

HIỂM HỌA TỪ VIỆC VỪA ĐI VỪA NHẮN TIN

Việc vừa đi bộ vừa nhắn tin có thể giúp bạn duy trì liên lạc, nhưng sẽ ảnh hưởng tới sự cân bằng và đẩy bạn vào nguy cơ bị thương nghiêm trọng, theo một nghiên cứu mới.

Các nhà nghiên cứu Australia đã theo dõi cử động cơ thể của những nam giới và phụ nữ trẻ khi họ thử đi bộ theo một đường thẳng. Những người tình nguyện được yêu cầu đi bộ hết khoảng cách 9 mét trong 3 lần, một lần không có điện thoại di động, một lần trong khi đang đọc tin nhắn và một lần khi đang soạn tin nhắn.

Kết quả cho thấy, dáng đi của mọi người thay đổi rõ ràng khi sử dụng điện thoại, trong đó việc soạn tin nhắn có ảnh hưởng lớn hơn so với việc chỉ đọc tin nhắn. Việc nhắn tin làm họ đi chậm lại, chệch hướng đi và di chuyển đầu từ bên này sang bên kia. Những người tình nguyện cũng hình thành một tư thế đặc trưng khi phải căng ra để giữ mắt không rời khỏi màn hình.

Mọi người thường tạo thành tư thế robot khi vừa đi bộ vừa nhắn tin. (Ảnh: Corbis)

Nhà nghiên cứu Siobhan Schabrun thuộc Đại học Queensland giải thích: "Chúng tôi phát hiện, mọi người đã đi với tư thế như robot. Để giữ cho mắt nhìn ổn định vào điện thoại, họ "khóa chặt" hai cánh tay, thân và đầu nhằm hỗ trợ việc duy trì điện thoại trong tầm nhìn. Vì vậy, ít có các cử động hơn giữa các phần cơ thể. Trong khi đó, chúng ta biết được từ nghiên cứu trước đây rằng, việc cử động cơ thể ít hơn sẽ đẩy bạn vào nguy cơ bị ngã lớn hơn".

Viết trên tạp chí PLoS ONE, bà Schabrun nói thêm rằng, sự tập trung cao độ vào việc soạn tin nhắn và cử động đầu từ bên này sang bên kia có thể ảnh hưởng tới sự thăng bằng. Thống kê trong những năm gần đây cho thấy, có nhiều trường hợp người bị tai nạn giao thông, sảy chân hoặc trượt ngã vào đường ray tàu hỏa, vòi phun nước hoặc bến tàu vì đang nhắn tin trong lúc đi bộ. Số tai nạn liên quan đến khách bộ hành cũng tăng lên và nhắn tin là một trong những thủ phạm chính.

Bà Schabrun nhận định, việc hiểu rõ sự thay đổi của việc đi bộ trong lúc sử dụng điện thoại di động có thể giúp chúng ta tìm ra các chiến lược giảm thiểu tai nạn và chấn thương. Nhà nghiên cứu này ủng hộ việc giáo dục, nâng cao nhận thức của người dân về hiểm họa tiềm ẩn khi vừa đi vừa nhắn tin. Tuy nhiên, tại Mỹ, cảnh sát ở Fort Lee, bang New Jersey đã vận dụng luật gây rối khi đi bộ để xử phạt những khách bộ hành nhắn tin gây nguy hiểm.