

## Niespodzianka. W jaki sposób telewizja niszczy zdrowie?

Kategoria: Styl życia

Opublikowano: niedziela, 18, wrzesień 2011 00:00

Odsłony: 2765

---

W jaki sposób telewizja niszczy zdrowie

Bynajmniej nie dlatego, że siedzimy zbyt blisko telewizora!

Jak czytamy w arcyciekawej książce *Księga wiedzy i niewiedzy autorstwa J.Lloyd, J. Mitchinson* groźne dla naszego zdrowia jest coś innego.

„Do końca lat sześćdziesiątych XX wieku monitor CRT emitował promieniowanie ultrafioletowe (na niezwykle niskim poziomie) i radzono telewidzom, by siedzieli w odległości przynajmniej 2 metrów od odbiornika.

Dzieci były narażone na większe ryzyko. Ich oczy mają tak dobrą akomodację, że dzieci mogą oglądać telewizję z mniejszego oddalenia niż większość dorosłych.

Prawie 40 lat temu Ustawa o kontroli promieniowania w celu ochrony zdrowia i bezpieczeństwa zmusiła wszystkich producentów do używania w monitorach CRT szkła oprawionego w ołów. Dzięki temu telewizory stały się zupełnie bezpieczne.

Jak twierdzą autorzy *Księgi wiedzy i niewiedzy*, prawdziwie niszczący wpływ telewizji polega na kreowaniu przez nią leniwego stylu życia.

„Wskaźniki otyłości wśród dzieci w Wielkiej Brytanii w ciągu ostatnich dwudziestu lat potroiły się i wiąże się to z oglądaniem telewizji. Przeciętne brytyjskie dziecko w wieku od trzech do dziesięciu lat spędza przed telewizorem czternaście godzin w tygodniu i zaledwie ponad godzinę uprawiając sport lub bawiąc się na świeżym powietrzu.

Praca z 2004 roku opublikowana w czasopiśmie „Pediatrics” zawiera wniosek, że u dzieci, które oglądają telewizję dwie do trzech godzin dziennie, istnieje o 30 procent większe ryzyko wystąpienia zespołu nadpobudliwości psychoruchowej (ADHD).

W roku 2005 firma badawcza Nielsen wykazała, że w przeciętnym amerykańskim domu telewizor jest włączony przez osiem godzin dziennie. To o 12,5 procent więcej niż dziesięć lat temu. Jest to najwyższy poziom, odkąd w latach pięćdziesiątych XX wieku zaczęto zbierać dane dotyczące oglądalności.

Amerykańska Akademia Pediatrii szacuje, że Amerykanin w wieku siedemdziesięciu lat średnio osiem lat poświęcił na oglądanie telewizji."

Źródło. Lloyd, J. Mitchinson, *Księga wiedzy i niewiedzy*, Wydawnictwo Świat Książki, Warszawa 2008r.