

[Akceptuję](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Długie oglądanie telewizji wpływa na kondycje mózgu

Spędzanie wielu godzin przed telewizorem i niski poziom aktywności fizycznej między 18. a 30. rokiem życia skutkuje gorszą kondycją umysłu 25 lat później - informują naukowcy, których badania opublikowało pismo "JAMA Psychiatry".

W badaniach prowadzonych przez zespół naukowców z USA (Uniwersytet Kalifornijski i Veterans Affairs Medical Center) wzięło udział 3247 osób (18-30 lat). W ciągu ponad 25 lat uczestnicy regularnie wypełniali kwestionariusze dotyczące ilości czasu spędzanego przed ekranem telewizora oraz poziomu aktywności fizycznej. Kończącym etapem badań, gdy uczestnicy mieli około 45-55 lat) były testy pamięci werbalnej, szybkości przetwarzania informacji oraz funkcji wykonawczych.

Po porównaniu wyników badacze ustalili, że osoby, które oglądały telewizję przez ponad trzy godziny dziennie (blisko 11 proc. uczestników) gorzej wypadły podczas testów funkcji poznawczych w zakresie szybkości przetwarzania informacji i funkcji wykonawczych, jednak nie zaobserwowano różnicy podczas testów pamięci słuchowej. Bardzo mała aktywność fizyczna (ponad 16 proc. uczestników) również miała związek z obniżoną sprawnością umysłową. W przypadku osób oglądających zbyt dużo telewizji i jednocześnie prowadzących siedzący tryb życia prawdopodobieństwo obniżenia sprawności umysłowej wzrastało dwukrotnie.

Biorąc pod uwagę, że obecnie coraz więcej młodych osób spędza zbyt dużo czasu w pozycji siedzącej i przed ekranem telewizora lub komputera, te wnioski powinny skłonić do refleksji nad funkcjonowaniem kolejnych pokoleń - komentują naukowcy.

Źródło: www.pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/24548.html>



12-08-2022

[Bezpieczna chemia pomaga ratować zabytki literatury](#)

Dla ratowania książek opracowują nowe metody przy projektowaniu leków.



12-08-2022

Znaleziono obiecujące kombinacje leków przeciw SARS-CoV-2

Dzięki temu leczenie COVID-19 ma być skuteczniejsze.



12-08-2022

Niedobory snu prowadzą u dzieci do zmian w mózgu

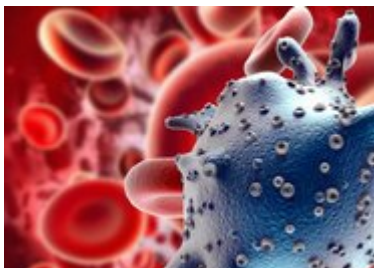
To wynik badania z udziałem ponad 8 tys. młodych ochotników.



12-08-2022

Przeciwciała monoklonalne zapobiegają malarii u dorosłych

Wskazują wyniki badań przeprowadzonych w USA.



12-08-2022

Antyszczepionkowcy zagrażają programowi

szczepień

Ostrzega Prof. Hotez w "Nature".



12-08-2022

Prosty i tani materiał sprawnie chwyta CO2

Badacze z Berkeley (USA) wytworzyli doskonały materiał.



12-08-2022

NASK ostrzega przed dezinformacją

Temat sytuacji epidemicznej w kraju oraz rzekomej "ukrainizacji Polski"



12-08-2022

Monitoring ścieków powinien być standardem w miastach

Naszą bolączką jest to, że nie prowadzimy takiego monitoringu w miastach.

Informacje dnia: [Bezpieczna chemia pomaga ratować zabytki literatury](#) [Znaleziono obiecujące kombinacje leków przeciw SARS-CoV-2](#) [Niedobory snu prowadzą u dzieci do zmian w mózgu](#) [Przeciwciała monoklonalne zapobiegają malarii u dorosłych](#) [Antyszczepionkowcy zagrażają](#)

[programowi szczepień Prosty i tani materiał sprawnie chwyta CO2](#) [Bezpieczna chemia pomaga ratować zabytki literatury](#) [Znaleziono obiecujące kombinacje leków przeciw SARS-CoV-2](#) [Niedobory snu prowadzą u dzieci do zmian w mózgu](#) [Przeciwciała monoklonalne zapobiegają malarii u dorosłych](#) [Antyszczepionkowcy zagrażają programowi szczepień](#) [Prosty i tani materiał sprawnie chwyta CO2](#) [Bezpieczna chemia pomaga ratować zabytki literatury](#) [Znaleziono obiecujące kombinacje leków przeciw SARS-CoV-2](#) [Niedobory snu prowadzą u dzieci do zmian w mózgu](#) [Przeciwciała monoklonalne zapobiegają malarii u dorosłych](#) [Antyszczepionkowcy zagrażają programowi szczepień](#) [Prosty i tani materiał sprawnie chwyta CO2](#)

Partnerzy