

SAINT®

Los efectos negativos del Internet

México, Junio 2016.— De acuerdo con datos de la Asociación Mexicana de Internet, de 2007 a la actualidad, los internautas pasaron de navegar dos horas por semana a más de seis horas por día.

En la actualidad los dispositivos que se utilizan para conectarse a la red van desde consolas de videojuegos hasta relojes inteligentes, pasando todavía por computadoras de escritorio y portátiles, además de los teléfonos inteligentes.

La vocera de la iniciativa "Para un internet seguro" y colaboradora de SAINT Tecnologías, afirma que "se debe prestar especial importancia al comportamiento y consumo digital de los más pequeños en casa, ya que, de no ser identificados los estragos y deficiencias que pueden traer las tecnologías a temprana edad pueden ser catastróficas a largo plazo".

A pesar de que al conectarse con el resto del mundo sea una gran ventaja, también la tecnología puede causar efectos negativos y trastornos en el comportamiento de los internautas, además de problemas físicos.

Deficiencias físicas

Obesidad.- Es una de las enfermedades que más afecta a la población mundial y que está directamente relacionado con el uso de nuevas tecnologías, ya que aumenta el riesgo del aumento de peso tanto de niños como de adultos.

Síndrome visual informático (SVI).- Por el ritmo de vida de muchas personas, existen persona que pasan más de cuatro horas seguidas frente a una pantalla de computadora. Es común la irritación y el cansancio visual. El SVI es uno de los padecimientos laborales más comunes de la actualidad. Entre los síntomas se encuentran la fatiga visual, visión borrosa, visión doble, irritación, sensibilidad a la luz, dolor de cabeza y ojos resecaos.

Alteración en el sueño.- Los dispositivos móviles como teléfonos inteligentes, tabletas y consolas portátiles, alimentan un mal hábito que muchos de los niños y jóvenes padecen antes de ir a dormir. La exposición de la luz de las pantallas puede alterar el ciclo de sueño y ser perjudicial a la salud.

Síndrome del Túnel Carpiano (STC).- Otra de las condiciones que padecen las personas que utilizan computadoras y teclados durante mucho tiempo es el STC, el cual consiste en un hormigueo y entumecimiento de la mano, y puede llegara producir dolores punzantes.

Deficiencias psicológicas

Además de los daños físicos que la revolución tecnológica puede ocasionar en los jóvenes y adultos, también existen otras implicaciones más profundas y menos evidentes.

En el nivel psicológico, los problemas son más complicados de diagnosticar y de tratar. Algunos de estos padecimientos más comunes en el uso de la tecnología son: pérdida de la memoria, problemas de interacción interpersonal, paranoia, adicción a la red, depresión y dependencia a aparatos tecnológicos.

Acerca de "Para un Internet Seguro"

"Para Un Internet Seguro" nace como una iniciativa en Tijuana que busca cambiar la falta de conciencia por educación a través de pláticas y conferencias sobre las situaciones más comunes entre los internautas: redes sociales, grooming, pornografía y cyberbullying.

Contacto de RP
Judith Pérez Fajardo
GPS Imagen y Comunicación México
judith@gpscom.com