

## Tutorial digital

# Decálogo para el uso respetuoso y responsable del smartphone

## (Primera parte)

En esta era digital que vivimos, ha cambiado la manera de interactuar en diferentes contextos, por lo que hoy también es habitual compartir con las personas a través de entornos digitales. El smartphone es una herramienta muy útil y poderosa que nos mantiene conectados, pero su uso inadecuado puede afectar la convivencia y el respeto en distintos entornos.

En este decálogo se entregan recomendaciones para guiar el uso responsable del smartphone que permitirá garantizar una interacción más empática, segura y amable con quienes nos rodean:



### 1 Aprovecha y prioriza los encuentros cara a cara:

Cuando estés en contextos de interacción con otras personas, como reuniones, comidas o simplemente conversaciones, procura centrar tu atención en ese encuentro y evitando mirar el teléfono constantemente como una señal de respeto a quienes te rodean.



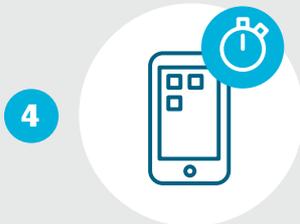
### 2 Silencia tu teléfono en momentos importantes:

Es importante que el uso del teléfono celular no interrumpa momentos de encuentro con personas, como por ejemplo en reuniones, clases, cines, teatros, eventos y otros. Para eso preocúpate siempre de apagar o poner en silencio tu teléfono antes de estos eventos, de esta manera, si alguien te llama o te llega un mensaje no interrumpirás.



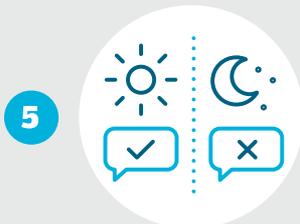
### 3 Ten consideración con tu entorno:

Tener acceso al celular en cualquier momento y lugar es muy útil, pero debes asegurarte de que tu uso no afecte ni interrumpa espacios comunes. Para eso, procura no hablar en altavoz o escuchar música o videos sin audífonos cuando estés en lugares públicos, puesto que el ruido puede molestar a los que te rodean.



### 4 Sé consciente del uso del tiempo:

Utilizar el smartphone no solo es útil sino que también es muy entretenido y sirve mucho para distraerse en momentos de ocio, pero ten cuidado de que el uso de smartphone no te aleje de tus responsabilidades ni de compartir con las personas que te rodean.



### 5 Respetar los espacios y tiempos de los demás:

Evita llamar y enviar mensajes fuera de horarios adecuados, en ámbitos laborales por ejemplo, con personas que no sean de confianza. También, procura no llamar o enviar mensajes en exceso a alguien que no contesta, porque es posible que no pueda atender en ese momento y probablemente te volverá a contactar cuando esté disponible.

Para seguir aprendiendo, sigue las redes sociales de:

@innovación\_elmercurio | @conectamayor | @vctelmercurio