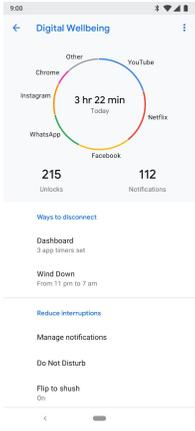
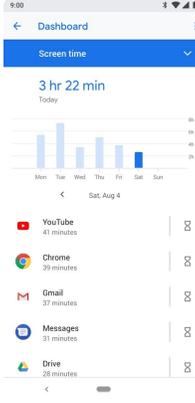
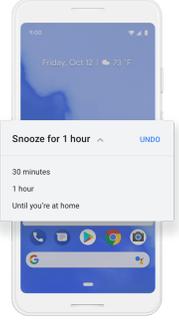
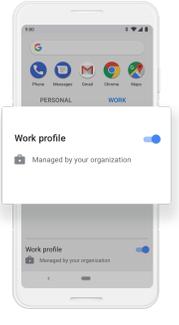


Herramientas Digital Wellbeing en Android

Funcionalidad	Imagen del producto	Mensaje
<p>Tablero de aplicaciones de Android</p>		<ul style="list-style-type: none"> ● La aplicación le ofrece una vista diaria de la frecuencia con la que revisa su teléfono y con qué frecuencia usa diferentes aplicaciones. A continuación, puede establecer límites con temporizadores de aplicaciones diarias y desconectar por la noche con funciones como Wind Down. ● El primer paso hacia el bienestar digital a menudo es comprender más acerca de cómo interactúa con la tecnología en primer lugar. El Panel de aplicaciones le ofrece una vista diaria de la frecuencia con la que revisa su teléfono y con qué frecuencia usa diferentes aplicaciones.
<p>Temporizador de aplicaciones de Android</p>		<ul style="list-style-type: none"> ● Estamos desarrollando nuestro conjunto de herramientas y características en Android, comenzando por la funcionalidad simple y efectiva del temporizador de aplicaciones, extendiéndose a Chrome en dispositivos móviles, lo que permitirá a los usuarios establecer límites de tiempo en sitios web individuales. ● Si desea limitar el tiempo que pasa usando ciertas aplicaciones, puede configurar temporizadores diarios de aplicaciones. Cuando se agota el tiempo, la aplicación se detiene por el resto del día. ● De todos los temporizadores de aplicaciones configurados, el 73% de ellos llevan al usuario a cumplir su objetivo después de que la función lo solicite.
<p>Android Wind Down</p>		<ul style="list-style-type: none"> ● Wind Down le recuerda que debe apagarse por la noche estableciendo un horario para acostarse en su teléfono. La escala de grises cambia la pantalla a blanco y negro, y No molestar silencia las notificaciones para ayudarlo a dormir bien. ● Los usuarios de Wind Down descubrieron que podían reducir su uso nocturno involuntario en 40 minutos en la primera semana.

<p>No molestar en Android</p>		<ul style="list-style-type: none">● Limite las interrupciones: con un toque en su Configuración rápida en Android, No molestar puede ocultar todas las notificaciones para que no las vea en la pantalla
<p>Escala de grises en Android</p>		<ul style="list-style-type: none">● Escala de grises convierte su pantalla en blanco y negro, lo que reduce la naturaleza llamativa de muchos íconos de aplicaciones.● La escala de grises convierte su pantalla en blanco y negro, haciendo que sus aplicaciones sean menos atractivas cuando intenta enfocar.
<p>Ocultar notificaciones en Android</p>		<ul style="list-style-type: none">● posponer temporalmente las alertas individuales o grupales. Usted decide qué alertas ve, cómo se ven y con qué frecuencia las ve.● Ocultar temporalmente las notificaciones. Elija qué alertas siempre ve y si emiten sonido o vibran.
<p>Perfil de trabajo de Android</p>		<ul style="list-style-type: none">● Desactiva el trabajo: apaga tu perfil de trabajo con un toque para pausar las aplicaciones de trabajo y sus notificaciones.● Después de configurar su dispositivo Android, puede desactivar temporalmente su perfil de trabajo. Luego puede usar su dispositivo sin interrupciones de trabajo los fines de semana o cuando esté de vacaciones.