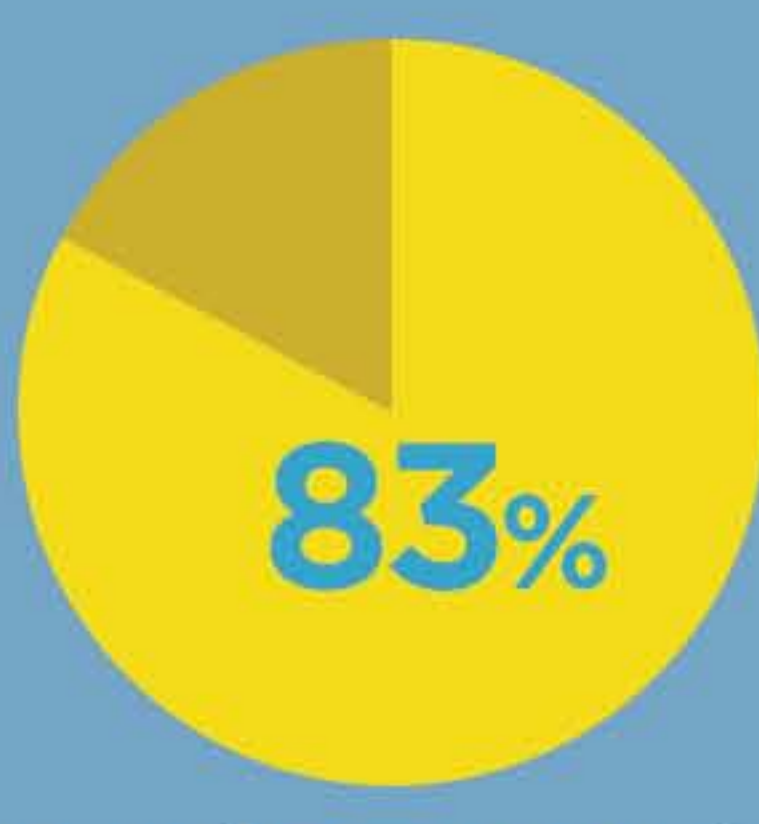
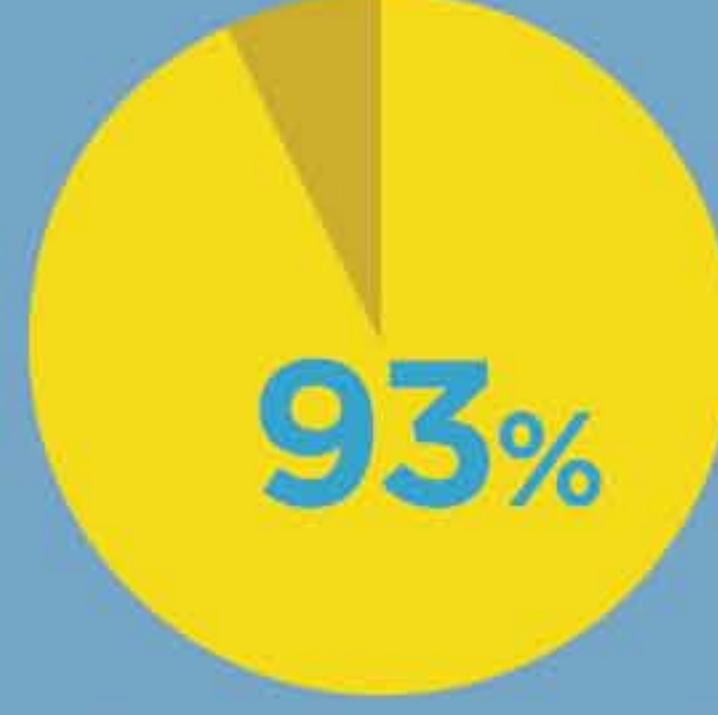


Abusar del celular daña tu salud



de mexicanos cuentan con teléfono móvil.¹

40 veces al día
una persona usa su *smartphone*, en promedio.



de dueños de *smartphones* en países en vías de desarrollo utilizan su teléfono durante la hora posterior a levantarse.²

