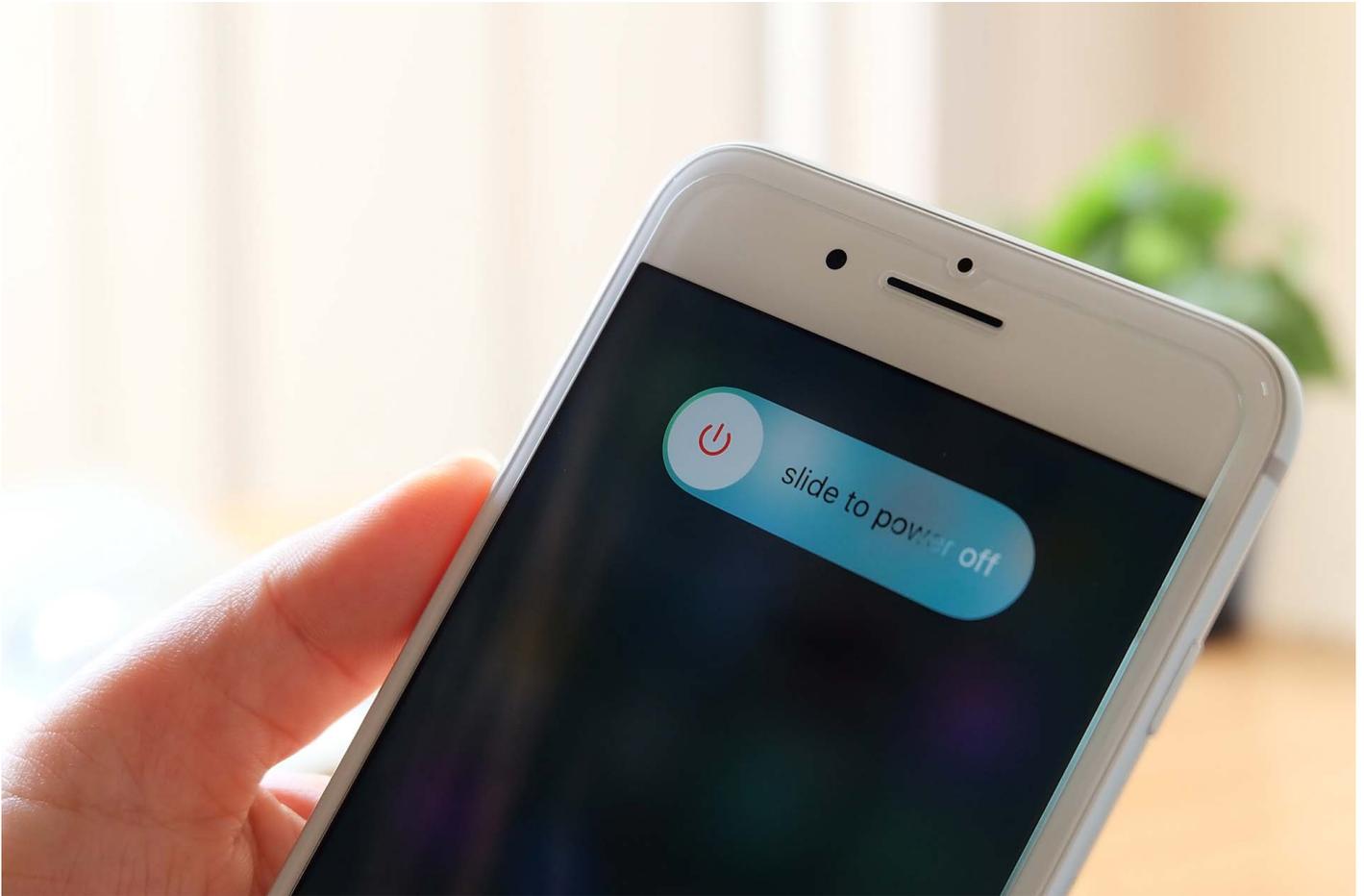


PrepaTec Querétaro vive un día sin tecnología y redes sociales



Los alumnos de PrepaTec Querétaro **se tomaron un “break” de sus dispositivos electrónicos con la dinámica “Desconexión”**. Los estudiantes no asistieron a clases el viernes 19 de febrero para poder realizar actividades al aire libre, hacer ejercicio y pasar tiempo con sus familias.

El Tec con su modalidad en línea e híbrida ha logrado continuar con sus planes de estudios, sin embargo esto ha cambiado la rutina de alumnos, profesores y colaboradores. Esta fue una iniciativa por parte de la administración Nacional de Preparatoria para el bienestar integral de los estudiantes.

El profesor Benjamín Ruiz Cruz de Tutoría de PrepaTec Querétaro nos comparte los efectos que puede ocasionar el estar conectados a la tecnología tanto tiempo y que pueden ocasionar desde efectos físicos hasta emocionales.

Día sin tecnología

“Mucho del tiempo que se pasa en la pantalla, no siempre se remite al trabajo...hay una tendencia a permanecer por varias horas en las redes sociales, las cuales promueven algunas ideas fantasiosas de la realidad”, nos comparte el profesor Benjamín haciendo alusión a los efectos de tener esta modalidad.



width="1280" loading="lazy">

Por otro lado, los alumnos comentaron **lo difícil que fue desconectar al 100% de sus dispositivos móviles y de sus actividades planeadas de la escuela.**

“Si me desconecté bastante, porque no solo estoy pegada a la pantalla después de las clases ya que también pasó tiempo en las redes después. Esto me permitió darme un descanso de mi teléfono”, comentó una alumna de la PrepaTec en la entrevista.

La dependencia de estos dispositivos móviles está en crecimiento sin embargo la **tutora Andrea Severino Romo nos habla del impacto e importancia** que tiene hacer este tipo de desconexiones tecnológicas.

“Es muy importante buscar espacios que nos permite desconectarnos totalmente de manera regular, ciertamente en estos tiempos las opciones se restringen, sin embargo las pruebas de que se puede... ¡y lo pudimos notar en el humor de los alumnos el día que regresaron a clases!”, exclamó la maestra Andrea.



width="900" loading="lazy">

Los profesores mostraron algunos pasos a seguir para poder realizar esta desconexión de manera efectiva radica en tener todos tus deberes resueltos así como la disposición que tenga el alumno para poder desconectarse de la tecnología.

“Estoy agradecida y contenta porque me dio tiempo de pasar un rato con mi familia porque realmente nos pudimos despejar y pasar el tiempo al 100% con ellos”, finalizó Shell Valencia de 6to semestre de PrepaTec Internacional.

Con información de Renata Chávez y Ale Rojas

SEGUIR LEYENDO