

Basın yayının çocuk sağlığına etkileri

The effects of media on child health

Gonca Yılmaz

Ankara Keçiören Eğitim ve Araştırma Hastanesi Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Kliniği, Ankara, Türkiye

Özet

Her çocuk dünyaya geldiği günden başlayarak, temelden çatıya bina yapar gibi, gördükleri ve duydukları ile kendisine bir dünya kurar. İçinde bulunduğumuz çağda bu dünyanın yapı taşlarını oluşturan verilerin önemli bir bölümü medya kaynaklıdır. Çocuklar, kurmaca ve gerçek arasındaki farkı çoğu kez yetişkinler kadar kolay bir biçimde algılayamamaktadırlar ve medya karşısında yetişkinlere oranla daha korunmasız durumda kalmaktadırlar. Bu nedenle medya, çocuk haklarına duyarlı olmalıdır. Bizler sosyal pediatristler olarak, basın yayın araçlarıyla vurgulanan şiddet, cinsellik, pornografi ve bunlara rahat ulaşım gibi konularda çocuklarımız açısından büyük tedirginlik duymaktayız. Maternal reklamları, anne sütü alma oranlarını düşürmekte, reklamlarda çocukların kullanılması tüm ailede psikososyal sorunlara yol açabilmektedir. Sosyal Pediatri Derneği adına düzenlediğim 'Basın Yayında Çocuk Sağlığı' toplantısının amacı; medyanın özellikle de televizyonun, çocuk hakları açısından ne durumda olduğunun ortaya konulması ve bu konuda neler yapılabileceğinin tartışılmasıdır. Yazımda, bu toplantının konuşma metinlerine ve sonuç bildirgesine değinmek istiyorum. (Türk Ped Arş 2007; 42 Özel Sayı: 1-5)

Anahtar kelimeler: Basın yayını, çocuk sağlığı

Summary

From birth on, every child builds his world through what he hears and sees, just like constructing a building from the base to the roof. In the era we live in, the majority of the data making up the building stones of the world originate from the media. Contrary to adults, children cannot understand the difference between set up and real so easily, that is why they are so unprotected against the media. For this reason, the media must be very sensitive to childrens' rights. As social pediatricians, we are very concerned about violence, sexuality, pornography emphasized by the media and their easy attainability by the children. Adds about baby food decrease breastfeeding rates, and using children in ads may lead to psychosocial problems within the whole family. The goals of the symposium named "Child Health in the Media", that I organized in the name of Social Pediatrics Society, are to evaluate the position of the media, especially the television, with respect to childrens' rights and to discuss what could be done about the problems related to the media. In this article, I would like to touch upon the lecture notes and the final report of the symposium. (Turk Arch Ped 2007; 42 Suppl: 1-5)

Key words: Child health, mass media

Gazeteler, dergiler, televizyon, radyo, sinema filmleri, internet gibi yayın araçlarından oluşan medya, çocuklarımızın yaşantısına örgün eğitimden önce girmektedir. Bir çok çocuk yakın çevresi dışındaki dünyayı, o dünyanın kavramlarını, varlıklarını, olanaklarını, değerlerini medya aracılığıyla öğrenmektedir. Özellikle televizyon, çocuk çevresinin vazgeçilmez bir parçasını oluşturmaktadır. Türkiye'de artık her evde en az bir televizyon bulunmaktadır. Bazı evlerde ise televizyon, iki yaş altı bebekler için elektronik bir bakıcı olarak kullanılabilir.

Televizyon, yaygın eğitim aracı olarak da görev yapmaktadır. Gerek anne babaya gerek çocuk ve ergene yönelik olarak birçok program yayınlanmıştır. Ülkemizde de bir dönem gösterilen Susam Sokağı ve benzeri programların, 3-5 yaşına gelindiğinde, çocukların kelime hazinesi-

ni artırdığı gösterilmiştir. Ancak programlar kontrol edilmez ya da yanlış olarak yapılırsa, televizyon çok büyük yanlış bilginin gençlere iletilmesine aracı olabilir.

