

Blir du osmartare när du säger brainrots?

Victoria bladet har undersökt om brainrots på någott sett skadar hjärnan eller hälsan.

Skadar brainrots hjärnan eller hälsan?

Det korta svaret är nej

Brainrots har samma inverkan på hjärnan som låtar, alltså om det är en hjätte populär låt som alla sjunger och du själv också sjunger den eftersom att det egentligen bara är meningslösa ord; i hjärnan är sången också meningslösa ord, nästan allt är meningslösa ord. Det har ingen inverkan på hjärnan det är som att säga hej.

Dock så kan att titta på korta klipp som youtube shorts vara farligt eftersom Överdriven exponering för korta videor kan förändra hjärnans preferenser för snabb stimulering; alltså att den har svårt att koncentrera sig tex. i skolan eftersom den brukar kunna bara svajpa vidare när något är tråkigt. Ett sett att motverka detta är att se på långa videos på youtube eller tiktok eller vad du nu använder för sociala-medier plattform eller att titta på filmer eller längre program.

Victoriabladet tipsar om tv-serien hjärnsläpp (<https://www.svtplay.se/hjarnslapp>) där du samtidigt som du har kull får intressand information inmatad i din hjärna.

läs hela artikeln från IPB-universitetet (Instituto Politécnico de Bragança) på <https://victoriabladet.se/arkiv/artiklar/brainrotIBP.pdf>
