

# Uso excesivo de plataformas digitales causa efectos negativos en usuarios

El uso excesivo de las plataformas digitales puede tener efectos negativos en la salud mental de la población y en la interacción social, resaltó la vicepresidenta sectorial de Ciencia, Tecnología, Educación y Salud, Gabriela Jiménez Ramírez, quien señaló a través de su canal de Telegram que “la conectividad digital permite acceder a información casi sin límites.

Sin embargo, la navegación, especialmente a través de las redes sociales, no está libre de riesgos”.

La vicepresidenta sectorial de Ciencia, Tecnología, Educación y Salud señaló que “estas plataformas digitales generan adicción y afectan negativamente las vidas de sus usuarios, con énfasis principalmente en la salud mental”.

Al respecto, indicó que tal situación puede generar “la epidemia del siglo XXI: La ansiedad, la depresión, la sensación de frustración, todas pueden desarrollarse por el uso de las redes sociales”.

En ese sentido, Jiménez Ramírez llamó a la población a desarrollar mejores hábitos con respecto al manejo de las plataformas digitales. “El llamado es a construir un estado de bienestar basado en la verdad, la comunicación, la convivencia, el amor, la concordia y la paz”, puntualizó.

Con información de 2001