

REDES SOCIALES

¿QUE SON?



Las redes sociales, en el mundo virtual, son sitios y aplicaciones que operan en niveles diversos - como el profesional, de relación, entre otros - pero siempre permitiendo el intercambio de información entre personas y/o empresas.

¿PARA QUÉ SIRVEN?

Son una gran fuente de información que nos permiten seguir aprendiendo en nuestro ámbito profesional, participar en algún tema de debate e incluso encontrar oportunidades profesionales.



RETROCALIVENTACION

LAS REDES SOCIALES NOS CONECTAN, PERO A VECES ESA CONEXIÓN PUEDE SENTIRSE UN POCO SUPERFICIAL. NOS MUESTRAN VERSIONES IDEALIZADAS DE LA VIDA DE OTROS, LO QUE PUEDE GENERAR COMPARACIONES Y PRESIÓN. LO CLAVE ES SEGUIR CUENTAS QUE NOS INSPIREN Y NOS SUMEN, PERO TAMBIÉN SER CONSCIENTES DE CÓMO NOS AFECTA LO QUE VEMOS. AL FINAL, LO MÁS IMPORTANTE ESTÁ FUERA DE LAS PANTALLAS.

