

## Stvarnost digitalnega sveta in njegov pomen za zdravje mladih

Digitalizacija je bistveno spremenila naša življenja in vsakodnevne dejavnosti. Vpliva tudi na zdravje, predvsem na zdravje otrok in mladostnikov, ki so se rodili v digitalnem svetu in odraščali z medmrežjem. Digitalni mediji in nove tehnologije ponujajo izjemne možnosti za sodelovanje mladih in krepitev njihove vloge pri spodbujanju sprememb, za večino otrok na spletu je to dobra izkušnja. Digitalne tehnologije lahko ponudijo priložnosti za učenje, izobraževanje in zaposlovanje. Odraščanje v digitalnem svetu pa lahko tudi ogroža telesno in duševno zdravje.

Skrb povzročajo nevarnosti, povezane s čezmernim časom pred zaslonom. Zaradi časa, prebitega na spletu, postaja življenjski slog bolj sedeč, vse več je prekomerne telesne teže in debelosti. Skrbi povzročajo tudi kibernetško ustrahovanje, tesnoba, igranje iger in igre na srečo. Poleg tega je na spletu težje kot v resničnem svetu vzpostaviti zaščito, ki mladim preprečuje nakupovanje škodljivih izdelkov. Internet je vse bolj komercializiran, saj večina digitalnih medijev uporablja poslovne modele, usmerjene na oglaševanje. Otroci in mladi so na spletu izpostavljeni novim in razvijajočim se oblikam digitalnega trženja.

Digitalizacija je nova nevarnost za javno zdravje. Zdajšnje znanje in postopki na področju javnega zdravja niso dovolj razviti, da bi omogočali razumevanje in obravnavanje nevarnosti, koristi in vplivov digitalne tehnologije na zdravje otrok in mladine. Mnoge države nimajo učinkovitih smernic in predpisov na področju digitalnih medijev. Vzpostaviti moramo dialog med strokovnjaki za javno zdravje, zakonodajo in nove tehnologije, pa tudi med mladimi, da bi v celoti razumeli problematiko.

---

*EuroHealthNet je vodilno partnerstvo za zdravje, enakost in blaginjo v Evropi z glavnimi dejavnostmi na področju politike, prakse in raziskovanja. Ukvarja se z zmanjševanjem neenakosti v zdravju z ukrepi na področju socialnih dejavnikov zdravja, vključevanjem ciljev trajnostnega razvoja in prispeva k preoblikovanju zdravstvenih sistemov. Glavne članice so oblasti in uradne ustanove, pristojne za javno zdravje, krepitev zdravja in preprečevanje bolezni na državni, regionalni in lokalni ravni.*

**E-naslov** [a.latham@eurohealthnet.eu](mailto:a.latham@eurohealthnet.eu)

**Internet** [www.eurohealthnet.eu](http://www.eurohealthnet.eu)

**Twitter** @EuroHealthNet1