Yazımızda, daha çok televizyonun çocuk sağlığına etkileri ve bu konuda sonuç bildirgesi kapsamında neler yapılabileceği işlenmiştir.

Psikososyal etkilenim

Çocuklar erişkin toplumunda gördükleri davranışları taklit ederek, özümseyerek öğrenirler. Özellikle üç dört yaşlarındaki çocuklar televizyon programlarındaki sanal dünyayı gerçek olarak kabul ederler. Çocuk büyüdükçe sanal dünyayı gerçek dünyadan ayırmayı öğrenir. Bununla birlikte, küçük yaşlarda televizyondan edinilen izlenim-

ler çocuğun dünya konusundaki düşüncelerinin temelini oluşturur.

Televizyonda şiddet sahnesi izlenmesi ile şiddet içeren davranış gösterme arasında ilişki olduğu bilinmektedir. Televizyonda şiddet görüntüleri izleyen çocukların daha saldırgan oldukları gözlenmiştir. Ayrıca çocukların şiddeti sorunların kabul edilebilir bir çözüm yolu olarak gördükleri ve gerçek yaşamda şiddete ve insanların çektikleri acılara karşı daha duyarsız oldukları saptanmıştır. Televizyon izleme ve şiddet arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalarda, şiddet içerikli programları izleyen çocuklarda saldırgan davranışların arttığı saptanmıştır. Çocukken televizyon şiddeti ile karşılaşan çocukların, erişkin döneminde suç teşkil eden şiddet uyguladıkları gösterilmiştir. Bu ilişki çocukluk dönemindeki saldırgan davranışlar, zeka katsayıları ve sosyoekonomik durumları kontrol edildiğinde de devam etmiştir (1-7).

Radyo ve Televizyon Üst Kurulu (RTÜK), 31 Ocak 1998 tarihinde 12 ulusal televizyon kanalının ana haber bültenleri içinde 1043 adet şiddet unsurunun görsel ve işitsel olarak izleyiciye iletilildiğini bildirmiştir (8-12). En sık şiddet sahnesi olarak; silah, trafik kazası, çarpışan taşıtlar, kan, ceset, tabut, yaralı ve acı çeken insan görüntüsü ile taş ve sopayla vurma, silah ve patlama sesi saptanmıştır.

Ülkemizde yapılan çalışmalarda; televizyona bağlı gözlemlenen olumsuz psikososyal etkiler; arkadaşları ile ilişkilerinin etkilenmesi, gereksiz korkular, olumsuz ilişkiler, duygu sömürüsü, şiddete eğilim, uykusuzluk, tembellik, ders zamanının çalınması, okuma alışkanlıklarının olumsuz etkilenmesi olarak saptanmıştır. Şiddetin en yoğun olduğu üç program haberler, gerçek kesit (reality showlar) ve yabancı sinema olarak belirtilmiş, ailelerin %63,7'si olumsuz içerikli bir programla karşılaştıklarında kanalı değiştirdiklerini ya da çocuğun ilgisini dağıttıklarını söylemişlerdir (13-15).

Radyo ve Televizyon Üst Kurulu'nun "Televizyon Yayınları Şiddet ve Çocuk" adlı kamuoyu araştırmasında da çocukların televizyon izleyebileceği saatlerde, şiddet kullanmaya özendirici programlar yayınlandığı, şiddet görüntülerin daha çok yabancı film ve çizgi filmde yoğunlaştığı bildirilmiştir (10-12).

Yazılı medyanın da şiddet içeriği açısından televizyonla yarıştığı bilinmektedir. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu, 1998 yılında üç gazetede medya içeriğini incelemiş ve bu gazetelerde iki ay içinde 540 şiddet içeren haber saptamıştır. Gazetelerde yayınlanan şiddet içerikli haberlerin %61'ini kamusal alandaki şiddet, %28,1'ini aile içi şiddet, %0,7'sini terör oluşturmaktadır. Olaylar %40'ında öykülendirilerek verilmektedir. Haber işlenirken %8,1'inde şiddet haklı gösterilmiş ve %21,5'inde alaycı bir üslup kullanılmış ve haberlerin %19,3'ünde şiddet olağan gösterilmiştir (8-9).

