4 Problemas que te ocasionan las redes sociales

Te pueden beneficiar de muchas maneras, pero no siempre son tus mejores aliadas

Las redes sociales son un arma de doble filo: por un lado, además de informarte al instante de cualquier noticia, pueden ponerte en contacto con personas de otros continentes, pero por otro, pueden provocarte problemas que a la larga son difíciles de solucionar.

1. Ser antisocial

Obvio, las redes sociales sustituyen el contacto cara a cara porque ya es más fácil mandar un DM o ‘skypear’ por Facebook. Pero en realidad, si pasas demasiado tiempo conectada en ellas, olvidarás lo que es convivir y te perderás de lo que hay allá afuera.

2. No tener privacidad

El estar tanto tiempo en las redes sociales incita a que, al igual que tus amigas más populares, quieras interactuar y publicar lo increíble que son tus días. Lo malo es que esta obsesión por tener presencia en las redes convierte una visita al súper en un #FoodTime en Instagram, y un paseo por Reforma es el motivo perfecto para tuitear lo que se te venga a la mente.

3. Accidentes

Usar el celular mientras esperas el siga para checar las últimas actualizaciones y fotos de tus amigas es lo peor que puedes hacer. Varias investigaciones recientes han demostrado que el 48% de los conductores jóvenes usan el celular mientras manejan sólo para “ver qué hay de nuevo”. Esos 5 segundos pueden convertirse en un error fatal e incluso en la muerte.

4. Adicción

Un estudio realizado por la Universidad de Harvard en 2012, reveló que el exponerse demasiado a las redes sociales activa las mismas zonas del cerebro que el consumo de cocaína y otras drogas. Además, disminuyes productividad, pues son ideales para el ocio.