

Az új technológiák fiatalítják a középkorúak agyát!

2015. szeptember 04. 05:55, péntek - Szemlézte: hírszerkesztő

Az új technológiák növekvő szellemi követelmények elé állítják az embert, ami élesebbé teszi az idősebb emberek agyát az előző nemzedékekhez képest - derítették ki osztrák kutatók, akik úgy vélik, az 50 évesek az új 42 éves nemzedék.

Az 50 év fölöttiek kognitív funkcióik vizsgálatakor egyre jobb teszteredményeket érnek el, és a szakemberek ezt a számítógépek és a mobiltelefonok használatából fakadó növekvő mentális ingerlésnek tulajdonítják.

Korábban a szakemberek aggódtak amiatt, hogy az új technológiák kevésbé gondolkodóvá teszik az embereket, ténylegesen azonban élesebb eszűvé válnak az egyre bonyolultabb kütyük által megkövetelt szellemi jártasság miatt - olvasható a [The Daily Telegraph](#) brit napilap online kiadásában.



Egy átlagembernek manapság emlékezni kell legalább 10 jelszóra, hogy naponta hozzáférjen számítógépekhez, megnyissa levelezését, interneten bankoljon, számlákat egyenlítsen ki vagy hozzáférjen közösségi oldalakhoz. A programokhoz hozzáférve gyakran találja magát szembe számos utasítással és különféle opciókkal, amelyek egyre több döntéshozatalra kényszerítik. Az 50 év fölöttiek körében végzett angol nyelvű tesztekben kiderült, hogy a mostani teszteredmények ugyanolyanok vagy jobbak, mint a nyolc évvel fiatalabbaké, akiket hat évvel ezelőtt teszteltek.

Az osztrák alkalmazott rendszerek nemzetközi intézetének (IIASA) kutatói áttekintették a 2006-ban és 2012-ben a német lakosság körében végzett felméréseket, amelyekkel mérték az agy feldolgozó képességének gyorsaságát, a fizikális edzettséget és a mentális egészséget. Miközben az érintettek fizikális és mentális egészsége romlott a hat éves időszak alatt, a kognitív teszteken az eredményeik jelentősen növekedtek, holott ezek a funkciók általában a kor előrehaladásával elkezdnek csökkenni.

„Úgy gondoljuk, hogy ezeket az eltérő eredményeket a változó életmóddal lehet megmagyarázni. Az élet a megismerést, megértést tekintve egyre többet követel, az idősebb emberek is egy

szélesebb körben használják a kommunikációs, információs technológiai eszközöket és az emberek hosszabb ideig dolgoznak intellektuálisan nagy követelményeket támogató munkakörökben. Ugyanakkor a fizikai aktivitás csökkenését és az elhízás növekedését tapasztaljuk” - magyarázta Nadia Steiber, az IIASA világnépesség programjának kutatója. A kutatások megerősítették a Flynn-effektust, az évek során az IQ-teszteken elért átlagpontszámok világszerte tapasztalt folyamatos emelkedését nemzedékről nemzedékre. Ám mint az akademikusok magyarázták, ezeket a változásokat csak részben lehet magyarázni az oktatás magasabb szintjével. A kutatás a PLOS One és az Intelligence tudományos folyóiratokban látott napvilágot.

(MTI)