Televizyonun, çocuk ya da ergenin yaşamını olumsuz etkilemesi; boşa zaman harcama, olumsuz cinsel ileti verme, kötü ve yanlış besleme iletişi verme ve değişik madde kullanışlarını artırma şeklinde de olabilmektedir (16).

Yapılan çalışmalarda; ergen ve çocukların günde yaklaşık 3-4 saat televizyon izlediği ve yılda 12 000 yaralama, 14 000 cinsel içerikli haber ve 20 000 uygunsuz reklamlarla karşılaştığı belirtilmiştir (16-20). Aile bireylerinin ortak televizyon izleme saatlerinde de cinsellik içeren görüntü ve deyimlerin, 1976 yılına göre arttığı bildirilmektedir (21).

Son yıllarda, televizyon ya da diğer görsel ya da yazılı basın yöntemlerinin, gençlerde alkol kullanımının artışında etkili olduğunu ileri sürmektedir. Özellikle televizyon izlemenin alkol kullanımını artırdığına dair kanıt değeri yüksek olan birçok çalışma yapılmıştır. Bir çalışmada, televizyon izleme alışkanlığının aşırı alkol kullanma için bir risk etmeni olduğu, diğer bir çalışmada da televizyon izlemenin alkol kullanım alışkanlığını artırabileceği ve alkolik bulguların daha erken yaşta olabileceği gösterilmiştir (22,23).

Glantz ve ark.'ları (24), 2002 yılında yaptıkları bir çalışmada sigara içme oranını 1950'li yıllarla karşılaştırdıklarında; belirgin bir artış saptamıştır. Yapılan çalışmalarda bu artışta, televizyonun olumlu yönde katkı sağladığı bildirilmektedir. Bu olumlu katkının, sigara kullanıcılarının gösterilen filmlerde daha başarılı ve atılgan gösterilmesine bağlı olduğu öne sürülmektedir. 1960 ve 1990 yılları arasında en fazla izlenen 62 filmde sigara içicilerinin daha başarılı olduğu ve daha çekici gösterildiği saptanmıştır (25,26). Gutschoven ve ark.'ları (27), televizyon izleme ile sigara içimi arasında olumlu bir ilişki olduğunu göstermiş, televizyon izleme ile sigarayı erken başlama arasında olumlu bir ilişki olduğunu; her bir saat televizyon izlemenin sigarayı 60 saat daha erken başlattığını ileri sürmüştür.

Fiziksel etkilenim

Televizyona bağlı fiziksel etkilenimde; televizyonun aksamından kaynaklanan ışımaya alanlarının oluşturabileceği sorunlar, "fotosensitif" epilepsi, göz hastalıkları, aşırı kiloluluk, oturgan (sedanter) yaşam tarzı ile ilgili sorunlar önemlidir.

İşımaya alanları: Türkiye'de bulunan elektrik enerjisi (50 Hz) aşırı düşük frekans (ELF; extremely low frequency) bandında bulunmaktadır. Elektriksel alan televizyon kapalı iken de vardır. Manyetik alan ise yalnızca televizyon çalıştığında oluşur. Hem elektriksel hem de manyetik alan televizyondan uzaklaştıkça azalır. Aşırı düşük frekans bandındaki elektromanyetik alanların insan sağlığına olumsuz etkileri olabileceğini düşündüren yayınlar bulunmaktadır. İki epidemiyolojik çalışma çocukların televizyon izleme süresi ile çocukluk çağı lösemilerinin sıklığı arasında ilişki olduğunu göstermiştir (28,29). Amerika'da 1998'de yapılan olgu kontrol çalışmasında çocukların televizyon seyretme sürelerinin akut lenfoblastik lösemi riskini artırdığı ileri sürülmüştür (30). Ancak bu riskin televizyona olan uzaklıktan bağımsız olması, doz-yanıt eğrisinin oluşturulamaması, çalışma grubunun oluşturulmasında yöntemden kaynaklanan sıkıntılar bulunması nedeniyle yazarlar bu verilerin şüpheyle karşılanması gerektiğini vurgulamışlardır (30). Yakın zamanda yapılan bir epidemiyolo-

