



El mal uso de la tecnología

¿Sabía que las personas pasan más tiempo usando la tecnología, de lo que interactúan con su entorno habitual?

Consecuencias

Conducta violenta.

Comienzo de trastornos alimenticios.

Mal comportamiento en su rutina.

Recomendaciones

Evite la exposición tecnológica por más de 2 horas diarias

Use los medios tecnológicos como herramientas de conocimiento

Seleccione el tipo de información que recibe.

