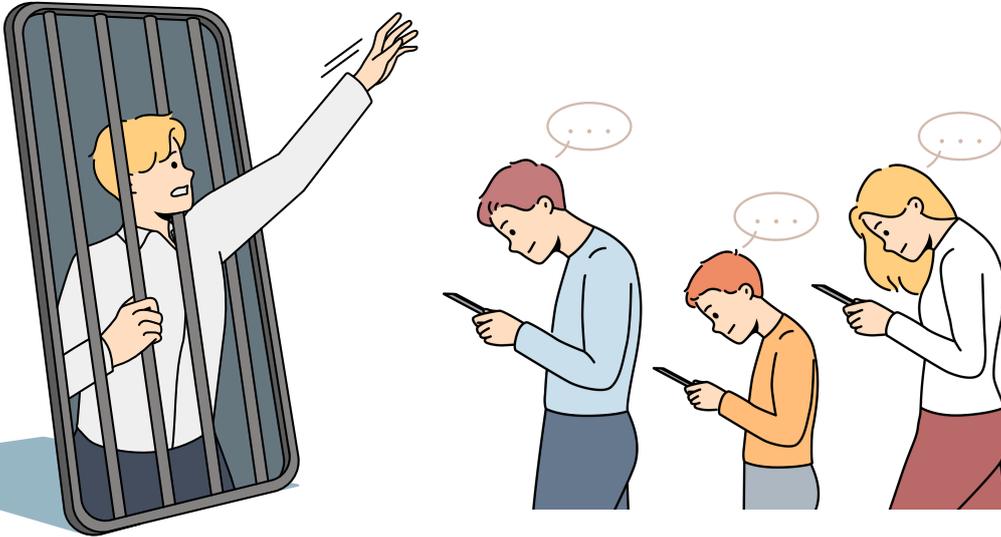


# FORMANDO JUNTOS

Boletín para la Comunidad Ursulina



## LA ADICCIÓN A LAS PANTALLAS (REDES SOCIALES)

Psicología

En el 2017, el Journal Pediatric Young Health publicó una investigación donde mostró los efectos clínicos y psicológicos, del excesivo tiempo en pantalla de los niños, el exceso de estos, generan trastornos conductuales como ansiedad, adicción y estrés. Un estudio de la Clinical Pediatrics, evidenció que los niños que ven dos horas de TV al día, disminuyen sus resultados en pruebas de lenguaje. Mientras que otro estudio, del Korea Institute of Child Care and Education (KICCE), indica que la cantidad de tiempo que los niños pasan frente a la pantalla de la televisión se relaciona directamente con el desarrollo del lenguaje. Son muchos los estudios que ya han comprobado que los estímulos externos pueden cambiar la forma en que funciona nuestro cerebro, más aún en la infancia y adolescencia, donde este órgano se encuentra en pleno desarrollo. En los adolescentes, este impacto ha sido más nocivo dado al excesivo tiempo que le dedican a la actividad digital en línea en una etapa clave de su desarrollo cerebral, definición personal y formación del carácter.

Un equipo investigador de la Universidad Estatal de IOWA, realizó un estudio donde plantea que si se limita el uso de las redes sociales, se reducirá la ansiedad, la depresión y la soledad, los resultados publicados en la revista "Tecnología, mente y comportamiento", revelaron que los adolescentes con peores puntajes en cuanto niveles de **ansiedad, depresión, soledad y miedo de perderse algo, fueron quienes tenían uso ilimitado de RRSS**, en relación al grupo con tiempo limitado a 30 minutos diarios, quienes obtuvieron mejores puntuaciones en "gestión de emociones" y reconocieron tener una perspectiva más positiva de la vida. Es necesario crear conciencia, cronometrando cuánto tiempo están conectados y no rendirse; ya que limitar el uso de RRSS trae beneficios para la vida cotidiana.

**El uso de pantallas no es malo en sí mismo** pero cuando el tiempo que le dedica un niño(a) o adolescente es excesivo, reiterado, a diario y carente de toda interacción con el medio que lo rodea, se vuelve un tiempo que resta posibilidades de desarrollo reales.



Aspectos destacados del boletín

La adicción a las pantallas

Día Mundial del Síndrome de Down

Día de Concientización del Autismo

Una imagen, una reflexión



formacion@csum.cl



## DIA MUNDIAL DEL SINDROME DE DOWN

En diciembre de 2011, la Asamblea General designó el 21 de marzo Día Mundial del Síndrome de Down. Con esta celebración, la ONU quiere generar una mayor conciencia pública sobre la cuestión y recordar la dignidad inherente, la valía y las valiosas contribuciones de las personas con discapacidad intelectual como promotores del bienestar y de la diversidad de sus comunidades. Asimismo, quiere resaltar la importancia de su autonomía e independencia individual, en particular la libertad de tomar sus propias decisiones. El síndrome de Down es una alteración genética causada por la existencia de material genético extra en el cromosoma 21 que se traduce en discapacidad intelectual.

La incidencia estimada del síndrome de Down a nivel mundial se sitúa entre 1 de cada 1.000 y 1 de cada 1.100 recién nacidos. Las personas con síndrome de Down suelen presentar más problemas de salud en general. Sin embargo, los avances sociales y médicos han conseguido mejorar la calidad de vida de las personas con el síndrome. A principios del siglo XX, se esperaba que los afectados vivieran menos de 10 años. Ahora, cerca del 80% de los adultos que lo padecen superan la edad de los 50 años. Un trabajo médico y parental en edades tempranas favorece la calidad de vida y la salud de quienes sufren este trastorno genético al satisfacer sus necesidades sanitarias, entre las cuales se incluyen chequeos regulares para vigilar su desarrollo físico y mental, además de una intervención oportuna, ya sea con fisioterapia, educación especial inclusiva u otros sistemas de apoyo basados en comunidades.

En el Día Mundial del Síndrome de Down 2024, hacemos un llamamiento para acabar con los estereotipos en todo el mundo.

## DIA MUNDIAL DE CONCIENTIZACIÓN DEL AUTISMO

En marzo del 2023 se promulgó la Ley 21.545, también conocida como Ley TEA, cuyo objetivo es promover la inclusión, atención integral y protección de los derechos de las personas con Trastorno del Espectro Autista (TEA).

¿En qué consiste la Ley TEA?

Esta nueva legislación establece:

- Trato digno, autonomía progresiva, perspectiva de género.
- Intersectorialidad, participación y diálogo social.
- Detección temprana y seguimiento continuo y neurodiversidad.
- Además, incorpora medidas en contra de la discriminación arbitraria

¿Qué beneficios existen para las personas con TEA?

Permiso especial ante emergencias: los trabajadores que sean padres, madres o tutores legales de menores de edad debidamente diagnosticados con trastorno del espectro autista (TEA) estarán facultados para acudir a emergencias respecto a su integridad en los establecimientos educacionales en los cuales cursen su enseñanza parvularia, básica o media.

El tiempo que estos trabajadores destinen a la atención de estas emergencias será considerado como trabajado para todos los efectos legales y el empleador no podrá calificar esta salida como intempestiva e injustificada para configurar causal de abandono de trabajo o como fundamento de una investigación sumaria o de un sumario administrativo.



Una imagen,  
una reflexión

#NOSOMOSUNESTEREOTIPO

Día Mundial del Síndrome de Down

