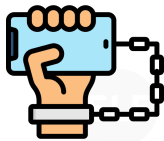


Adictos a la tecnología

This is not an exact transcript



¡Hola a todos y bienvenidos a *aprendele.com*! Soy Montse, y estás escuchando **“6 minutos en español”**, el podcast donde aprenderemos sobre cultura y mejoramos tu vocabulario y comprensión auditiva en español.

Hoy en día, la tecnología forma parte de nuestra vida diaria. Los móviles, tablets, videojuegos y relojes inteligentes están en todas partes, y los niños y adolescentes usan estos dispositivos cada vez más temprano. Aunque la tecnología tiene muchas ventajas, también puede causar adicción, especialmente en los niños, niñas y jóvenes.

Antes de comenzar, tengo una pregunta para ti:

De acuerdo con un artículo publicado recientemente por la UNICEF y UNESCO en Argentina ¿Qué porcentaje de niños entre 9 y 17 años acceden diariamente a un celular con conexión a internet?

- a) 75 %
- b) 85 %
- c) 95 %

Intenta descubrir la respuesta y al final del episodio te daré la opción correcta. ¡Vamos allá!

¿Adictos a la tecnología?

La adicción a la tecnología ocurre cuando una persona no puede dejar de usar los dispositivos electrónicos. Pasa muchas horas frente a la pantalla, descuida otras actividades y se siente nerviosa o triste si no puede conectarse o no tiene su dispositivo electrónico cerca. En el caso de los niños y adolescentes, esto puede afectar su salud física, mental y social.

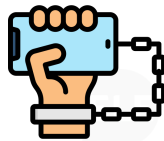
¿Qué se está haciendo en el mundo hispanico?

Varios países hispanohablantes están tomando medidas para prevenir y reducir la adicción a la tecnología en los más jóvenes. Por ejemplo, en México, algunas escuelas han comenzado a limitar el uso de móviles en **clases** y promueven actividades como el deporte, la lectura o el arte para equilibrar el tiempo de pantalla.

En Argentina y Chile, se han puesto en marcha campañas públicas para ayudar a las familias a establecer límites saludables en el uso de la tecnología. Entre las recomendaciones más comunes se encuentran evitar el uso del teléfono móvil durante las comidas o limitar las pantallas antes de dormir. Además, muchas organizaciones en el mundo hispanohablante

Adictos a la tecnología

This is not an exact transcript



colaboran con padres y docentes para generar **conciencia** sobre los riesgos de una relación poco sana con la tecnología.

Informes recientes sobre el uso de dispositivos

Los informes sobre el uso de dispositivos móviles en Argentina son constantes, y sus cifras resultan alarmantes. El más reciente, publicado el 6 de mayo de este año por UNICEF y UNESCO, revela que el 95 % de los niños y adolescentes de entre 9 y 17 años tienen y acceden diariamente a un celular con conexión a internet. Aún más **preocupante**, el 83 % de los chicos entre 9 y 11 años obtuvo su primer teléfono antes de los 10 años.

Aunque estos datos pueden parecer alarmantes, Argentina no representa un **caso aislado** ni extremo en comparación con otros países hispanos. Por el contrario, estas cifras reflejan una tendencia común en América Latina, que ha llevado a investigadores de distintos países a formar una red regional dedicada al estudio del tema: [Kids Online América Latina](#).

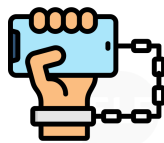
Riesgos

En este estudio de la UNICEF en Argentina nos habla también sobre los riesgos que existen actualmente para los jóvenes de entre 15 y 17 años. Por ejemplo, dos tercios afirmó haber visto contenidos sobre diferentes “formas de adelgazar, perder peso, o ser más **flaco/a**” en páginas o publicaciones online (67%), así como también sobre “maneras de ganar **plata** fácilmente en Internet” (64%). A su vez, algo más de la mitad destaca haberse visto expuesta/o a “mensajes discriminatorios contra otras personas o grupos de personas, por ejemplo: por su color de piel, su país de origen o su religión” (55%); “imágenes **sangrientas** o violentas” (53%) y de “personas que cuentan sus experiencias con el consumo de alcohol, marihuana u otras drogas” (52%). En todos los casos, se registran escasas diferencias entre varones y mujeres.

Según el especialista peruano en psicología de las adicciones Miguel Vallejos Flores, la adicción a las redes sociales y al uso prolongado de dispositivos electrónicos puede alterar la química cerebral, causar cambios en la **conducta** y resultar en una dependencia psicológica significativa, así como presión social, aislamiento y problemas de salud mental.

Adictos a la tecnología

This is not an exact transcript



Vocabulario clave

Español	Inglés	Significado en español
Conciencia (sustantivo femenino)	Awareness	Capacidad de una persona para reconocer la realidad que la rodea y juzgarla moralmente.
Preocupante / Alarmante (adjetivo)	Worrying / Concerning	Que causa inquietud, temor o ansiedad..
Aislado (adjetivo)	Isolated	Separado o apartado de otros; sin conexión o contacto frecuente.
Flaco/a (adjetivo masc. y fem.)	Skinny / Thin	Que tiene poca grasa o carne; delgado.
Plata (sustantivo femenino)	Silver / Money	1. Metal precioso de color blanco y brillante. 2.Dinero (uso informal en varios países de Hispanoamérica como Argentina, Chile, Colombia, etc.).
Sangrientas (adjetivo / participio)	Bloody	Que causa derramamiento de sangre o está lleno de violencia.
Conducta Sustantivo (femenino)	Behaviour	Manera en que una persona actúa o se comporta.

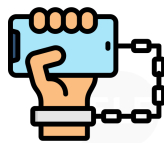
Y ahora sí, volvamos a la pregunta del principio: **¿Qué porcentaje de niños entre 9 y 17 años accede y tiene diariamente a un celular con conexión a internet?**

La respuesta correcta es... ¡Sí! C) 95 % Actualmente en Argentina niños y adolescentes entre 9 y 17 años accede y tiene diariamente a un celular con conexión a internet

La adicción a Internet es potencialmente grave y necesita aclaración y estudios adicionales para que la gente comprenda su impacto en el desarrollo físico, cognitivo, social y emocional de los niños, las niñas y los adolescentes.

Adictos a la tecnología

This is not an exact transcript



En tu opinión, ¿Crees que el tiempo en las pantallas de los niños y adolescentes debería ser limitado?

Recuerda dejar tus comentarios, ideas sobre qué temas te gustaría escuchar o simplemente siguenos si te gustan nuestros episodios.

Gracias por acompañarme en este episodio de *6 minutos en español*. Recuerda que puedes encontrar la transcripción y más recursos para mejorar tu español en aprendele.com.

¡Hasta la próxima! ¡Adiós!