



Τα παιδιά

**προσχολικής ηλικίας που βλέπουν τηλεόραση περισσότερο από δύο ώρες την ημέρα διατρέχουν αυξημένο κίνδυνο να αναπτύξουν προβλήματα προσοχής όταν γίνουν έφηβοι.**

Η μελέτη κατέγραψε αύξηση κατά 40% στα προβλήματα πνευματικής συγκέντρωσης και προσοχής μεταξύ των αγοριών και των κοριτσιών που έβλεπαν πολλή τηλεόραση - μία αύξηση που ήταν ανεξάρτητη από το αν είχε γίνει διάγνωση της διαταραχής ελλειμματικής προσοχής και υπερκινητικότητας πριν από την εφηβεία.

Η σχέση τηλεόρασης-προσοχής τεκμηριώθηκε σε μελέτη περισσότερων από 1.000 παιδιών από τη Νέα Ζηλανδία. Στις ηλικίες 5 έως 11 ετών, τα παιδιά έβλεπαν κατά μέσον όρο 2,05 ώρες τηλεόραση την ημέρα. Από την ηλικία των 13 έως τα 15 τους χρόνια, οι ώρες της τηλεθέασης αυξήθηκαν σε 3,1 την ημέρα.

«Όσα περνούσαν καθημερινά περισσότερες από 2 ώρες μπροστά την TV, ιδίως όσα υπερέβαιναν τις 3 ώρες, στην διάρκεια της παιδικής ηλικίας είχαν συμπτώματα διαταραγμένης προσοχής πάνω από τον μέσο όρο όταν μπήκαν στην εφηβεία», έγραψε ο δρ Καρλ Λάντοχουϊς, από το Πανεπιστήμιο του Οτάγκο, στην επιθεώρηση

«Παιδιατρική».

Τα μικρά παιδιά που έβλεπαν πολλή τηλεόραση είχαν περισσότερες πιθανότητες να διατηρήσουν αυτή τη συνήθεια μεγαλώνοντας, αλλά ακόμα κι αν μείωναν την τηλεθέαση στην εφηβεία, εξακολουθούσαν να έχουν προβλήματα προσοχής. [\(περισσότερα...\)](#)