

Προβλήματα στην ανάπτυξη προκαλεί στα παιδιά η καθιστική ζωή

[/ Γενικά](#) / [Ειδήσεις και Ανακοινώσεις](#) / [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Συνήθως οι πόνοι στην πλάτη και τη μέση εμφανίζονται στους ενήλικους που κάνουν καθιστική ζωή ή περνούν πολλές ώρες σε ένα γραφείο και έναν υπολογιστή. Ωστόσο, τα τελευταία χρόνια παρουσιάζονται όλο και περισσότερο σε παιδιά και εφήβους που περνούν ατέλειωτες ώρες μπροστά από υπολογιστές και άλλες συσκευές, με αποτέλεσμα να μην κινούνται πολύ και να έχουν εντελώς λανθασμένη στάση σώματος.

Τα παραπάνω αποδείχθηκαν έπειτα από έρευνα που πραγματοποίησαν επιστήμονες στην Ουαλία, οι οποίοι διαπίστωσαν ότι τα παιδιά που περνούν πολλές ώρες παίζοντας video games σε συσκευές όπως τα κινητά και τα tablet, παρουσιάζουν προβλήματα στην πλάτη και τον αυχένα, αλλά και στην ανάπτυξη του σώματος γενικότερα.

Σύμφωνα με την επιστημονική έκθεση, οι ερευνητές προχώρησαν στη συγκεκριμένη έρευνα έπειτα από τη διαπίστωση ότι όλο και περισσότερα παιδιά

υποφέρουν από πόνους σ' αυτά τα σημεία, ακριβώς επειδή κάνουν καθιστική ζωή.

Τόνισαν δε ότι ιδιαίτέρως ανησυχητικό είναι το γεγονός ότι ο αριθμός αυτών των παιδιών διπλασιάστηκε μόλις σε έξι μήνες, γι' αυτό και συνιστούν στους γονείς να είναι πολύ προσεκτικοί σε ό,τι αφορά τον χρόνο που περνούν τα παιδιά τους παίζοντας σε υπολογιστές και άλλες συσκευές.

Η έρευνα πραγματοποιήθηκε με τη συμμετοχή παιδιών και εφήβων ηλικίας από οκτώ έως 17 ετών και από αυτά υπέφερε από πόνους το 64% των μαθητών του γυμνασίου και το 77% των παιδιών του δημοτικού.

Πηγή: <http://www.ikypros.com/easyconsole.cfm?id=81174>