lojik araştırmada ELF bandındaki elektromanyetik alanların sağlığı bozucu etkileri kanıtlanamamıştır. İngiltere Çocukluk Çağı Kanseri Çalışması'na malinitesi olan 3 838 çocuk olgu ve 7 629 kontrol katılmış; manyetik alanların çocukluk çağı kanserlerini artırmadığı gözlenmiştir (31). Kane ve ark.'larının (32) yaptığı çalışmada da televizyon aracılığıyla kalınan manyetik alanların günlük yaşam sırasında çevrede karşılaşılan manyetik alandan görece daha düşük olduğu saptanmıştır. Çalışmaların farklı sonuçlara ulaşması nedeniyle bugün için riski mümkün olduğunca azaltmak önerilmektedir.

Fotosensitif epilepsi: Fotosensitif epilepsi refleks epilepsilerin en sık olanıdır. Görsel uyarılarla (ekranda belirli desenler, yüksek kontrastlı görüntüler, belli bir hızla parlayıp sönen ışık değişiklikleri, aralıklı fotik uyarı gibi) tetiklenen epilepsi çocukluk çağı epilepsilerinin %10'unu oluşturmaktadır. Amerika'da 16 Aralık 1997 günü 3-58 yaş arası 700 kişide, aynı saatte gözlenen "konvülsiyon salgınının" nedeni fotosensitif epilepsidir. Pokemon dizisinin o gün yayınlanan bölümünde 8 saniye kadar süreyle Pikachu'nun gözlerinde yanıp sönen ışık fotosensitif epilepsisi olan 700 kişinin 20 dakika içinde nöbet geçirmesine neden olmuştur (33).

Göz sağlığı ve televizyon: Yakından ya da uzun süre ile televizyon seyretmenin gözleri bozacağı yaygın bir kanıdır. Ekranı sürekli bakmak, gözünde herhangi bir hastalık olmayan kişide göz kırpmaya refleksinin sıklığının azalmasına neden olur. Gözlerin göz yaşı ile yeterince ıslanmaması ise gözlerde yorulma, sulanma gibi belirtiler doğurabilir. Ancak bu yakından yapılan diğer işlerden (dikme, kitap okuma gibi) pek farklı değildir. Kırmama kusurunda ise ekrandaki görüntüleri netleştirebilmek için uyum yapmaya çalışan göz kasları zorlanmakta ve kısa sürede yorulmaktadır. Kırmama ve odaklama bozuklukları dışında katarakt oluşumunun da televizyon izleme süresi ile bağlantılı olabileceği ileri sürülmüştür. Özellikle tavşanlarda yapılan deneyler radyofrekans enerjisinin kataraktlara neden olabileceğini göstermiştir. Ancak aynı koşullarda yapılan maymun gözü uyarılarının kataraktlara neden olmaması farklı hayvan türlerinin farklı düzeyde radyofrekansa duyarlı olduğunu göstermiştir (34). İnsanlarda bu durumda ilgili net bir kanıt bulunmamaktadır.

Uygun olmayan nitelikte ya da nicelik besin tüketimi: Televizyon izleme fiziksel etkinliği azaltırken çocukların besin tercihlerini de değiştirebilmektedir. Hancox (35), 26 yıllık izlem çalışmasında, aşırı kiloluğun %17'sinin ve artmış serum kolesterolünün %15'inin nedeninin, çocukluk çağına uzun süreler boyunca izlenen televizyona bağlı olduğunu ileri sürmüştür. Kurugöl ve ark.'larının (36) yaptıkları çalışmada, çocukların %59,3'ü reklamlardan etkilenmekte, özellikle şekerleme, bisküvi ve sakız gibi ürünlerin reklamları daha fazla etkili olmaktadır. Amerikan Pediatri Akademisi'nin Aralık 2006'da yayınladığı bildiride; reklam endüstrisinin, çocuk ve ergenleri, uygun tüketici olarak gördüğüne dikkat çekilmektedir. Çocuklara yönelik reklamların %50'si yiyeceklerle ilgilidir. Bu reklamların ço-

ğu atıştırılacak yüksek kalorili yiyecekleri özendirirken, yalnızca %3'ü sağlıklı besinleri içermektedir (37).

