

Viernes 29 de Julio de 2022 | Matutina para Menores | Viviendo en un mundo tecnológico

## Descripción



**Viviendo en un mundo tecnológico**

**“Júzgame, Jehová, porque yo en integridad he andado; he confiado asimismo en Jehová sin titubear” (Salmo 26:1, RVR 95).**

Me imagino que tus padres te han contado que las drogas son muy dañinas para el cerebro y el cuerpo, y hay varios tipos de ellas, incluida una llamada cocaína que es tremendamente perjudicial. Sabiendo eso, quisiera contarte que el exceso de tecnología y la sobreestimulación de ella en tu cerebro pueden ser tan dañinos como esta droga. ¿Cómo funciona esto? Existe un neurotransmisor en tu cerebro llamado dopamina que puede cumplir varias funciones. Una de ellas es producir sensaciones de felicidad, creatividad, memorización y emoción, entre otras; pero algo negativo de la dopamina es que puede provocar adicción. Eso significa desear hacer algo una y otra vez, dedicar mucho tiempo a eso al punto de enojarte si no lo puedes hacer, por lo que no es algo positivo.

Quizá te encanta ver películas, o jugar videojuegos, revisar tu celular a cada momento, ver videos chistosos o chatear. Así es como las personas se hacen adictas a la tecnología. Pero déjame decirte que no porque esto sea lo que todos hacen, significa que esté bien, o que le haga bien a tu cerebro.

Dios te creó para que seas íntegro y desarrolles una relación personal con él, con tu familia, con amigos, para que hagas ejercicio, y aprendas muchas cosas utilizando al máximo tu inteligencia. Y aunque la tecnología tiene varias ventajas, el mal uso o el exceso de ella afecta tu relación con Jesús, con tu familia y con tus amigos. Algunos niños no juegan ni hacen deportes porque únicamente los entretiene pasar tiempo con aparatos electrónicos.

**Sé un niño que disfruta la vida, sin adicción al celular, o pendiente de la PlayStation o la computadora; sino más bien jugando al aire libre, corriendo, saltando, pasando tiempo con tu familia, jugando juegos de mesa, haciendo deportes, leyendo libros, tocando un instrumento y especialmente ¡alabando y agradando a tu Dios!**

**Nina**