

Explicamos qué sucede cuando usamos inadecuadamente los aparatos tecnológicos



Nuestro Propósito

Explicamos qué sucede cuando usamos inadecuadamente los aparatos tecnológicos para comunicarnos.

1. Lee el texto. Luego responde.



Elisa escuchó en una entrevista que permanecer por mucho tiempo frente o cerca de aparatos tecnológicos, como computadoras, celulares o televisores, causa problemas a la salud. ¿A qué crees que se debe esto?



2. Responde a la PREGUNTA DE INDAGACIÓN según tú sabes o conoces.

¿Cómo afecta a la salud el uso inadecuado de los aparatos tecnológicos?

3. ¿Qué harías para verificar tu respuesta? Pinta las acciones.



Preguntar a mis familiares.



Preguntar a mi profesora.

Buscar información en libros e internet, con ayuda de un familiar.



4. Lee con ayuda de un familiar la información.

Uso inadecuado de los aparatos tecnológicos

En la actualidad, las personas usan con mayor frecuencia los aparatos tecnológicos, ya sea para recibir clases virtuales o realizar algún trabajo. Esta nueva forma de estudiar o trabajar hace que estemos conectados a los aparatos tecnológicos por muchas horas, expuestos a la luz azul y la radiación. A pesar de ser baja la radiación que emiten los aparatos tecnológicos, según la Organización Mundial de la Salud (OMS), aún no está comprobado que causen daños a la salud. Sin embargo, recomiendan no exponerse por mucho tiempo a ellos. Algunos afirman que el uso frecuente de teléfonos celulares o exponerse a las pantallas de las computadoras está causando problemas oculares, como sequedad, enrojecimiento y dolor.

Otro problema que se advierte es el uso excesivo de videojuegos que causan adicción, sobrepeso u obesidad por falta de actividad física, y algunos problemas de convivencia.



5. Según lo leído, ¿cuáles son las consecuencias del uso excesivo de los aparatos tecnológicos?



¿Sabías que...?

Todos los aparatos tecnológicos generan radiación, debido al uso de energía que necesitan para funcionar, pero la OMS indica que solo la alta radiación, como la que emiten los rayos X, puede causar problemas en la salud.

6. ¡Genial! Ha llegado el momento de responder la pregunta con todo lo comprendido en la indagación.

¿Cómo afecta a la salud el uso inadecuado de los aparatos tecnológicos?

Handwriting practice lines for the question above.

Compara tus primeras respuestas con las que diste después de leer el texto. ¿Son iguales o diferentes? ¿Qué nuevas ideas aprendiste?

7. Explica a tus familiares con tus propias palabras cómo afecta a la salud el uso inadecuado de los aparatos tecnológicos. (Enviar video)

Evalúa tus aprendizajes:



Características o criterios para lograr mi meta	Lo logré	Lo estoy intentando	Necesito apoyo
➤ Explique cómo afecta a la salud el uso inadecuado de los aparatos tecnológicos.			