Χωρίς τηλεόραση μέχρι τα δύο (Μαρία Μυστακίδου)

Categories : ΥΓΕΙΑ - ΔΙΑΤΡΟΦΗ

Date : 22 Νοεμβρίου, 2014

Χαριτωμένα μωράκια που χειρίζονται αριστοτεχνικά tablet και latptop. Μια εικόνα που βλέπουμε όλο και συχνότερα. Και φυσικά υπάρχει και κάτι πιο παραδοσιακό: μωρά και νήπια... αποβλακωμένα να παρακολουθούν μπροστά στη μικρή οθόνη.

Η εικόνα είναι ανάλογη βεβαίως και στους ενήλικες. Για τους δεύτερους όμως, αποτελεί επιλογή. Για τα μικρά όμως, αποτελεί εν πρώτοις -και κυρίως- δική μας επιλογή. Διότι πολύ απλά, κανένα μωρό δεν γεννήθηκε γνωρίζοντας ότι υπάρχει τηλεόραση, κομπιούτερ κ.λπ.

Οσο θελκτική και να φαντάζει η απασχόληση ενός μωρού με γκάτζετ, όσο και να βοηθά τους γονείς να χαλαρώσουν και να κάνουν και εκείνοι με ησυχία διάφορες δουλειές, εντούτοις -κατά τους επιστήμονες- **δεν υπάρχει χειρότερο για ένα παιδί από το να παρακολουθεί οτιδήποτε σε οθόνη, μέχρι την ηλικία των 2 χρόνων τουλάχιστο**ν!

Υπάρχουν βέβαια και εκείνοι που διαφωνούν: το περιοδικό LiveScience, αναφέρει σωρό εφαρμογές και προγράμματα για πιτσιρίκια ενός και δύο χρόνων. Και είναι προφανές πως για να υπάρχουν οι εφαρμογές αυτές, υπάρχει και η ανάλογη ζήτηση. Από την μεριά της η **Αμερικανική Παιδιατρική Εταιρεία** είναι κάθετη ότι **μέχρι τα 2 χρόνια, τηλεόραση και οτιδήποτε με οθόνη, απλά απαγορεύεται**.

Το ηλικιακό όριο αυτό διαφέρει στην Ευρώπη, με πιο "αυστηρούς" τους Γερμανούς που θεωρούν πως **μέχρι τα 6 χρόνια** το παιδί πρέπει να κάνει εντελώς άλλες δραστηριότητες και να μην βρίσκεται ούτε λεπτό μπροστά σε οθόνη.

Το σκεπτικό των επιστημόνων έχει ως εξής: **μέχρι τα 2 χρόνια τα παιδιά δεν μπορούν να διαχωρίσουν τον πραγματικό κόσμο από εκείνον της τηλεόρασης και των κομπιούτερ**. Ο διαχωρισμός αυτός γίνεται σταδιακά και όσο μεγαλώνουν. Πάντως σε καμία περίπτωση μέχρι τα 2 δεν μπορεί ένα βρέφος να συνειδητοποιήσει τι είναι το ερέθισμα που βλέπει. Επίσης οι

συνεχείς και επαναλαμβανόμενες εικόνες αποσπούν την προσοχή των νηπίων από οτιδήποτε άλλο. Ετσι, αν ένα παιδί βλέπει στην τηλεόραση ένα παραμύθι, το παιδί εστιάζει στα... εφέ της εικόνας, κάτι που δεν θα γινόταν στην περίπτωση που κάποιος διάβαζε το ίδιο παραμύθι στο μικρό, ξεφυλλίζοντας ένα εικονογραφημένο βιβλίο.

Ακόμα όμως και αν είστε από εκείνους που αγαπάτε ένα μισάωρο χρήσης του κομπιούτερ, του laptop ή του tablet, από τα μικρά σας προκειμένου να καταφέρετε επιτέλους να δείτε τα email σας, και διαβάζετε αυτό το κείμενο με μεγάλη δυσπιστία θεωρώντας πιθανότατα πως είναι υπερβολικό, σκεφτείτε μόνο κάτι απλό: **η φωτεινότητα της οθόνης μπορεί να επηρεάσει τη σωστή ανάπτυξη του μωρού σας.** Είστε σίγουροι πως το γκατζετάκι που κρατά τόσο χαριτωμένα το καμάρι σας και έχει καρφωμένα τα ματάκια του στην οθόνη, **έχει όντως τα σωστά επίπεδα φωτεινότητας, ώστε να μην εμποδίζει τη σωστή ανάπτυξη της όρασης του;**

Και κάτι ακόμα. Ειδικά τα tablet, αλλά και γενικότερα οι νέες τεχνολογίες είναι αρκετά... καινούργιες. **Είμαστε σίγουροι πως η παρακολούθησή τους δεν θα έχει πιθανές μακροπρόθεσμες συνέπειες σε μικρά παιδιά;** Ή ότι η ψηλάφιση μιας εικόνας αφής δεν θα δημιουργήσει προβλήματα σε ένα βρέφος που από τη φύση του χρησιμοποιεί χεια, πόδια και στόμα για να ανακαλύψει τον κόσμο;

Μετά από όλα τα παραπάνω, κλείστε τους υπολογιστές σας, πάρτε το μωράκι σας και πηγαίνετε μια βόλτα στο κοντινότερο πάρκο ή παραλία. Και αφήστε τα εκεί να ανακαλύψουν τον κόσμο. Τον πραγματικό κόσμο!

(Πηγή: enet.gr)

ΣΧΕΤΙΚΑ:

«Βγάλτε την τηλεόραση από το παιδικό δωμάτιο»

Η τηλεόραση μεγαλώνει παχιά παιδιά (Δέσποινα Κουκλάκη)

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

Τηλεόραση: μεγαλώνει ασθενή παιδιά (Μαριάννα Τζιαντζή)

Μαμ, τηλεόραση και νάνι (Ιφιγένεια Διαμάντη)

«Αντικοινωνική» η τηλεόραση για τα παιδιά...

Έρευνα: Η τηλεόραση βλάπτει τα νήπια στη μετέπειτα σχολική τους επίδοση

Βλάπτει παρά ωφελεί τα νήπια η τηλεόραση

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

Προβλήματα από πολύ τηλεόραση

Τηλεόραση (Σχόλιο)

Η τηλεόραση ως ζηλωτική θεότητα (Σωτήρης Γουνελάς)

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

Τηλεόραση: Ένας ξένος στο σπίτι

Η τηλεόραση και τα παιδιά μας (Tito Squillaci)

Τηλεόραση: Φαίνομαι, άρα υπάρχω (Παντελής Μπουκάλας)

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