

Drobovitch S.S.
L'IMPACT DES GADGETS SUR LA SANTÉ
Le chef du travail scientifique: Vassilieva O.A.
Le département des langues étrangères
L'Université de médecine d'État de Bélarus, Minsk

L'arrivée des technologies et l'amélioration constante de ces dernières comporte de nombreux avantages et aspects positifs pour la société et, plus précisément, pour l'homme. Toutefois, ces technologies ont également un côté sombre duquel on peut ressortir de nombreux aspects négatifs, souvent méconnus.

Au cours des siècles, les technologies ont aidé l'homme à développer de nouvelles compétences ayant permis de nouvelles découvertes et avancées, dans plusieurs domaines. Mais de nos jours, les gens dépendent de plus en plus des technologies, plus précisément des technologies numériques et d'Internet.

Dans le monde moderne, il est presque impossible d'abandonner les gadgets, respectivement, d'exclure leur impact sur la santé est également très difficile.

Le travail porte sur l'explication comment la technologie affecte la santé des gens et comment aider à maintenir une posture correcte pendant longtemps. Selon les statistiques, les enfants de moins de 18 ans passent des gadgets jusqu'à 7-8 heures par jour. Une mauvaise position de la tête entraîne ce qu'on appelle le syndrome du cou texturé. S'il est présent, l'enfant a des douleurs au cou, aux épaules et au dos, des troubles de la vision, de la digestion et des signes de parodontose peuvent survenir. La surcharge systématique des muscles du cou entraîne l'apparition d'une inflammation, le développement de l'ostéochondrose, la compression des racines des nerfs spinaux et, par conséquent, la perturbation du cerveau, des yeux et des organes internes.

Dans le processus d'amélioration physique d'une personne, deux systèmes d'activités interreliés sont formés: un processus pédagogique visant à développer les capacités motrices de l'homme, et un système d'activités organisées qui déterminent et régulent le développement de l'éducation physique dans le pays. De nombreux experts notent la relation entre l'organisation et les méthodes d'éducation physique et la santé des enfants et des jeunes.