



correo contraseña: ¿Olvidaste tu clave? - Regístrate

Internet ☐ Tvn.cl ☐



TVN Programas Deportes Noticias Teleseries Magazine Infantil Mujer Motor TiendaTVN YouTube EventosTVN TVChile

Señal en Vivo

Portada
Nacional
Internacional
Tecnociencia
Magazine
Multimedia
Fotogalerías



ULTIMA HORA

NOTICIAS DEL DÍA

- ▶ Senado aprueba aumento del salario mínimo
- ▶ Aprueban fondos para combustibles
- ▶ EEUU: Sigue crisis del tomate
- ▶ Delta reduce vuelos en EEUU
- ▶ Venezuela jugará con dos delanteros ante Chile
- ▶ Argentina: Masivo apoyo al gobierno

[> Revisa la actualidad diaria](#)

RSS TVN

[¿Qué es RSS?](#)

- Nacional
- Internacional
- Tecnociencia
- Magazine
- Noticias del día
- 360°
- Informe Especial
- Esto no tiene nombre
- Estado Nacional
- Entrevista del Domingo

ESTAMOS PRESENTANDO



01:45 hrs.
CIERRE

- » 05:30 TVN al Despertar
- » 05:45 TVN al Despertar
- » [Ver programación completa](#)

TV TIEMPO

Extremas Stgo.
5° / 9°

SERVICIOS

UF \$ 20.164,32
UTM \$ 35.225,00
Dólar \$ 491,95
Euro \$ 763,93
Santoral Romualdo
Restricción 3-4-5-6

▶ Celulares estresan a jóvenes

Chicago, EEUU 18 de junio de 2008

La adicción al celular se está haciendo cada vez más común. Los jóvenes se sienten presionados a estar interconectados todo el tiempo.

Los jóvenes que usan en exceso sus teléfonos celulares tienen mayores problemas para conciliar el sueño y sufren estrés y fatiga, además de problemas cognitivos y de atención.

"La adicción al celular se está haciendo cada vez más común. Los jóvenes se sienten presionados a estar interconectados todo el tiempo", señaló Gaby Badre, médico de la Academia de Sahlgren en Gotemburgo (Suecia) y autor de una investigación presentada ante la reunión anual de la Asociación Profesional de Sociedades del Sueño en Westchester, estado de Illinois (EE.UU.).

"Parece existir una relación entre el uso intenso de los móviles y una conducta que compromete la salud, como el cigarrillo, los estimulantes y el alcohol", agregó el especialista. El estudio se centró en 21 jóvenes de entre 14 y 20 años de buena salud y sin problemas de sueño, que fueron divididos en dos grupos, uno de control (tres hombres y siete mujeres) y uno experimental (tres hombres y ocho mujeres).

El grupo de control realizó menos de cinco llamadas diarias y/o envió cinco mensajes de texto al día. El grupo experimental realizó más de 15 llamadas y/o envió 15 mensajes de texto.

Posteriormente, se planteó a los participantes un cuestionario sobre sus hábitos de sueño y su estilo de vida. Cuando se comparó a los sujetos con uso limitado de su teléfono móvil, los jóvenes que lo usaban de forma excesiva mostraron un estilo de vida descuidado, mayor consumo de bebidas estimulantes, dificultades para dormir y mayor susceptibilidad al estrés y la fatiga.

Según Badre, el sueño nocturno es importante para los jóvenes y debería ser de, mínimo, unas nueve horas. "Es necesario concienciar a los jóvenes acerca de los efectos del uso excesivo de los móviles en sus patrones de sueño, sobre los riesgos para su salud así como sobre los problemas cognitivos y de atención", advirtió el científico sueco.

Un relevamiento de la Universidad de Granada (España), puntualizó que los jóvenes se pasan más de cuatro horas al día hablando o enviando mensajes y advierten que esta patología es tan grave como el alcoholismo o la drogadicción y puede causar ansiedad y depresión. Según ese estudio, 40% de los jóvenes puede presentar una conducta adictiva en el uso del celular.

Autor: Agencias

