

Người cao niên dùng Internet giúp não hoạt động tốt

Tác Giả: Jessica Berman

Thứ Sáu, 23 Tháng 10 Năm 2009 21:35

Một cuộc nghiên cứu mới cho thấy các vị cao niên sử dụng Internet hàng ngày sẽ có quy mô não khá hơn

và có thêm khả năng lý luận trong những vấn đề phức tạp.

Theo giáo sư môn tâm lý Gary Small, chủ tịch “không dùng thì mất” dùng như áp dụng cho sự vận hành bộ óc của người già khi dùng Internet.

Giáo sư Small nói: “Các khả năng lập luận rành rọt, ghi nhớ có ý thức, ghi nhớ tạm thời, tất cả các lĩnh vực của não bộ đã được khai động chập trong vòng một tuần lễ thực tập trên Internet”.

Viện Khoa học Semel thuộc trường đại học California ở Los Angeles (UCLA) đã nghiên cứu 24 người từ 55 đến 78. Phân nửa đã dùng Internet mỗi ngày. Phân nửa còn lại vẫn còn “ngây thơ” về máy tính.

Tất cả những người tình nguyện tham gia cuộc nghiên cứu này được chấp hành hình thức trong khi làm những thao tác mô phỏng thao tác của Internet.

Có hai nhóm cho thấy có hoạt động trong các vùng não bộ dùng để kiểm soát ngôn ngữ, tập trung, ghi nhớ, và cách nhìn.

Những có điểm đặc biệt là nhóm có kinh nghiệm với Internet cho thấy có hoạt động trong những vùng của não bộ thường dùng để quy tắc như học ghi nhớ có ý thức.

Sau khi được hướng dẫn sơ qua về cách sử dụng Internet, các tình nguyện viên được trả về nhà để mà những cuộc tìm kiếm tùy ý trong 7 buổi, mỗi buổi kéo dài 1 tiếng đồng hồ, và làm như vậy trong 2 tuần.

Giáo sư Small cho biết: “Chúng tôi không bao giờ tìm những chuyên phức tạp mà chỉ tìm những

Nguy hiểm của việc dùng Internet giúp não hoạt động tốt

Tên: Jessica Berman

Tháng 13; Số: 23 Tháng 10 Năm 2009 21:35

gì mà tập trung vào các mối quan tâm”.

Các tình nguyện viên trên tivi của Semel đã chụp hình não bộ mà không cần thiết.

Giáo sư Small nói rằng kết quả cho thấy bộ óc của nhóm biết về Internet có thêm những chuyên đề, còn nhóm “ngây thơ” cũng gặp bất kỳ nhóm kia chỉ trong vòng một tuần.

Theo nghiên cứu của giáo sư Small, khi bộ não già đi, nó sẽ trải qua một số thay đổi tâm sinh lý, ví dụ như sự co lại và giảm bớt các hoạt động của tế bào. Hiện tượng đó như những dấu hiệu năng suất thấp.

Nhóm nghiên cứu của UCLA nói rằng cuộc nghiên cứu của họ gợi ý rằng chỉ cần những sinh hoạt đơn giản như đi lang thang trên Internet cũng đã giúp họ cải thiện các thay đổi nêu trên và giúp bộ óc của những người lớn tuổi hoạt động tốt hơn.