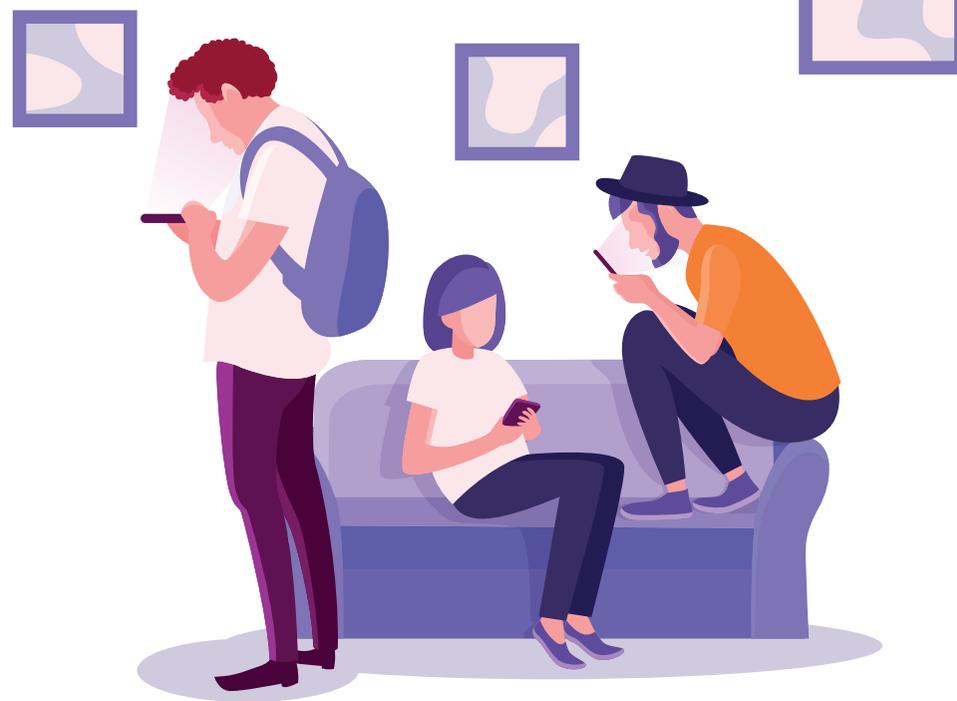


¿CÓMO AFECTA A NUESTRA SALUD EL USO DE PANTALLAS?

La exposición continua y por largas horas a dispositivos digitales (celulares, tablets, computadoras y video juegos) puede generar problemas físicos y hasta psicológicos. Aquí te traemos una pequeña guía para tener en cuenta.

El uso excesivo produce:

- **Fatiga Visual:** Enrojecimiento de ojos, cansancio, aumento de miopía.
- **Dolores Músculo – Articulares:** Malas posturas al usar los dispositivos.
- **Sobrepeso:** Ingesta calórica y sedentarismo.
- **Aislamiento Social y Ansiedad:** Necesidad de estar conectado pero poca interacción personal.



Limitá las horas que estás conectado. Te vas sentir mejor.

Si necesitás **Turnos Médicos** en la **Clínica AMEBPBA** podés obtenerlos a través de la **Web App**, o por nuestro sitio web www.amebpba.org.ar. Si no, comunicate con nuestro Centro de Atención Telefónica al **0810-222-6888** de Lun. a Vie. de 9.30 a 17 hs.