

# ¿Qué son las *Tic*?

Se consideran **Nuevas Tecnologías** de la **Información** y **Comunicación** al conjunto de herramientas relacionadas con la transmisión, procesamiento y almacenamiento digitalizado de información.

Ofrecen un sinfín de posibilidades en cuanto a la comunicación, interacción e instantaneidad, que facilitan las relaciones humanas. Un **uso inadecuado** de ellas **puede acarrear consecuencias perjudiciales** tanto para la persona que las usa como para su entorno.

## Entornos *Tic*



Previa GRX



previagr



958 29 60 27



<http://proyectohombregranada.org/>



C/Santa Paula 20, 18001



# Tecnologías usadas o abusadas?

PROYECTO HOMBRE GRANADA

# Síntomas de un mal uso

- **Descontrol** en el uso, no poder dejar de usarlas y consultarlas constantemente, aún cuando no es necesario.
- Priorizar su uso en **detrimiento** de otras actividades de ocio y tiempo libre.
- **Mentir** sobre el tiempo de conexión, ocultando el tiempo real empleado.
- **Descuidar** nuestras **relaciones** sociales y familiares.
- **Irritación** o **ansiedad** en caso de no poder usarlas.

# Posibles consecuencias

**Pérdida de Habilidades Sociales** Aislamiento Social  
Abandono de otras tareas **Insomnio** Cansancio  
Apatía **Pérdida de Visión y Audición** Somnolencia  
**Problemas de Comunicación** Dolor Cervical **Dejadéz**

# ¿Realidad o Ficción?

**Solo los adolescentes tienen problemas de adicción a las TIC.**

También hay adultos que pasan más tiempo del recomendado haciendo uso de las TIC y que hacen un uso inadecuado de ellas.

**Todas las redes sociales son iguales y sirven para lo mismo.**

Hay un sinfín de redes sociales con objetivos muy diferentes: búsqueda de empleo, compra-venta de artículos...

**Los adolescentes saben más acerca de las NNTT que las personas adultas.**

Que los adolescentes hayan nacido en la era de las NNTT no les hace más capaces ni más preparados. La educación en el uso de éstas es necesaria, por eso es responsabilidad de padres y madres conocer los entornos TIC, a fin de ayudar a sus hijos e hijas a ejercer un uso responsable.

**Cuando hago una publicación o subo una foto solo yo controlo quien puede verla.**

Cuando compartimos en las redes sociales, nos exponemos a que cualquier persona pueda acceder, descargar y/o distribuir nuestro contenido para utilizarlo con fines ajenos a nosotros/as.

En los últimos años, las **apuestas online** se han convertido en la segunda causa de ludopatía en nuestro país (solo superadas por las máquinas tragaperras).

Cada vez son más los jóvenes que realizan apuestas virtuales, ya que acceder a este tipo de plataformas es rápido, sencillo y además son fácilmente accesibles mediante dispositivos digitales (webs y apps de las casas de apuestas).

Hay que tener en cuenta que la publicidad, la legislación vigente, la normalización de su uso y la ausencia de un control externo dificultan que la persona sea capaz de establecer un **límite**.

*Ahora tú decides!*