Televizyon, fiziksel eylemsizlik ve aşırı kiloluluk: Televizyon izlemenin çocukların ağırlıkları ile ilintili olduğunu gösteren çok sayıda çalışma bulunmaktadır (38-42). Özdirenç ve ark.'larının (38) aile geliri ve eğitim düzeyi eşitlenmiş kır ve kent çocuklarında yaptıkları araştırmada, kent çocuklarının kırdakilere göre boş zamanlarını daha çok ev içindeki etkinliklerle geçirdikleri gözlenmiştir. Kırdaki yaşayan çocuklar daha çok futbol ve voleybol oynarken kenttekiler kitap okumak, televizyon seyretmek, bilgisayar oyunları gibi etkinliklerle boş zamanlarını geçirmektedirler. Kentte yaşayan çocukların televizyon izledikleri süre, vücut kitle indeksleri ve triseps deri kıvrımı kalınlıkları daha fazla bulunmuştur. Televizyon izleme süresinin fiziksel etkinlik ile ilişkisini irdeleyen yurtiçi ve yurtdışı çalışmalar televizyonun oturgan yaşam alışkanlığını pekiştirme riski oluşturduğu vurgulanmıştır (39-42). Amerika Birleşik Devletleri'nde ilki 1991'de, ikincisi 1997'de yapılan ulusal çaptaki kesitsel çalışmada lise öğrencilerinde düzenli fiziksel etkinlik alışkanlığının giderek azaldığı saptanmıştır (43). Hancox ve ark.'ları (35), çocukluk çağına günde iki saatten uzun televizyon izlemenin 26 yaşında egzersiz kapasitesindeki düşüklüğün %15'inden sorumlu olduğunu ileri sürmüştür.

Sonuç olarak; televizyon çok yararlı bir kitle iletişim aracıdır. Ancak "yanlış kullanıldığında" çocukların psikososyal ve fiziksel sağlığına zarar verebilir. Televizyonun doğru şekilde kullanımının çocuklara öğretilmesinde ailelere, okullara, çocuk sağlığı ve hastalıkları uzmanlarına, topluma, yasa koyuculara ve yayın kuruluşlarına çeşitli görevler düşmektedir.

Basın yayında çocuk sağlığı sempozyumunun sonuç bildirgesi

Sosyal Pediatri Derneği tarafından 24 Ocak 2007 tarihinde Ankara'da Keçiören Eğitim ve Araştırma Hastanesinde gerçekleştirilen "Basın Yayında Çocuk Sağlığı" konulu sempozyuma çocuk sağlığı ve halk sağlığı alanında çalışan hekimlerin ve çocuk eğitimcilerinin yanı sıra farklı disiplinlerden (tıp, iletişim, eğitim) akademisyenler, RTÜK, Sanayi ve Ticaret Bakanlığı Reklam Özdenetim Kurulu yetkilileri, Sağlık Bakanlığı ve Çocuktan Sorumlu Devlet Bakanlığı yetkilileri ve basın üyeleri katılmışlardır.

Sempozyumda çocuk ve genç sağlığını korumak için aşağıdaki öneriler geliştirilmiştir:

RTÜK, Reklam Özdenetim Kurulu,

Milli Eğitim Bakanlığı ve Sağlık Bakanlığı

• İnternet ve televizyon kanallarının kullanımı konusunda ulusal güvenlik duvarı oluşturulmalıdır.

• Anne sütü yerine kullanılan ürünlerin reklamları yasaklanmalıdır. Bunun için Dünya Sağlık Örgütü tarafından hazırlanan ve ülkemizin de imzalamış olduğu uluslararası yasa ve Umumi Hıfzısıhha Kanunu gibi mevcut kanunlar göz önüne alınarak gerekli yaptırımlarda bulunulmalıdır.

