

Un'indagine in Italia dei pediatri di famiglia

## **ADOLESCENTI A RISCHIO DIPENDENZA PER LE NUOVE TECNOLOGIE DIGITALI**



Da una recente indagine svolta in tutta Italia con la collaborazione dei pediatri di famiglia risulta che il 70% degli adolescenti, tra gli 8 e i 13 anni di età, dispone di uno o più strumenti informatici e il 23% può accedervi senza limitazioni di tempo da parte della famiglia. Lo smartphone è il più utilizzato, seguono tablet, playstation e computer.

La maggior parte degli intervistati dichiara di andare su internet per ricerche scolastiche, scaricare musica e videogiochi, chattare e vedere video. La metà usa lo smartphone anche per telefonare.

Questi dati ci impongono alcune riflessioni. Ci troviamo di fronte a mezzi d'informazione di indubbia utilità se utilizzati per giuste motivazioni e con appropriate tempistiche, ma il cui uso eccessivo, durante il giorno e spesso di notte, togliendo ore al sonno, può nuocere alla salute, soprattutto nel periodo dello sviluppo. In modo particolare, si tratta di rischi biologici nei primi anni di vita, problemi educativi e comportamentali dai tre ai sei anni. Si raccomanda la massima attenzione anche per le mamme durante la gestazione.

«È molto importante diffondere una certa consapevolezza sui possibili rischi di queste nuove tecnologie digitali, non solo ai genitori ma agli insegnanti, agli psicologi e naturalmente ai pediatri di famiglia - fa presente **Ernesto Burgio**, pediatra esperto di epigenetica e membro dell'European Cancer and Environment Research Institute - tenuto conto che ci troviamo di fronte a strumenti che con i loro campi elettromagnetici possono interferire sia sul cervello che sul sistema neuro-endocrino nel periodo più delicato dello sviluppo».

Da studi compiuti negli Stati Uniti risulta che un utilizzo continuo di questi mezzi tecnologici determina stati di vera e propria dipendenza, anche se è difficile per ora dire quanto il loro abuso possa influire sull'aumento dei disturbi d'ansia e dell'umore, oltre che sulla depressione giovanile.

Il pediatra di famiglia è il primo referente dei genitori, quando si parla di salute del bambino e dell'adolescente. È la persona che conosce la storia del ragazzo e può intercettarne tutte le problematiche.

“La ricerca che abbiamo organizzato in Italia è il primo passo in quella che vorremmo fosse una fattiva collaborazione tra tutti coloro che operano in questo specifico settore, anche per tenere informati i pediatri su un tema di stringente attualità, in modo che possano, con i loro consigli, renderne maggiormente consapevoli i genitori»: conclude **Monica de' Angelis**, responsabile scientifico del Sindacato medici pediatri di famiglia.

**g.c.s.**