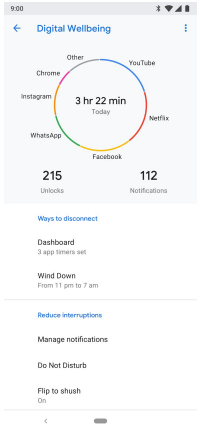
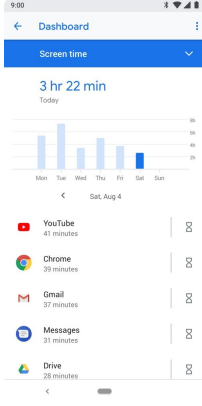
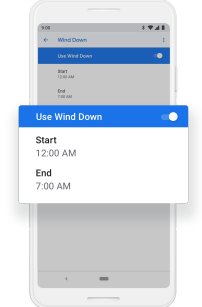


Herramientas Digital Wellbeing en Android

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.

