

[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.

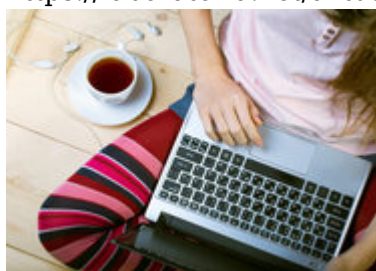
Badanie powtórzono sześć lat później. Osoby, które oglądały ponad 3,5 godziny telewizji dziennie w roku 2008 lub 2009 po sześciu latach miały gorsze wyniki w teście pamięci werbalnej (pogorszenie od 8 do 10 proc., podczas gdy w grupie oglądającej telewizję krócej było to 4-5 proc.).

„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

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



01-06-2026

[Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał](#)

Sam czas spędzony przed ekranem nie jest najlepszą miarą ryzyka.



01-06-2026

[Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP](#)

[podpisały umowę](#)

Dotyczy działań komunikacyjnych, edukacyjnych oraz popularyzatorskich.



01-06-2026

[10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026](#)

Między 24 a 28 czerwca zmierzą się z ponad 150 ekipami z 28 krajów.



01-06-2026

[Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na zaburzenia psychiczne](#)

W 2023 r. z tego powodu cierpiało prawie 1,2 mld ludzi na świecie.



01-06-2026

[AGH uruchomiła laboratorium](#)

Ze źródłem promieniowania RTG dorównującym synchrotrono.



01-06-2026

[UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki](#)

Uczelnie zapowiedziały rozwój kształcenia praktycznego i cyfrowego.



01-06-2026

[W poniedziałek rozpocznie się rekrutacja na Uniwersytet Jagielloński](#)

Najstarsza uczelnia w kraju ma w ofercie 13 nowych kierunków studiów.



01-06-2026

[3 proc. PKB na naukę to nie jest radykalny postulat](#)

To nie jest radykalny cel, ale uniwersalny postulat, który bardzo by Polsce pomógł.

Informacje dnia: [Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę 10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026](#) [Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na zaburzenia psychiczne AGH uruchomiła laboratorium](#) [UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki](#)

[Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę 10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026 Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na zaburzenia psychiczne AGH uruchomiła laboratorium UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę 10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026 Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na zaburzenia psychiczne AGH uruchomiła laboratorium UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki](#)

Partnerzy