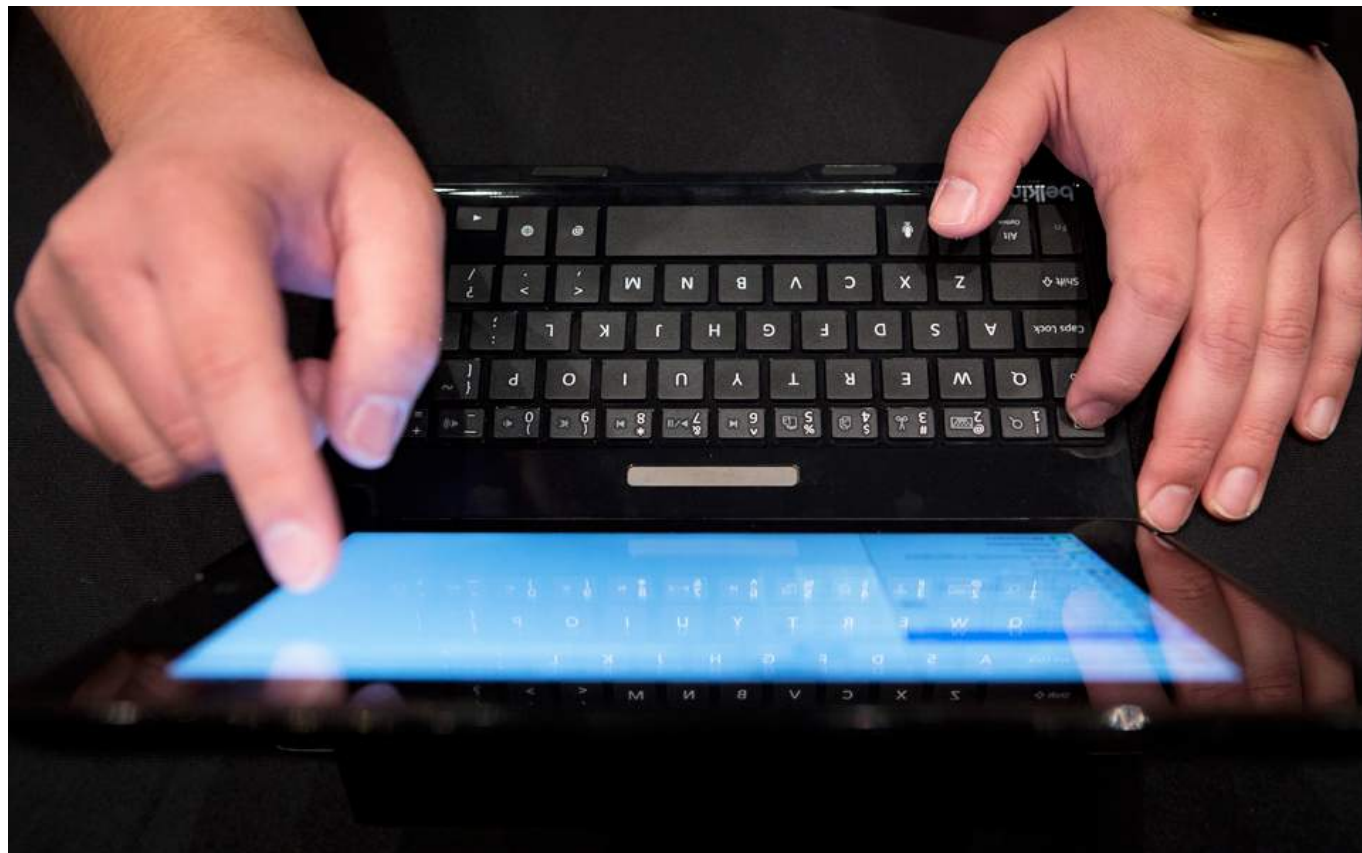
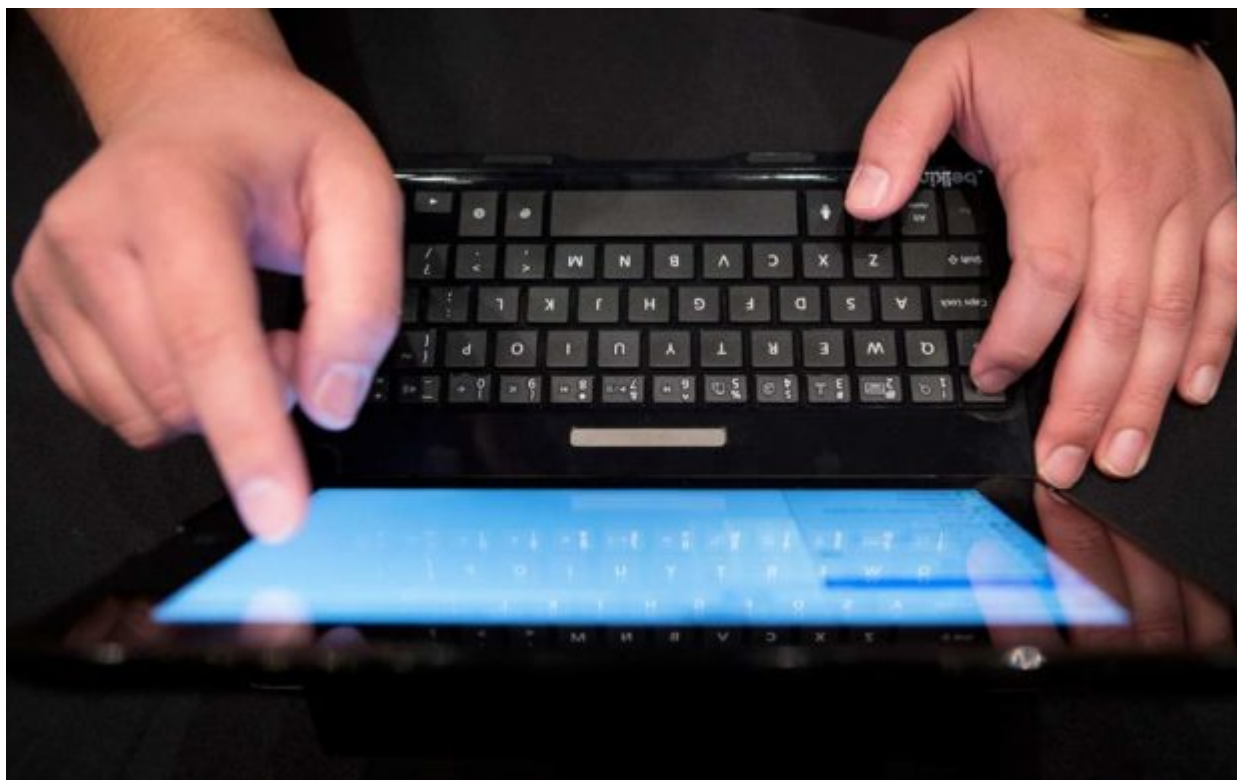


