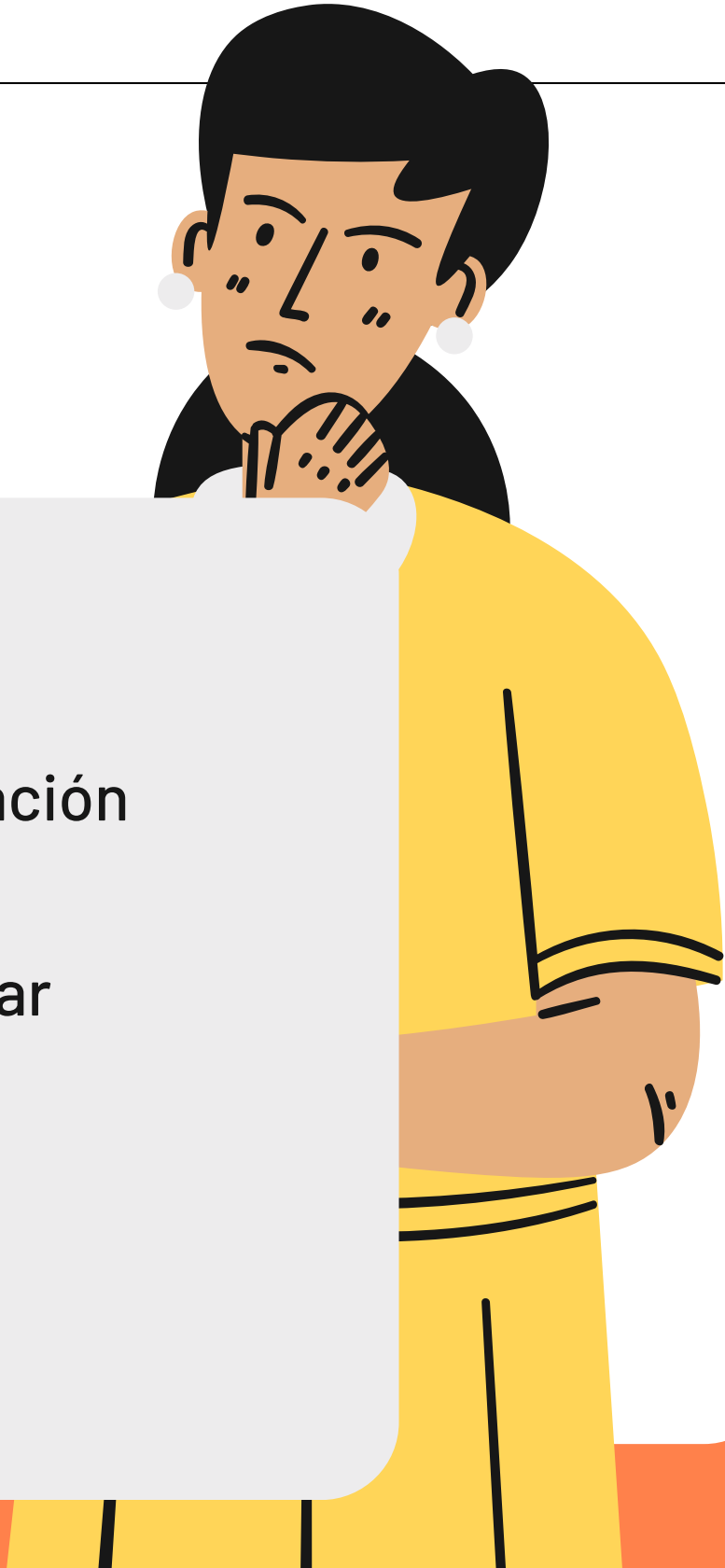


PARADOJAS DE LA COMUNICACIÓN DIGITAL Y TRASCENDENCIA DE LA COMUNICACIÓN.

Vamos a reflexionar un
poco...





Vida online y offline.

- ¿Cuántas horas al día usas redes sociales?
- ¿Cuándo fue la última vez que tuviste una conversación profunda cara a cara?
- ¿Alguna vez sentiste ansiedad por no tener el celular contigo?

**Fragmento de "La sociedad del cansancio" de Byung-Chul Han o "En defensa de la conversación" de Sherry Turkle.
Preguntas guía:**



Vivimos en un ecosistema híbrido, donde lo digital redefine nuestras relaciones humanas, rutinas y percepción de la intimidad.

CLLICK AQUÍ

La avalancha de la información y su velocidad.





iTomemos un descanso rápido!

La cantidad de datos supera nuestra capacidad de procesarlos,
generando ansiedad y desinformación.

¿CÓMO MANEJAR EL EXCESO DE INFORMACIÓN?



- Define tus objetivos informativos
- Sigue fuentes confiables y variadas
- Filtra y desecha
- Sintetiza en tus propias palabras
- Establece tiempos y límites
- Desconecta para procesar

Desconectar para conectar



Desconectarse no significa rechazar la tecnología, sino recuperar el equilibrio, el cuerpo y el vínculo humano directo.



Relaciones humanas digitales





LO DIGITAL