

חשיפה למסכים בקטינים - נייר עמדה

המועצה הלאומית למניעת אובדנות, והמועצה הלאומית לבריאות הילד ופדיאטריה

- קיימות הוכחות ראשוניות למתאם (קורלציה) בין משך החשיפה למדיה חברתית לעליה בתסמינים דיכאוניים ומחשבות אובדניות במתבגרים אמריקאים, יותר בנערות. המדגם גדול ומייצג (חצי מיליון).
- המחקר מעיד על קשר סטטיסטי אך לא סיבתי.
- קיים קשר הפוך לפעילות חברתית וספורטיבית.
- העלייה המשמעותית בתסמינים דיכאוניים מופיעים בשימוש העולה על 4 שעות ביום.
- מומלץ להורים לדרוש מעצמם ומבני הנוער שבאחריותם הגבלה של שימוש בסלולרי ובמדיה החברתית בארוחות משפחתיות, באירועים חברתיים וטרם השינה.
- מומלץ להימנע משימוש בסלולרי, מחשב או טלוויזיה חכמה בחדר השינה טרם ההרדמות.



פרופ' פרנסיס מימוני

יו"ר המועצה הלאומית לבריאות הילד ופדיאטריה



פרופ' גיל זלמן

יו"ר המועצה הלאומית למניעת אובדנות