

DOMINGO ARCE LASO

Celulares y juventud

Diversos informes, como el de Jama (18 de junio de 2025) y la OMS (25 de septiembre de 2024), advierten que el uso excesivo del celular en jóvenes de 13 a 24 años incrementa la ansiedad, el insomnio, la baja concentración y la depresión. Dedicar más de tres horas diarias a redes sociales eleva hasta en un 60% el riesgo de problemas de salud mental. Es urgente promover el uso responsable de la tecnología para proteger a la juventud.