

# PANTALLAS y PERSONAS CONSUMIDORAS

## CONSUMIDOR CONSCIENTE - CONSUMIDOR RESPONSABLE - VIDA SALUDABLE

Propuesta de realización de actividad formativa para alumnos a partir de 12 años

Hoy, nuestra **capacidad visual** está **comprometida** (saturada).

La generación actual de jóvenes tiene como característica fundamental su **hiperconectividad permanente**. La importancia de lo que ocurre en el entorno físico o virtual y la utilización que hacen de las herramientas tecnológicas está provocando cambios cognitivos, sociales y en valores de esta generación. Esto, nos obliga como adultos (padres, profesionales de la educación y las Administraciones) a realizar un acercamiento abierto, crítico y constructivo sobre el uso y abuso de las nuevas tecnologías. Hacer frente a los riesgos que tales prácticas suponen, no debe ocultar las ventajas que para ellos supondrán tanto a nivel social, cultural, medioambiental, creativo y laboral.

Redes sociales, servicios de mensajería instantánea (whatsapp y similares), TV tradicional, de pago u online, youtube (youtubers), series, comercio electrónico, música online, videojuegos, motores de búsqueda en Internet, navegar por la red, cine... son canales y tecnologías que proyectan **contenidos audiovisuales que diariamente impactan sobre la memoria del adolescente**. Este hecho, asociado al uso de "**smartphones**" y la capacidad de sociabilidad de estos medios, los/nos cambia como individuos.

El abuso de las tecnologías, junto a refinadas técnicas de marketing que enganchan y motivan a los jóvenes consumidores para un mayor **consumo de bienes y servicios**, compromete su atención, su salud, su alimentación, la forma de relacionarse, su pensamiento, la forma de sentir y finalmente su **rendimiento escolar**.

Contamos con su **colaboración** para que solicite esta actividad formativa que pretende enriquecer a sus alumnos y mejorar su aprendizaje con vistas a una sociedad consciente, responsable, saludable y sostenible.

[www.consumo.cordoba.es](http://www.consumo.cordoba.es)



## ¿por qué concienciar?

No hace más de una década, la vida de los jóvenes era muy diferente: las tareas se hacían en base a libros; se investigaba en la biblioteca. El tiempo libre se pasaba en reuniones con amigos o en la calle. Las relaciones personales se alimentaban del contacto directo, telefónico o incluso por carta... Hoy todo ha cambiado, **Internet ha transformado la mayor parte de las costumbres de los seres humanos** y no solo ha creado soluciones y herramientas, sino también necesidades y dependencia.

El desarrollo cerebral de niños y adolescentes se caracteriza por avanzar de las zonas posteriores a las anteriores del cerebro. Lo último en madurar es el lóbulo prefrontal, el encargado de dar la **capacidad de juicio, análisis y reflexión** (madurez). El desarrollo se completa entre los 18-20 años. Hoy, los **jóvenes de 10-14 años** retrasan o merman dicha capacidad de juicio, prefieren dispositivos electrónicos donde son protagonistas y el "placer" (lo emocional) es constante. Pero... ¿y el desarrollo intelectual, y la capacidad de síntesis, y la lógica o la creatividad, y el pensamiento abstracto? Las nuevas tecnologías y sus pantallas, ¿perjudican el desarrollo y uso de estas actividades cerebrales tan necesarias?