• Çocuk sağlığını ilgilendiren konularda reklam yapılmalıdır. Çocuklar reklam malzemesi olarak kullanılmalıdır.

• Reklamlar şiddet, tüketim sömürsü, duygusal ya da cinsel istismar içermemelidir.

• Okullarda medya eğitimi yer almalıdır

Çocuk sağlığı ve çocuk eğitimi alanında çalışanlar

• Basın yayının çocuk ve ergenlerin fiziksel ve zihinsel sağlığı üzerindeki büyük ve yayılcı etkisinin farkında olmalıdır

• Çocuk sağlığı izlemeleri sırasında medya öyküsünü özellikle sorgulamalı ve aileler için aşağıda belirtilen önerileri iletmelidirler.

• Ailelere 'büyükler çocuklara zarar veren şeyleri satın almaz ve kullanmazsa bunların üretiminin de mutlaka ortadan kalkacağı' iletisini vermelidirler.

Aileler ve çocuk bakımından sorumlu kişiler

• Çocuğa iki yaşından önce televizyon izletmemeli ve televizyon bebek bakıcısı olarak kullanılmalıdır.

• Bebeklerin beyin gelişimi için televizyondan gelen mekanik ve edilgen uyarı yerine temel bakım veren kişi (anne, bakıcı vs) çocukla göz teması kurarak konuşmalı, oyunlar oynamalı, şarkı söylemeli ve birlikte kitap okumalıdır.

• Televizyon programları çocuk ya da ergen ile birlikte izlenmeli, içeriğin olumlu ve olumsuz yönleri birlikte tartışılmalı ve gerçek yaşamda olamayacak yönler anlatılmalıdır.

• Ana babalar kendi medya seçimleri ile çocukları için iyi bir örnek olmalıdır.

• Çocukların fiziksel etkinlikleri, arkadaşları ile grup oyunları desteklenmeli ve bunların yapılabileceği ortamlar sağlanmalıdır.

• Ana babalar da televizyon izlemek yerine kitap okuyarak, müzik dinleyerek, aile içinde hep birlikte oynanabilecek oyunlar bularak çocuklara örnek olmalıdır.

• Anne ev işleri ile uğraşırken çocuğu da televizyon karşısında oyalamaya çalışmamalı, gerektiğinde mutfakta kendisine ufak yardımlar yapmasını desteklemeli ve istemelidir.

• Çocuğa bakan kişiler televizyon izleme süresi ve seçilecek programlar konusunda fikir birliğine varmalı, kararlı ve tutarlı davranmalıdır.

• Çocuk bulunan evde müzik dinlemek amacıyla da olsa televizyon sürekli açık tutulmamalıdır.

• Çocuğun reklamlarda görerek istediği ama ona uygun olmayan şeylerin neden uygun olmadığı ve alınmayacağı çocuğa açıklanmalı, almama konusunda kararlı ve tutarlı olunmalıdır.

• Çocukların yatak odalarında televizyon ve bilgisayar bulundurulmamalıdır.

• Televizyon çok yakından izlenmemelidir. Ekran genişliğinin en az beş katı mesafe ya da ortalama iki metre uzaklıktan izlenmelidir.

• Medyada çocuk gelişimine zararlı etkisi olacak bir program görüldüğünde mutlaka RTÜK'e bildirilmelidir. (RTÜK telefonu: 4441178, elektronik adres:

www.rtuk.gov.tr ya da rtuk@rtuk.gov.tr) Bu bir reklam ise www.sanayi.gov.tr adresinden Sanayi ve Ticaret Bakanlığı Reklam Özdenetim Kuruluna da başvurulmalıdır.

Basın yayın kuruluşları

• Çocukları ve gençleri koruma ilkelerini belirlemeli ve açıklamalıdır.

• Çocukların dil gelişimine etkisi göz önüne alınarak Türkçe dilinin özenli ve güzel kullanılmasına dikkat etmelidir.

• Çocuk sağlığına katkı yapmalı ve bu amaçla konunun uzmanlarından oluşacak bir uygulama grubu oluşturmalıdır.

