



Nombre de alumno: Daniel Antonio Albores.

Nombre del profesor: Alejandra Torres López

Nombre del trabajo: Discurso de Oratoria.

Materia: Comunicación Oral

Grado: 2

Grupo: A

Comitán de Domínguez Chiapas a 5 de abril del 2024

Impacto de la tecnología en nuestras vidas

Los mexicanos pasamos más de ocho horas al día interactuando con algún aparato tecnológico conectado a Internet, ya sea el celular, la computadora o tablet. Buenos días, compañeros y docente. Se han puesto a pensar que algo en lo que ya pasamos la mayor parte de nuestro tiempo no pueda tener un impacto (tanto positivo como negativo) en nuestra mente, lo tiene, y la tecnología ha marcado no sólo una nueva forma de relacionarnos con otros, sino también con nosotros mismos.

La tecnología bien aplicada nos ayuda, por ejemplo: a organizarnos mejor, a aprender cosas nuevas, a llevar registro de nuestras metas y avances personales o a acortar distancias con amistades o familiares. Sin embargo, la otra cara de la moneda es que, al no ser conscientes, podemos bombardearnos de información dañina, estresante o buscar situaciones en las que estemos expuestos o en riesgo. Las universidades registran cada vez más casos de depresión y ansiedad que están directamente ligados al uso de redes sociales. Según la Asociación Mexicana de Internet, 82 % de

los usuarios conectados a Internet están activos en alguna red social, siendo ésta la actividad principal en Internet por encima del *mailing* y la búsqueda de información. Además, según la última investigación de hábitos en Internet, se registró que los mexicanos pasamos en promedio ocho horas al día conectados (es decir, una jornada laboral), siendo el momento de la comida y el final del día las horas de mayor tráfico. Esto significa que, sin importar si nos encontramos solos o acompañados, estamos *online*, entonces ¿en dónde queda tiempo para la intimidad conmigo mismo y mis relaciones?