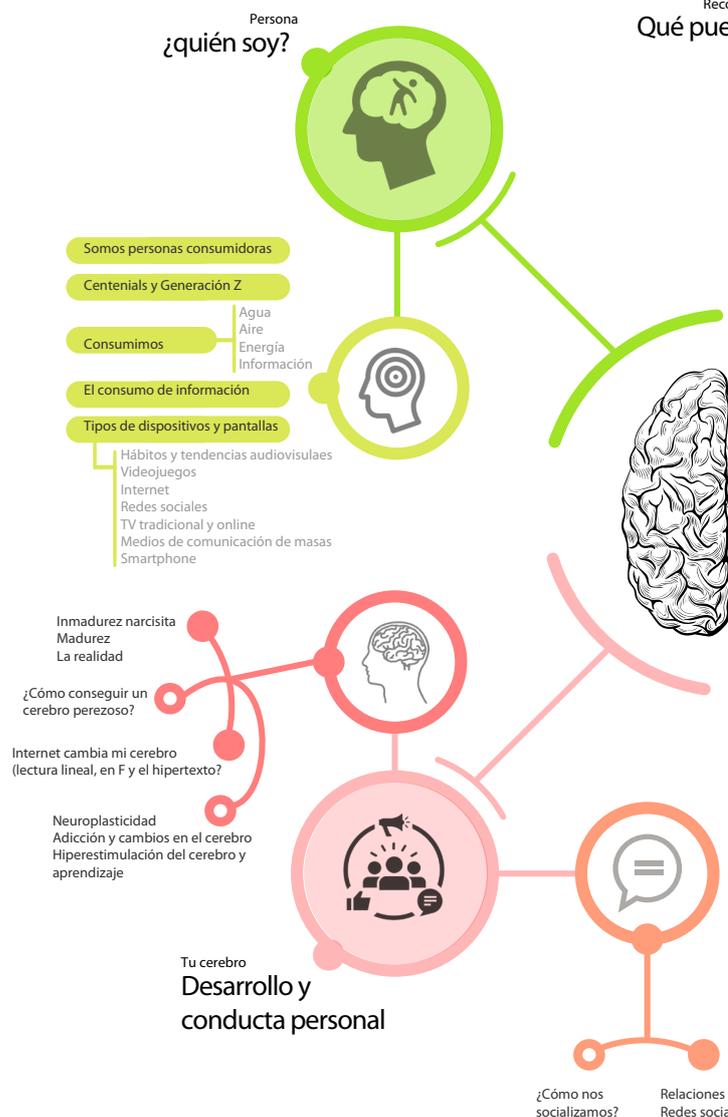
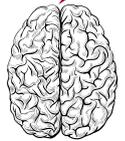
Explicar a los adolescentes el resultado del **abuso de la tecnología** en el día a día, y cómo condiciona la neuroplasticidad de su cerebro puede cambiar sus hábitos de consumo, o al menos ese es nuestro objetivo: que puedan decidir una vez informados; que sean **críticos**.

Internet, la información, y el uso de dispositivos electrónicos cambia nuestros pensamientos y por tanto nuestras conductas. **Nuestro cerebro se modifica a sí mismo** según cómo y qué información usa.

**Concienciar informando** favorece la toma de decisiones correctas. Ayuda a llevar una vida más **saludable** y **sostenible**.

## Nuevas Tecnologías

**Pantallas** Hábitos, calidad de vida y rendimiento escolar



## ¿cómo concienciar?

### Palabras clave utilizadas durante la actividad

Cyberbullying, whatsappitis, nomofobia, cybermareo, sobre estimulación, padres ausentes, consejos, uso, abuso, tecnología, comportamiento social, síndrome, abstinencia, adicción psicológica, adicción de conducta, nativo digital, inmigrante digital, brecha digital, comunicación, generación C, millenials, centenials, generación X, generación Y, preadolescencia, adolescencia, infancia, niñez, reglas, móvil, smartphone, web 1.0, web 2.0, web 3.0, viralidad, rendimiento, eficacia, fracaso, escolar, notas, concentración, prestar atención, motivación, dispersión, atención, salud, alimentación, responsabilidad paterna, desarrollo cognitivo, bienestar subjetivo, privacidad, intimidación, protección de datos, consentimiento informado, redes sociales, app, lectura en F, lectura lineal, multitasking, multitarea, cerebro, problemas, físicos, identidad personal, identidad virtual, relaciones personales, hábitos de vida, consumo, información, ocio, cultura, distracción, entretenimiento, videojuegos, películas, streaming, online, selfie, contenidos, analógicos, digitales, alimentación saludable, televisión social, televisión interactiva, publicidad, audiovisual, compulsión, aislamiento, medios de comunicación de masas, medio ambiente, estadísticas, datos, educación formal, educación informal, habilidades socioemocionales, fatiga visual, sobrepeso, glucosa, azúcar, comida rápida, comida basura, síndrome vibración fantasma, radiaciones, estar sentado, acoso cibernético, cibercondria, socialización, neurotransmisores, hormonas, adrenalina, noradrenalina, dopamina, endorfinas, oxitocina, recursos cognitivos, percepción, vista, oído, olfato, gusto, tacto, memoria virtual, notificaciones, like, me gusta, seguidores, realidad, virtual, TICs, chupete digital, niñera digital, privacidad, consumo colaborativo, personalidad/síndrome del niño narcisista, violencia, individualismo, placer, inmediatez, deseo, diversión, emoción, razón, frustración, consumismo, inconformismo, insistente, mundo imaginario/virtual, modas, amistad real/física, esfuerzo, autoresponsabilidad, sacrificio, trabajo bien hecho, cooperación, adversidad, luchar, honradez, igualdad, tolerancia, relaciones interpersonales, amigos, amistad, depresión, youtube, youtubers, piratería, lugar, espacio de ocio, tablet, ordenador personal, portátil, cine, prensa, radio, retargeting, efecto google, fotografías, consumo online, comercio electrónico, página web, revolución tecnológica, familia democrática, crisis, incertidumbre, abundancia de opciones, comodidad, paro juvenil, autoempleo, autoemprendimiento, imaginación, trabajo precario, informática, robotización, mecanización, ansiedad, estrés visual, autoestima, obesidad, sedentarismo, deporte, evolución, trastorno del sueño, dormir, insomnio, intoxicación, aprendizaje, facebook, whatsapp, youtube, twitter, instagram, google +, neuromarketing, snapchat, amigos, sociedad cibernética, denuncias, reclamaciones, redes sociales, riesgo, sexting, big data, base de datos, usuarios, fracaso escolar, rendimiento escolar, notas, memoria, soledad, obligaciones paternas, capacidad crítica, moralidad, ética, autocontrol, drogas, alcohol, apoyo familiar, actividades extraescolares, memoria, creatividad, desarrollo, persona consumidora y usuaria.



