Πάνω από δύο ώρες μπροστά στην οθόνη βλάπτουν σοβαρά τα παιδιά

Categories : ΥΓΕΙΑ - ΔΙΑΤΡΟΦΗ

Date : 2 Ιανουαρίου, 2011

Νέα μελέτη προειδοποιεί ότι η έκθεση για περισσότερες από δύο ώρες στην τηλεόραση ή τον υπολογιστή επηρεάζουν αρνητικά τη συμπεριφορά των παιδιών.

Σύμφωνα με την μελέτη του βρετανικού πανεπιστημίου του Μπρίστολ που δημοσιεύθηκε στο περιοδικό της Αμερικανικής Ακαδημίας Παιδιατρικής (Pediatrics), τα παιδιά που παρακολουθούν τηλεόραση ή παίζουν βιντεοπαιχνίδια στον υπολογιστή για περισσότερες από δύο ώρες τη μέρα, είναι πιο πιθανό να δυσκολεύονται να συγκεντρωθούν τις υπόλοιπες ώρες στα άλλες δραστηριότητές τους, να έχουν γενικά άσχημη συμπεριφορά και να αναπτύσσουν προβληματικές σχέσεις με τους ανθρώπους, ακόμα και αν είναι σωματικά δραστήρια.

Η μελέτη, υπό την Άντζι Πέιτζ, σύμφωνα με το επιστημονικό περιοδικό New Scientist, μελέτησε τις περιπτώσεις άνω των 1.000 παιδιών ηλικίας 10 και 11 ετών και διαπιστώθηκε ότι όσα παιδιά έβλεπαν περισσότερες από δύο ώρες τηλεόραση κάθε μέρα, είχαν 61% μεγαλύτερες πιθανότητες να εμφανίσουν προβλήματα συναισθηματικά, κοινωνικά και νοητικά (έλλειψη συγκέντρωσης).

Αντίστοιχα, η παραμονή άνω των δύο ωρών μπροστά από την οθόνη του υπολογιστή (κυρίως για διάφορα ηλεκτρονικά παιγνίδια) αυξάνει περίπου το ίδιο (59%) τις πιθανότητες εμφάνισης παρόμοιων προβλημάτων στα παιδιά.

Προηγούμενες έρευνες έχουν επίσης δείξει ότι τα παιδιά που περνάνε πολλή ώρα μπροστά από την οθόνη της τηλεόρασης ή του υπολογιστή, αντιμετωπίζουν αυξημένο κίνδυνο να εμφανίσουν δυσκολίες επικοινωνίας και συγκέντρωσης, άλλα ψυχολογικά προβλήματα, καθώς επίσης παχυσαρκία ως παρενέργεια της καθιστικής ζωής.

Η νέα έρευνα έδειξε ότι ούτε η έντονη σωματική δραστηριότητα μπορεί να

αντισταθμίσει τα προβλήματα. Ακόμα και τα παιδιά που έκαναν περισσότερη από μια ώρα κάθε μέρα σωματική άσκηση, αλλά παράλληλα βρίσκονταν πάνω από δύο ώρες μπροστά από την τηλεόραση ή τον υπολογιστή, είχαν αντίστοιχα 54% και 48% περισσότερες πιθανότητες να αναπτύξουν ψυχολογικά προβλήματα.

Η Αμερικανική Ακαδημία Παιδιατρικής συνιστά στους γονείς, τα παιδιά άνω των δύο ετών να μην ψυχαγωγούνται μπροστά από μία οθόνη περισσότερες από δύο ώρες ημερησίως το πολύ.

(Πηγή: "Ελευθεροτυπία" 11/10/2010)

ΣΧΕΤΙΚΑ ΑΡΘΡΑ:

Παιδιατρική: Από μικρά καρφωμένα μπροστά στην TV

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)