Waspada Gejala Brain Rot? 4 Cara Mengatasinya Terutama untuk Anak

Prolite – Apa itu masalah Brain rot? Hati-hati buat kamu yang suka scrolling di media sosial dapat terkena masalah ini.

Brain rot atau pembusukan atau kerusakan otak merupakan istilah untuk seseorang yang memiliki masalah karena terlalu sering menghabiskan waktu untuk scrolling media sosial.

Walaupun risiko *brain rot* pada aktivitas itu belum diteliti secara komprehensif, sejumlah ahli menyebut beberapa alasan nyata untuk khawatir perihal waktu layar (*screen time*) yang berlebihan. Hal itu terutama berlaku untuk remaja dan anak-anak yang otaknya masih berkembang.

Baca Juga:Waspada Virus Influenza A Meningkat, Dinkes Himbau Warga Terapkan PHBS

“Masalah utamanya berkaitan dengan anak-anak karena perkembangan otak membutuhkan keragaman paparan,” kata Ketua Feil Family Brain and Mind Research Institute dan ahli saraf di Weill Cornell Medicine, Costantino Iadecola, dilansir dari Today.

Terlalu banyak aktifitas di depan layar dengan mengorbankan aktivitas lain, hal ini dapat sangat berdampak negatif pada anak-anak dan remaja.

Waspada Gejala Brain Rot? 4 Cara Mengatasinya Terutama untuk Anak

Baca Selanjutnya
Dibuka! Pendaftaran Calon Anggota KPAD 2025–2030, Ini Syaratnya..