

## 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?

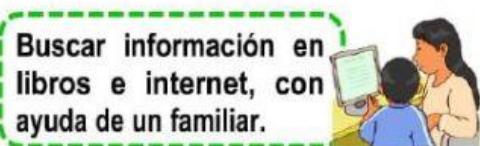
#### 3. ¿Qué harías para verificar tu respuesta? Pinta las acciones.



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?**

(This section contains five blank lines for writing responses.)

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](#))**

**Evaluá 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.			