

Mira a tu alrededor

GONZÁLEZ AMAYA, YOLANDA; TORRES REDONDO, MARÍA DOLORES; VALVERDE DOMÍNGUEZ, MÓNICA

ENFERMERAS DISTRITO SANITARIO COSTA DEL SOL



INTRODUCCIÓN

Nos ha tocado vivir unos tiempos de cambios tecnológicos. Con la era de las nuevas tecnologías se han ido configurando nuevas realidades. Tenemos acceso libre a internet en nuestra casa, en nuestros móviles. ¿Qué tiempo dedicamos a las redes sociales? ¿Está Enfermería preparada para estos cambios en la sociedad? ¿Nos dominan las tecnologías?

OBJETIVOS

Sensibilización y divulgación a la población sobre los efectos y uso abusivo del móvil y nuevas tecnologías.

TÉCNICA

Formación mediante charlas del personal de Enfermería en centros educativos, dirigidas a docentes, padres y adolescentes, para transmitir hábitos y conductas saludables con respecto al uso de nuevas tecnologías.

PATOLOGÍAS ASOCIADAS AL ABUSO DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS

- ✓ Wiitis: tendinitis.
- ✓ Síndrome de la pantalla: ojos secos y tensión ocular.
- ✓ Pulgar del la Blackberry: bursitis.
- ✓ Codo del móvil: síndrome del túnel carpiano o epicondilitis.
- ✓ Abuso de Ipod o mp3: hipoacusia.
- ✓ Nomofobia: miedo irracional a no llevar el móvil encima.
- ✓ Síndrome de la vibración fantasma: sentir vibraciones o llamadas irreales.

EFFECTOS DE LA ADICCIÓN AL MÓVIL

- ✓ Aislamiento de los demás y soledad.
- ✓ Problemas de comunicación y de lenguaje.
- ✓ Comportamiento alterado-compulsivo.
- ✓ Comportamiento adictivo y sentimientos de inseguridad.
- ✓ Fracaso escolar y agresividad.

