba estar familiarizado con entre 6 y 9 términos, mientras que la amplia mayoría (85%) solo sabía el significado de entre uno y cinco.

En concreto, **el término más popular es 'hacker'**, conocido por el 85% de los españoles. Por su parte, 'scareware' es el más desconocido, ya que solo era familiar entre un 3,5% de los encuestados.

## Términos de ciberseguridad más conocidos por los españoles:

### 1. Hacker (85%)

Persona con grandes conocimientos de informática que detecta fallos de seguridad en sistemas informáticos. Al contrario de lo que muchas personas creen, los hackers utilizan esos errores para desarrollar técnicas de mejora en los sistemas de seguridad. Por el contrario, son los crackers quienes aprovechan esas vulnerabilidades con fines malintencionados.

### 2. Malware (77%)

Tipo de programa informático diseñado para infectar el ordenador de un usuario e infligir daño en este de varias formas.

### 3. Phishing (75%)

Fraude que busca hacerse con las credenciales de un usuario mediante el engaño. Incluye el robo de contraseñas, números de tarjetas de crédito, datos bancarios y otras informaciones confidenciales.

### 4. Spyware (58%)

Software malicioso que infecta un dispositivo y recopila información sobre una persona, su navegación y su uso habitual de Internet, así como otros datos.

### 5. Ransomware (29,5%)

Malware que bloquea el acceso al sistema o cifra sus datos. Los ciberdelincuentes demandan dinero de rescate a sus víctimas a cambio de liberar los datos.

## Términos de ciberseguridad menos conocidos por los españoles:

### 6. Deepfake (17%)

Vídeo, imagen o audio generado por Inteligencia Artificial que imita la apariencia y el sonido de una persona.

### 7. Smishing (13,5%)

Mensaje de texto de estafa, supuestamente de una fuente fiable, diseñado para engañar al usuario y que revele información personal.

### 8. Stalkerware (7,5%)

Software malicioso que permite espiar la vida privada de otra persona mediante un dispositivo inteligente.

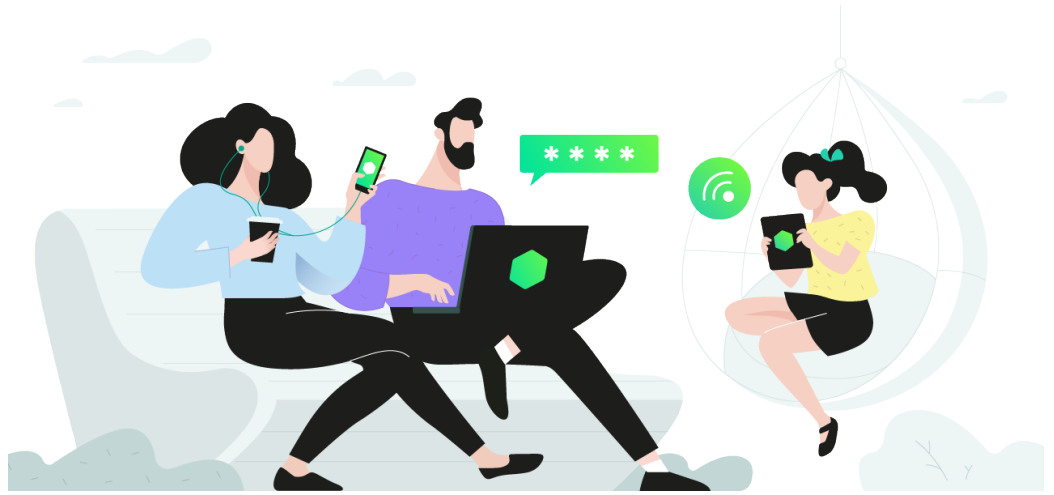
### 9. Vishing (7%)

Forma oral de la práctica comúnmente conocida como "phishing" que se utiliza para estafar a los usuarios persuadiéndolos para que realicen acciones que creen que les benefician.

### 10. Scareware (3,5%)

Software malicioso que engaña a los usuarios para que visiten sitios web infectados por malware.





## Consejos para un uso seguro y responsable de la tecnología

**El informe pone de manifiesto que la tecnología ejerce una gran influencia en la vida de los españoles.** Por ello, Kaspersky recuerda que es necesario seguir realizando una labor de concienciación en España para que la población haga un uso responsable y seguro de sus dispositivos.

De este modo, los expertos de Kaspersky comparten algunos consejos básicos para disfrutar del mundo conectado minimizando dependencia y riesgos:

- **Limita el tiempo.** Analiza el uso que haces de tus dispositivos y cuenta las horas que dedicas a las pantallas. Puedes hacer una lista de aquellas actividades a las que te gustaría dedicar más tiempo, de modo que te sirva de motivación para reducir el uso que haces de la tecnología.
- **Fórmate en materia de ciberseguridad.** Estar al tanto de las principales amenazas es de gran ayuda para evitar caer en determinados ataques y estafas. Puedes mantenerte al día a través de [Kaspersky Daily](#).
- **Cuenta con una solución de ciberseguridad** de confianza y sigue sus recomendaciones. Las soluciones de seguridad resuelven automáticamente la mayoría de los problemas y avisan al usuario cuando es necesario. [Kaspersky Premium](#) es un gran aliado para proteger tus dispositivos.
- **No hagas clic en enlaces** que procedan de remitentes desconocidos. Incluso si el link te lo ha enviado alguien de confianza, revisa siempre la URL. Los sitios web originales tienen una URL que comienza por "https:", precedida habitualmente por el icono de un candado.
- **Utiliza un gestor de contraseñas.** Este tipo de herramientas genera contraseñas distintas para cada plataforma y las almacena de forma segura en una base de datos. De este modo, el usuario no tiene que memorizar todas las credenciales ni guardarlas en navegadores o documentos susceptibles de ser descubiertos por los ciberdelincuentes.
- **Instala las actualizaciones.** Activa la opción de actualización automática siempre que sea posible. Presta especial atención al sistema operativo, el navegador, el correo electrónico y la mensajería instantánea. Se tarda un par de minutos y protege a los equipos contra virus y demás malware.
- **Haz copias de seguridad.** Si no quieres perder documentos u otro tipo de archivos como consecuencia de algún incidente, desde ciberataques hasta fallos de tu dispositivo, es recomendable que hagas copias regulares de tus datos.

# kaspersky

 [www.kaspersky.es](http://www.kaspersky.es)

 [kasperskyes](#)

 [kasperskyes](#)

 [kasperskyes](#)

 [kasperskyes](#)

 [kasperskyes](#)

 [kasperskyes](#)