

[Akceptuje](#)

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](#)

Nadmiar telewizji może utrudniać zapamiętywanie

Im więcej czasu spędzają przed telewizorem osoby po pięćdziesiątce, tym większe mogą

mieć problemy z zapamiętywaniem słów - informuje pismo „Scientific Reports”.

Zespół Daisy Fancourt z University College London przeanalizował dane 3 590 osób zebrane w ramach English Longitudinal Study of Aging, długoterminowego badania mieszkańców Anglii w wieku 50 i więcej lat. W roku 2008 i 2009 uczestnicy zgłaszali, ile godzin dziennie spędzają średnio oglądając telewizję. Ponadto wysłuchali nagrania 10 często spotykanych słów (jedno słowo co dwie sekundy). Starali się zapamiętać możliwie jak najwięcej słów.

Badanie powtórzono sześć lat później. Osoby, które oglądały ponad 3,5 godziny telewizji dziennie w roku 2008 lub 2009 po sześciu latach miały gorsze wyniki w teście pamięci werbalnej (pogorszenie od 8 do 10 proc., podczas gdy w grupie oglądającej telewizję krócej było to 4-5 proc.).

„Dawka” telewizji wydawała się mieć znaczenie. Powyżej progu 3,5 godziny dziennie, im więcej telewizji oglądała dana osoba, tym większy był późniejszy spadek wyników dotyczących zapamiętywania słów.

Autorzy zaznaczają, że badanie wskazuje jedynie na korelację - nie można powiedzieć, że oglądanie telewizji to przyczyna problemów z pamięcią werbalną. Może być odwrotnie: gorsze zapamiętywanie słów mogłoby sprzyjać dłuższemu oglądaniu telewizji. Mimo to naukowcy sugerują, że telewizja może powodować stres psychiczny, ujemnie wpływający na zapamiętywanie, pogarszać sprawność umysłową czy wreszcie zabierać czas, który można by przeznaczyć na bardziej stymulujące zajęcia.

Źródło: pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/28940.html>



20-03-2019

Nie nowe technologie, ale wyzwania umysłowe są receptą na zdrowy mózg

Wyzwania umysłowe np. w postaci nauki obcych języków czy gry na instrumentach są dobrą receptą na zdrowy mózg.



20-03-2019

Pierwszy dzień wiosny

W środę 20 marca o godz. 22:58 rozpocznie się astronomiczna wiosna, która potrwa do 21 czerwca.



20-03-2019

Wynalazek z PW pomoże odbudować kości

Mała, lekka gąbeczka stworzona na Politechnice Warszawskiej wygląda niepozornie, ale odgrywa wielką rolę..



20-03-2019

Enzym, który może odgrywać istotną rolę w leczeniu różnych nowotworów

Enzym o nazwie USP15 może być użytecznym biomarkerem wykorzystywanym w leczeniu raka trzustki, raka jajnika i raka piersi.



20-03-2019

Drzemka obniża ciśnienie

Drzemka w ciągu dnia może obniżyć podwyższone ciśnienie tętnicze w podobnym stopniu, co inne zmiany stylu życia oraz niektóre leki.



20-03-2019

11 odmian raka piersi

Dzięki nowemu podziałowi raka piersi na 11 odmian można będzie w przyszłości dokładniej prognozować przebieg choroby.



14-03-2019

Światowy Tydzień Mózgu

Mózg uznawany jest przez naukowców za najbardziej skomplikowane dzieło natury.

**WATSON
MARLOW**

Fluid Technology Group

14-03-2019

Ścieżka przepływu płynów dla bioprodukcji - na EuroLab 2019

Zapraszamy na stoisko D22 w Sali Mikołajskiej, gdzie firma zaprezentuje rozwiązania na każdy etap procesu przetwórczego.

Informacje dnia: [Nie nowe technologie, ale wyzwania umysłowe są receptą na zdrowy mózg](#) [Pierwszy dzień wiosny Wynalazek z PW pomoże odbudować kości](#) [Enzym, który może odgrywać istotną rolę w leczeniu różnych nowotworów](#) [Drzemka obniża ciśnienie](#) [11 odmian raka piersi](#) [Nie nowe technologie, ale wyzwania umysłowe są receptą na zdrowy mózg](#) [Pierwszy dzień wiosny Wynalazek z PW pomoże odbudować kości](#) [Enzym, który może odgrywać istotną rolę w leczeniu różnych nowotworów](#) [Drzemka obniża ciśnienie](#) [11 odmian raka piersi](#) [Nie nowe technologie, ale](#)

[wyzwania umysłowe są receptą na zdrowy mózg](#) [Pierwszy dzień wiosny](#) [Wynalazek z PW pomoże odbudować kości](#) [Enzym, który może odgrywać istotną rolę w leczeniu różnych nowotworów](#) [Drzemka obniża ciśnienie](#) [11 odmian raka piersi](#)

Partnerzy



-
- [Baza wiedzy](#)
- [Forum](#)
- [Humor](#)
- [Regulamin](#)
- [Oferta reklamy](#)
- [O nas](#)
-

Copyright © 2013 by Laboratoria.net | Aktualizacja: 20.03.2019 13:06