

<b>Uso saludable de la tecnología</b>	
<b>Tipología</b>	Infografía
<b>Área competencial</b>	Seguridad, uso responsable y seguro.
<b>Competencias digitales</b>	Protección de la salud.
<b>Objetivos</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Conocer las consecuencias del uso prolongado de las tecnologías (tiempo invertido en uso de Internet, problemas auditivos, oculares, posturales...).</li> <li>2. Capacidad de controlar el tiempo en el uso de Internet.</li> </ol>
<b>Desarrollo de la actividad</b>	La infografía contiene una serie de consejos para el cuidado de la salud frente a problemas derivados del uso prolongado de pantallas, así como prevención de adicción en el uso y buenas posturas corporales para quien pasa muchas horas con el ordenador.
<b>Requisitos tecnológicos</b>	Conexión a Internet y dispositivo tecnológico. Si no se tiene conexión a Internet se puede utilizar el material en formato pdf.
<b>Créditos</b>	Carolina Condado Toja. Máster “TIC en Educación”. Universidad de Salamanca.