## ¿cómo pueden recibir sus alumnos esta actividad formativa?

### Realizando su solicitud online

Acceda al siguiente enlace: <http://programaseducativos.cordoba.es/>

Solicite la actividad seleccionando:

- **Programa educativo:** CONSUMO
- **Actividad:** Nuevas tecnologías (pantallas)
- **Subactividad:** Nuevas tecnologías (pantallas). Hábitos, calidad de vida y rendimiento escolar

### O enviando un formulario de solicitud de la actividad

Cumplimentar el formulario que se adjunta.

También podrá obtener un formulario en pdf editable en:

[www.consumo.ayuncordoba](http://www.consumo.ayuncordoba) (menú: Aula de Consumo - Cómo solicitarla)

Remita el formulario al Servicio Municipal de Consumo:

- 1-** Si es por escrito y por correo postal remítalo a:  
Servicio Municipal de Consumo.OMIC. Gran Capitán N° 6. 14071. Córdoba. A la atención de Raúl Aparicio (Monitor de Consumo)
- 2-** O si es por correo electrónico, como pdf adjunto, a la siguiente dirección:  
[smc@ayuncordoba.es](mailto:smc@ayuncordoba.es)
- 3-** Mediante registro de entrada en los Registros de documentos que habilita el Ayuntamiento de Córdoba.

### Lugar de realización de la actividad formativa y medios audiovisuales

La actividad podrá prestarse tanto en el Aula de Consumo que este Ayuntamiento dispone, sita en la dirección anterior (aforo de 25 a 30 plazas) o en su Centro Educativo. En este último caso será necesario: cañón-proyector para la presentación, pantalla donde proyectar, un sistema de audio (se proyectarán videos) y pizarra no digital de cualquier tipo.

### Tiempo

La actividad está programada para ser flexible. Puede durar desde **4 horas** hasta una mañana lectiva. Aunque hay que indicar que los mejores resultados se obtienen cuando la actividad tiene duración de una **jornada lectiva completa**; más ejemplos - mayor relación - mayor comprensión.

Dar a explicar a preadolescentes y adolescentes la realidad virtual en la que viven, en favor a la realidad física, no es tarea fácil si lo que se pretende es una mejora y cambio en los hábitos diarios de consumo de información.

### Encuesta de valoración

Al final de la actividad formativa se realizará una pequeña encuesta a profesores y alumnos. Consulte los resultados obtenidos en:  
[www.consumo.cordoba](http://www.consumo.cordoba) (menú Aula de Consumo, estadísticas)

### Persona de contacto y quien impartirá la actividad

Raúl Aparicio.

Monitor de Consumo. Técnico en Consumo. Diplomado en Ciencias Biológicas y Licenciado en Ciencia y Tecnología de los Alimentos.

[smc@ayuncordoba.es](mailto:smc@ayuncordoba.es)

957 49 99 00, extensión 17481.



AYUNTAMIENTO  
DE CÓRDOBA

Más información

[www.consumo.ayuncordoba](http://www.consumo.ayuncordoba)

Menú: Aula de consumo

