



Quant de temps han de jugar els nens amb els videojocs?

Dues hores de videojocs a la setmana són beneficioses, en canvi, jugar-ne 9 s'associa a problemes de conducta i menys habilitats socials.

Barcelona, 6 de setembre de 2016.- Un estudi realitzat per investigadors de l'Hospital del Mar i de l'Institut de Salut Global de Barcelona (ISGlobal) orienta sobre quantes hores a la setmana són les apropiades perquè els nens en edat escolar juguin amb videojocs. Els resultats s'han publicat a la revista científica *Annals of Neurology*.

El treball liderat pel Dr. Jesús Pujol, metge del servei de Radiologia de l'Hospital del Mar i investigador de l'Institut Hospital del Mar d'Investigacions Mèdiques (IMIM), i coordinat pel Dr. Jordi Sunyer, de l'Institut de Salut Global de Barcelona, ha consistit en **investigar la relació entre les hores a la setmana dedicades a jugar als videojocs i certes habilitats intel·lectuals i problemes de conducta, en 2.442 nens de entre 7 i 11 anys.**

Segons els resultats de l'estudi, els nens que juguen amb videojocs **tenen millors habilitats motores així com millor rendiment escolar, tot i que 2 hores a la setmana són suficients** per obtenir aquests beneficis. Per altra banda, **jugar 9 hores o més a la setmana s'associa a la presència de problemes de conducta, conflictes amb els companys i menors habilitats socials.**

"En l'anàlisi de les imatges de ressonància magnètica del cervell d'un subgrup de nens de l'estudi, es va observar que l'ús dels videojocs estava associat a un millor funcionament de circuits cerebrals que són importants en l'adquisició de noves habilitats a través de la pràctica, concretament de les connexions entre els ganglis basals i els lòbuls frontals" explica el Dr. Pujol.

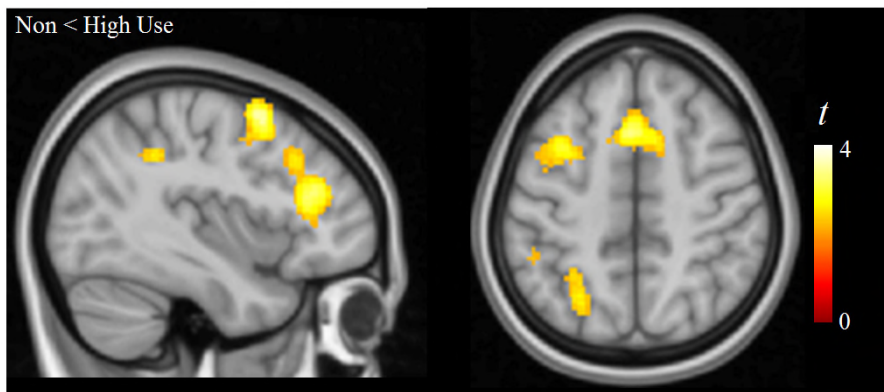
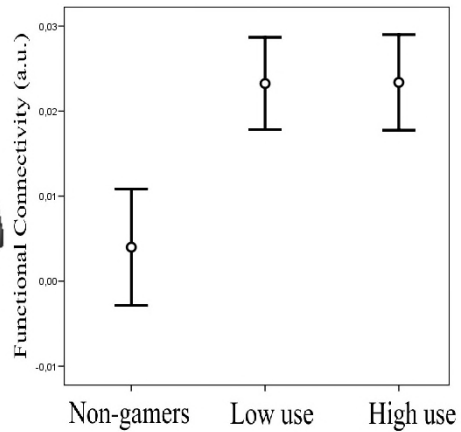
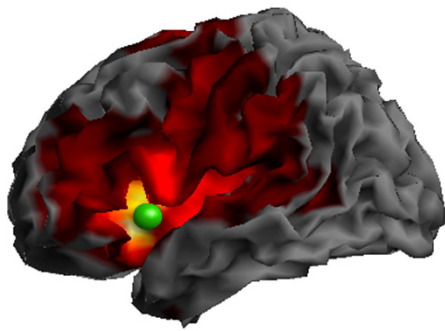
Afegeix l'investigador que *"tradicionalment, els nens adquireixen les habilitats motores a través de l'acció, per exemple amb esports i jocs a l'aire lliure. La recerca en neuroimatge ara suggereix que l'entrenament amb els entorns virtuals i d'ordinador és capaç també de modificar els circuits del cervell que s'ocupen de l'aprenentatge d'habilitats motores"*.

Els experts conclouen que els videojocs en sí mateixos no son ni bons ni dolents, sinó que és la quantitat de temps que s'inverteix en ells el que fa que siguin una cosa o l'altra.

Article de referència

"Video gaming in school children- how much is enough?" Jesus Pujol, Raquel Fenoll, Joan Forns, Ben J. Harrison, Gerard Martinez-Vilavella, Didac Macia, Mar Alvarez-Pedrerol, Laura Blanco-Hinojo, Sofia Gonzalez-Ortiz, Joan Deus, and Jordi Sunyer. *Annals of Neurology*; (DOI: 10.1002/ana.24745).

Basal Ganglia (VP)



Imatges de ressonància magnètica de les connexions funcionals entre els ganglis basals i els lòbuls frontals (part superior esquerra), connexions molt importants en l'adquisició de noves habilitats a través de la pràctica. L'ús dels videojocs està associat a un millor funcionament d'aquestes connexions, tal i com mostra el gràfic (part superior dreta) i la comparació entre nens que no jugaven i els que jugaven més (part inferior).

Més informació: Servei de Comunicació Hospital del Mar. Tel: 93 248 30 72/ 34 15. comunicacio@hospitaldelmar.cat.