

(2018) "Se realizó un estudio con más de 40.000 niños y adolescentes en el cual estuvieron una hora diaria y se asociaron con un menor bienestar psicológico que incluye menos ansiedad, menor autocontrol, más distracción, más dificultad para hacer amigos y menor estabilidad emocional" (párr. 1).

Para concluir, padres, por favor seamos más conscientes sobre cómo permitimos que los niños hagan un largo tiempo de uso sobre la tecnología, sabemos que los problemas y el daño parecen leves, pero hasta la más mínima grieta es capaz de destruir todo el imperio que construiste.

### Referencias:

- Twenge J. (2018). Asociaciones entre el tiempo frente a la pantalla y un menor bienestar psicológico entre niños y adolescentes: evidencia de un estudio poblacional. (Link).

Michael Andres Arros Castillo  
Juan Andres Pobonza Rojas

51

Grupo 01  
Ingeniería de Sistemas

11 05 2015

El tiempo en el que los niños hacen uso de la tecnología, debe ser controlado.

A diario no tenemos en cuenta el tiempo en el que los niños hacen uso de la tecnología, generando así diversos problemas debido a que no hay un control adecuado.

Una de las principales problemáticas la cual actúa de manera pasiva, es la procrastinación que se genera en la niñez mediante el exceso de uso de la tecnología, ya que al no tener control de los tiempos, se dejan de lado otras actividades necesarias para su vida diaria tales como bañarse, alimentarse o realizar sus deberes académicos.

Por otro lado, el mal manejo del tiempo de la tecnología, los aleja del mundo real, lo cual no les permite desarrollar habilidades necesarias para la comunicación adecuada en su entorno social, tal como lo menciona el estudio realizado por Twengue.