Principales usos del teléfono móvil



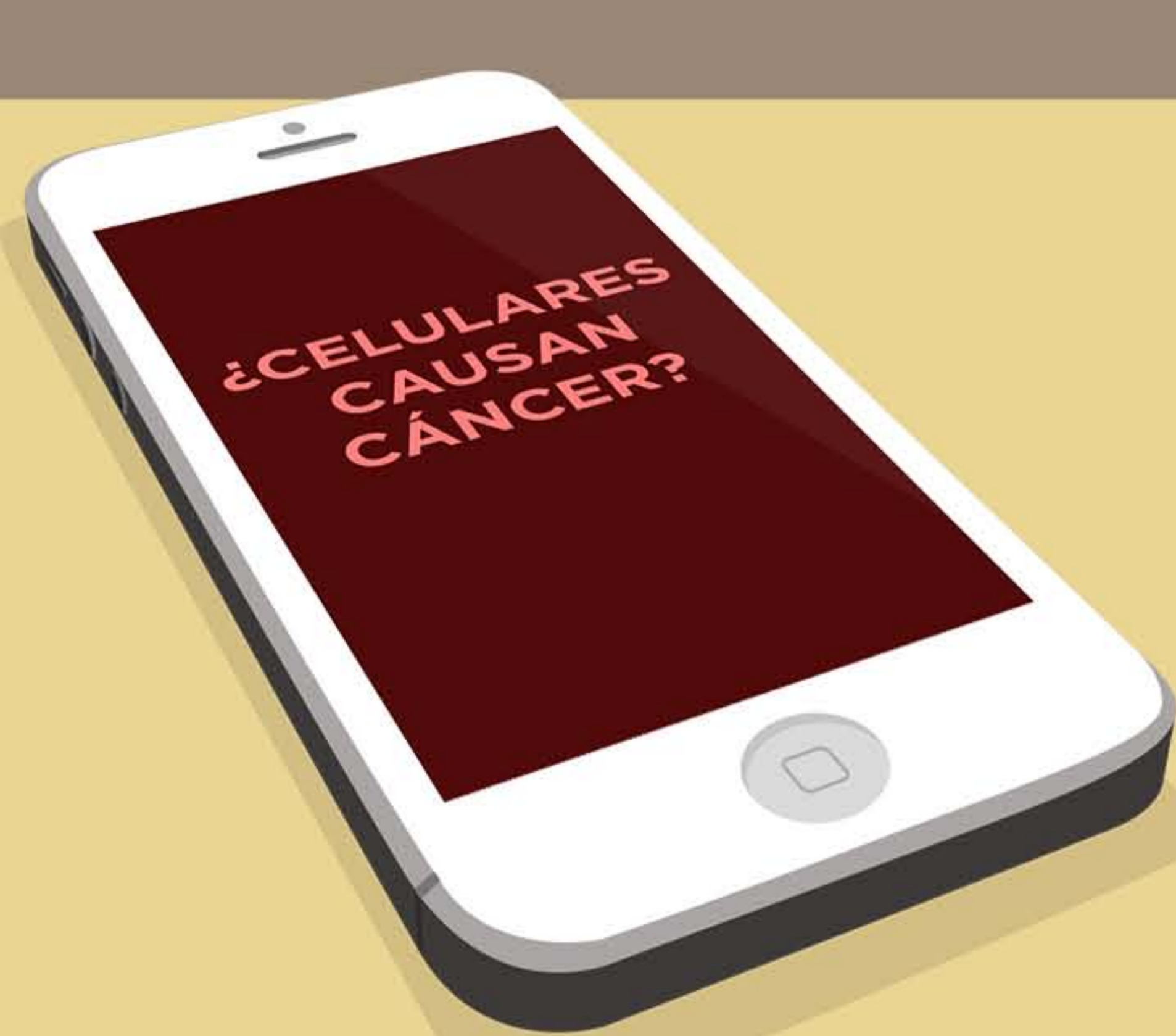
Móvil y accidentes

Usar el teléfono celular al manejar aumenta aproximadamente **cuatro veces** el riesgo de accidente automovilístico.³

Distracciones por el uso del celular mientras conduces o caminas

- Cognitivas:** al pensar las respuestas en una conversación telefónica, apartas tu atención de la calle y del acto de manejar o caminar.
- Visuales:** desvías tu vista del camino por ver el celular.
- Auditivas:** durante las llamadas y al escuchar música, ignoras los sonidos del tránsito, como claxon o sirena.
- Físicas:** dejas de usar una o ambas manos para conducir al responder una llamada o un mensaje.⁴

Riesgos de salud por abusar del celular



Los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC) de Estados Unidos señalan que **NO** hay evidencia científica que compruebe que el **uso de teléfonos celulares causa cáncer**.

Pero si te preocupa la exposición a la energía emitida por el móvil, la Asociación Americana del Cáncer te recomienda limitar tu contacto directo con este dispositivo y usar audífonos para no acercarlo de más a tu cabeza.⁸

FUENTES

- ¹ Instituto Tecnológico de Estudios Superiores de Monterrey: <http://goo.gl/xwFBph>
- ² Deloitte: <https://goo.gl/VjKjxZ>
- ³ Consejo Nacional para la Prevención de Accidentes: <http://goo.gl/VN3eY2>
- ⁴ Instituto Nacional de Salud Pública: <http://goo.gl/4jP9d4>
- ⁵ BBC Mundo: <http://goo.gl/AenYOU>
- ⁶ Excélsior: <http://goo.gl/6ih9cu>
- ⁷ Instituto Nacional del Cáncer: <http://goo.gl/o4UlcF>
- ⁸ EFE Salud: <http://goo.gl/DJGJXI>