• Şiddetin komik, cinsellik ile birlikte, eğlenceli ya da önemsizmiş gibi gösterildiği her hangi bir durumdan kaçınmalıdır.

• Eğer şiddet kullanılacaksa da ciddi drama içinde suçluların cezalandırıldığı vurgulanmalıdır.

• Akıllı işaretlerin kullanımına özen göstermeli: 7+ simgesi konarak her program her saatte yayınlanmamalı, programların içeriklerinin işaretlere uygunluğu uzmanlardan oluşan bir kurul tarafından denetlenmelidir. Geç saatlerde yayınlanacak olan çocuklar için uygun olmayan filmlerin bölümleri erken saatlerde kanallarda yer almamalıdır.

Kaynaklar

1. American Academy of Pediatrics Committee on Public Education. Children, adolescents and television. Pediatrics 2001; 107: 423-6.
2. American Academy of Pediatrics Committee on Public Education. Media Education. Pediatrics 1999;104: 341-3.
3. American Academy of Pediatrics Committee on Communications. Media violence. Pediatrics 1995; 95: 949-51.
4. Browne KD, Hamilton-Giachritsis C. The influence of violent media on children and adolescents: a public-health approach. Lancet 2005; 365: 702-10.
5. Bushman BJ, Huesmann LR. Short-term and long-term effects of violent media on aggression in children and adults. Arch Pediatr Adolesc Med 2006; 160: 348-52.
6. Centerwall BS. Television and violence. The scale of the problem and where to go from here. JAMA 1992; 267: 3059-63.
7. Huesmann LR, Taylor LD The role of media violence in violent behavior. Annu Rev Public Health 2006; 27: 393-415.
8. Şiddeti Önleme Platformu Koordinasyon ve İşbirliği Alt Çalışma Grubu Raporu. <http://www.adres.gen.tr/adres/sites/2463/tc-basbakanlik-aile-arastirma-kurumu-baskanligi.html>
9. Şiddeti Önleme Platformu Medya ve Şiddet Çalışma Grubu Raporu. <http://www.adres.gen.tr/adres/sites/2463/tc-basbakanlik-aile-arastirma-kurumu-baskanligi.html>
10. T.C. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu. Türkiye'de televizyon ve aile. Ankara: Bizim Büro Basımevi, 1995.
11. T.C. Radyo ve Televizyon Üst Kurulu Kamuoyu ve Yayın Araştırmaları Dairesi Başkanlığı. Çocuklara yönelik televizyon yayınları. Anket uygulaması. Ankara, 1997.
12. T.C. Radyo ve Televizyon Üst Kurulu Kamuoyu ve Yayın Araştırmaları Dairesi Başkanlığı. Ulusal televizyonlar anahaber bültenleri içerik analizi ve anahaberlerde genel şiddet araştırması. Ankara, 1998.
13. Tuncer M, Yalçın SS. Multimedia and children in Turkey. Turk J Pediatr 1999; 41: S27-34.
14. Yalçın SS, Tuğrul B, Naçar N, Tuncer M, Yurdakök K. The factors that affect television viewing time in preschool and primary school children. Pediatr Int 2002; 44: 622-7.

