

# Η τεχνολογία επηρεάζει τη μυϊκή ανάπτυξη των παιδιών

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



[25915170\\_shutterstock\\_235621978.limgHandler](#)

Ο χρόνος που περνούν τα παιδιά μπροστά σε μια οθόνη tablet ή κινητού μπορεί να επηρεάσει δυσμενώς την ανάπτυξη των μυών και των οστών τους.

Οι ερευνητές του Πανεπιστημίου Curtin στο Perth της Δυτικής Αυστραλίας παρακολούθησαν παιδιά κατά τη διάρκεια των πρώτων πέντε χρόνων της ζωής τους για να καταγράψουν με ποιο τρόπο η χρήση των διαφόρων τεχνολογικών συσκευών επηρεάζει την σωματική, διανοητική και κοινωνική ανάπτυξή τους.

Η έρευνα κατέληξε στη διαπίστωση ότι τα παιδιά που χρησιμοποιούν iPads κινούν τα χέρια τους αλλά και όλο τους το σώμα λιγότερο μέσα σε χρονικό διάστημα δεκαπέντε λεπτών συγκριτικά με τα παιδιά που στο ίδιο χρονικό διάστημα παίζουν με κανονικά παιχνίδια.

Τα αποτελέσματα της έρευνας έδειξαν ότι τα παιδιά που έπαιζαν με παιχνίδια κινούσαν τα χέρια τους έξι φορές περισσότερο συγκριτικά με εκείνα που έβλεπαν τηλεόραση και τρεις φορές περισσότερο συγκριτικά με εκείνα που έπαιζαν στο iPad.

Οι ειδικοί εκφράζουν ανησυχία ότι οι ελκυστικές οθόνες θα εμποδίζουν την ομαλή και απρόσκοπτη ανάπτυξη των μυών και των οστών των παιδιών.

Νίκη Ψάλτη

Πηγή: [vita.gr](#)