Βλάπτει παρά ωφελεί τα νήπια η τηλεόραση

Categories : ΥΓΕΙΑ - ΔΙΑΤΡΟΦΗ

Date : 29 Ιανουαρίου, 2009

Ένας κορυφαίος ειδικός σε ζητήματα που αφορούν το παιδί, προειδοποιεί τους γονείς να περιορίσουν το χρόνο που τα νήπια ηλικίας μέχρι δύο ετών παρακολουθούν τηλεόραση, γιατί αυτό μπορεί να προκαλέσει μεγαλύτερη βλάβη από ό,τι ωφέλεια στην ανάπτυξή τους.

Ο **καθηγητής Δημήτρης Χρηστάκης, ερευνητής του Ινστιτούτου Ερευνών για τα Παιδιά του Σιάτλ και καθηγητής του πανεπιστημίου της Ουάσιγκτον στις ΗΠΑ**, σε μεγάλη του **διεθνή έρευνα**, που δημοσιεύεται στο **παιδιατρικό περιοδικό «Acta Paediatrica»**, εξέφρασε επίσης σημαντικές επιφυλάξεις για τα εκπαιδευτικά ή ψυχαγωγικά DVD που απευθύνονται στα νήπια και ισχυρίζονται ότι είναι επωφελή γι' αυτά, παρά την έλλειψη των σχετικών επιστημονικών στοιχείων.

Ο Χρηστάκης, που μελέτησε 78 σχετικές έρευνες της τελευταίας 25ετίας, διαπίστωσε ότι εννέα στα δέκα παιδιά κάτω των δύο ετών παρακολουθούν τακτικά τηλεόραση διεθνώς. Μερικά μάλιστα περνούν μέχρι και 40% του χρόνου που είναι ξύπνια, μπροστά από την τηλεόραση, παρόλο που καμία επιστημονική έρευνα δεν έχει αποδείξει μέχρι σήμερα ότι υπάρχουν οφέλη από αυτή την πρόωρη έκθεση ενός

παιδιού στην επίδραση της τηλεόρασης.

Σύμφωνα με τον Χρηστάκη, η πλάστιγγα των επιστημονικών στοιχείων γέρνει σαφώς προς την κατεύθυνση των δυνητικών βλαβών. Αν και αρκετοί γονείς θεωρούν ότι η τηλεόραση κάνει καλό στον εγκέφαλο των νηπίων, γι' αυτό τα αφήνουν να βλέπουν με τις ώρες, οι ιατρικές μελέτες δεν έχουν επιβεβαιώσει κάτι τέτοιο. Αντίθετα, η παρακολούθηση τηλεοπτικών προγραμμάτων και DVD μπορεί να καθυστερήσει τη γλωσσική ανάπτυξη και το περιεχόμενο του λεξιλογίου, σύμφωνα με άλλες μελέτες.

Τα νήπια τείνουν να μιμούνται αυτό που βλέπουν στην οθόνη, όμως μαθαίνουν καλύτερα από τις ζωντανές παρουσιάσεις, ενώ μια άλλη μελέτη διαπίστωσε μέτρια προβλήματα συγκέντρωσης της προσοχής στην ηλικία των επτά ετών σε όσα μικρά παιδιά έβλεπαν πολλή τηλεόραση πριν τα τρία τους χρόνια.

Αρκετοί γονείς παραδέχονται ότι αφήνουν τα νήπια μπροστά από την τηλεόραση, επειδή χρειάζονται χρόνο για τους ίδιους, πράγμα που όσο κι αν είναι κατανοητό, πρέπει να αποφεύγεται κατά το δυνατό, σύμφωνα με τον έλληνα ερευνητή.

Ο Χρηστάκης αποδίδει την αρνητική επίδραση της τηλεόρασης στο ότι εκθέτει τον αναπτυσσόμενο εγκέφαλο των νηπίων σε μια σειρά από υπερβολικά ερεθίσματα, όπως φώτα που αναβοσβήνουν, συνεχείς αλλαγές σκηνών, απότομες ηχητικές αλλαγές κ.α., ενώ παράλληλα υποκαθιστά άλλες αναγκαίες δραστηριότητες, όπως το παιχνίδι ή η επαφή με τους γονείς.

Εδώ και τέσσερις δεκαετίες εκφράζονταν ανησυχίες για την επίδραση της τηλεόρασης στα νήπια, αλλά μόνο πρόσφατα διάφορες επιστημονικές μελέτες άρχισαν να παρέχουν εμπειρικά στοιχεία που να θεμελιώνουν αυτούς τους φόβους.

(Πηγή: "Καθημερινή" με πληροφορίες ΑΠΕ-ΜΠΕ, 20/1/2009)

ΣΧΕΤΙΚΑ ΑΡΘΡΑ:

1) **Η τηλεόραση και τα παιδιά μας (Tito Squillaci)**

2) **Η τηλεόραση και τα παιδιά (Δημήτρης Αντ. Νικολόπουλος, Επίκ. Καθηγητής Παιδιατρικής)**

3) **Παιδιά και χαζοκούτι**

4) **Μαμ, τηλεόραση και νάνι (Ιφιγένεια Διαμάντη)**

5) **Τηλεόραση: μεγαλώνει ασθενή παιδιά (Μαριάννα Τζιαντζή)**

6) **Φαγητό μπροστά στην τηλεόραση. Αποξενώνει και... παχαίνει! (Ελενα Κιουρκτσή)**

7) **Το «ολοήμερο» της τηλεόρασης (Πρωτ. Θωμάς Βαμβίνης)**

8) **Προβλήματα από πολύ τηλεόραση**

9) **Νέα Εποχή και «Νέα» Τηλεόραση (Δάφνη Βαρβιτσιώτη, Ιστορικός - Αρχαιολόγος)**

10) **Τηλεόραση: Ένας ξένος στο σπίτι**

11) **Τηλεόραση: Φαίνομαι, άρα υπάρχω (Παντελής Μπουκάλας)**

12) **Τα τηλεοπτικά 'παράθυρα' μας φτύνουν (Π. Μ. Σωτήρχος)**

13) **Τηλεόραση (Σχόλιο)**