

# Edúquese A Sí Mismo



*Hay mucha información disponible en línea. Las siguientes estadísticas están destinadas a comenzar su viaje educativo en respecto a la influencia del uso de aparatos electrónicos.*

## **Estadísticas para Hacerle Pensar:**

*30% de los adolescentes y los padres discuten sobre los celulares inteligentes a diario.*

*Casi el 40% de los adolescentes han publicado o enviado mensajes sexualmente sugerentes.*

*En el 2012, más de 15% de los estudiantes reportaron acoso cibernético en los últimos 12 meses. Esto fue hace casi una década; el iPhone solo había salido hace 5 años atrás.*

*Más del 40% de las mujeres víctimas de trata de personas también han sido objeto de algún tipo de abuso en línea.*

*Los adolescentes que pasan más de 7 horas al día en los aparatos electrónicos tienen 2 veces más de probabilidad de ser diagnosticados con depresión. Los adolescentes que pasan más de tres horas al día en los aparatos electrónicos tienen un 35% más de probabilidad de tener al menos un factor de riesgo de suicidio.*

*El suicidio es la causa principal de muerte para los Oregonianos entre las edades de 10 y 24 años.*

***Pero, usted tiene el poder de hacer algo al respecto.***

## **Estadísticas para animarle a cambiar:**

*71% de los adolescentes dijeron que consideran el hablar, ponerse al día y pasar tiempo en familia como la mejor parte de cenas familiares.*

*Una investigación que examinó a 5,000 adolescentes demostró que cuando los niños comen con sus padres con regularidad, es más probable que sean emocionalmente fuerte y con mejor salud mental.*

*El 65% de los propietarios de celulares dicen que los celulares han hecho “mucho” más fácil mantenerse en comunicación con las personas que aprecian.*

*Las personas que se desconectaron digitalmente mientras viajaban sintieron que experimentaron relaciones mejores y más ricas con otras personas y con el mundo alrededor de ellos.*

## Sources:

[iGen Book by Jean Twenge](#)

<https://balkaninsight.com/2020/11/11/study-underscores-link-between-human-trafficking-and-online-abuse/>

<https://www.vox.com/science-and-health/2019/2/20/18210498/smartphones-tech-social-media-teens-depression-anxiety-research>

<https://www.fosi.org/policy-research/tools-for-todays-digital-parents>

<https://www.theatlantic.com/magazine/archive/2017/09/has-the-smartphone-destroyed-a-generation/534198/>

<https://www.sellcell.com/blog/kids-cell-phone-use-survey-2019/>

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3490574/>

[https://www.oregon.gov/oha/PH/PREVENTIONWELLNESS/SAFELIVING/SUICIDEPREVENTION/Documents/Monthly\\_Suicide-Related\\_data\\_report.pdf](https://www.oregon.gov/oha/PH/PREVENTIONWELLNESS/SAFELIVING/SUICIDEPREVENTION/Documents/Monthly_Suicide-Related_data_report.pdf)

<https://join.dosomething.org/>

<https://www.bit-guardian.com/>

<https://www.goodnet.org/articles/9-scientificallly-proven-reasons-to-eat-dinner-as-family>

<https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/0047287519868314>

*Las preguntas y enlaces anteriores representan una recopilación de información identificada por el personal de iRespect&Protect. No está destinado a ser exhaustiva y iRespect&Protect no respalda específicamente ni hace ninguna representación por ninguno de estos recursos.*

© [2022]. Liberty House. All Rights Reserved. Unauthorized Use Strictly Prohibited.

