



Děti a digitální technologie

MUDr. Zuzana Sadílková

PLDD, SPEA poliklinika s lékárnou, Olomouc

Většina dnešních dětí používá digitální technologie, zejména tablety a mobily. S tímto masivním užitím je spojena celá řada problémů zdravotních i společenských. V článku vysvětluji neurofyzilogickou podstatu toho, proč děti nejsou schopny seberegulace, a zamýšlím se nad možností primární prevence cestou praktických lékařů pro děti a dorost. Ve svém sdělení čerpám z vyjádření Americké akademie pediatrie (AAP), doporučení WHO, závěrů studií mezinárodních i českých a vlastního pozorování dětí v ordinaci.

Klíčová slova: digitální technologie, primární prevence, internet.

Children and Digital Media

The large majority of children use digital technologies, especially cell phones and tablets, nowadays. Extensive usage of such technologies can lead to a large scale of health and social problems. In this article, I apply the neurophysiological perspective to explain why children are not able to self-regulate in digital activities. Later, I discuss the possibility of involvement of pediatricians in primary prevention. I based the discussion on the recommendations of the American Academy of Pediatrics (AAP), World Health Organization (WHO), various international and Czech studies on the use of digital technologies as well as by my observation of children's behavior in my office.

Key words: digital technology, primary prevention, internet.



KORESPONDENČNÍ ADRESA AUTORA: MUDr. Zuzana Sadílková, zsadilkova@email.cz
PLDD, SPEA poliklinika s lékárnou
nám. Národních hrdinů 769/2, 779 00 Olomouc

Převzato z: *Pediatr. praxi.* 2020; 21(6): 391–394
Článek přijat redakcí: 27. 5. 2020
Článek přijat k publikaci: 28. 7. 2020