

[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](#)

Ryzyko depresji związane z mediami społecznościowymi

Depresja związana z użytkowaniem mediów społecznościowych występuje znacznie częściej u nastoletnich dziewcząt niż u ich kolegów - wynika z pracy, którą publikuje czasopismo

„EclinicalMedicine”.

Ma to głównie związek z dokuczaniem dziewczętom w sieci, ich niską samooceną, negatywnym postrzeganiem swojego ciała oraz zaburzeniami snu spowodowanymi przez korzystanie z mediów społecznościowych - tłumaczy autorzy badania, które zostało sfinansowane przez brytyjską Radę ds. Badań Gospodarczych i Społecznych (Economic and Social Research Council, ESRC).

Naukowcy pod kierunkiem prof. Yvonne Kelly z londyńskiego University College przeanalizowali dane dotyczące blisko 11 tys. brytyjskich nastolatków. Okazało się, że związek między używaniem mediów społecznościowych a objawami depresji był silniejszy u dziewcząt niż u chłopców. W grupie, która korzystała z nich codziennie przez 3 do 5 godzin, ryzyko objawów depresji rosło o 26 proc. w przypadku dziewczynek i o 21 proc. u chłopców, w porównaniu do nastolatków, które korzystały z mediów społecznościowych przez 1-3 godziny. Dziewczeta, które spędzały w mediach społecznościowych 5 i więcej godzin dziennie, miały o 50 proc. wyższe ryzyko wystąpienia objawów depresyjnych, natomiast u chłopców ryzyko to rosło o 35 proc.

Poszukując podłoża tych różnic, naukowcy stwierdzili też, że 40 proc. dziewcząt i 25 proc. chłopców doświadczyło w sieci nękania i tzw. cyberprzemocy. Zaburzenia snu miało 40 proc. dziewcząt i 28 proc. chłopców. Zjawiska te są silnie powiązane z ryzykiem wystąpienia depresji. Co więcej dłuższe korzystanie (tj. co najmniej 5 godzin dziennie) z mediów społecznościowych zwiększało niezadowolenie ze swojego ciała i obniżało samoocenę, a to również przyczynia się do zaburzeń depresyjnych, tłumaczy badacze.

Zdaniem autorów pracy potwierdza ona, że zbyt długie korzystanie z mediów społecznościowych wiąże się z potencjalnymi zagrożeniami dla zdrowia psychicznego młodych ludzi. Badania naukowe na ten temat mogą pomóc w opracowaniu zaleceń odnośnie bezpiecznego korzystania z portali społecznościowych przez dzieci i młodzież - podsumowują.

Źródło: pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/28861.html>



24-09-2024

[Migrena to choroba - można ją leczyć](#)

Migrena to poważna choroba neurologiczna.



24-09-2024

[Jeżeli zranimy się przy powodzi, uwaga na tężec](#)

Szczepionki powinny być dostępne bezpłatnie w placówkach.



24-09-2024

I. Przychocka pełnomocnikiem ds. jakości kształcenia na studiach

Będzie współpracowała na rzecz doskonalenia jakości kształcenia.



24-09-2024

Będzie kolejna edycja maratonu programistów

Zgłoszenia do 7 października.



24-09-2024

Przez dwa miesiące Ziemia będzie miała dwa księżyce

Od 29 września do 25 listopada.



24-09-2024

Astma oskrzelowa spowodziową konsekwencją

Powiedział PAP prof. Bolesław Samoliński, alergolog.



24-09-2024

SpaceX planuje wystrzelenie 5 bezzałogowych misji na Marsa

Ma się to odbyć w ciągu dwóch lat.



24-09-2024

Potrzebne są globalne ustalenia odnośnie mikroplastiku

Okazją do działania może być przygotowywany przez ONZ traktat.

Informacje dnia: [Migrena to choroba - można ją leczyć Jeżeli zranimy się przy powodzi, uwaga na tęczec I. Przychocka pełnomocnikiem ds. jakości kształcenia na studiach Będzie kolejna edycja maratonu programistów Przez dwa miesiące Ziemia będzie miała dwa księżycy Astma oskrzelowa popowodziową konsekwencją Migrena to choroba - można ją leczyć Jeżeli zranimy się przy powodzi, uwaga na tęczec I. Przychocka pełnomocnikiem ds. jakości kształcenia na studiach Będzie kolejna edycja maratonu programistów Przez dwa miesiące Ziemia będzie miała dwa księżycy Astma oskrzelowa popowodziową konsekwencją Migrena to choroba - można ją leczyć Jeżeli zranimy się przy powodzi, uwaga na tęczec I. Przychocka pełnomocnikiem ds. jakości kształcenia na studiach Będzie kolejna edycja maratonu programistów Przez dwa miesiące Ziemia będzie miała dwa księżycy Astma oskrzelowa popowodziową konsekwencją](#)

Partnerzy