15. Yalçın SS, Yurdakök K. Televizyon, şiddet ve çocuklar. İçinde: Özalp I, Yurdakök M, Coşkun T (eds). *Pediatride Gelişmeler*. Ankara: Sinem Ofset, 1999: 119-25.
16. Aydın A. Çocuk ve genç merkezli televizyon. I. Sosyal Pediatri Günleri, Basın Yayında Çocuk Sağlığı sempozyum kitapçığı, Ankara 2007.
17. American Academy of Pediatrics, Committee on Communications. Children adolescents and television. *Pediatrics* 1995; 96: 786-7.
18. Nilsen Media Research New York 1998.
19. American Academy of Pediatrics, Committee on Communications. Children, adolescents and television. *Pediatrics* 1995; 95: 295-7.
20. Bar-on ME. The effects of television on child health: implications and recommendations. *Arch Dis Child*. 2000;83:289-92.
21. Harris L. Sexual material on American network television during the 1987-88 season. New York, NY: Planned Parenthood Federation of America, 1988.
22. Robinson TN, Chen HL, Killen JD. Television and music video exposure and risk of adolescent alcohol use. *Pediatrics* 1998; 102: E54.
23. van den Bulck J, Beullens K. Television and music video exposure and adolescent alcohol use while going out. *Alcohol* 2005; 40: 249-53.
24. Glantz SA, Kacirk KW, McCulloch C. Back to the future: Smoking in movies in 2002 compared with 1950 levels. *Am J Public Health* 2004; 94: 261-3.
25. Stockwell TF, Glantz SA. Tobacco use is increasing in popular films. *Tob Control* 1997; 6: 282-4.
26. Gutschoven K, Van den Bulck J. Television viewing and age at smoking initiation: does a relationship exist between higher levels of television viewing and earlier onset of smoking? *Nicotine Tob Res* 2005; 7: 381-5.
27. Gutschoven K, Van den Bulck J. Television viewing and smoking volume in adolescent smokers: a cross-sectional study. *Prev Med* 2004; 39: 1093-8.
28. WHO. Electromagnetic fields and public health: extremely low frequency (ELF). Fact Sheet No 205, November 1998, <http://www.who.int/peh-emf/en/>.
29. Savitz D. Case control study of childhood cancer and exposure to 60 Hz magnetic fields. *Am J Epidemiol* 1988; 128: 21-38.
30. Hatch EE, Linet MS, Kleinerman RA, Tarone RE, Severson RK, Hartsock CT. Association between childhood acute lymphoblastic leukemia and use of electrical appliances during pregnancy and childhood. *Epidemiology* 1998; 9: 234-45.
31. UK Childhood Cancer Study Investigators. Exposure to power-frequency magnetic fields and the risk of childhood cancer. *Lancet* 1999; 354: 1925-31.
32. Kaune WT, Miller MC, Linet MS, et al. Children's exposure to magnetic fields produced by US television sets used for viewing programs and playing video games. *Bioelectromagnetics* 2000; 21: 214-27.
33. www.members.tripod.com/animefan25/seizures.htm
34. Elder JA. Ocular effects of radiofrequency energy. *Bioelectromagnetics* 2003; 6: S148-61.
35. Hancox RJ, Milne BJ, Poulton B. Association between child and adolescent television viewing and adult health: a longitudinal birth cohort study. *Lancet* 2004; 364: 257-62.
36. Kurugöl Z, Yenigün A, Kusun N, Özgür T. 3-12 yaş grubun çocuklar üzerine televizyonun etkileri ve ailelerin televizyon hakkında düşünceleri. *Türk Pediatri Arşivi* 1994; 29: 23-8.
37. American Academy of Pediatrics, Committee on Communications. Policy Statement; Children, adolescents and advertising. *Pediatrics* 2006; 118: 2563-9.
38. Özdiğerç M, Özcan A, Akın F, Gelecek N. Physical fitness in rural children compared with urban children in Turkey. *Pediatr Int* 2005; 47: 26-31.
39. Velipaşaoğlu S. Televizyonun zararlı fiziksel etkilerinden korunma. I. Sosyal Pediatri Günleri, Basın Yayında Çocuk Sağlığı sempozyum kitapçığı, Ankara 2007.
40. Bannet GG, Wolin KY, Wisvanath K et al. Television viewing and pedometer-determined physical activity among multiethnic residents of low-income housing. *Am J Pub Health* 2006; 96: 1681-5.
41. Gorely T, Marshall SJ, Biddle SJH. Couch kids: correlates of television viewing among youth. *Int J Behav Med* 2004; 11: 152-63.
42. Vandewater EA, Shim M, Caplovitz AG. Linking obesity and activity level with children's television and video game use. *J Adolesc* 2004; 27: 71-85.
43. Centers for Disease Control and Prevention. Guidelines for school and community programs to promote lifelong physical activity among young people. *J School Health* 1997; 67: 202-19.