

# Bienestar Digital: Protegiendo la salud mental de nuestras hijas e hijos en sus interacciones en línea

En esta conferencia exploraremos los efectos del uso de pantallas en la salud mental de nuestros hijos y cómo podemos proteger su bienestar emocional. Exploraremos estrategias prácticas para manejar el tiempo frente a las pantallas, identificar señales de riesgo y fomentar hábitos digitales saludables en familia.



## Viviana Quintero

Psicóloga experta en protección a la niñez en línea

**Entrada libre | Ingreso hasta completar el cupo del auditorio**



**Martes**

13 de mayo,  
2025



**8:30 am -  
10:00 am**



**Auditorio Luis Jose Toro  
Campo. IE Normal  
Superior**

**Calle3 # 8 - 65, Guacarí,  
Valle del Cauca**

