



# Cómo enfrentar la Infoxicación Reportaje

06 de mayo de 2016

FUENTE DE IMAGEN: [HTTP://TECNOLOGIA.FACILISIMO.COM/SINDROME-DE-INFOXICACION](http://tecnologia.facilisimo.com/sindrome-de-infoxicacion)



## ¿Qué es la infoxicación?

Es el exceso de información, es el resultado de un mundo donde se prima la exhaustividad (“todo sobre”) frente a la relevancia (“lo más importante”). Implica no poder profundizar en nada y saltar de una cosa a la otra.

## ¿Quiénes son los más propensos a ser “infoxicados”

Aquéllos que confunden cantidad de información con calidad.

## ¿Cuáles son los efectos adversos de la entrada constante de información?

- Confusión más que información.
- Se limita la capacidad de comprensión.



## Síntomas de Infoxicación

- Sentir que no se puede manejar toda la información que se debería manejar.
- Leer saltando palabras.
- Leer sin comprender
- Concretarse sólo a remitir la información que recibe, sin comprender o analizar la misma.



# ¿Cómo enfrentarla?

por Equipo 5-D

El consumo irreflexivo y compulsivo de ruido informativo, solo se combate limitando y seleccionando racionalmente las fuentes y el tiempo dedicado a consumir información, por eso gestionar la información es cada vez más fundamental y para ello necesitamos métodos y herramientas.

## Estrategias para evitar la infoxicación:

- 1) Dedicar una parte del tiempo de navegación a ampliar los conocimientos y no únicamente al entretenimiento.
- 2) Filtrar la información a través de un lector de feeds.
- 3) Utilizar programas que permitan ir capturando la información de interés tales como: One Note, Ever Note o Springpad.
- 4) Definir claramente el objetivo de búsqueda.
- 5) Fijar un horario para la navegación y procurar respetarlo de forma que no se exceda lo programado.



### Infoxicación

Intoxicados de información:

Cada día se genera tal cantidad de información que padecemos de sobrecarga informativa, o lo que se ha denominado Infoxicación. Razón por la cual se hace vital filtrar dicho exceso de información y evitar ser víctimas de este síndrome .