14 Αυγούστου 2017

Τα παιχνίδια δράσης ατροφούν τον εγκέφαλο

/ [Επιστήμες](#), [Τέχνες](#) & [Πολιτισμός](#)





Όσοι παίζουν βιντεοπαιχνίδια δράσης συχνά στον υπολογιστή τους ή στις διάφορες κονσόλες που κυκλοφορούν στο εμπόριο, δεν εξασκούν μόνο τον εγκέφαλό τους, αλλά αντιθέτως σε κάποιες περιπτώσεις τον εξασθενούν.

Μια νέα καναδική επιστημονική έρευνα δείχνει ότι οι άνθρωποι αυτοί έχουν μικρότερη φαιά ουσία στον ιππόκαμπο, μια ζωτική περιοχή του εγκεφάλου για τη μνήμη και για τον προσανατολισμό στον χώρο. Όσο μικραίνει ο ιππόκαμπος, τόσο αυξάνει ο κίνδυνος ενός ανθρώπου να εκδηλώσει παθήσεις όπως η κατάθλιψη, η σχιζοφρένεια και η νόσος Αλτσχάιμερ. Οι ερευνητές, με επικεφαλής τον αναπληρωτή καθηγητή ψυχολογίας Γκρεγκ Γουέστ του Πανεπιστημίου του Μόντρεαλ και την αναπληρώτρια καθηγήτρια ψυχιατρικής Βερονίκ Μπομπό του Πανεπιστημίου ΜακΓκιλ, που έκαναν τη σχετική δημοσίευση στην επιθεώρηση «Molecular Psychiatry», μελέτησαν 100 ανθρώπους, τους οποίους έβαλαν να παίξουν διάφορα βιντεοπαιχνίδια δράσης «Call of duty, killzone, borderlands 2» και άλλα «π.χ. Super Mario», επί συνολικά 90 ώρες.

Στη συνέχεια, οι ειδικοί έκαναν πλήρη μελέτη του εγκεφάλου των συμμετεχόντων με την τεχνική της νευρο-απεικόνισης. Διαπιστώθηκε ότι όλα τα βιντεοπαιχνίδια δεν έχουν την ίδια επίπτωση στον εγκέφαλο, παρόλο που οι χρήστες παίζουν τις ίδιες ώρες.

Όπως αποδείχθηκε, τα παιχνίδια δράσης «action games» οδηγούν σε ατροφία του

ιπποκάμπου του εγκεφάλου, ενώ αντίθετα τα παιχνίδια διαφορετικού είδους οδηγούν σε αύξηση της φαιάς ουσίας του εγκεφάλου στην ίδια περιοχή.

Οι ερευνητές τόνισαν ότι, έπειτα από αυτά τα ευρήματα, οι νευροεπιστήμονες πρέπει να το σκεφθούν δύο φορές, προτού προτείνουν στους ασθενείς να παίζουν βιντεοπαιχνίδια αδιακρίτως, προκειμένου να τονώσουν την εγκεφαλική τους λειτουργία. Όπως είπαν, η προειδοποίηση ισχύει ιδίως για ασθενείς με συνδυασμό Πάρκινσον και άνοιας, με Αλτσχάιμερ, κατάθλιψη, σχιζοφρένεια και μετατραυματικό σύνδρομο.

Πηγή: kathimerini.gr