

### [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](#)

## 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

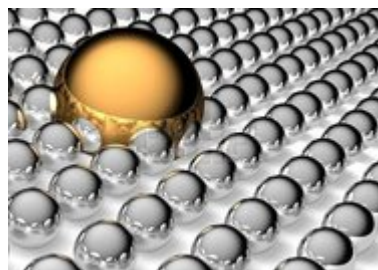
<http://laboratoria.net/aktualnosci/28940.html>



14-01-2025

## [Targi LABS EPXO 2025](#)

Ruszyła rejestracja na najważniejsze wydarzenie dla branży laboratoryjnej.



14-01-2025

## [Nanotechnologia w medycynie](#)

Czyli nanocząstki jako nośniki leków.



14-01-2025

## **Uważaj na zimno**

Przy takiej pogodzie łatwo o odmrożenia. Sprawdź jak reagować.



14-01-2025

## **Indeks sytości i gęstość odżywcza**

Klucze do zdrowego i smacznego odżywiania



14-01-2025

## **Potrzeba bezpieczeństwa młodzieży nie jest zaspokajana**

Ocenia dr hab. Piotr Długosz autor raportu „Młodzież w epoce kryzysów”.



14-01-2025

## Pierwsze wszczepienie bionicznej trzustki człowiekowi

Możliwe będzie w 2026 roku.



14-01-2025

## Głęboki sen oczyszcza mózg

Mocny sen w nocy pomaga oczyścić mózg z toksyn.



14-01-2025

## Sok z czarnego bzu ułatwia odchudzanie

Informuje pismo „Nutrients“.

**Informacje dnia:** [Targi LABS EPXO 2025 Nanotechnologia w medycynie](#) [Uważaj na zimno](#) [Indeks sytości i gęstość odżywcza](#) [Potrzeba bezpieczeństwa młodzieży nie jest zaspokajana](#) [Pierwsze wszczepienie bionicznej trzustki człowiekowi](#) [Targi LABS EPXO 2025 Nanotechnologia w medycynie](#) [Uważaj na zimno](#) [Indeks sytości i gęstość odżywcza](#) [Potrzeba bezpieczeństwa młodzieży nie jest zaspokajana](#) [Pierwsze wszczepienie bionicznej trzustki człowiekowi](#) [Targi LABS EPXO 2025 Nanotechnologia w medycynie](#) [Uważaj na zimno](#) [Indeks sytości i gęstość odżywcza](#) [Potrzeba bezpieczeństwa młodzieży nie jest zaspokajana](#) [Pierwsze wszczepienie bionicznej trzustki człowiekowi](#)

**Partnerzy**