Страсть к переписке посредством SMS-сообщений может привести к целому ряду негативных последствий для здоровья, в частности, к «запястному синдрому». В 2010 году СМИ рассказывали о резонансном случае: 16-летняя американка, школьница Энни Левитц отправляла около 100 SMS в течение суток. В результате она потеряла подвижность запястьев и пальцев. От диких болей в руках Энни спасали только каждодневные уколы сильного анестетика.

Ученые из США провели специальное исследование, посвященное негативному влиянию SMS. Как оказалось, в своего рода группу риска входит каждый пятый подросток, причем девушек в этой группе больше, чем парней. Специалисты считают, что подростки, чрезмерно увлекающиеся sms-перепиской, на 40% чаще своих «не подсевших» на это занятие сверстников, пробуют курить, в два раза чаще - пьют спиртное и на 43% больше склонны к социально-опасному поведению: в частности, по мнению ученых, они на 55% более склонны к дракам.

Еще один феномен, связанный с современной модой на SMS – новая форма лунатизма. Если раньше проявлениями такого заболевания были хождение и разговоры во сне, то теперь человек может неосознанно отправлять SMS-сообщения. Ученые говорят о психическом расстройстве под названием парасомния. Люди, подверженные этому заболеванию, как бы пребывают на грани сна и бодрствования. Одной из причин возникновения двигательных автоматизмов во сне является недосып, - считают эксперты. Кроме того, большинство тех, кто подвержен подобного рода расстройству, не выключают мобильные телефоны и другие гаджеты даже ночью в кровати. Врачи утверждают, что для набора текста SMS не нужно «включать» мозг.