



Descobreix si has patit «borratxera audiovisual»

[inicentrareport] Les restriccions per frenar la pandèmia i el toc de queda ha fet que limitem considerablement les activitats a l'aire lliure. Per aquest motiu, recentment ha sorgit un nou concepte que molts patim i no ho sabíem. S'anomena "**borratxera audiovisual**".

És un fenomen psicosocial que les plataformes d'streaming promouen, com **Netflix, Youtube o Twitch**. Podríem dir que és "borratxera audiovisual" fer un abús del que coneixem com a "maratons de sèries".

Resulta que afecta sobretot els joves, perquè els continguts més vistos a les plataformes són els que van dirigits a les noves generacions. Concretament, el 2020, **més d'un terç** dels programes més vistos en línia han estat continguts per a adolescents.

(function(d,s,id){var js,fjs=d.getElementsByTagName(s)[0];if(d.getElementById(id))return;js=d.createElement(s);js.id=id;d.js.src='https://embed.ex.co/sdk.js';fjs.parentNode.insertBefore(js,fjs);}(document,'script','exco-sdk')); [playbuzz]

[/playbuzz]

A la vida real, quan passa la borratxera arriba la ressaca. Costa aixecar-se del llit, mal de cap, mal de panxa? doncs la borratxera audiovisual també té conseqüències.

Què noto si tinc borratxera audiovisual?

Per parlar bé del tema ens hem posat en contacte amb una experta i investigadora: la **Judit Clares**. Actualment és la directora del grau de Comunicació de la UOC en recerca audiovisual. Ser addicta a les pantalles pot tenir conseqüències físiques com el **sedentarisme**, una pitjor **musculatura**, possibles malalties **cardiovasculars** i dificultats **respiratòries**. Però la Clara ha alertat sobretot d'un perill: el d'aïllar-nos del nostre entorn.

(function(d,s,id){var js,fjs=d.getElementsByTagName(s)[0];if(d.getElementById(id))return;js=d.createElement(s);js.id=id;d.js.src='https://embed.ex.co/sdk.js';fjs.parentNode.insertBefore(js,fjs);}(document,'script','exco-sdk')); [playbuzz]

[/playbuzz] [ficentrareport] [noautor]