Επικίνδυνα για τη ψυχική υγεία τα smartphones

Categories : ΥΓΕΙΑ - ΔΙΑΤΡΟΦΗ

Date : 31 Ιανουαρίου, 2012

Επικίνδυνα για τη ψυχική υγεία χαρακτηρίζουν τα smartphones **βρετανοί επιστήμονες** καθώς τα εντάσσουν στην κατηγορία των **στρεσογόνων παραγόντων**.



Όλο … και περισσότεροι άνθρωποι τείνουν να αποκτήσουν **σχέσεις εξάρτησης** με τις «έξυπνες συσκευές» του, κάνοντας όλο και πιο εντατική χρήση. **Αυξημένα επίπεδα στρες** παρατήρησαν ψυχολόγοι στους χρήστες εκείνους που βρίσκονται με το κινητό στο χέρι, περιμένοντας ειδοποιήσεις από τα δίκτυα με τα οποία είναι συνδεδεμένοι.

Τα δεδομένα και τα ευρήματα αυτά παρουσιάστηκαν στο **ετήσιο συνέδριο της Βρετανικής Ψυχολογικής Εταιρείας**. Ο επικεφαλής **ερευνητής Ρίτσαρντ Μπόλντινγκ**, αναφέρθηκε στα ολοένα αυξανόμενα τμήματα του πληθυσμού που κάνουν χρήση τέτοιων συσκευών: «Τα smartphones χρησιμοποιούνται ολοένα περισσότερο, από ολοένα περισσότερους ανθρώπους».

«Όσο περισσότερο χρησιμοποιούνται, όμως, τόσο περισσότερο αναπτύσσει κανείς εξάρτηση και παρορμητική συμπεριφορά σε αυτά, με συνέπεια να εντείνει το στρες του», σημείωσε ο ερευνητής.

Αξίζει να σημειωθεί, ότι τα συμπεράσματα αυτά αφορούν κυρίως όσους χρησιμοποιούν τις συσκευές για προσωπικούς και όχι για επαγγελματικούς λόγους.

(Πηγή: medicalnews.gr)

Διαβάστε περισσότερα άρθρα για την χρήση των κινητών τηλεφώνων πατώντας εδώ